

ÇOCUKLAR İÇİN
PSİKOLOJİK
İLK YARDIM
UYGULAYICI REHBERİ



MHPSS
INTERNATIONAL
MOVEMENT
HUB

Hazırlayanlar Psikososyal ve Koruma M¼d¼rl¼ę¼

Edit¼r Yeřim Ünal

Tashih Fatma Sena Yasan, Feyza Bet¼l Aydın

Tasarım Nevzat Onaran

1. Baskı 2025

© T¼rk Kızılay

"Bu yayının b¼t¼n hakları T¼rk Kızılay'a aittir, hi¼bir şekilde ticari ama¼la ¼oęaltılamaz ve¼ ücret karşılığında satılamaz"

Bu kitap; Uluslararası Kızılha¼ ve Kızılay Dernekleri Federasyonu [International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies] Kızılha¼ ve Kızılay Hareketi Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek Merkezinin [The Red Cross Red Crescent Movement MHPSS Hub] aşağıda yer alan kitabı referans alınarak hazırlanmıştır. Bu ¼eviri/uyarlama Kızılay Kızılha¼ Hareketi MHPSS Hub tarafından yapılmamıştır. MHPSS Hub, bu ¼evirinin i¼erięinden veya doğruluğundan sorumlu değildir. Orijinal İngilizce baskılar bağlayıcıdır ve özğ¼nd¼r.

ISBN: 978-605-5599-91-1

T¼rkiye Kızılay Derneği

Ata¼-1 Sokak No.32 Yeniřehir Ankara

Sertifika No. 43250

Basım yeri

Sistem Ofset Basın Yayın San. ve Tic. Ltd. şti.

Strazburg Cad. No.31/17 Kızılay ¼ankaya / Ankara

Tel. 0 312 229 18 81

Sertifika No. 46660

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ. 4

GİRİŞ 6

ÇOCUKLARLA ÇALIŞMA 9

BU REHBER NASIL KULLANILIR? 13

EĞİTİME HAZIRLIK 15

EĞİTİME HAZIRLIK 16

Fiziksel Ortamın Hazırlığı 16

Eğitim Salonunun Hazırlığı 16

Malzemeler 16

Diğer 17

EĞİTİMİN AKIŞI 17

EĞİTİM PROGRAMI 19

EĞİTİM OTURUMLARI 21

Eğitimdeki Temel Kuralları Belirleme 23

ÇOCUKLAR İÇİN PİY NEDİR? 25

SIKINTI VEREN OLAYLAR 28

SIKINTI VEREN OLAYLARA KARŞI
ÇOCUKLARIN TEPKİLERİ. 29

PİY'E İHTİYAÇ DUYAN ÇOCUKLAR VE
BAKIM VERENLER 32

ÇOCUKLARLA İLETİŞİM KURMAK . . 34

PİY UYGULAMA BASAMAKLARI: 'İZLE,
DİNLE, BAĞ KUR' 35

PİY CANLANDIRMASI. 37

KARMAŞIK TEPKİLER 39

EĞİTİMİN KAPANIŞI 42

EKLER 43

EK A: KAYNAŞMA ve ISINMA OYUNLARI. 44

Oyun Topu 44

Parmağımı Yakala 44

Rastgele Yürüyüş Eğitimi 44

Yükselen Balonlar 44

EK B: ÖRNEK EĞİTİM PROGRAMI . . 45

EK C: EĞİTİM KAYNAKLARI 46

Ek. C.1. PİY İfadeleri 46

Ek C.2. Çocukların Bilişsel, Duygusal ve Sosyal
Gelişimi. 47

Ek C.4. Sıkıntı İçindeki Çocuklar ile Faydalı Bir
İletişim İçin Yedi Teknik 51

Ek C.5. Vaka Örnekleri 56

Ek C.6. Canlandırma Geri Bildirim Formları . . 57

Ek C.7. Sorularla Bir Senaryo 58

EK D: EĞİTİM DEĞERLENDİRME FORMU 59

ÖN SÖZ

Dünyanın farklı bölgelerinde her yıl birçok afet ve kriz durumu yaşanmaktadır. Depremler, seller, yangınlar, savaşlar, salgın hastalıklar, maden kazaları gibi olaylar yalnızca büyük can ve mal kayıplarına yol açmakla kalmaz aynı zamanda bireylerin psikolojik sağlığını da derinden etkiler. Hatta bu tür olaylar, bireylerin ruhsal dengesini sarsarak uzun vadeli psikolojik sorunlara neden olabilir. Bütün bunların yanında insanlar, yaşadıkları bireysel krizlerin sonucunda da psikolojik sorunlarla yüzleşebilmektedir.

İnsanlar, hayatlarının çeşitli evrelerinde stresli durumlarla veya zorlayıcı olaylarla karşılaşabilirler. Bazı bireyler bu zorluklarla başa çıkabilirken bazıları açısından bu krizler yıkıcı olabilir. İşte bu noktada hem kriz anlarında hem de normal yaşamda etkili bir müdahale yöntemi olarak psikososyal destek büyük bir öneme sahiptir. Zorlu olaylardan sonra bireyler; stres, belirsizlik, korku ve çaresizlik benzeri psikolojik güçlükler yaşayabilirler. Bu durumları en aza indirebilmek ve bireylerin iyileşme süreçlerini hızlandırabilmek amacıyla psikososyal destek hizmetleri sağlanmalıdır. Psikososyal destek hizmetleri, afet ve acil durumlardan etkilenen bireylerin ve toplumların, normal yaşantılarına dönüşünü sağlamak amacıyla uygulanan psikososyal destek müdahale yöntemidir. Kriz anlarında etkilenen kişilerin yaşadıkları fiziksel, psikolojik ve davranışsal tepkilerle başa çıkabilmeleri ve mümkün olduğunca normal yaşantılarına dönebilme süreçleri desteklenmelidir. Bu bağlamda hem birey hem de toplumun ihtiyaçları doğru şekilde belirlenmeli ve bu ihtiyaçlar doğrultusunda başa çıkma ve müdahale kapasiteleri güçlendirilmelidir.

Psikolojik İlk Yardım, bireylerin ruhsal sağlığına yönelik olarak onları olumsuz etkilerden korunma ve iyileşme süreçlerine katkı sunan, basit ve hızlı bir müdahale yöntemidir. Bu müdahale yöntemi, afetler, krizler ve zorlayıcı olaylar sonrasında etkilenen bireylerin duygularını ve ihtiyaçlarını olabildiğince açık ifade edebilmelerini sağlar. Temel psikolojik bilgiler sunulurken kişilerin yaşadıkları olayları ve hissettiklerini anlamlandırmalarına yardımcı olunur. Dinleme, destekleme ve yardımcı olma gibi eylemlerle şekillenen bu süreç, kişilerin yaşadıkları krizle başa çıkma ve iyileşme süreçlerine katkı sağlar.

Türkiye Kızılay Derneği 1868 yılından bu yana afetler, savaşlar ve diğer zorlu dönemlerde sıkıntı çekenlerin yanında olmuş; gönüllüleri bir araya getirerek yardımlaşma ve dayanışmayı teşvik etmiştir. Psikososyal ve Koruma Müdürlüğü psikolojik ilk yardımın yaygınlaştırılması konusunda öncülük etmektedir. Bu bağlamda yürütülecek çalışmalar, psikolojik ilk yardım alanında eğitimci havuzlarının oluşturulmasını ve bu eğitimlerle toplumun farklı kesimlerine ulaşılmasını hedeflemektedir. Planlanan eğitimlerle, kriz anlarında ilk müdahale hizmeti verecek kişilerin gerekli bilgi ve deneyime sahip olmaları sağlanacak, böylece olası psikolojik etkilerin en aza indirilmesi sağlanabilecektir.

Kızılay ve Kızılhaç derneklerinde çalışanlara ve gönüllülere için özel olarak geliştirilen Psikolojik İlk Yardım programı hem teorik hem de pratik açıdan zengin bir içerik sunmaktadır. Psikolojik İlk Yardım eğitimi el kitapçığı, yetişkinler, çocuklar, gruplar ve katılımcılar için düzenlenen modüller içermektedir. Bu modüller, ruh sağlığı alanında uzman bir ekip tarafından terminolojiye uygun şekilde güncellenmiştir. Modüllerin, afet ve kriz durumlarında bireylerin psikolojik iyileşme süreçlerine katkı sağlamasını temenni eder, bu eğitimlerin tüm katılımcılar için faydalı olmasını dileriz.

Sevgi ve saygılarımızla

Psikososyal ve Koruma Müdürlüğü

GİRİŞ

Çocuklar için Psikolojik İlk Yardım (PİY) Eğitim Programı, eğitime katılanların çocuklara psikolojik ilk yardım uygulamalarıyla ilgili temel bilgi ve becerilerini arttırmak için tasarlanmıştır. Bu eğitim programı uygun koşullara göre yaklaşık 8 saat sürecektir bir tam günlük programdan oluşmaktadır. Eğitim insani yardım çalışanlarının, gönüllülerin, acil durum ve afet çalışanlarının veya bir kriz ortamında çocuklara destek sunanların katılmaları uygundur. Bu eğitim modülü dört farklı psikolojik ilk yardım modülünden birisidir ve uygulamalı olarak tasarlanan bu eğitim modülüyle katılımcıların;

- Çocuklar için psikolojik ilk yardımın ne olduğu ve ne olmadığı hakkında bilgi sahibi olmalarını,
- Çocukların sıkıntıya verdikleri tepkiler hakkında daha fazla bilgi edinmeleri,
- Çocukların sıkıntılı anlarında onlarla şiddetten uzak ve şefkatli iletişimin önemini anlamaları,
- Çocuklarla ilgili 'İzle, Dinle ve Bağ Kur' basamaklarını kavramaları,
- Sıkıntı içindeki bir çocuğa ve bakım verenine PİY sunma pratiği yapmaları,
- Karmaşık tepkileri ve durumları değerlendirmelerini ve önceliklendirmenin fark etmeleri hedeflenmektedir.

Tüm eğitim boyunca katılımcılar ve eğitimcilerin bazı ek materyaller ve çıktılar kullanması gerekir. İlave okumalar için *Psikolojik İlk Yardım Katılımcı El Kitabı* ve *Psikolojik İlk Yardım Kısaltılmış El Kitabı* kaynak olarak kullanılabilir.

Dört farklı eğitim modülü olarak hazırlanan bu PİY eğitim serisinde yer alan eğitimlerin neler olduğu, süreleri ve hedef kitleleri gibi bilgilerin yer aldığı Tablo 1 aşağıda verilmektedir.

Tablo 1*: Eğitim Modüllerinin İçerik, Hedef Kitle ve Süreleri

	1: PİY'e giriş	2: Temel PİY	3: Çocuklar için PİY	4: Gruplar için PİY
Süre	4-5 saat	8 saat	8 saat	21 saat (üç gün)
Hedef Kitle	Tüm Kızılhaç ve Kızılay Hareketi mensupları, insani yardım çalışanları veya gönüllüleri	Daha öncesinde kriz durumlarında psikososyal destekle ilgili temel düzeyde bilgi ve deneyimi olan çalışanlar veya gönüllüler	Kriz durumlarında özellikle çocuklar ve bakım verenler ile çalışanlar ve gönüllüler	İnsani yardım çalışanları ve gönüllülere destek sunan tüm çalışanlar, yöneticiler ve gönüllüler
İçerik	Katılımcılarına hızlı ve temel psikolojik ilk yardım bilgisini sunar	Katılımcılarına ilk yardım bilgi becerilerini sunar. Yetişkinlerin karşılaştığı çeşitli travmatik durumları, bu durumlara karşı psikolojik tepkilerini ve PİY uygulayıcılarının nasıl uygun şekilde davranışlar geliştirebileceğini kapsar.	Çocukların zorlayıcı travmatik olaylara psikolojik tepkilerine ve çocukların bakım verenleriyle iletişim kurma becerilerine odaklanır.	Psikolojik ilk yardım prensipleriyle çalışanlara yönelik destek programlarının uygulanması ve sürdürülmesini kapsamaktadır.

* Modül 4 Gruplar için PİY Eğitim Programı hariç yukarıdaki tüm eğitimler birbirinden bağımsız şekilde tamamlanabilmektedir. Ancak bu eğitimi alabilmek için öncesinde Modül 2: Yetişkinler için PİY Eğitimi'nin alınması gerekmektedir

Bu eğitim modülü, <https://resourcecentre.savethechildren.net> adresindeki Çocukları Kurtarın, Danimarka (2013) Çocuk Pratisyenleri için Psikolojik İlk Yardım Eğitim Kılavuzu'ndan esinlenerek ve uyarlanarak hazırlanmıştır.

ÇOCUKLARLA ÇALIŞMA

Çocuklar için PİY uygulayıcılarının çocuklarla çalışma konusunda bilgi sahibi olmaları ve ulusal düzeyde yürürlükte olan protokolleri takip hususunda kendinden emin kişiler olması önerilmektedir. Bir acil durum ve afetin ardından çocuklarla çalışmanın yetişkinlerle çalışmaktan çok farklı olduğunu bilmek önemlidir. Her tür zarara açık olabilecek çocukların afet gibi yıkıcı bir ortamda korunması, mesleği ve görevi ne olursa olsun tüm çalışanların, gönüllülerin ve ilgili herkesin sorumluluğunda olmalıdır.

Aşağıda çocuklarla çalışmaya yönelik bazı pratik öneriler bulunmaktadır. Bir göreve hızlı ve hazırlıksız gidilmesi hâlinde dahi öncesinde aşağıdaki bilgilendirmeleri okumanız önerilmektedir.

AFETLERDE ÇOCUKLARLA ÇALIŞIRKEN YAPILMASI GEREKENLER *

Psikolojik ilk yardım uygulanırken hassas olunması gereken belirli alanlar vardır ve bu alanlar çocuklarla çalışırken daha da belirgin hâle gelmektedir. Çocuklarla çalışırken her birinin tek ve biricik olduğunu, her çocuğa kendi gerçekliği içinde şefkatle yaklaşmak gerektiğini unutmayınız. Aşağıdaki maddeler hassasiyet gösterilmesi gereken ve her çocuğun hak ettiği özenli davranışlara örneklerdir.

- Çocuklara saygıyla yaklaşılmalı ve kendi hakları olan bireyler olarak kabul edilmelidir.
- Çocuklar dinlenmeli, onların görüşlerine değer verilmeli ve bu görüşler ciddiye alınmalıdır.
- Çocukların herhangi bir şekilde fotoğraflarını veya videolarını çekerken çocuklardan, ebeveynlerinden (veya bakım verenlerinden) ve okul yönetiminden izin alınmalıdır. İzin alınsa dahi çocukların yüzleri görünmeyecek şekilde çekim yapılmalı, kıyafetlerinin uygun olduğundan emin olunmalı ve cinselliği çağrıştıracak pozlardan kesinlikle kaçınılmalıdır.
- Çocuklar kaygılı oldukları durumlarda bu durumu kelimelerle ifade etmekte zorlanabilirler. Böyle durumlarda çocukların hızında ilerlemek konusunda esnek ve saygılı olunmalıdır.
 - Çocuklara ipucu vererek onları yönlendirin; görüşlerinizi onlara dayatmadan serbestçe konuşmalarına imkân verin. Cevabı evet ya da hayır olan soru cümleleri yerine açık uçlu sorular sormayı tercih edin.
 - Çocuklar, yetişkinler gibi uzun cümleler kurarak konuşmaktan ziyade oyunla kendilerini ifade ederler. Çocukların dilinin oyun olduğunu hiçbir zaman unutulmamalıdır.
 - Fiziksel temasta bulunmak isteyen çocuk, sağlıklı iletişim tarzlarına yönlendirilmelidir (çak yapmak, ayak tokuşturmak, dirseklerle selamlaşmak, karşılıklı dans etmek vb. gibi)
- Teselli etmek için bile olsa bir çocuğa fiziksel temasta bulunulmasının gözlemci yahut çocuk tarafından yanlış yorumlanabileceğinin farkında olunmalıdır.
- İki Yetişkin Kuralına uyulmalıdır Çocuklarla çalışırken ortamda her zaman en az iki yetişkinin bulunmasına dikkat edilmeli ve mümkün olduğunca sizi göreceği şekilde pozisyon almaları sağlanmalıdır.
- Çocuklara haklarını tanıtarak ve farkındalık yaratarak onların güçlenmeleri sağlanabilir.
- Suçlamalara neden olabilecek uygunsuz ve hassas durumları tanımlayın ve bunlardan kaçının.
- Bir başkasının eylemlerinden veya çocuklara karşı tavrından şüphe duyuluyorsa mutlaka ilgili birimlere haber verilmelidir.

