

**Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek (RSPD), psikososyal iyilik hali korumayı ya da desteklemeyi ve/veya ruhsal bozukluğu önlemeyi ya da tedavi etmeyi amaçlayan her türlü yerel ve dış desteği tanımlamak için kullanılmaktadır. (IASC,2017)**

# **AFET VE ACİL DURUMLARDA PSİKOSOSYAL DESTEK**

Afet olayları belirli bir coğrafyada aniden ortaya çıkan hem bireysel hem de kolektif stres yaratan, önemli kayıplara yol açan, toplumun yaşantısını sekteye uğratan doğal veya insan kaynaklı olaylardır. Afet olayın kendisi değil doğurduğu sonuçlardır. Bu açıdan bakıldığında afete neden olan olayları, örneğin depremi önlemek mümkün olmayabilir ama depremin sonucu olan afetin yıkıcı etkilerini azaltmak veya önlemek mümkündür. Afet ve acil durumda psikososyal destek;

- Bireylerin, olağan yaşantılarına geçiş sürecini hızlandırılması,
- Toplumun ihtiyaçlarını tespit ederek; gelecekte ortaya çıkması olası afetlerle başa çıkma, müdahale edebilme kapasitesinin ve iyileşme becerilerinin arttırılması
- Alan çalışanlarının desteklenmesi amacıyla yapılan müdahaleleri içerir.



**MAYAVAKFI**

## Bireysel Tepkilerde Aşamalar

**Şok Dönemi (ilk 24 Saat):**  
"Savaş, kaç ya da donma"  
tepkisi gösterilir.

**Tepki Dönemi (2-6 Gün sonra):**  
Tüm yaşananların kişi için ne  
anlama geldiğinin fark edildiği  
dönemdir.

**Toparlanma/İşleme dönemi:**  
Bireyin yaşadığı olayı kabullenmeye  
başlaması.

**İyileşme Ve Yeniden Uyum dönemi:**  
Afet/travma olayı yaşamının,  
anılarının bir parçası haline gelir,  
ancak zihnini tamamen meşgul etmez.

## Toplumsal Tepkilerde Aşamalar

**Kahramanlık Evresi (2-3 Gün):**  
İnsanlar can kayıplarını ve maddi  
zararı önlemek için mücadele eder.

**Balayı Evresi (3 Hafta):**  
Çabalar, kurtulanlara çabuk  
toparlanılacağına dair umut verir,  
güçlü bir toplumsallık duygusu  
vardıranca bu evre kısa sürer.

**Hayal Kırıklığı Evresi (3ay):**  
Yardım ekiplerinin bölgeden ayrıldığı  
ve afetzedelerde terk edilmişlik ve  
yalnızlık duygularının yaşandığı bir  
dönemdir.

**Düzene Dönme Evresi (6ay):**  
Bireyler olağan işlevselliklerine  
dönerler.



# PSİKOSOSYAL MÜDAHALE

Afet ve acil durumda psikososyal destekler akut dönem, orta dönem ve uzun dönem olarak planlamalıdır. Psikososyal destekler önleyici, koruyucu ve destekleyici çalışmaları içerir.

## **Temel Hizmetler ve Güvenlik**

Toplum krizden etkilendiğinde temel ihtiyaçların karşılanması ve güvenliğin sağlanması yönündeki ilk müdahaledir.

Kriz olayına dair doğal tepkiler ve hafif strese yönelik toplu, grup ve aile odaklı psikososyal destekleri içerir.

## **Topluluk ve Aile destekleri**

## **Odaklı: Uzmanlaştırılmış Hizmetler**

Hafif ile orta şiddette seyreden akıl sağlığı bozukluklarına yönelik birey, grup ve aile odaklı müdahalelerdir.

Ağır şiddette seyreden Ruh sağlığı sorunlarına yönelik birey, grup ve aileye yönelik profesyonel tedaviyi içerir.

## **Uzmanlaşm İş Hizmetler**



# HAZIR MIYIM?

- Daha önce benzer nitelikte bir olayda görev aldım mı?
- Olayın ya da olaydan etkilenen belli gruplarla çalışmanın beni zorlayabilecek herhangi bir yönü var mı?
- Şu anki sağlık durumum bu çalışmada görev almam için uygun mu?
- Görevdeki çalışma koşulları güncel yaşam koşullarıma uygun mu?
- Bu gibi olaylarla çalışırken öz-bakım konusunda nelere dikkat etmem gerektiğini biliyor ve uyguluyor muyum?
- Olayla ilgili detaylara hâkim miyim? Ne oldu? Ne zaman oldu?
- Kaç kişi etkilendi? Olayın bilinmesi gereken başka yönleri var mı?
- Olaydan etkilenen kişi ya da grupların sosyokültürel özellikleri neler?
- Olay sonrası yürütülecek psikososyal hizmetler hangi kurum tarafından koordine edilmekte? Dahil olan diğer eşgüdümlü çalışacak kurumlar hangileri? Benim bağlı bulunduğum organizasyon bu planlamanın neresinde/nasıl konumlanıyor?
- Görev ve sorumluluklarımın kapsamı nedir?



MAYAVAKFI

***Afet ve Acil Durumlarda  
Psikososyal Destek***