- Şüpheli veya tespit ettiğiniz bir istismar durumunu rapor etmek istediğinizde iş yerinde kiminle muhatap olunulacağı bilinmelidir.
- Çocuklarla çalışırken onları riske veya tehlikeye maruz bırakmamak amacıyla her zaman gözlemci konumda olunmalı ve çocuklar için en iyisini sağlamak amacıyla çalışılmalıdır.
- Çocuklar sürece katılım sağlamaları için zorlanmamalıdır. Katılım sağlamayan çocuklar daha çok katılım sağlamaları için cesaretlendirilebilir.
- Vurma, tek ayak üzerinde bekletme gibi hiçbir fiziksel cezalandırma yöntemleri kullanılmamalıdır.
- Çocuklar utandırılmamalı, aşağılanmamalı, onurları kırılmamalı ve onlara karşı duygusal istismarda bulunulmamalıdır.

* *Terres des Hommes (2008) Child Protection Psychosocial Training Manual and Save the Children (2007) Child-Led-Disaster Risk Reduction; A Practical Guide* kaynaklarından uyarlanmıştır.

BU REHBER NA- SIL KULLANI- LIR?

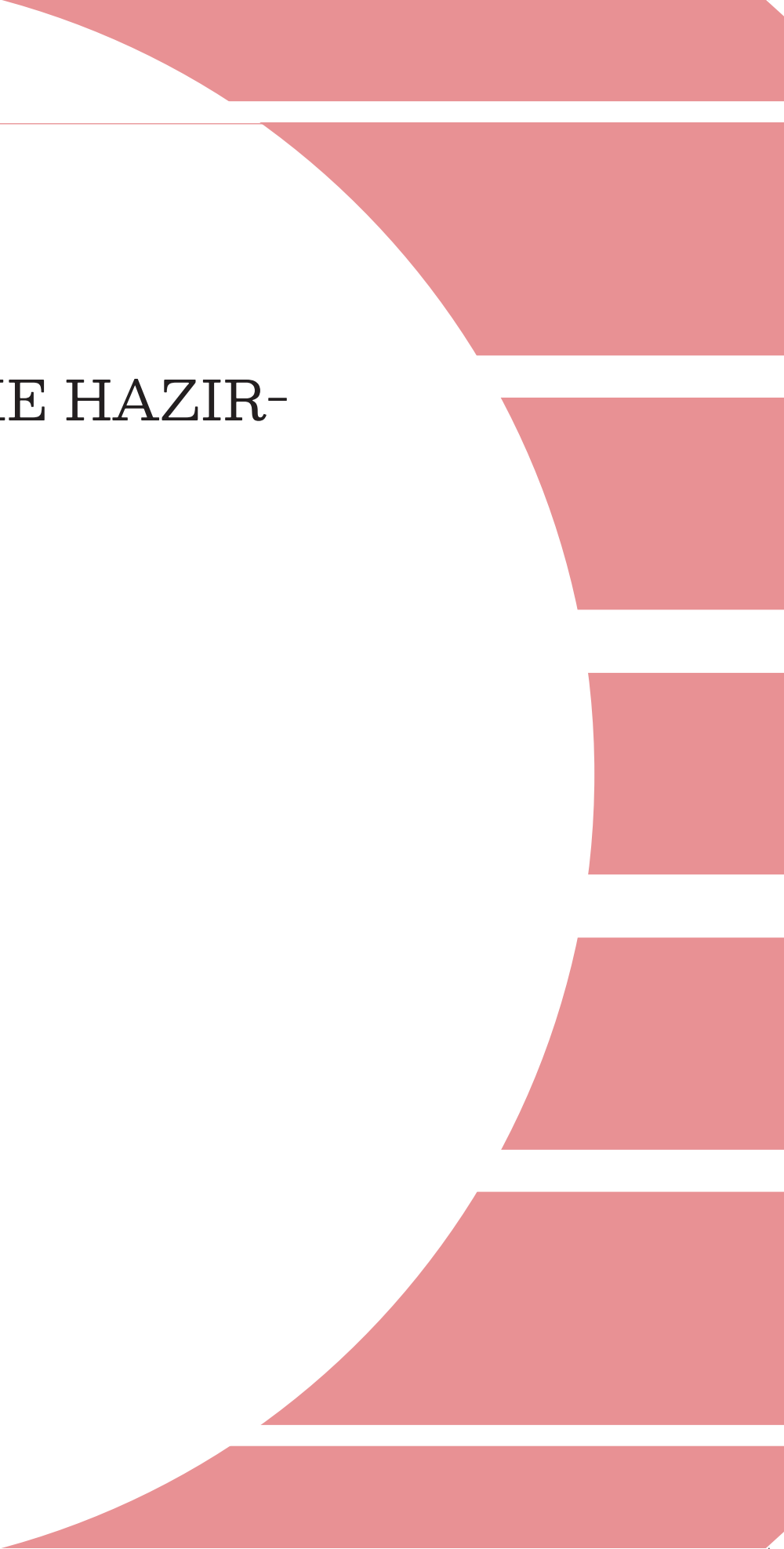
Bu modül, temel psikolojik ilk yardım bilgi ve becerilerinin kazandırılmasını amaçlayan ve yaklaşık 8,5 saatlik bir eğitim programıdır. Modüldeki oturumlar ve eğitim; sunum slaytları, beyin fırtınası, uygulamalar ve canlandırmaların yanı sıra küçük grup çalışmaları ve bireysel etkinlikler gibi çeşitli öğretim tekniklerini içermektedir.

Eğitim programıyla uygulayıcılara genel bir çerçeve sunulmuştur ancak çalışılan grubun veya olayın kendine özel ihtiyaçları ve öncelikleri olabileceğinden uygulayıcıların kendi inisiyatiflerini kullanmaları mümkündür. Rehberde yer verilen uygulamaların, senaryoların ve öğretim tekniklerinin tamamı öneri niteliğindedir ve zaman zaman bu rehberde yer verilen uygulamaların içeriği, süresi veya senaryoları kültürel ve yerel dinamiklere uygun hâle getirilmek suretiyle değiştirilebilir. Uygulayıcı olarak kendi yerel uygulamalarınızda katılımcıların yüksek fayda sağlayabileceği ve eğitimi daha aktif ve ilgi çekici kılacak farklı öğretim tekniklerini kullanmanızı önermekteyiz. Özellikle katılımcıların dikkatini toplamalarına yardımcı olabilecek aktif öğretim tekniklerini uygun gruplarda kullanarak daha etkin bir öğrenme sağlayabilirsiniz.

Bu rehberde oturumların belirli bir sırada aktarıldığını göreceksiniz ancak ihtiyaç duymanız hâlinde eğitim akışında küçük değişiklikler yapabilirsiniz. Uygulayıcılara kullanım kolaylığı olması amacıyla her konuya giriş yapılmadan önce konu başlığının altında yer alan kutularda konu başlığının öğrenim hedefi, o konuya ayrılması için önerilen süre, oturumda kullanılacak öğretim teknikleri ve oturum boyunca gerekli olacak malzemeler tanımlanmıştır. Rehber boyunca uygulayıcıların kullanabileceği örnek ifadeler yer verilmiş ve bu ifadeler ayrı paragraflarda “tırnak içinde” ve *italik* olarak yazılmıştır. Kimi yerde uygulayıcılara bazı hatırlatmalar veya ipuçlarını içeren notlar yerleştirilmiştir.

Rehberde bazı semboller bulunmaktadır. Her bir sembolün standart anlamı vardır ve uygulayıcıya kolaylık sağlaması amacıyla aşağıdaki şekilde yer almaktadır. Bu semboller oturum süresini, konunun amacını, oturumda kullanılacak malzemeleri, varsa PowerPoint dosyasını, uygulayıcı notları ve konuşmalarını işaret etmektedir. Bu semboller aşağıdaki gibidir.

Simge	Simgenin anlamı	Simge	Simgenin anlamı
	Oturum/ Etkinlik Süresi		Kolaylaştırıcıya Konuşma Örneği
	Oturum/ Etkinlik Amacı		Kolaylaştırıcıya Not
	Kullanılacak Malzemeler		PowerPoint

The right side of the page features a series of overlapping, semi-transparent red geometric shapes, including triangles and trapezoids, creating a modern, abstract background.

EĞİTİME HAZIR- LIK

EĞİTİME HAZIRLIK

Eğitim öncesinde yapılan hazırlıkların kapsamlı bir şekilde yürütülmesi en az bir eğitimin sunulması kadar önemlidir. Eğitimin verileceği ortamdan, katılımcıların kimler olduğuna; katılımcıların önceki arka planlarından ve deneyimlerinden, aktif dinlemeyi sağlayabilecek yöntemlere kadar birçok konunun detayı eğitimin öncesinde planlanmalıdır. Bu hazırlıklar yalnızca katılımcılar için değil eğitimi verecek uygulayıcılar için de hazırlık niteliğindedir ve eğitime başlarken eğitimcinin rahat ve konforlu olmasına katkı sağlayacaktır. İyi bir şekilde eğitime hazırlanmak eğitimin sorunsuz bir şekilde ilerlemesi için önemlidir. Eğitim öncesi yapılabilecek hazırlıklarla ilgili başlıklar aşağıda verilmiştir.

Fiziksel Ortamın Hazırlığı

- Eğitim verileceğin yerin fiziksel ortamının ısısı, aydınlatması ve sessizliği gibi unsurların uygunluğuna bakılmalıdır.
- Mümkünse eğitim ortamı toplu taşımaya, otoparka vb. yakın ve/veya merkezî konumlarda olmalıdır.
- Eğitimin yapılacağı ortamda tuvalet veya yiyecek-içecek türünden temel ihtiyaçların karşılanması gerekmektedir.

Eğitim Salonunun Hazırlığı

- Eğitim salonu mümkün olduğunca U düzeninde, tüm katılımcıların kişisel alanlarını koruyabileceği rahatlıkta olmalıdır.
- Eğitim sürecinde grup uygulamaları, canlandırmalar vb. yapılacağı için salon yeteri kadar büyük olmalıdır veya salonunun ek kullanım alanlarının olduğundan emin olunmalıdır.
- Saat herkesin görebileceği bir yere yerleştirilmelidir.

Malzemeler

- Eğitim sırasında kullanılacak senaryolar, kontrol listeleri, formlar veya basılı diğer materyaller eğitim öncesinde hazırlanmalıdır.
- Kurşun, tükenmez veya keçeli kalemli temin edilmelidir.
- Yeterli sayıda flipchart kâğıtları (büyük tahta kâğıtları) ve üzerine yazılacaklar hazırlanmalıdır.
- Ayaklı yazı tahtası ayarlanmalıdır.
- PowerPoint sunumu yahut video gösterimi yapılacaksa bilgisayar, projektör, ses sistemi, sehpa, masa, projeksiyon perdesi benzeri teknik malzemelerin hazır tutulması elzemdir.

Diğer

- Eğer ikramda bulunulacaksa atıştırmalık, su, çay, kahve veya yemek planlanmalıdır.
- Zaman yönetimi (eğitim saatlerinin, molalarının ve yemek vakitleri) planlanmalıdır
- Kâğıda yahut tahtaya yazılacaklarla ilgili kolaylaştırıcıya ihtiyacınız varsa öncesinde bu işi kimin yapacağını seçmeyi unutmayın.
- Projektör, bilgisayar benzeri elektronik aletlerin teknik ayarlamalar için ihtiyaç olması hâlinde destek alınmalıdır.
- Ekranın, sunum yapılırken herkes tarafından görülebilecek bir konumda olduğundan emin olunmalıdır.
- Katılımcıların dikkatini dağıtabilecek uyaranların neler olabileceği gözden geçirilmeli ve bunlar mümkünse azaltılmaya çalışılmalıdır.

EĞİTİMİN AKIŞI

Bu eğitimin akışını 1 tam günde tamamlanacak şekilde planlayabilirsiniz. Eğitim akışını; modül içindeki konu başlıklarının listelerini, oturumlarda gerekli olan malzemeleri, ders saatlerini, araları ve yemek molalarını da içerecek şekilde tasarlayabilirsiniz. Kendi takviminizi katılımcılarınızın da ihtiyaçlarını gözetenerek hazırlayın ve programı yerel ihtiyaçlara göre planlayın. Eğitim sırasında eğitimi ve katılımcıları daha enerjik hâle getirmek için kullanabileceğiniz örnek kaynaşma ve ısınma oyunları için Ek A ve örnek eğitim programı için Tablo 2 ve Ek B'ye bakabilirsiniz.



Modülde Kullanılan Canlandırmalarla İlgili İpuçları

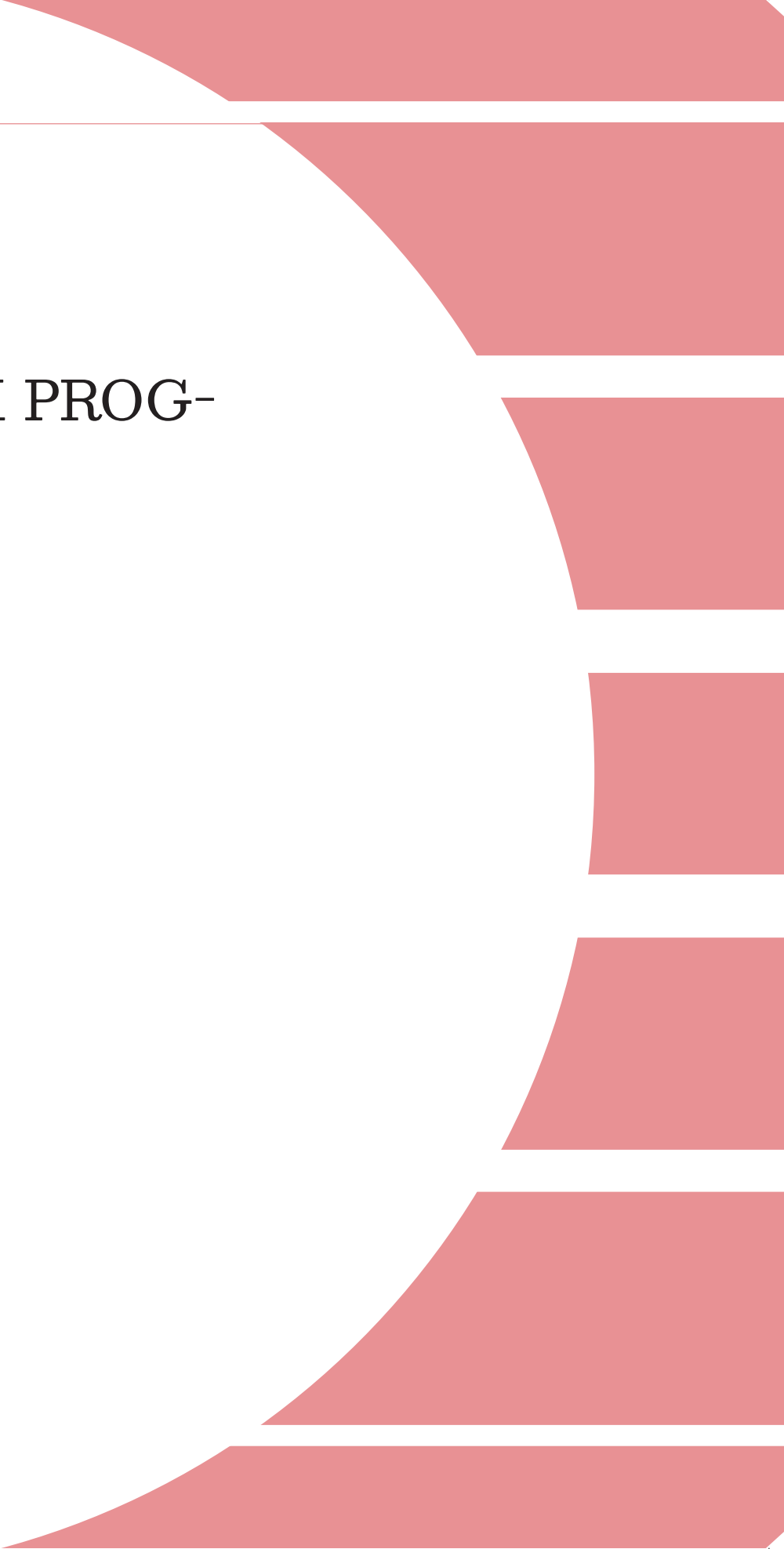
Eğitim sırasında kullanabileceğiniz iki tür canlandırma tekniği bulunmaktadır. İlki 'kolaylaştırıcılar' tekniğidir; bir PİY uygulayıcısı örnek bir PİY uygulamasını katılımcıların önünde canlı olarak gerçekleştirir. İkincisi ise 'aktif canlandırma'dır ve katılımcılar sıkıntı yaşayan bir kişi rolündeki bir katılımcıya PİY uygulamasını gerçekleştirerek pratik sağlarlar. Her iki türlü canlandırma uygulamasını da eğitim içinde gerçekleştirmeye çalışın.

Canlandırma uygulamasını yaparken aynı vaka örneğini iki kez canlandırmak da etkili bir tekniktir ve birinci canlandırmada bilindik hataları sergileyen bir uygulayıcıyı, ikincisinde ise PİY becerilerini daha iyi kullanan birini canlandırabilirsiniz. Böylelikle katılımcılar uygulamada neleri yapmamaları gerektiğini daha iyi kavrayacaklardır.

Canlandırmalarda kullanılabilecek örnek vaka senaryoları Ek C.5'te verilmiştir. Bu vaka senaryolarını kullanırken yerel ve kültürel özelliklere göre uyarladığınızdan emin olun.

Canlandırmalarda katılımcıların örnek senaryolardaki vakaları olabildiğince gerçekçi şekilde canlandırmaları konusunda onları cesaretlendirin.

Benzer şekilde, sıkıntı yaşayan kişileri canlandıran katılımcıların da PİY hakkında hiçbir şey bilmiyormuş gibi davranmalarını ancak canlandırmayı çok zorlaştırmamalarını hatırlatın.

A series of overlapping, semi-transparent red geometric shapes, including triangles and trapezoids, arranged in a vertical column on the right side of the page. A thin red line forms a partial frame around the text area on the left.

EĞİTİM PROG- RAMI

Tablo 2: Çocuklar için PİY Eğitimi Örnek Eğitim Programı

Faaliyet	Süre (dk.)	Malzemeler
1. Giriş	50	Bir top
1.1 Eğitime Giriş		Üzerinde yazılı eğitim programı bulunan sunum tahtası veya her katılımcı için eğitim programının kopyaları,
1.2 Tanışma Oyunu		Kâğıt ve kalemler,
1.3 Eğitim Programı		Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalemler, bant veya raptiyeler
1.4 Eğitimdeki Temel Kuralları Belirleme		
2. Çocuklar İçin PİY Nedir?	30	Ek C.1'in kopyaları – PİY'in ifadeleri (tekli ifadelerde kesilmiş) PİY'in ne olduğunu ve ne olmadığını gösteren hazırlanmış sunumlar
3. Sıkıntı Veren Olayların Tanımlanması	15	Ayaklı yazı tahtası kâğıdı ve keçeli kalemleri Ayaklı yazı tahtası kâğıdı, yapışkanlı kâğıt notları ve keçeli kalemleri
4. Sıkıntı Veren Olaylara Karşı Çocukların Tepkilerinin Açıklanması	40	Ek C.2'nin kopyaları – Farklı yaş gruplarından çocukların gelişimi
5. PİY'e İhtiyaç Duyan Çocuk ve Bakım Verenlerin Belirlenmesi	20	Ek C.3'ün kopyaları. Çocukların sıkıntı veren olaylara tepkileri Ayaklı yazı tahtası kâğıdı ve keçeli kalemleri
7. Çocuklarla İletişim Kurmak	45	Ek C.4'in kopyaları- Sıkıntılı durumdaki çocuklarla yardımcı iletişim için yedi yöntem (bölümlere ayrılmıştır)
8. 'İzle, Dinle, Bağ Kur' Uygulaması	60	
9. PİY Canlandırma	60	Ek C.5 Vaka örnekleri Ek C.6'nin kopyaları- Canlandırma Geri Bildirim Formu
11. Karmaşık Tepkiler	40	Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalemleri Ek C.7 ve varsa mevcut yerel sevk bilgileri
13. Eğitimin Kapanışı	30	Ek D Eğitim Değerlendirme Formu
TOPLAM (Yaklaşık)	390	

EĞİTİM OTURUMLARI

	
	■ Katılımcıların karşılanması ve eğitimin hedefleri ile ilgili ortak bir anlayışın geliştirilmesi ■ Katılımcıları karşılamak ve eğitimin hedefleriyle ilgili ortak bir anlayış geliştirmek ■ Olumlu ve güvenli bir öğrenme ortamı oluşturmak
	■ Bir top ■ Üzerinde yazılı eğitim programı bulunan ayaklı yazı tahtası veya her katılımcı için hazırlanmış kopyalar ■ Kâğıt ve kalemler ■ Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalemler, bant veya iğneler

Eğitime Giriş

1. Herkesi nezaketle karşılayın; kendinizi ve kolaylaştırıcıları tanıttın. Katılımcılara birazdan kendilerini tanıtırma fırsatı vereceğinizi açıklayın.
2. Katılımcılardan çiftler oluşturmalarını isteyin ve onlara psikolojik ilk yardım hakkında ne bilmele-ri gerektiği hususunda tartışmaları için iki dakika verin.
3. İki dakika sonra katılımcılara bir başka eş bulmalarını ve bu sefer de çocuklar için PİY'in ne ol-duğünü tartışmalarını isteyin "Neden özellikle çocuklar için tasarlanmış bir PİY'e ihtiyaç duyul-maktadır?"
4. Şimdi herkesi bir araya toplayın. Gönüllülere PİY hakkında ne düşündüklerini sorun.
5. Birkaç yanıtın sonra özetleyin ve şunları söyleyin:

 "Psikolojik ilk yardım, bulundukları durumu kontrol etmeleri ve o anki sorunların üstesinden gel-meleri için sıkıntı içerisindeki insanlara yardım etmek amacıyla oluşturulmuş beceri ve davranışlar bütünüdür. Bu becerileri bir kez öğrendiğinizde bunları hem kişisel hem de iş hayatınızdaki bir kriz durumunda tepki verirken kullanabilirsiniz."
6. Şimdi bazı gönüllülerden çocuklar için PİY hakkında bildiklerini paylaşmalarını isteyin. Onlara neden özellikle çocuklar için tasarlanmış bir PİY'e ihtiyaç duyduğumuzu sorun.
7. Birkaç yanıtın sonra özetleyin ve şunları söyleyin:



"Çocuklar için PİY, yetişkinler için olan PİY'e benzer. Fakat çocuklar küçük yetişkinler değildir. Onların sıkıntı durumlarındaki deneyimleri ve tepkileri farklıdır. Bu nedenle farklı destek ve korunmaya ihtiyaç duyarlar. Bugün psikolojik ilk yardımın temel ilkelerini ve 'İzle, Dinle ve Bağ Kur' adı verilen üçlü eylem planını öğrenecek; bu yaklaşımın sıkıntı içindeki çocuklara nasıl uygulanabileceği konusunda bilgi edineceksiniz."



Tanışma Oyunu

1. Katılımcılardan bir çember oluşturmalarını isteyin ve birbirilerini tanımak amacıyla bir oyun oynayacaklarını açıklayın. Onlara ne görüp ne duydukları konusunda dikkatli olmaları gerektiğini söyleyin.
2. Katılımcılardan birine topu verin ve onlardan isimlerini söylemelerini ve çoğu kişinin kendileri hakkında bilmediği bir şey söylemelerini isteyin. Örneğin hobileri, çaldıkları bir enstrüman veya özel olarak sevdikleri bir yiyecek vb.
3. Sırası gelen kişiye ona topu çemberdeki diğer bir kişiye atmasını söyleyin. Herkes topu alana kadar devam edin.
4. Tur tamamlandığında bu sefer topu yakalayanın topu ona atan kişinin ismini ve paylaştığı özelliğini söylemesi gerektiğini açıklayın ve sonra topu çemberdeki başka bir kişiye atmasını söyleyin. Çemberdekilerin çoğunun topu aldığından emin olana kadar bu oyunu devam ettirin.
5. Birkaç dakika sonra katılımcılara oda içerisinde ortak özelliği olan birisini bulmalarını ve bu kişiyle (kültürel olarak uygunsa) kol kola girmelerini söyleyin. Eğer bunu istemezlerse bir arada durarak eşleştikleri kişiyle bir grup hâlinde durmalarını isteyin. Şimdi bu çiftlere ortak noktaları olan bir başka çift bulmalarını söyleyin. Herkes birbiriyle ortak özelliğe sahip biriyle eşleşinceye kadar eşleri birleştirmeye devam edin (4 kişiyle 4 kişiyi, 8 kişiyle 8 kişiyi). Eğer ortak bir nokta bulamazlarsa onlara herkesin bu eğitiminde olduğunu ve bunun da bir ortak nokta olabileceğini hatırlatın.
6. Tüm katılımcılardan daire etrafında toplanmalarını isteyerek oyunu sonlandırın. PİY'in 'İzle, Dinle ve Bağ Kur' basamaklarını uyguladıklarının altını çizin. Bu oyun, insanlar kendileri hakkında bilgi paylaşırken dikkatli dinlemenin önemini göstermektedir.



Eğitim Programını Tanıtma

1. Gün içinde eğitim programına göre ilerleyin ve kısaca oturumları açıklayın. Başlangıç ve bitiş saatleri ile yemek molalarının saatlerini, tuvaletlerin nerede olduğu vb. bilgileri paylaşın.
2. Bu eğitimin çocuklar için PİY üzerine olduğunu açıklayın. Eğitimin aynı zamanda sıkıntı içindeki çocukları ve bakım verenleri nasıl tanıyabileceğimizi ve çocuklarla nasıl iletişim kurabileceğimizi içerdiğini belirtin. Eğitimin belirli karmaşık durumların veya tepkilerin yönetilmesiyle ilgili hususları içerdiğini ve yardım eden kişilere öz bakım hakkındaki stratejilerde kılavuzluk ettiğini belirtin.

3. Katılımcılara yarım günlük eğitimden oluşan PİY'e Giriş, 1 günlük eğitimden oluşan PİY ve 3 gün süren Gruplar İçin PİY Uygulayıcı Eğitimi adı altında başka PİY modülleri olduğunu belirtin. Katılımcılara Modül 4: Gruplar İçin PİY Uygulayıcı Eğitimi'nin sadece Modül 2: Yetişkinler İçin Temel PİY Eğitimi'ni alanlara verilebildiğini açıklayın.

5 Eğitimdeki Temel Kuralları Belirleme

1. Grubun eğitimin temel kurallarında hemfikir olmasının, herkesin rahat bir şekilde katılım sağlayıp paylaşım yapabileceği güvenli bir ortam oluşturmada önemli olduğunu açıklayın.
2. Katılımcıları dört gruba ayırın ve onlara renkli yapışkan not kâğıtları ve kalem verin. Onlardan bu eğitim boyunca tüm katılımcıların uymasını bekledikleri en önemli temel kural veya kuralların ne olduğunu yazmalarını isteyin. Her grup en çok üç kural yazabilir.
3. 1 dakika sonra her gruptan bir kişinin kurallarını tüm grupla paylaşmasını ve yazdıkları yapışkan not kâğıdını daha önce hazırladığınız flipchart kâğıdına yapıştırmalarını isteyin.
4. Şimdi bir gönüllü katılımcı seçerek gruplardan gelen kuralları aynı flipchart kâğıdına yazmasını isteyin. Böylece tüm katılımcılar ortak kurallarını iş birliği içinde belirlemiş olacaklardır.

Eğitimlerde kullanılan temel beklentilere ve kurallara örnekler şunlardır:

- Eğitim sırasında cep telefonları kapalı ya da sessiz olmalı,
- Dakik olunmalı. Başlangıç ve bitiş saatlerine uyulmalı ve aralardan zamanında dönülmeli,
- Konuşurken birbirinin sözü kesilmemeli,
- Kişisel sınırlar da dâhil olmak üzere birbirine saygı duyulmalı,
- Herkes kendi görüşünü paylaşması için davet edilmeli fakat kimse konuşmaya zorlanmamalı,
- Konuşmacılar dikkatli bir şekilde dinlenilmeli,
- Diğer insanlar deneyimlerini paylaşırken yargılayıcı ve eleştirel olmayan bir yaklaşım sergilenmeli,
- Soru sormak ve katılımcıların aktif olması teşvik edilmelidir.

5. Grup içindeki gizlilik ilkesini siz açıklayın ve paylaşılan her şeyin gizli tutulmasının beklendiğini söyleyin:



“Eğitim boyunca zaman zaman hepimiz kendimiz veya deneyimlerimizle ilgili paylaşımlarda bulunacağız ve bunu en doğru ve samimi şekilde yapabilmemiz için paylaşımlarımızın bu grup içinde kalmasını sağlamamız önemli. Bu nedenle hepimizin burada paylaşılanları burada tutması ve gizliliğe önem vermesi gerekiyor. Bu sayede güvene dayalı bir atmosfer olacak ve katılımcıların kişisel hikayelerini ve hislerini paylaşmaları için daha rahat bir ortam sağlanacaktır.”

Son olarak katılımcılara bütün faaliyetlere katılmalarının zorunlu olmadığını ve diledikleri zaman uygulamalardan ayrılacaklarını söyleyin. Eğer bir faaliyete katılma konusunda kendilerini rahat hissetmiyorlarsa sadece izleyebilirler.

6. Temel kuralları herkesin çalışma sırasında kolayca görebileceği bir yere asın ve herkesin bu kurallara uymasıyla ilgili onayını alın.

7. Şu ifadelerle devam edin:



“Sıkıntı veren veya korkutucu bir olayla karşılaştığımızda bu bizim bedenimizle, düşüncelerimizle ve duygularımızla tepki vermemize neden olur. Bu doğaldır. Bunu anlamak önemlidir. Herkes stresli ve zorlu bir durum içine düştüğünde tepki verir. Çoğu insan bu tür deneyimlerden kendi başına yahut arkadaşlarının, ailelerinin veya diğerlerinin yardımıyla kurtulur. Psikolojik ilk yardım, kişilerin sıkıntı verici olaylara verdikleri genel tepkileri anlamayı ve bu tepkilerle baş etmelerine yardımcı olmayı içermektedir.

Psikolojik ilk yardım, sıkıntı içindeki insanların duygusal ve pratik olarak mevcut durumla daha iyi baş etmelerini sağlayabilir ve bu yolla kriz olayının etkilerinin azaltılmasına yardımcı olabilir. Bugün sıkıntı veren olaylara karşı gösterilen genel tepkiler hakkında bir şeyler öğreneceksiniz. Aynı zamanda üçlü eylem planı olan İzle, Dinle, Bağ Kur hakkında bilgi sahibi olacaksınız ve psikolojik ilk yardım sunarken ihtiyaç duyacağınız bazı becerilerin örneğin birisini sakinleştirme ya da aktif dinleme gibi uygulamalarını yapma şansı bulacaksınız. Bununla beraber yardıma ihtiyacı olan birisini başka bir yere nasıl ve ne zaman sevk edeceğinizi öğreneceksiniz.

Bazı insanlar psikolojik ilk yardımın sunduğundan daha fazla yardıma ihtiyaç duyabilirler. Psikolojik ilk yardım becerilerinin öğreniminin bir kısmı farklı türde yardım isteyen insanların nasıl belirleneceğinin öğrenilmesi ve bu kişilerin nasıl sevk edileceğinin bilinmesini de içermektedir. Bunun hakkında eğitim içinde sonra daha çok konuşacağız.”

ÇOCUKLAR İÇİN PİY NEDİR?

	
	■ Çocuklar İçin PİY'in ne olup ne olmadığını konusunda bilgi sahibi olmak
	■ Ek C.1 kopyaları. PİY ifadeleri (tekli ifadelerde kesilmiş). ■ PİY'in ne olduğunu ve PİY'in ne olmadığını gösteren hazırlanmış sunumlar (PP 2-3'ü de kullanabilirsiniz.) ■ Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalem

 Bu oturumda dağıtılacak materyallerde, PİY ile ilgili doğru ve yanlış ifadeler karışık olarak yer almaktadır. Katılımcıların, bu ifadeleri inceleyerek PİY ifadelerinin iki ana kategoriye nasıl ayrıldığını kendilerinin bulmaları beklenmektedir. Bu nedenle katılımcıları yönlendirmemeye çalışın. Birbirleri ile konuşarak çalışmalarını sağlayın.

1. EK C.1'de yer alan PİY ifadelerini rastgele dağıtın.
2. Bazı farklı ifadeleri dağıttığınızı ve bunların iki gruptan birisine ait olduğunu açıklayın. Başka bir açıklama yapmadan katılımcılara ifadeleri, birbiriyle ilişkili ifadeler doğrultusunda iki grup oluşturmalarını söyleyin.
3. İki grup oluşturduklarında katılımcılara bu gruplar arasındaki farkın ne olduğunu sorun. Bazı ifadelerin doğru bazılarının yanlış olduğu cevabını vermeleri gerekmektedir.
4. Her bir gruba ifadelerini paylaşmalarını söyleyin.
5. Katılımcıların ifadelerin ne anlama geldiğini anlayıp anlamadıklarını kontrol edin. Örneğin bir katılımcıdan neden PİY'in profesyonel bir danışmanlık veya terapi olmadığını açıklamasını rica edin ve diğerlerinin bunu anladıklarından emin olun.
6. Hazırlanmış ayaklı yazı tahtasında veya PowerPoint slaytlarında çocuklar için PİY'in ne olduğunu ve ne olmadığını gösterin.
7. Şimdi bu iki gruptaki katılımcılara, çocuklara PİY sunulmasında eğitimin özellikle neyin üzerine odaklanması gerektiğiyle ilgili olarak tartışmaları için birkaç dakika verin. Farklı nedenleri listelemelerini isteyin.

PİY Nedir? (Doğru)

- Sıkıntı içindeki çocukların ve bakım verenlerin rahat, güvende ve sakin hissetmelerinin sağlanmasıdır.
- İhtiyaçların ve kaygıların değerlendirilmesidir.
- Çocukları koruyarak zarar görmelerini engellenmesidir.
- Duygusal destek sağlanmasıdır.
- Acil temel ihtiyaçların belirlenmesine yardımcı olunmasıdır (ör. su, battaniye veya barınak).
- Çocukların ve bakım verenlerin konuşmaya zorlanmadan dinlenmesidir.
- Çocukların ve bakım verenlerin bilgiye, hizmetlere ve sosyal desteğe erişimlerine yardımcı olunmasıdır.

PİY Ne Değildir? (Yanlış)

- Sadece psikolog ve psikiyatristlerin yapabileceği bir yardımdır.
- Profesyonel danışmanlık veya terapi gibidir.
- Sıkıntı veren olayın ayrıntılarını konuşmaya cesaretlendirmektir.
- Çocuklara ve bakım verenlerine ne olduğunu analiz etmelerini istediğimiz bir uygulamadır.
- Çocuklara ve bakım verenlerine olayların ayrıntılarını anlatması için baskı yaptığımız bir uygulamadır.
- Çocuklara ve bakım verenlerine duygularını ve tepkilerini paylaşması için baskı yaptığımız bir uygulamadır.

8. Birkaç dakika sonra her iki gruba da nedenleri açıklamalarını ve bunları ayaklı yazı tahtasına yazmalarını söyleyin.

Aşağıdaki ifadelerin bulunduğundan emin olun:

Çocuklar;

- bakım ve koruma için yetişkinlere bağımlıdırlar.
- içinde bulundukları durumları anlarlar ve yetişkinlerden daha farklı tepki verirler.
- yaşa ve cinsiyete göre farklı ihtiyaçları vardır.
- yetişkinlerden farklı bakım ve destek ihtiyaçları vardır.

9. verilen yanıtları özetleyin ve şunları söyleyin:



"Çocuklar yetişkinlerden farklı tepki verirler ve farklı düşünürler. Yaşlarına, olgunluklarına, olayları kavrayışlarına ve tepkilerine göre özel ihtiyaçlara sahiptirler. Fiziksel özellikleri, sosyal bağımlılıkları ve bakım verenlerine olan duygusal bağları nedeniyle bilhassa hassas olurlar. Duygusal olarak zorlandıklarında sakinleşebilmek için bir yetişkinin rehberliğine ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle çocuklar için ilk yardım eğitimini geliştirdik. Bu eğitim onların özel ihtiyaçlarını gözeterek en iyi şekilde rehberlik edebilmemiz ve şefkatle kapsayabilmemizi sağlayacak gerekli desteği nasıl verebileceğimizi öğretmeyi amaçlamaktadır."

10. Çocukların güvenliğini sağlayan uluslararası ve ulusal kanunların ve yönetmeliklerin olduğunu belirtin. Katılımcılar, kendi kurumlarında çocuk koruma politikaları, şiddet ve istismar beyanlarını yerel kapsamda nasıl ele alacaklarıyla ilgili güncel bilgiye sahip olmalıdırlar.
11. Katılımcılara Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Dernekler Federasyonunun Çevrim İçi Çocuk Koruma Brifinginden bahsedin ve henüz bunu görmemiş kişileri brifinge göz atmaları için yönlendirin.
12. Bir kişiye PİY sunarken yardım edilen kişinin güvenliğine, onuruna ve haklarına saygı duyarak yaklaşılmasının önemine vurgu yapın. Katılımcılardan bunu nasıl yapabilecekleriyle ilgili örnekler vermelerini isteyin.
13. Aşağıdaki konulara değinildiğinden emin olun.



Güvenlik

Davranışlarınız nedeniyle insanları daha başka risklere sürüklemekten kaçının.

Yardım ettiğiniz kişilerin güvende olması sağlayın ve fiziksel veya psikolojik zarardan korunmaları için elinizden gelenin en iyisini yaptığınızdan emin olun.

Onur

İnsanlara saygılı davranın; onların kültürel ve sosyal normlarını dikkate alın.

Haklar

İnsanların ayrımcılığa uğramadan eşit şekilde yardıma ulaşabileceklerinden emin olun.

İnsanlara haklarını savunmaları ve faydalanabilecekleri desteklere erişebilmeleri için yardım edin.

Her birey için onun çıkarlarını ve iyilik hâlini ön planda tutarak en doğru yaklaşımı sergileyin.

SIKINTI VEREN OLAYLAR

	■ Hangi olayların bir çocuğun PİY'e ihtiyaç duymasına neden olabileceğini tartışmak.
	■ Ayaklı yazı tahtası kâğıdı, ■ Post-it not kâğıtları, ■ Keçeli kalemler



Post-it not kâğıtları sonraki eğitimde canlandırmalarda kullanılacaktır.

1. Katılımcılara yeni birisiyle eşleşmelerini söyleyin. Onlara hangi olayların bir çocuğun PİY'e ihtiyaç duymasına neden olabileceğini tartışmaları için birkaç dakika verin.
2. Birkaç dakika sonra onlara yanıtlarını sorun. Yanıtlarını verdikçe iki gönüllüden tüm önerileri post-it not kâğıtlarına yazmalarını (Her bir kâğıda bir örnek yazılacaktır.) ve bunları kâğıt tahtasına yapıştırmalarını rica edin. Katılımcılardan söylediklerini özetlemelerini isteyin. Böylece kâğıt üzerindeki örnekler sadece bir kelime veya cümleden oluşacaktır. Bu cevapları bir sonraki eğitimde canlandırma kısmında kullanabileceklerini onlara açıklayın.

İşte bazı örnekler:

- Bir arkadaşıyla anlaşmazlık yaşanması
- Kardeş kıskançlığı
- Akran zorbalığı
- Fiziksel, cinsel şiddete maruz kalmak
- Ciddi bir hastalık teşhisinin konmuş olması
- İlişkilerdeki zorluklar (ergenlerde)
- Evcil hayvanını kaybetmek
- Ebeveynlerin boşanması
- Bir araba kazası
- Aileden birinin ölümü
- Doğa kaynaklı afet

- Geniş çapta etkisi olan insan kaynaklı afet veya kazalar
 - Bir kişinin yaralanmasına yahut hastalanmasına şahitlik edilmesi
 - Aileden koparılmak ya da aileyle birlikte olamamak
3. Sıkıntı veren olayların (ör. aileyle ilgili) bireysel ve kişisel nitelikte olabileceğini vurgulayın. Fakat bunlardan farklı olarak sıkıntı veren olaylar daha geniş çaplı, daha kamusal nitelikte olabileceğini; çok sayıda insanı aynı anda etkileyen doğa ya da insan kaynaklı afetler şeklinde de ortaya çıkabileceğini de belirtmeyi ihmal etmeyin.
 4. Katılımcılara sıkıntılı olay yaşamış bütün çocukların Pİ'ye ihtiyacı olup olmayacağını sorun.
 5. Bazı çocukların aynı yetişkinler gibi zorlu deneyimleri başarılı bir şekilde atlatabildiklerini, her çocuğun olaylara bakış açısının ve baş etme mekanizmalarının farklı olduğunu vurgulayın. Bütün çocukların Pİ'ye ihtiyacı olmayabilir. Bir sonraki faaliyette, stresli deneyimler yaşayan çocukların genel tepkileri ve bir çocuğun Pİ'ye ihtiyacı olup olmadığının nasıl anlaşılacağı üzerinde durulacağını katılımcılara açıklayın.

SIKINTI VEREN OLAYLARA KARŞI ÇOCUKLARIN TEPKİLERİ

	
	■ Farklı gelişim yaşlarında çocukların sıkıntı veren olaylara karşı verecekleri tepkileri tartışmak.
	■ Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalemler ■ Ek C.2'nin kopyaları- Çocukların bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimleri ■ Ek C.3'ün kopyaları- Çocukların üzücü olaylara karşı tepkileri

1. Katılımcıları dört gruba bölün ve onlara ayaklı yazı tahtası kâğıdı ve keçeli kalem verin. Her bir gruba 0-2 yaş; 3-6 yaş; 7-12 yaş; 13-18 yaş olmak üzere farklı yaş gruplarını paylaşın. Onlardan kâğıdın üst kısmına kendilerine verilen yaş grubunu yazmalarını isteyin.
2. Faaliyete başlamadan önce gruplara birbirlerini biraz daha tanımaları maksadıyla birkaç dakika süre verin. Onlardan kendilerinin de çocuğu varsa veya daha önce çocuklarla çalışmışlarsa bunu paylaşmalarını isteyin.

3. Şimdi; gruplara çocukların bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimleriyle ilgili basılı metinleri verin.
4. Onlara bir vaka hikâyesini dinleyeceklerini ve kendilerine atanan yaş grubu hakkında bazı soruları tartışmaları gerektiğini açıklayın. Soruların tartışılması sırasında kendilerine dağıtılan basılı metinlerden yararlanabileceklerini ifade edin. Basılı metinde olmayan ancak kendilerinin önemli gördükleri hususları ekleyebileceklerini de belirtin.



Çocukların Tepkileriyle İlgili Sorular

- Böyle bir durumda bir çocuğun nasıl tepkiler vermesini beklersiniz?
- Hem içsel hem de dışsal tepkileri tanımlayınız.
- Erkeklerin ve kızların tepkileri aynı mı olacaktır?

5. İçsel tepkilerin duygular, düşünceler ve fiziksel hisler olduğunu ve bunların gizlenebilen tepkiler; dışsal tepkilerinse diğer insanlar tarafından görülebilen ağlama ya da saldırgan tutum gibi tepkiler olduğunu vurgulayın.

6. Şimdi örnek vakayı okuyun:

Çalıştığınız Kızılhaç veya Kızılay çocuk kulübünde haftalık olarak çocuklarla görüşmekte ve atölyeler yürütmektesiniz. Bu atölyelere bir aydır devam eden ve etkinliklere katılım sağlayan bir çocuğun son iki haftadır keyifsiz olduğunu gözlemlediniz. Siz iletişim kurmaya çalıştıkça karşılık alamıyorsunuz. Etkinlik çıkışında ebeveynlerle iletişime geçtiniz ve çocuğun ileri evre kanser hastalığı tanısı aldığını öğrendiniz.

7. Gruplara, kendilerine atanan yaş grubundaki ileri evre bir kanser hastalığı teşhisi konulan bir çocuğun nasıl tepki vereceğini tartışmaları için birkaç dakika verin. Onlara erkek ve kız çocukları arasında nasıl farklılıklar olabileceğini dikkate almalarını söyleyin.

Her bir grubun çocukların verebilecekleri tepkileri sırasıyla açıklamasını isteyin.

Ek C.3 çocukların sıkıntı verici olaylara tepkileri metinlerinin kopyalarını verin. Gruplardan bu yazılı metindeki örnekleri gözden geçirmelerini ve kendi listelerindeki örneklerle kıyaslamalarını isteyin. Elleriindeki metinde olmayan hususlar var mı veya tam tersi bir durum mu söz konusu?

8. Üzerinde durulan cinsiyet farklarıyla alakalı hususları da tartışın.
9. Bazı çocukların stresli bir durumla karşılaştıklarında diğerlerine kıyasla daha güçlü tepkiler verebildiğini, her çocuğun kendi nesnellğinde ve gerçekliğinde değerlendirilme ihtiyacı olduğunu açıklayarak devam edin.
10. Çocukların tepkilerini etkileyen dört ana kategori olduğunu açıklayın. Bunlar çevre, biyolojik/fiziksel, sosyal, bakım veren ve aile unsurlarıdır.

11. Her dört gruba bir kategori tahsis edin ve gruplara bu kategorilerin çocukların tepkilerini nasıl etkileyebileceğini düşünmeleri için birkaç dakika verin.
12. Ayaklı yazı tahtası kâğıdını dört bölüme ayırın ve her bölüme farklı kategorileri başlık olarak yazın. Dört gruptan geri bildirimlerini vermelerini isteyin ve bir gönüllüyü kâğıt üzerindeki bölüme örnekleri yazması için davet edin.

Cevapların örnekleri ayaklı yazı tahtası kâğıdı çiziminde gösterilmektedir.

13. Bir çocuğa yahut bakım verene yardım ederken tüm olası etkileyici unsurları aklınızda tutmanın ne kadar önemli olduğunu vurgulayarak faaliyeti sonlandırın.

Çevre ■ Ne yaşadılar? ■ Kültürün özellikleri neler? ■ Durum ne kadar tehlikeliydi? ■ Nelere şahit oldular?	Biyolojik ■ Fiziksel ■ Gelişim ve dayanıklılık ■ Fiziksel yaralanma
Sosyal Unsurlar ■ Sosyoekonomik unsurlar ■ Sosyal destek	Bakım Veren ve Aile Unsurları ■ Bakım verenlerin tepkileri ■ Bakım verenin ve ailenin stres/sıkıntı seviyesi ■ Aileden veya bakım verenden koparılmak

PİY'E İHTİYAÇ DUYAN ÇOCUKLAR VE BAKIM VERENLER

	
	■ PİY'e ihtiyaç duyan çocukları ve bakım verenleri tanımlamak
	■ Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalem

1. Katılımcılara üzücü bir olay yaşayan tüm çocukların PİY'e ihtiyaç duymayabileceğini hatırlatın.
2. Sıkıntı veren olayların yaşanması ebeveynleri de etkileyebilmektedir. Bu noktada ebeveynlerin veya bakım verenlerin çocuğun bakımını yerine getirebilmek için yardıma ihtiyacı olup olmadığını görebilmek önemlidir.
3. PİY'e ihtiyaç duyan sıkıntı içindeki bakım verenlerin sergileyeceği belirti ve vereceği tepkilerin neler olabileceğini katılımcılara sorun. Birkaç dakika hep birlikte tartışın ve aşağıdaki maddelerin konuşulduğundan emin olun.

Ebeveynin veya bakım verenin belirtileri şunlar olabilir:

- Şaşırmış veya kafası karışmış görünmek
 - Çocuğuyla iletişimde kopukluk yaşamak (şiddet dilinin hâkim olması, çocuğu azarlama, çocuğa vurma vb.)
 - Normal işlevlerini yerine getirememek, kendilerine veya çocuklarına yönelik temel ihtiyaçlara erişim imkânı olmasına rağmen yemek hazırlamamak, temizlik yapmamak veya kişisel bakımını sürdürememek
 - Davranışlarında kontrolü yitirmek ve öngörülemez yahut yıkıcı davranışlar sergilemek
 - Kendisine ve diğerlerine zarar verecek şekilde tehdit oluşturmak.
4. Katılımcılara, sıkıntı içerisindeki bakım verenlere sunulabilecek yardım yollarını sorun. 'İzle, Dinle ve Bağ Kur' prensiplerinin aynı şekilde yetişkinlere uygulanabileceğini açıklayın. Bakım verenlere yardım ederek onların da kendi çocuklarının bakımını yerine getirebilecekleri hususunun üzerinde durun. Çocuklar ebeveynlerinin sakinleşmeye başlamasıyla beraber kendilerini yeniden güvende hissetmeye ve sakinleşmeye başlayacaklardır.

5. Katılımcılara ebeveynlerin ve bakım verenlerin sıkıntı içindeki çocuklarına nasıl yardımcı olabileceklerine dair ipuçları sunan *Kızılhaç ve Kızılay Toplulukları için Psikolojik İlk Yardım Kılavuzu* adlı başlangıç düzeyindeki kaynağı tanıtın. Onlara aynı zamanda çocuklar için PİY’de bulunan “Çocukları Kurtaralım” eğitimleriyle ilgili daha fazla okuma yapabileceklerini söyleyin.
6. Eğer bir çocuk, ebeveyni veya bakım veren kişiyle beraberse çocukla iletişim kurmak istediklerinde her zaman ebeveyn veya bakım verenden izin alınması gerektiğinin önemini vurgulayın.

Çocuklardaki üzüntü belirtileri şunları içerebilir:

- İyi hissetmediğini gösteren titreme, baş ağrısı, iştahsızlık, ağrı ve acılar
- Çok ağlama
- Huzursuz olma ve panikleme
 - Alt ıslatma
 - Kekeleme
 - Seçici konuşmazlık (sadece belli kişilerle konuşması)
- Bakım verenden ayrılmama
- Şaşırmış veya kafası karışmış görünme
- Çok az yahut hiç hareket etmeden içe dönük veya sessiz görünme
- Agresif olmak ve diğerlerine zarar vermeye çalışma (yumruk, tekme, ısırık vb.)
- Diğer insanlara tepki vermeme ya da çok fazla konuşmama
- Diğer insanlardan saklanma
- Davranışlarında belirgin değişiklikler
- Uygunsuz cinsel içerikli davranışlarda bulunma
- Çok korkma

ÇOCUKLARLA İLETİŞİM KURMAK

	
	■ Sıkıntı içindeki çocuklarla iletişim için çeşitli teknikleri uygulamak
	■ Ek C.4 - Sıkıntı içindeki çocuklarla faydalı bir iletişim için yedi teknik

1. Her çocuğun tek ve biricik olduğunu ve kendi nesnelliği içerisinde değerlendirilmeye ihtiyaç duyduğunu hatırlatın. Çocukların kendilerini yetişkinler gibi uzun cümlelerle ifade etmek yerine daha farklı yöntemlere, oyuncu ve özenli bir dile ihtiyaç duyabileceklerini açıklayarak başlayın. Bu aşamada çocuklarla iletişim kurarken her yetişkinin temel düzeyde bilgi sahibi olması beklenen bazı teknikleri öğreneceklerini açıklayın.
2. Katılımcıları 3 gruba bölün. Bu oturumun sıkıntı içindeki çocuklarla iletişim için yardımcı olabilecek iletişim yöntemlerine odaklandığını açıklayın.

Bu teknikler şunlardır:

- İlk iletişim
 - Bilgi toplama
 - Aktif dinleme
 - Normalleştirme
 - Genelleme
 - Üçgenleştirme
 - Sakinleştirme
3. İlk iletişim ve bilgi toplamayı birinci gruba, aktif dinleme ve normalleştirme ikinci gruba, genelleme, üçgenleştirme ve sakinleştirmeyi de üçüncü gruba verin.
 4. Gruplara çocuklarla iletişim tekniklerine dair yazılı bilgilerin verileceğini açıklayın. Her grubun, verilen tekniği tartışarak 10 dakika içinde kısa bir canlandırma hazırlaması beklenmektedir.

Gruplar, canlandırmaları çocuklarla iletişim kurarken kullandıkları teknikle ilgili olarak akıllarında kalmasının önemli olduğunu düşündükleri şeyi vurgulayacak şekilde kurgulamalıdır.

5. Ek C4'teki tekniklerin kopyalarını gruplara verin.

Canlandırmalar çocuğun yaşı ve cinsiyeti ile ilgili ayrıntıların açıklanmasıyla başlamalıdır.

6. 10 dakika sonra gruplara canlandırmalarını sergilemelerini söyleyin. Her grubun canlandırması sonrasında tekniğe dair derinlik sağlayabilmek ve tekniğin daha iyi kavrandığından emin olabilmek için örnekleri arttırın. Her bir tekniğin detaylıca konuşulduğundan ve iyice anlaşıldığından emin olun.
7. Her bir canlandırma sonrasında yorumları ve soruları alın.

PİY UYGULAMA BASAMAKLARI: ‘İZLE, DİNLE VE BAĞ KUR’

	
	■ ‘İzle, Dinle ve Bağ Kur’ eylemleri ilkelerinin iki farklı senaryoyla göstermek
	■ Yok



Bu oturum izleyicilerin oyun içerisindeki eylemlere karar verdiği ‘forum tiyatrosu’ olarak adlandırılan tekniğe dayanmaktadır. Bu yöntem, öğrenme aracı ve davranış değişimi için bir uyarıcı olarak çok etkilidir.

Bu oturumda iki senaryo bulunmaktadır. Bunları kullanabilir yahut kendi senaryolarınızı belirleyebilirsiniz. Senaryoların katılımcılara sıkıntı verebileceği uyarısını yapmayı ihmal etmeyin.

1. Katılımcılardan yarım daire şeklinde oturmalarını isteyin ve katılımcıların ‘dinleyici’ olarak PİY uygulayıcısı rolünü oynayan kişinin hareketlerine yön vererek ‘İzle, Dinle, Bağ Kur’ gösterimi için süreçlerin tamamlanacağını ifade edin. Ayrıca çocuklarla iletişim tekniklerine dair öğrenilen yedi ayrı yöntemin pekişmesi için bu yöntemlerin de kullanılmasını talep edin. İki kısa senaryoya dayalı iki gösterim olacağını ve bazı gönüllülerin çocuk ve ebeveyn rolünü oynaması gerektiğini açıklayın.
2. Burada izleyiciler (bir başka ifadeyle katılımcılar) PİY uygulayıcısına gösterim sırasında yön vereceklerdir. İzleyicilerden herhangi birisi PİY uygulayıcısını durdurabilir ve onlardan farklı bir şey yapmasını isteyebilir. Bu olduğunda ise izleyicilerin içindeki kişiler ‘İzle, Dinle, Bağ Kur’ eylemlerinin hangi kısmının PİY uygulayıcısı tarafından yapılmasını istediklerini açıklamalıdır ve bunun nasıl yardımcı olacağını haklı gerekçelerle desteklemelidir. Ayrıca çocuklarla iletişim yöntemlerindeki aktif dinleme, üçgenleştirme yöntemlerine mutlaka başvurmalarını hatırlatın. Katılımcıların bu gösterimde PİY uygulayıcısını yönlendirebileceklerini ancak çocukları yönlendirmeyeceklerini anladıklarından emin olun.

3. İlk senaryoya dayalı olarak işlemlere başlayın. İlk gösterimde sizin PİY uygulayıcısı rolünü oynayacağınızı açıklayın. Bir gönüllüden çocuk rolü oynamasını isteyin.

4. Şimdi senaryoyu okuyun:



"Siz (PİY uygulayıcısı) sel felaketinin bitiminde öğleden sonra saatlerinde kurum aracıyla sahaya çıktınız. Sahada ilk değerlendirme için analiz yapmanız ve ihtiyaçları gözlemlemeniz bekleniyor. Gözlem yapmaya gittiğiniz ilk mahallede kaldırımın kenarında bir kız çocuğunun oturduğunu fark ettiniz. Fırtınadan sonra ailesinden ayrılmış. Nehir taşmış; kız çocuğu evine dönemiyor. Kaybolmuş, korkmuş ve endişeli."

5. Gerçek gösterime başlamadan önce sıkıntı veren bir olay yaşamış bir çocuğun nasıl tepkiler vereceğini düşünmeleri için gönüllülere birkaç dakika verin. Gönüllüler çocuk rolünü oynarken hangi temel tepkiyi sergileyeceğine karar vermelidirler. Bu noktada gönüllülerle herhangi bir tartışma gerçekleştirmeyin.

6. Gösterime başlayın ve izleyicilere bir PİY uygulayıcısı olarak ilk başta ne yapmanız gerektiğini sorun. Dinleyicilerin yönlendirdiği şekilde talimatları yerine getirin. Eğer katılımcılar ne yapılması gerektiği konusunda uzlaşmamışlarsa fikir birliği sağlanana kadar bir tartışma başlatın. Bu çocuk, diğer gönüllülerin duruma verdikleri tepkilere bağlı olarak her bir eyleme verecektir.

Eylemi yerine getirdiğinizde durup şunları söyleyebilirsiniz:

- "Şimdi ne yapmalıyım?" veya
 - "Ne söylemeliyim? Bunu nasıl söylemeliyim?"
7. Çocuk güvenli bir şekilde ailesine kavuşana yahut bu noktadan sonra sorumluluğunu alacak kuruma ulaşana kadar devam edin.
8. Aynı süreci aşağıdaki senaryoya dayalı olarak da tekrarlayın. Gösterime başlamadan önce üç gönüllünden birinin yaşça büyük bir çocuğu, birinin ebeveyni ve diğerinin de PİY uygulayıcısı rolünü oynamasını isteyin.

İkinci senaryoyu okuyun:



"11 yaşındaki Ege, annesi Betül ve babası Fatih saat 16 sularında tatil dönüş yolunda sohbet etmektedirler. Bir anda karşı şeritten gelen ve kontrolünü kaybetmiş bir araçla çarpışırlar. Bu kaza sonucunda baba yaralanır, anne ve Ege ise hafif sıyrıklarla kazayı atlattırlar. Fakat ikisi de çok korkmuş ve şok hâlinde dirler."

9. Gösterime bir önceki gösterime başladığınız gibi başlayın. Bu sefer gönüllü PİY uygulayıcısı izleyicilere bu durumda ilk başta ne yapması gerektiğini sormalıdır. Eylemler izleyicilerin yönlendirdiği şekilde ve anne ile oğlunun tepkilerine göre ilerleyecektir.

10. Her iki gösterim de tamamlandıktan sonra katılımcılardan ne gözlemlediklerini veya nasıl bir durumun içinde bulunduklarını ifade etmelerini isteyin. Bu deneyim sırasında karşılaştıkları bütün zorlukları tartışmalarını ve bu zorluklara karşı grup içinden çözümler üretmelerini isteyin.

PİY CANLANDIRMASI

	
	■ PİY'i küçük gruplarda canlandırmak ■ Yardımcı olabilecek geri bildirimleri uygulamak
	■ Ek C.5. Vaka örnekleri ■ Ek C.6. Canlandırma Geri Bildirim Formlarının kopyaları



Gruplardan herhangi birisinde dörtten fazla katılımcı varsa bu kişilerin çocuklara ve bakım verenlere PİY sunan canlandırmalarda rol alabilmesini sağlamak için zaman planlamasını buna göre yapmaları gerekmektedir.

Canlandırmaların katılımcıları duygusal olarak etkileyebileceğinin farkında olun. Onlara verilen rolün kişisel olarak yaşadıkları bir deneyimle benzerlik içerip içermediğine veya başka bir şekilde bir tepkiye neden olup olamayacağına dikkat edin. Eğer bir benzerlik varsa veya tetiklenme söz konusuysa kişinin katılım sağlamama hakkı olduğunu hatırlatın. Canlandırmalar sırasında ve sonunda katılımcıların iyi hissettiğini ve eğitimin devam etmesi konusunda rahat olduklarını kontrol etmeniz önemlidir. Eğer herhangi birisinin desteğe ihtiyacı olduğunu fark ederseniz bunun grup içerisinde mi ya da daha çok bireysel bir desteğin daha faydalı olup olmayacağına karar vermeniz gerekebilir.

Her bir canlandırma arasında 1-2 dakikalık kaynaşma ve ısınma aktivitelerinin yapılması tavsiye edilir.

Kaynaşma ve ısınma aktiviteleri için Ek A'ya bakın.

1. Katılımcıların dört kişilik gruplara dönmelerini isteyin. Bu grupların bir seri hâlinde üç canlandırmayı uygulayacağını, her bir grup üyesinin; sıkıntı içindeki çocuk, sıkıntı içindeki bakım veren, PİY uygulayıcısı ve gözlemci rolünü sırayla oynayacağını anlatın.
2. Her bir gruba vaka kopyalarını verin.
3. Üç tur sürecek her canlandırmanın başlaması için işaret vereceğinizi açıklayın. Bir sonraki canlandırma zamanı geldiğinde küçük gruplar ellerindeki vaka çalışmalarını diğer gruplarla değiştireceklerdir. Gruplara aynı vaka çalışmasını iki kez kullanmamaları gerektiğini hatırlatın.

4. Uygulamaya başlamadan önce, geri bildirim sürecini aşağıda belirtilen yöntemle gerçekleştirin. Katılımcılara, gözlemcilerin bu yöntemi geri bildirim vermek için kullandığını özellikle vurgulayın. Bu yöntem, canlandırma yapanlara tutarlı ve olumlu geri bildirim sunmanın etkili bir yoludur. Aynı zamanda öğrenmeyi destekler ve her türlü eğitim çalışmasında kullanılabilir. Katılımcıların bu yöntemi hem iş yaşamlarında hem de günlük hayatlarında uygulamaları mümkündür.
5. Şimdi gruplara ilk tur canlandırmalarını hazırlamalarını söyleyin. Kimlerin sıkıntı içerisindeki kişi, PİY uygulayıcısı ve gözlemci olacağını belirlenmesi gerekmektedir. Bunu yapmaları ve canlandırmaya hazırlanmaları için onlara birkaç dakika verin. Canlandırmanın 5 dakika süreceğini ve sonrasında 3 dakikalık geri bildirim vereceklerini iletin.
6. 5 dakika dolduğunda bir işaret verin ve geri bildirim süresini başlatın. Ardından kısa, 1 dakikalık bir kaynaştırma veya ısınma etkinliği yapın (Kaynaştırma ve ısınma etkinlikleriyle ilgili örnekler için Ek A'ya bakınız.).
7. Yukarıdaki talimatları ikinci, üçüncü ve dördüncü canlandırmalar için herkes sıkıntı içindeki çocuk, sıkıntı içindeki bakım veren, PİY uygulayıcısı ve gözlemci rollerinden dördünü de oynayınca kadar tekrarlayın.
8. Canlandırmaların dördüncü turundan sonra uygulamayı bitirin ve tüm katılımcıları bir araya getirin; onlara çabalarından dolayı teşekkür edin. Herkesin durumdan memnun olduğundan ve rollerinden çıktığından emin olun. Eğer gerekliyse bir başka kısa enerji veren aktiviteyi kapanış tartışmasından önce uygulayabilirsiniz.
9. Son birkaç dakikanızı katılımcıların deneyimlerini paylaşacağı şekilde değerlendirin. Onlara faaliyetin kolay ve zor yönlerini sorun. Zorlukların nasıl üstesinden geldiklerini anlatması için herkesi cesaretlendirin ve sonrasında kendi bilginizi aktarın.



Adım 1: Gözlemci, PİY uygulayıcısından şunları belirtmesini ister:

- Canlandırmada iyi giden şeyler nelerdi?
- Bir sonraki sefere canlandırmada değiştirmek isteyeceği yönler nelerdi?

Adım 2: Gözlemci geri bildirimini PİY uygulayıcısına verir:

- Gözlemci olumlu geri bildirimle başlar ve özellikle iyi yönleri vurgular.
- Gözlemci geliştirilmesi gereken belirli alanlarla ilgili geri bildirim verir (gerekliyse).
- Gözlemci genel bir olumlu yorumla sonlandırır.

Adım 3: Gözlemci sıkıntı içindeki kişileri canlandıran katılımcılara ek geri bildirimlerini sorar:

- Sıkıntı içindeki kişiler olumlu geri bildirimlerle başlar ve özellikle iyi yönleri vurgular.
- Sıkıntı içindeki kişiler gelişmesi gereken alanlarda belirli geri bildirimler verir (gerekliyse).
- Sıkıntı içindeki kişiler genel bir olumlu yorumla sonlandırır.

KARMAŞIK TEPKİLER

	
	■ Karmaşık tepkileri ve daha fazla üzüntüye neden olabilecek unsurları tartışmak ■ Profesyonel yardım için sevk sistemini tartışmak
	■ Ayaklı yazı tahtası ve keçeli kalem ■ Ek C.7. Sorularla bir senaryo ■ Mevcutsa güncel yerel sevk bilgileri



Bu oturuma çocuk koruma sevk işlemlerinin yapılmasıyla ilgili yerel kılavuzlar hakkında bilgi sahibi olarak hazırlıklı gelmeniz önemlidir. Ayrıca güncel yerel sevk bilgileri mevcutsa bunların doğru bir listesini yanınızda bulundurun.

1. Belirli tepkilerin ve durumların çocuklara yardım ederken diğer durumlara kıyasla çok daha karmaşık bir hâl alabileceğini açıklayın. Bu gibi durumlarda genellikle çocuklar için başka birimlere başvurulması gerekmektedir.
2. Katılımcılara üçlü gruplar oluşturmalarını ve aşırı sıkıntılı durumdaki çocukların karmaşık tepkilerine dair üç örnek üzerinde 5 dakika düşünmelerini söyleyin.
3. Gruplardan sıra geldiğinde örneklerini paylaşmalarını isteyin. Örnekleri verdikçe bunlar ayaklı yazı tahtasına yazın ama aynı örnekleri tekrarlamayın.
4. Tüm gruplar çıktılarını sunduklarında bir kez daha listede olmayan herhangi bir örnek olup olmadığını sorun. Aşağıdaki tüm örneklerin listede bulunduğundan emin olun.

Bu örnekler, bir çocuğun

- Kendisine veya diğerlerine zarar verme riski altında olması
 - İntiharla ilgili düşüncelerini ifade etmesi yahut intihar girişiminde bulunması
 - Yoğun ve sürekli bir şekilde duygusal tepkisizlik göstermesi ve sabit ifadeler sergilemesi
 - Devamlı, hıçkırarak yahut bağırarak kontrolsüzce ağlaması
 - Çevresiyle olan bağının zayıflaması ve duygusal olarak daha önceki gibi ilişki kuramaması
 - Halüsinasyon görmesi (işitsel veya görsel)
 - Sürekli olarak kaygı atağı geçirmesi
 - Cinsel içerikli davranışlar sergilemesi
 - Konuşulanları ve sosyal etkileşimleri anlamada zorluk çekmek gibi zihinsel engel belirtileri sergilemesi
5. Şimdi çocukların ve bakım verenlerinin daha fazla sıkıntı yaşamasına neden olan unsurlar üzerinde yapılacak tartışmayı şu ifadelerle başlatın:



"Bazen insanlar sıkıntılı durumlara -daha önce bahsettiğimiz gibi- daha karmaşık tepkiler verirler. Daha sert ve daha karmaşık tepkiler verme riskimizi arttıran pek çok unsur bulunmaktadır. Bu unsurların neler olabileceğini düşünebilir misiniz?"

Şu örnekler verilebilir:

- Eğer bir çocuk ebeveynlerinden veya bakım verenlerinden ayrıldıysa
 - Eğer bir çocuk istismara uğradıysa ve daha fazla zarar görmemesi için korunması gerekiyorsa
 - Eğer birden fazla çocuğun (yahut ebeveynin veyahut bakım verenin) yardıma ihtiyacı varsa
6. Bu gibi durumlarda ya da bir kişinin burada belirtilen bu karmaşık tepkilerin herhangi birisini sergilemesi durumunda bir PİY uygulayıcısı, çocuğu mümkünse profesyonel yardıma yönlendirmelidir.
7. Şimdi gruplara sorular ile senaryoları içeren Ek C.7 kopyalarını verin. Bu kişilere senaryoyu okumaları ve sorulara cevap vermeleri için 10 dakika süre tanıyın.
8. 10 dakika sonra geri bildirimlerini isteyin. Onlara bu tür durumlarda ne tür zorluklarla mücadele etmeleri gerektiğini beklediklerini sorun. Her bir zorluğu tartışın, katılımcılara kendi bilginizi aktarmadan önce onlara bu zorluklara karşı ne gibi çözümler geliştirilebileceğini sorun

Katılımcıların sorularını uygun bir şekilde ele almak için aşağıda belirtilen notları kullanın.

Senaryo için sorular ve örnek cevaplar

1. Kaza yerinde ne tür tepkileri görmeyi bekliyorsunuz?

Pek çok farklı tepkiyle karşılaşacağımızı düşünüyoruz. Bazı çocuklar ve yetişkinler panik içinde, kafası karışık, ne yaptığının farkında olmadan şoka girmiş hâlde, sinirli veya herhangi bir hisleri olmaksızın karşımıza çıkabilirler. Diğerleriyse sakin, soğukkanlı ve diğerlerine yardımcı olabilecek durumda olabilirler.

2. İlk kime yardım edersiniz? Neden?

İlk olarak en çok yardıma ihtiyacı olan kişileri belirlemek için birlikte çalışacağız. Pek çok insanın sıkıntı içinde olduğu bir ortamda bunu belirlemek kolay değildir ama dikkat edeceğimiz belirli şeyler vardır. Bunlar birisinin yardıma ihtiyacı olduğunu açıkça göstermektedir. Eğer bir insan panikliyor ve nefes alma ya da hislerini ifade etmekle ilgili fiziksel rahatsızlık yaşıyorsa ve bayılmak üzereyse yardıma ihtiyacı vardır. Ayrıca sıkıntı içerisindeki ve bu sıkıntıları hakkında konuşacakları ebeveyni, bakım vereni veya öğretmeni olmayan herhangi bir çocuk olup olmadığına da bakabiliriz.

3. Eğer daha fazla yardım gerekliyse başka kiminle iletişime geçeceksiniz?

İyi bir yerel çocuk hastanesi var, herhangi bir fiziksel tıbbi tedavi gerekli olduğunda buraya başvurabiliriz. Şok ve üzüntü içindeki ebeveynler ve diğer akrabalar için bu durumdan etkilenmiş aileleri desteklemek üzere yerel destek grupları bulunmaktadır.

9. Katılımcılara kendi içeriklerinde ne tür sevk hizmetlerinin mevcut olduğunu ve profesyonel yardım yahut diğer hizmetler için çocuğu kime sevk edeceklerini sorun. Çocuk koruma sevklerini gerçekleştirmelerine yardımcı olacak yerel kılavuzları tartışın.
10. Eğer mevcutsa katılımcılara yerel sevk bilgilerinin güncel hâlini sunun.

EĞİTİMİN KAPANIŞI

	
	Eğitim değerlendirilmesi ve katılımcıların öğrendiklerini ifade etmelerini sağlamak
	Ek D- Eğitim Değerlendirme Formu kopyaları

- Katılımcılara çemberin etrafına oturmalarını söyleyin.
- Şimdi onlara bir günlük Çocuklar İçin PİY eğitiminin sonuna geldiklerini ve gelecekteki eğitimleri daha etkin hâle getirmek adına onlardan eğitimle ilgili geri bildirimlerini almak istediğinizi açıklayın.
- Katılımcılara eğitim değerlendirme formunu verin ve doldurmalarını isteyin. Herkes bitirdiğindeyse doldurulmuş formları toplayın.
- Herkese ayağa kalkmasını ve öğrendikleri en değerli olduğunu hissettikleri şey hakkında birkaç kelime söylemelerini isteyerek eğitimi sonlandırın. Kendi yorumlarınızı ekleyin ve herkese katılımı için teşekkür edin.
- Herkese vedalaşın ve gruba bir sonraki PİY eğitimi seçeneklerinden bahsedin.

EKLER

EK A: KAYNAŞMA ve ISINMA OYUNLARI

Oyun Topu

Oyunculardan bir çember oluşturmalarını isteyin. Bir gönüllüyü lider olarak seçin ve ondan çemberin ortasında durmasını isteyin. Ardından çemberdeki herkese ellerini arkalarına koymalarını söyleyin. Liderin elinde bir top olmalıdır. Bazen birisine bir top fırlatır ve bazen de topu fırlatıyormuş gibi yapar. Eğer birisi top atılmadığı hâlde topu yakalamak için uzanırsa o zaman ortaya o geçer ve yeni lider o olur.

Parmağımı Yakala

Katılımcılara sizinle büyük bir çember oluşturmalarını söyleyin. Konsantre olmalarını ve hızlı yanıt vermelerini sağlamak için küçük bir egzersiz yapacağınızı açıklayın. Herkese sağ işaret parmağını kaldırmalarını söyleyin. Ardından herkesin sol avuç içini kaldırmalarını ve avuç içini yukarı bakacak şekilde düzgün tutmalarını isteyin. Şimdi herkesten işaret parmaklarını sağ taraflarında duran kişilerin açık duran sol avuç içine kibarca uzatmalarını isteyin. Bu şekilde birkaç saniye kalmalarını sağlayın ve herkesin doğru şekilde bunu yapıp yapmadığını kontrol edin.

“PEYİNİR” diyerek bağırdığınızda (Rastgele başka bir kelime de seçebilirsiniz) herkesin sol tarafındaki kişinin işaret parmağını yakalamaya çalışması ve bu sırada kendi işaret parmaklarının sağ taraflarındaki kişi tarafından yakalanmasına engel olması gerektiğini açıklayın. Herkes buna alışana kadar birkaç kez denemelerini sağlayın. Denemeleri tamamladıktan sonra bir gönüllüyü belirlediğiniz kelimayı bağırarak söylemesi için seçin. Bunu herkesin enerjisi yerine gelene kadar yapmaya devam edin.

Rastgele Yürüyüş Eğitimi

Katılımcılara bir çember oluşturmalarını söyleyin. Ardından onlardan sağa dönmelerini isteyin. Kolaylaştırıcı kişi çemberi bozar, böylece bir başlangıç ve bitiş noktası oluşur. Şimdi sıranın liderine yürümeye başlamasını söyleyin. Tren her yere gidebilir; lider yürüyüşü değiştirebilir, sesler çıkartabilir, kollarını dalgalandırabilir ve bunun gibi şeyler yapabilir. Diğerleri de onun bu hareketlerini ve seslerini aynen tekrar etmelidir. 30 saniye sonra bir başkası lider olur. Faaliyet süresi dolana kadar lideri değiştirmeye devam edin.

Yükselen Balonlar

Atölye çalışmasında eğer çok fazla katılımcı varsa onları her bir grupta yaklaşık beş kişi olacak şekilde gruplara ayırın. Onlara her bir grup için bir balon vereceğinizi ve onların görevinse bu balonu havada tutmak olacağını açıklayın: Balon yere temas etmemelidir! Her bir gruba bir balon verin ve oyunu başlatın. 1 dakika sonra onlara bir balon daha verin ve bu balonu da havada tutmalarını söyleyin. Bunu katılımcıların enerjisi artana kadar birkaç kez tekrarlayın!

EK B: ÖRNEK EĞİTİM PROGRAMI

Bu kısımda Modül 3 için belirtilmiş bir şekilde örnek eğitim takvimi bulunmaktadır. Modül bir 1 günlük eğitim için tasarlanmış ve aşağıdaki gibi bir akışta aktarılması tavsiye edilmiştir. Takvimin zamanlaması ve biçimi, kolaylaştırıcıların ve katılımcıların ihtiyaçlarına göre değiştirilebilir.

EĞİTİM TAKVİMİ 1: 1 GÜNLÜK EĞİTİM	
Süre	Eğitim Programı
09:00-09:50	Giriş
09:50-10:00	ARA
10:00-10:30	Çocuklar için PİY nedir?
10:30-10:45	Sıkıntı veren olayların Tanımlanması
10:45-11:00	ARA
11:00-11:40	Sıkıntı Veren Olaylara Karşı Çocukların Tepkileri
11:40-12:00	PİY'e ihtiyaç duyan çocuk ve bakım verenlerin belirlenmesi
12:00-13:00	ÖĞLE ARASI
13:00-13:45	Çocuklarla iletişim kurmak
13:45-14:00	ARA
14:00- 15:00	'İzle, Dinle, Bağ Kur' Uygulaması
15:00-15:15	ARA
15:15-16:15	PİY canlandırma
16:15-16:30	ARA
16:30-17:10	Karmaşık Tepkiler
17:10-17:40	Eğitimin Kapanışı

EK C: EĞİTİM KAYNAKLARI

Ek. C.1. PİY İfadeleri

İkinci oturumda kullanmak için ifadeleri yazdırın ve tekli ifadeler şeklinde kesin. Eğitim grubunuzdaki tüm katılımcılar için yeterince kopyanın olduğundan emin olun. Bazı ifadeleri tekrarlamanız gerekebilir.

PİY sadece psikolog ve psikiyatristlerin yapabileceği bir şeydir.
PİY sıkıntı veren olayların ayrıntılı olarak tartışılmasını teşvik eder.
PİY çocuklara ve bakım verenlere yaşadıkları olayı analiz etmelerini talep etme anlamına gelir.
PİY çocukların zarar görme riskine karşı korumaktır.
PİY çocuklara veya bakım verenlere hislerini ve tepkilerini paylaşmaları için baskı yapılmasıdır.
PİY sıkıntı içindeki çocukların ve bakım verenlerinin rahatlaması anlamına gelmektedir.
PİY çocuklara ve bakım verenlere acil temel ihtiyaçlarını (gıda, su, battaniye, barınak vb.) belirleyerek yardım etmektir.
PİY çocukların ve bakım verenlerin konuşmaları için baskı yapmadan dinlenmesidir.
PİY çocuklara ve bakım verenlere ne olduğunu anlatmaları için baskı yapılmasıdır.
PİY duygusal destek sunulmasıdır.
PİY ihtiyaçların ve endişelerin değerlendirilmesidir.
PİY çocuklara ve bakım verenlerine güvende ve sakin hissetmeleri için yardım edilmesidir.
PİY profesyonel danışmanlık veya terapidir.
PİY insanların bilgiye, hizmete ve sosyal desteğe erişmeleri için onlara yardım edilmesidir.

Ek C.2. Çocukların Bilişsel, Duygusal Ve Sosyal Gelişimi

BEBEK VE KÜÇÜK ÇOCUKLAR (0-2 YAŞ)		
BİLİŞSEL GELİŞİM	DUYGUSAL GELİŞİM	SOSYAL GELİŞİM
■ Dikkatle yüzleri izler ve hareketli nesneleri takip eder. ■ Benzer nesneleri ve insanları uzaktan tanır. ■ Nesnelerin isimleri söylendiğinde nesneyi veya resmini işaret eder. ■ 2 yaşındayken tanıdık insanların, nesnelerin ve vücut bölümlerinin adlarını bilir. ■ Birkaç tane kelime söyleyebilir (15-18 ay arası). ■ 2 yaşında ‘-mış gibi oyunlar’ oynamaya başlar. ■ Basit ifadeler kullanır (18-24 ay arası). ■ Sıkça duyduğu kelimeleri tekrar eder.	■ Bebek ve bakım veren duygusal olarak birbirlerine bağlanır. ■ Bağlanma; anne/ bakım veren-çocuk arasındaki ilişkidir. ■ Bebek yaklaşık 8 aylıkken bakım verenden ayrıldığında endişelidir. ■ 2 yaşındayken çocuk bağımsızlık ve kopamama arasında gidip gelecektir. ■ Bağımsızlığı gittikçe artacaktır.	■ Sosyal bir gülüş sergilemeye başlar. ■ Diğer insanlarla oynamayı sever ve oyun durduğunda ağlayabilir. ■ Yüzü ve bedeniyle daha iletişimsel ve dışavurumsal olur. ■ Diğerlerinin özellikle yetişkinliklerin ve yaşça büyük çocukların davranışlarını taklit eder. ■ Diğerlerinden ayrı bir birey olarak giderek daha fazla kendisini tanır. ■ Diğer çocuklarla birlikte olma isteği artar. ■ Oyun arkadaşlarını taklit eder. Oyunlarda sırayla yer alabilir. ■ “Benim ve senin kavramlarını anlar.

OKUL ÖNCESİ (3-6 yaş)		
BİLİŞSEL GELİŞİM	DUYGUSAL GELİŞİM	SOSYAL GELİŞİM
3-4 yaşlarında	3-6 yaşlarında	5-6 yaşlarında
■ 3-4 parçalı yapbozları yapabilir. ■ İki farklı nesnenin içeriğini şekil ve renge göre kavramsal farklılığını anlar. ■ "aynı" ve "farklı" kavramlarını anlar. ■ Hayal ürünü oyunlarla ilgilenir. ■ Gramerin temel kurallarını öğrenir. ■ Beş ila altı kelimelik cümlelerle konuşur. ■ Hikâyeler anlatır. ■ Daha net bir zaman hissi yaşamaya başlar. ■ Bir hikâyenin bölümlerini hatırlar.	■ Tanıdığı oyun arkadaşlarına sevgi gösterir. ■ Yeni deneyimlere ilgi duyar. ■ Hayal ürünü oyunlarda giderek daha yaratıcı olur. ■ Birçok tanıdık olmayan görüntüyü "canavar"mış gibi hayal eder. ■ Kendisini bedeni, zihni ve hisleri içeren bütün bir kişi olarak görür. ■ Daha fazla bağımsız davranış sergiler ve hatta yan komşuyu yalnız başına bile ziyaret eder.	■ Arkadaşlarını memnun etmek ister. Başkalarıyla iş birliği yapar ve sorunların çözümü için tartışır. ■ Kuralları kabul etmeye daha eğilimlidir. ■ Şarkı söylemekten, dans etmekten ve rol yapmaktan hoşlanır. ■ Hayal ile gerçeği birbirinden daha çok ayırt eder.
5-6 yaşlarında		
■ On veya daha fazla nesneyi sayabilir. ■ En az dört rengi doğru şekilde adlandırır. ■ Zaman kavramını daha iyi anlar. ■ Evde her gün kullanılan şeyleri bilir (para, yemek, ev aletleri).		

BİLİŞSEL GELİŞİM	DUYGUSAL GELİŞİM	SOSYAL GELİŞİM
Orta Çocukluk Dönemi (7-12 yaş)		
■ Gerçeklerler ilgilenir. ■ Alternatif perspektifleri anlamaya ve problem çözmek için mantığını kullanmaya başlar. ■ Tümevarımcı akıl yürütme bu aşamada gelişmiştir. ■ Çocuk maceracı ve yaratıcı olabilir ama bilişsel yapılardan faydalanır. ■ Dikkat süresi artar.	■ Düşük veya yüksek benlik saygısı belirtileri daha belirgin hâle gelir. ■ Yavaş yavaş duygusal kontrol becerisi kazanır.	■ Akran grubu kimliği giderek daha önem kazanır. ■ Sosyal dışlanma korkusu başlar. ■ Kültürel ve sosyal norm anlayışını kavrar.
Ergenlik (13-18 yaş)		
■ Soyut ve mantıklı düşünme gelişir. ■ Tümdengelimci akıl yürütme yetisine sahiptir.	■ Geleceği öngörmeye başlar ve bu konuda hem heyecanlı hem de endişeli hissedebilir. ■ Ebeveynlerle olan şiddetli çatışmalar genellikle yetişkinlik zamanlarında azalsa da ruh hâli değişimleri ve davranış değişiklikleri genellikle bu sürecin bir parçasıdır.	■ Süper kahramanlar ve rol modellerle kimliklerini daha çok özdeşleştirirler. ■ Genç ergenlerde başlarına kötü bir şey gelmeyecek kadar dayanıklı olduklarına dair düşüncelere sıkça rastlanır. ■ Riskli davranışlarda bulunmaları muhtemeldir.

Ek C.3. Çocukların Sıkıntı Veren Olaylara Tepkileri

BÜTÜN YAŞ GRUPLARINDA PSİKOLOJİK ÜZÜNTÜNÜN ORTAK BELİRTİLERİ

- Sıkıntı veren olayın tekrar gerçekleşeceğinden korkabilir.
- Sevdiklerine zarar gelmesinden ve onlardan ayrı kalmaktan korkabilir.
- Sıkıntı yaratan olaya tepkiler verebilir.
- Uyku problemleri yaşayabilir
- Ruh hâlinde ani değişimler olabilir

0-2 YAŞ ARALIĞI ORTAK BELİRTİLERİ

- Bakım verene yapışmaya başlayabilir.
- Daha küçük yaştaki davranışlarına gerileyebilir.
- Uyku ve yeme düzeni değişebilir.
- Ağlayabilir ve çabuk öfkelenenebilir.
- Daha önce korkmadığı şeylerden korkabilir.
- Hiperaktivite gözlemlenebilir.
- Oyun aktivitesinde/ oyun düzeninde değişiklik olabilir.
- Daha öncesine kıyasla daha fazla muhalif ve istekli davranış veya aşırı iş birlikçi tavırlar sergileyebilir.
- Diğer insanların tepkilerine karşı çok hassaslaşabilir.

3-6 YAŞ ARALIĞI ORTAK BELİRTİLERİ

- Ebeveynlere veya diğer yetişkinlere yapışmaya başlayabilir.
- Başparmak emme gibi küçük yaştaki davranışlarına geri dönebilir.
- Konuşmayı bırakabilir.
- Pasif veya hiperaktif olabilir.
- Oynamayı bırakabilir veya tekrar eden oyunları oynamaya başlayabilir.
- Kötü şeylerin olacağından endişe edebilir.
- Kâbuslar dâhil uyku bozuklukları yaşayabilir.
- Yeme düzeninde değişiklikler olabilir.
- Alt ıslatma başlayabilir.
- Konuşma bozuklukları (kekeleme, seçici konuşmazlık) görülebilir.
- Kafası kolayca karışabilir.
- Yoğunlaşmakta, odaklanmakta zorlanabilir.
- Bazen yetişkin rolleri üstlenebilir.
- Çabuk öfkelenme davranışları sergileyebilir.

7-12 YAŞ ARALIĞI ORTAK BELİRTİLERİ

- Değişen fiziksel aktivite seviyesi gözlemlenebilir.
- Karmaşık duygular hissedebilir ve farklı davranışlar sergileyebilir.
- Sosyal temastan geri çekilebilir.
- Olaylar hakkında devamlı, tekrar hâlinde konuşabilir.
- Okula gitme konusunda isteksizlik görülebilir.

- Korku hissedebilir ve bunu ifade edebilir.
- Bellekte, yoğunlaşmada ve dikkatte olumsuz etkilene gözlemlenebilir.
- Uykusuzluk ve iştahsızlık sorunları olabilir.
- Alt ıslatma başlayabilir.
- Konuşma bozuklukları gözlemlenebilir.
- Saldırganlık, sinirlilik veya huzursuzluk sergileyebilir.
- endişeli davranabilir.
- Dalgın olabilir veya kendine acıma hissi deneyimleyebilir.
- Kişilerarası ilişkilerde değişimler yaşayabilir.
- Risk alma, kendine zarar verme ve kaçınma davranışlarında artış veya saldırganlık sergileyebilir.
- Dünya görüşünde büyük ölçüde değişim olabilir.

13-18 YAŞ ARALIĞI ORTAK BELİRTİLERİ

- Yoğun şekilde kederli hissedebilir.
- Zarar görmüş kimselere yardım edemediklerinin farkında olma veya bu konuda suçluluk ve utanç duyma gözlemlenebilir.
- Durumdan etkilenen diğer kişiler için aşırı
- Bugün ve gelecek hakkında umutsuzluk duygusu hissedebilir.
- Kurumlara ve bakım verenlere karşı isyankâr davranabilir.
- Sosyalleşme için akranlarına daha çok bağımlı hâle gelmeye başlayabilir.

Ek C.4. Sıkıntı İçindeki Çocuklar ile Faydalı Bir İletişim İçin Yedi Teknik

Kolaylaştırıcının notu: El notlarının çıktılarını alın ve her birini yedi kısma bölün; böylece her bir gruba bir iletişim tekniğini vermiş olacaksınız.

ÇOCUKLARLA İLETİŞİM İÇİN FAYDALI BECERİLER

1. İlk Temas: Kendinizi tanıtır

Her zaman kim olduğunuzu ve burada ne yaptığınızı açıklayarak başlayın. Örneğin şunları söyleyin:

- Adınız
- Çalıştığınız kurum
- Burada olma amacınız

Yumuşak, yavaş ve sakin bir şekilde konuşun. Ebeveynle ya da çocukla konuşmak için bu kişinin yanına oturun yahut çömelin, böylece aynı seviyede olursunuz. Sizin kültürünüzde eğer uygunsa göz teması kurabilir, çocuğun veya annenin elinin tutmak veyahut kolunuzu bu kişinin omzuna koymak şeklinde bir fiziksel temas kurabilirsiniz.

Çocuk sizin kim olduğunuzu bilse de bu onların sizin görevinizi ya da söz konusu durum içindeki sorumluluğunuzu bilecekleri anlamına gelmez. Bundan dolayı çocuğa rolünüzü açık bir şekilde anlatmak önemlidir. Örneğin “Benim görevim bunun gibi zor bir durum gerçekleştiğinde, bu zor durumda yardım edebileceğim birisi olup olmadığına bakmak için kamptaki çocuklarla konuşmaktır.”

2. Bilgi Toplayın (Netlik kazandıran sorular sorun)

Durumu daha iyi anlamak için açık uçlu sorular sorun. Açık uçlu sorular genellikle cevabı “evet” ya da “hayır” olmayan sorulardır. Bu tür sorular genellikle “Ne zaman”, “Nerede”, “Ne” ve “Kim” ifadeleriyle başlar.

Çocuklar kendi hikâyelerini, kendi ifadeleri ve kendi bakış açılarına göre anlatmaya cesaretlendirilmelidir. Örneğin; “Bu gerçekleştiğinde sen neredeydin?” veya “Bugün bir şey yemediysen nasıl hissediyorsun?”

Netlik kazandıran sorulara örnek olarak “.... hakkında ne düşündüğünü duymak isterdim” ve “..... olduğunu mu söylüyorsun?”, “..... olduğunu mu ifade ediyorsun?” soruları verilebilir

Bu tür sorular çocukların hikâyelerinin tutarsız görüldüğü durumlarda kullanışlı olmaktadır. Bu sorular sizin açınızdan ne olduğunu açığa kavuşturacak ve size onların düşünceleri ile hisleri hakkında bilgiler sağlayacaktır. Soru sorarken durumu derinlemesine incelememeye dikkat edin. Kriz durumlarında orada bulunma nedeniniz, sıkıntıyı azaltmak, çocuklara ve yetişkinlere orada detaylı olarak ne olduğunu sormak değil. Olayların derinlemesine sorgulanması, daha detaylı sorular sorulmasını gerektirdiğinden stresli olaydan hemen sonraki ilk aşamada insanlara zarar verebilir. Bunun yerine dinleme becerilerinizi uygulayın ve çocuğun veya yetişkinin böyle bir durumda vurgulayacağı temel ihtiyaçlarına odaklanın.

3. Aktif Dinleme

Aktif dinleme birisinin söylediği şeyleri duymaktan çok ötesidir. Buna sözel ve sözel olmayan beceriler de dâhildir.

Sözel Olmayan Dinleme Becerileri

Sözel olmayan dinleme, vücut dili (göz teması, aradaki mesafe, vücut pozisyonu, diğer insanın üzerine odaklanma ve eğer uygunsa dokunarak iletişim kurma) yoluyla gerçekleşir. Sözel olmayan becerilerle çocuğun ne söylediğini dilediğinizi ve konsantre olduğunuzu gösterirsiniz. Dikkatinizin dağılmasını engelleyin. Mümkün olduğunca huzurlu bir yer ayarlayın ve cep telefonunuzu kapatın ya da sessize alın. Çok fazla konuşmayın, sadece dinleyin. Sessiz olun ve çocuğun konuşmasını kesmeden kendisini ifade etmesini sağlayın.

Vücut dilinize dikkat edin ve vücut dilinizin kültürel içeriğe uygun olmasına özen gösterin. Kültürel açıdan uygunsa mümkün olduğunda göz teması kurun. Siz çocukla aynı seviyede tutacak bir pozisyonda oturun ya da durun. Çocuğun yaşını, cinsiyetini ve içinde bulunulan durumu dikkate alarak kişisel alanını korunması hususuna özen gösterin. Bazen korkutucu olabileceği için çocukla tamamen yüz yüze kalmanızı önleyecek şekilde bir açıyla oturmanız gerekebilir.

Eğer bir tercümanla çalışıyorsanız tercümanın sözel olmayan beceriler edinmesini sağlayınız.

Sözel Dinleme Becerileri

Aktif dinlemenin sözel yönleri; durumu anlamak için sorular sormayı, karşınızdaki kişinin söylediği şeylerin kendi cümlelerinizle yorumlanmasını ve özetlenmesini (anladığınızı onaylar) ve cesaretlendirici ve destekleyici olmayı ifade eder.

Durumu anlamak için sorular sormak aktif dinlemenin önemli bir kısmıdır çünkü uygulayıcının ve çocuğun veya bakım verenin ihtiyaçlarının neler olduğunu daha iyi anlamasını sağlamaktadır. Soru sorarken yargılayıcı yahut yönlendirici olmamak, çocuklara ve bakım verenlerine yaşadıkları deneyimlerle ilgili sorular sorarken hassas ve saygılı olmak önemlidir.

Başka sözcüklerle ifade etmek çocuğun ve/ veya bakım verenin söylediği anahtar kelimeleri tekrarlamak anlamındadır. Bir ayna gibi hareket edin – robot veya bir papağan gibi hareket etmeyin – ama çocukla aynı dili kullanmaya özen gösterin. Bu çocuğa onu dinlediğinizi ve onun size verdiği bilgilere yoğunlaştığınızı gösterecektir. Bu aynı zamanda size bilgileri doğru anlayıp anlamadığınızı doğrulama fırsatı da vermektedir.

Başka sözcüklerle tekrar etmek aynı zamanda çocuğun ve/ veya bakım verenin size söylediği şeylerin farklı kelimelerle tekrarlanmasıdır. Duyduğunuz şeyi tanımlamak ya da yansıtmak bunu yorumlamaktan çok daha önemlidir. Bir duygunun ifadesini yansıtmak için şunu söyleyebilirsiniz “Bu yaşadığın şey seni kızdırmış gibi. Sence öyle mi?” Eğer gerekliyse çocuğa düzeltme yapması için fırsat verin. Örneğin şöyle diyebilirsiniz “Benim anladığıma göre” ve “Bunu doğru anlamış mıyım?”

Konuşma ilerledikçe arada sırada çocuğun size anlattığı şeyi tekrarlayın ve özetleyin. Bu sizin onu dinlediğinizi ve onu anlamaya çalıştığınızı gösterecektir. Buna ilaveten bilgiyi doğru bir şekilde anladysanız bunu teyit etmenizi sağlar. Bu anlayışı geliştirdiğiniz taktirde çocuğun plan yapmaya hazır olmasını sağlayabilirsiniz. Örneğin şöyle söyleyebilirsiniz “Bana ne anlattığını sana aktarmak istiyorum, böylece senin söylediklerini doğru anladığımdan emin olabilirim.”

Aktif dinleme aynı zamanda cesaretlendirmeyi içerir. Hem sözlü hem sözlü olmayan iletişimde sıcakkanlılığı ve olumlu duygusallığı iletir. Bu, açıklığın ve güvenlik hissinin gelişmesine yardımcı olmaktadır ki bunlar güven kazanmaya çalıştığınız bir durumda hayati önemdedir. Bazı durumlarda fiziksel temas karşınızdaki kişiyi cesaretlendirmek için faydalı olabilir. Fakat pek çok kültürde ve çevrede tanımadığınız bir çocuğa sarılmak uygun bir davranış değildir (Çocuğun geçmişini bilmediğinizi aklınızda bulundurun.). Bunun yerine ona “Bunu duyduğuma çok üzıldüm.” yahut “Daha fazla yardım gelene kadar seninle kalacağım.” gibi cümleler söyleyerek empatinizi gösterebilirsiniz.

4. Normalleştirme

Normalleştirme ve genelleme genellikle çocuklar ve benzer durumdaki yetişkinler üzerinde başarılı olan iletişim teknikleridir. Sıkıntı içindeki çocuklar kendi tepkileri ve hisleriyle ilgili olarak kafa karışıklığı yaşayabilir ve bunu kimseyle paylaşmayabilir. Normalleştirme bir çocuğun kendi tepkilerinin normal olduğuna dair yeniden güveninin kazanılmasını ifade etmektedir. Çocuk, tepkilerinin anlaşılabilir olduğunu ve bunların onunla ilgili yanlış bir şey ifade etmediğini bilmelidir.

Normalleştirme, çocukların dünyalarının alt üst olduğu duygusunu hafifletmeye ve her şeyin zamanla yeniden düzene gireceğine dair umut kazanmalarına yardımcı olur. Çocukların sergilediği yahut gösterdiği tüm duyguları kabul edin ve destekleyin. Örneğin şöyle söyleyebilirsiniz "Korktuğunun farkındayım. Pek çok çocuk korku yaşar. Bu tür deneyimlerden sonra korkmak oldukça normal bir durumdur."

Bazı çocuklar sıkıntı veren olaylara fiziksel tepki verirler. Eğer böyle bir durumla karşılaşırsanız durumu şöyle açıklayabilirsiniz, "Korutucu bir şey yaşadığında vücudunun tepki vermesi son derece normaldir. Örneğin kalbin daha hızlı atmaya, ağzın kurumaya veya kolların ve bacakların uyuşmaya başlayabilir. Ağrıların olabilir. Ayrıca yorgun ya da sinirli hissedebilirsiniz." Çocuk eğer vücudunun tepkilerinin normal olduğunu anlarsa daha az endişelenebilir.

5. Genelleme

Genelleme normalleştirmeye ilişkilidir. Genellemenin amacı çocuklara diğer çocukların da benzer hisler ve tepkiler yaşadığını fark etmelerinde yardımcı olmaktadır. Bu, çocuktaki tecrit/ izole olma hissinin dindirilmesine ve çocuğa umut verilmesine yardımcı olacaktır. Örneğin onlara şöyle söyleyebilirsiniz: "Senin gibi hisseden pek çok erkek ve kız çocuğu tanıyorum. Bazıları senin yaşındalar ve bazıları senden biraz daha büyükler. Ayrıca bazı çocukların şimdi daha iyi hissettiklerini de biliyorum çünkü duygularımız sık sık, zaman geçtikçe değişir."

Alternatif olarak şöyle söyleyebilirsiniz: "Bir kız tanıyorum. O kız, canını sıkan şey hakkında annesiyle konuştuğundan sonra artık daha iyi hissediyor." veya "Senin yaşadıklarını yaşadından sonra aynı senin gibi hisseden pek çok erkek ve kız çocuğu tanıyorum. Senin verdiğin tepkiler aynı durumda olan diğer çocukların verdiği tepkilerle çok benzer."

6. Üçgenleştirme

Bazı çocuklar özellikle de daha ufak yaştaki çocuklar yabancılarla konuşmaktan çekinir ve korkarlar. Eğer bir çocuk doğrudan sizinle konuşmak istemezse çocukla bir başkası aracılığıyla konuşun yahut uygun bir oyuncak veyahut nesne kullanın (ör. bir fotoğraf, ağaç veya kitaptan bir kişi). Buna üçgenleştirme denir. Çünkü üçüncü kişi ya da nesne konuşmanın bir parçası olur ve üçünüz bir üçgen oluşturursunuz. Bu, size henüz güven duymayan bir çocukla onu korkutmadan iletişim kurabileceğiniz bir yöntemdir.

Üçgenleştirme yöntemini uygularken çocuğun ona odaklandığını hissetmesini sağlayacak şekilde

bir ilişki kurmanız gerekmektedir. Örneğin eğer bir çocuğa kaç yaşında olduğunu soruyorsanız ve o yine de sessiz kalıyorsa şöyle söyleyebilirsiniz: “Senin yerine annene sorabilir miyim?” Eğer çocuk başını sallarsa ebeveynine sorabilirsiniz.

Çocuğa tekrar bakarak ve ona doğru konuşarak hâlen çocuğa odaklandığınızı ona hissettirin: “Aa, sen 5 yaşında mısın?” En sonunda en utangaç çocuk bile kendisini güvende ve emniyette hissettiği ve duygularıyla ilgili kafası biraz dağıldığı zaman konuşacaktır.

Eğer çocuk ebeveynleri veya bakım verenleriyle birlikte değilse bir kukla ya da bir oyuncak ayı kullanarak üçgenleştirme yapabilirsiniz. Şöyle söyleyebilirsiniz: “Senin oyuncak ayın yorgun görünüyor, bugün çok uzun yol yürümüş olabilir. Belki biraz su istiyordur. Sen de biraz su ister misin?”

7. Sakinleştirme

Sakinleştirme PİY’in temel hedeflerindendir. Çocuklar ve onların aileleri veya bakım verenleri sıkıntı içindeyken onları sakinleştirmek yapacağınız işlerin en başında gelmektedir.

Bunu yapmanın pek çok yolu vardır ve bununla ilgili sizin “ne” söylediğiniz ve “nasıl” söylediğiniz oldukça önemlidir.

Sakin, alçak ve rahatlatıcı bir ses tonuyla tehditkâr olmayan bir vücut dili kullanın. Eğer bir çocuk veya ebeveyni paniklese veya kafası karışmış gibi görünürse yakın çevrelerinde onlara sıkıntı vermeyen şeylere odaklanmaları hususunda cesaretlendirmeye çalışın. Örneğin onların dikkatini orada gördüğünüz ya da duyduğunuz bir şeye çekin; ebeveynler söz konusu olduğunda yakınlarda bulunan bir ses veya nesneye dair yorumlarda bulunun. Ebeveynlere yahut çocuklara panik veya hut endişe benzeri hislerinin azalması için nefeslerine odaklanmalarını söyleyerek, derin ve yavaş nefes almalarını isteyerek yardımcı olun.

Eğer bir çocuk olumsuz tepki verirse -örneğin saldırgan bir tutum içerisine girerse- durumu sakinleştirmeyi deneyebilir, çocuğun duygularını onaylayabilir ve çocuğun bu duygularla farklı bir yol izleyerek başa çıkması için cesaretlendirebilirsiniz. Çocuğa neden sinirli olduğunu anladığınızı fakat aynı zamanda ona bu davranışlarının bu duygulardan kurtulması için ona yardımcı olmayacağını söyleyin. Örneğin şu sözleri söyleyerek olası anlaşmazlıkları önleyebilirsiniz: “Sinirli olman normal ama lütfen sinirlendiğin zaman başkalarına vurma. Burada seninle ilgilenmek, seni ve arkadaşlarını güvende tutmak için bulunuyorum.”

Sakinleştirmenin bir başka yoluysa bir süre sessiz kalarak çocuğun ve/veya bakım verenin rahat hissetmesini sağlamaktır. İnsanlara sıkıntı verici bir olay yaşadıktan sonra rahat hissetmeleri ve sessiz olmaları için imkân vermek iyi gelecektir.

Ek C.5. Vaka Örnekleri

Vaka 1

Ana yola yakın bir yerde kurulmuş bir anaokulunda kapının açık unutulması sebebiyle bahçede oynayan çocuklardan 4 tanesi dışarıdan gelen sesleri merak edip dışarı çıkmıştır. O sırada yoldan hızla geçen araçlardan biri çocuklardan 2 tanesine çarpmış ve hafif yaralanmasına sebep olmuştur. Diğer çocuklar da bu ana tanıklık etmiştir. Okuldan aranan tüm ebeveynler hızlıca okulun önünde toplanmış ve panikle çocuklarını aramaktadır. Bazı ebeveynlerse okul yönetimiyle ciddi bir tartışmanın içindedir.

Vaka 2

Komşu olduğunuz şehirde gece saatlerinde yaşanan deprem sonrası acil görevlendirildiniz. Sabah saatlerinde ekip arkadaşlarınızla yola çıktınız ve 6 saatlik bir yolculuk sonrası şehre vardınız. Henüz görevlendirildiğiniz bölge netleşmedi ve beklemedesiniz. Neler olup bittiğini anlayabilmek için yakınlarındaki sokaklarda yürürken kaldırımda oturan ve ağlayan 16 yaşlarında bir çocukla karşılaştınız. Çevredeki yetişkinlerden anne ve babasının 12 saattir enkaz altında olduklarını ve onlardan hiçbir haber alamadığını öğrendiniz.

Vaka 3

Yaz aylarının kavurucu sıcakları sebebiyle bölgesel yangılar çok sayıda şehri etkilemektedir. Sizin de yaşadığınız ilin merkeze daha uzak ilçelerinde yangınlar başlamış durumda. Köylerdeki çiftliklerin ve hayvanların yanmaya başladığı haberlerini aldınız ve bölgeye hemen ulaştınız. Yangından kurtarılan ve orta dereceli yanıkları olan çocuğu acilen hastaneye ulaştırmanız gerekiyor. Hastaneye ulaştığınızda acil serviste yığılma olduğunu ve çok sayıda yurttaşın yanık, nefes alamama, boğulma şikâyetleriyle başvurduğunu fark ettiniz.

Vaka 4

5 yaşındaki Asya'nın anne ve babası 6 ay önce anlaşmazlık nedeniyle boşanma kararı almıştır. Bu süreçten sonra Asya annesiyle yaşamaya başlamıştır; babasıyla da hafta sonları görüşebilmektedir. Babasıyla gezdiği bir pazar günü sonrasında evlerinin yakındaki park civarından annesinin onu akşam saat 4'te teslim alacağı konusunda sözleşmişlerdir. Fakat saat 6 olmasına rağmen anne hâlâ parkta beklemekte ve baba telefonları cevapsız bırakmaktadır. 7 sularında baba telefonları açarak yolda olduklarını belirtmiştir. Asya ve babası parka vardıklarında anne çok öfkeli ve bağırarak konuşmaya başlar, baba da karşılık verir. Asya ise aynı sahneleri daha önce de izlemiştir.

Ek C.6. Canlandırma Geri Bildirim Formları

Gözlemleyen katılımcının adı:.....

GERİ BİLDİRİM FORMU	
Eylem ilkeleri ve eylemler	Tamamlama seviyesi*
İZLE, yardım eden kişinin şunlara bakıp bakmadığı ifade eder:	
Ne olduğuyla ilgili bilgi alma	
Çocuğun yalnız veya kiminle birlikte olduğuna dair bilgi alma	
Emniyet ve güvenlik risklerini tanımlama	
Fiziksel yaralanmaları tespit etme	
Acil olan temel, pratik ve koruyucu ihtiyaçları belirleme	
Duygusal tepkileri gözlemleme	
DİNLE, yardım eden kişinin şunları nasıl yaptığını ifade eder:	
Çocuğa uygun bir şekilde yaklaşma ve kendisini uygun bir şekilde tanıtmama	
Çocuğu (ve bakım vereni) sakinleştirme	
Dikkatini verdiği ve aktif bir şekilde dinleme	
Çocuğun ve bakım verenin tepkilerini ve hislerini kabul etmek	
İhtiyaç ve endişeler hakkında yaşa uyumlu sorular sorma	
Sıkıntı içindeki kişi veya kişilere yardım etme, onların ihtiyaçlarına ve sorunlarına çözümler bulma	
BAĞ KUR yardım eden kişinin şu yardımları sunup sunmadığını ifade eder:	
Çocuğun ihtiyaçlarını değerlendirme (mümkünse bunu çocukla yapma)	
Çocuğun koruma ve temel ihtiyaçları için hizmete erişimine yardım etme	
Acil ihtiyaç ve sorunlarına çözümler bulma	
Pratik/gerçekçi çözümlerle sorunların üstesinden gelme	
Sevdikleriyle bağlantı kurmasını sağlama ve sosyal destek sağlama	
Hizmetlere ve diğer yardımlara erişim sağlama	

* Tamamlama seviyesi: 2: İyi, 1: Yeterli yapıldı; 0: Yapılmadı

Ek C.7. Sorularla Bir Senaryo

Senaryo

Okul gezisinden dönen, içinde çocuklar ve öğretmenlerin bulunduğu bir otobüs okul müdürünün, ailelerin ve ebeveynlerin beklediği okula çok yakın bir noktada bir kaza yapmıştır. Otobüsteki öğretmenlerden birisi okul müdürüyle iletişime geçip kaza hakkında bilgi vermiştir. İki çocuk ve bir öğretmen yaralanmış ve diğerleri de hafif sıyrıklarla kazayı atlattır. Okul müdürü bu haberi orada bekleyen ailelerle paylaştığında hepsi paniklemiş ve arabalarına binip hızla kaza yerine gitmişlerdir. Size telefon gelmiş ve çocuklara, ebeveynlerine ve diğer bakım verenlerine PİY sunmak için bir ekip hazırlayıp kaza yerine gitmeniz istenmiştir.

Sorular

1. Kaza yerinde ne tür tepkiler görmeyi bekliyorsunuz?

.....

.....

.....

.....

2. İlk olarak kime yardım edersiniz? Neden?

.....

.....

.....

.....

3. Eğer yardım gerekli olursa başka kiminle iletişim kuracaksınız?

.....

.....

.....

.....

EK D: EĞİTİM DEĞERLENDİRME FORMU

EĞİTİM DEĞERLENDİRME FORMU	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım/ Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Öğrenim Hedefleri					
Eğitim hedeflerine uygun olarak hazırlanmıştı.					
Bu eğitimin, psikolojik zorluk yaşayan kişilere destek olma becerilerimi/ yetkinliklerimi geliştireceğine inanıyorum.					
Eğitimde öğrendiklerimi işimde/ özel hayatımda ve başkalarına yardımcı olmak için kullanacağıma inanıyorum.					
Eğitim İçeriği ve Ortamı					
Eğitim sonrasında yeni ve faydalı bilgiler edindim.					
Eğitimde yeterli uygulama fırsatı verildi.					
Eğitim sürecinde kullanılan materyaller (sunum, metin, video vb.) yeterliydi.					
Eğitimde kullanılan yöntem ve teknikler (oyun, beyin fırtınası, animasyon, test vb.) yeterliydi.					
Eğitimde verilen vaka çalışmaları veya örneklerle konuyu daha kolay anladım.					
Eğitim ortamı (salon, ekipman vb. veya senkron platform) öğrenmeye uygundu.					

EĞİTİM DEĞERLENDİRME FORMU	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım/ Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Eğitmene Dair Görüşler					
Eğitmenin/ eğitmenlerin sunumu açık ve anlaşılırdı.					
Eğitmen/ eğitmenler katılımcılarla etkili bir iletişim sağladı.					
Eğitmen/ eğitmenler konulara hâkimdi.					
Eğitmen/ eğitmenler katılımcıların sorduğu sorulara içtenlikle cevap verdi.					
Eğitmen/ eğitmenlerin gruba olan hakimiyeti yeterliydi.					
Eğitmen/ eğitmenler eğitim materyallerini etkin bir şekilde kullandı.					
Genel Memnuniyet					
Eğitimden genel olarak memnun kaldım.					
Bu eğitimi başkalarına tavsiye ederim.					
Açık Uçlu					
Eğitimin geliştirilmesine yönelik önerileriniz nelerdir?					
Eğitimle ilgili olumlu bulduğunuz düşüncelerinizi yazınız.					