





DERLEME

REVIEW

## Psikososyal Destek ve Psikolojik İlk Yardım

Nurten SARGIN<sup>1</sup> , Mehmet Akif DEMİRELLİ<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya, Türkiye

<sup>2</sup>Uzman Psikolojik Danışman, MEB, Ankara, Türkiye

### Öz

Gerek dünya genelinde gerekse de Türkiye’de son yıllarda afet, salgın, kriz, göç ve savaş durumları giderek artmaktadır. Bu durumlarda insanlar çeşitli kayıplar yaşamakta, yaşanan kayıplar sonrasında da hayatlarına devam etmek için çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadır. Can ve mal kayıpları, yaşanan bölgeden göç etmek durumunda kalmak insanların yaşadığı kayıplardan bazılarıdır. Yaşanan olumsuz durumlarla baş edebilmek ve yeniden hayata tutunmak için insanların bu dönemde desteğe ihtiyaç duydukları bilinen bir gerçektir. Afet ve acil durumlar sonrasında uygulanacak müdahale hizmetleri genel olarak psikososyal müdahale hizmetleri olarak ifade edilmektedir. Müdahale çalışmalarından birisi olan psikolojik ilk yardım ile psikososyal destek çalışmaları çoğu zaman birbirleri yerine kullanılmakta; uygulayıcıların, alan çalışanlarının, gönüllü ve resmi çalışanların iki hizmeti birbirleri ile karıştırdıkları gözlenmektedir. Yapılan bu çalışmayla afet ve acil durumları yaşayan bireylere uygulanan psikososyal destek ve psikolojik ilk yardım kavramları ve çalışmaları arasındaki farklar açıklanmaya çalışılmış ve böylece sahada çalışanların bu konuda farkındalık ve bilgi düzeyini artırarak daha etkili çalışmalar yapabilmelerine olanak sağlamak amaçlanmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Kriz, Afet, Psikososyal Destek, Psikolojik İlk Yardım

## Psychosocial Intervention and Psychological First Aid

### Abstract

Disasters, epidemics, crises, migration and war situations have been increasing both in Turkey and around the world in recent years. In these situations, people experience various losses and face various difficulties to continue their lives after these losses. Losses of life and property, being force to migrate from the region where they live are some of the losses people experience. It is a well-known fact that people need support in this period in order to cope with the negative situations experienced and to hold on to life again. Intervention services to be implemented after disasters and emergencies are generally referred to as psychosocial intervention services. Psychological first aid, which is one of the intervention services, and psychosocial support services are often used interchangeably; it is observed that practitioners, field workers, volunteers and official employees confuse the two services with each other. This study aims to explain the differences between the concepts and activities of psychosocial support and psychological first aid applied to individuals experiencing disasters and emergencies, and thus to increase the level of awareness and knowledge of those working in the field and to enable them to work more effectively.

**Keywords:** Crisis, Disaster, Psychosocial Support, Psychological First Aid

**Received:** 03.09.2023; **Revised:** 10.12.2023; **Accepted:** 12.12.2023; **Publication:** 31.12.2023

**Citation:** Sargin, N. ve Demirelli M. A. (2023). Psikolososyal destek ve psikolojik ilk yardım. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 3(2), 81-92.

**Corresponding Author:** Mehmet Akif DEMİRELLİ, Ankara Pursaklar Bilim ve Sanat Merkezi Pursaklar/Ankara, [demirellimakiff@gmail.com](mailto:demirellimakiff@gmail.com)



Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry, adopts an open-access policy aiming to provide its content freely to the widest audience. All articles published by the journal are freely accessible and usable under the following licensing conditions: [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License \(CC BY-NC-ND 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

## Giriş

Günümüzde afetler üzerine çok durulsa da afet ve kriz durumlarının insanlık tarihi boyunca olduğu bilinmekte ve bu afetlerin bazılarının engellenmesi karşısında güçlüklerin yaşandığı hatta engellenemediği; insanların, hayvanların ve doğamızın bu durumlardan olumsuz etkilendiği bilinmektedir. İletişim araçlarının teknolojik gelişmelerle beraber yaygınlaşması afet durumlarının medya yoluyla yayılmasını arttırmakta ve dolayısıyla kriz durumlarının etkililiğinin sadece kriz durumlarına maruz kalanlarda değil dolaylı olarak haberlerden etkilenenlerin de ruhsal durumlarına etki ettiği belirtilmektedir (Carter, 2008).

İnsanlığın ve teknolojinin gelişimiyle beraber doğal afetlerin de etki alanlarının büyüdüğü gözlenen sonuçlar arasındadır; 2011 yılında Japonya’da meydana gelen depremin bölgedeki nükleer santral üzerindeki etkisi ve etkilenen santralin daha büyük bir yıkıma sebep olması bu duruma örnek gösterilebilir (Özer, 2017). Bir deprem bölgesi olan Türkiye’de de çarpık kentleşme, plansız ve denetimsiz yapılar meydana gelen depremlerin etki alanlarını ve etki düzeylerini olumsuz bir şekilde büyütmektedir (Taşkıran ve Baykal, 2017). Afetlerin etki büyüklükleri ülkelerin gelişmişlik düzeyleriyle de ilişkilendirilebilir. Ülkeler afetlerin sonuçları hakkında karşılaştırıldığında, gelişmiş olan ülkelerdeki can kaybı, gelişmekte olan ülkelere göre daha az sayıdadır (Leblebici, 2015). Afet ve acil durumlar sonrasında yaşanan can kayıpları, yıkımlar, yaralanmalar vb. gibi sonuçlar anormal durumlar olarak ifade edilmekte ve bu durumları yaşayan insanlar da anormal durumlar karşısında bazı normal tepkiler (şok, hissizleşme, öfke vb.) sergileyebilmektedirler. Bu tepkiler anormal kriz durumlarından sonra mağdurların sergileyebilecekleri normal tepkilerdir (Aydın, 2012). Psikososyal destek çalışmaları afet durumlarına maruz kalmış kişilerin yaşadıkları süreci normale çevirme

çalışmaları için önemli ve gerekli görülmektedir (Şavur ve Tomas, 2010).

Afet ve acil durumlar Dünya’da ve Türkiye’de son yıllarda artmakta, bu durumlara maruz kalan insanları etkilemektedir. Kriz durumları sadece ondan birincil düzeyde etkilenenleri değil, dolaylı olarak maruz kalanları da etkileyebilmektedir. Afete ve acil durumlara müdahale eden saha çalışanları bu anlamda eğitimler almakta ve aldıkları eğitimle alanlarda çalışmalar sergilemektedir. Bu çalışmalar psikososyal destek çalışmaları olarak ifade edilmektedir. Psikososyal destek çalışmaları ile psikolojik ilk yardım çalışmaları uygulanırken kavram karmaşası yaşanabilmekte, çalışmalar gerçekleştirilirken de aksaklıklara yol açabilmektedir. Alan çalışanları kriz durumlarını yaşayan kişilere sunulacak ilk hizmet olan psikolojik ilk yardım çalışmalarıyla daha genel anlamda sunulan psikososyal destek çalışmalarını birbirine karıştırabilmektedir. Bu durum özellikle psikolojik ilk yardım çalışmalarında hatalı çalışmaların yapılmasına sebep olabilmektedir. Yapılan bu çalışma ile psikososyal destek ve psikolojik ilk yardım kavramlarına ilişkin bilgilere yer verilerek kavram karmaşasına dikkat çekilmesi, kavramlara ilişkin açıklık getirilmeye çalışılması, bu alanda yapılacak çalışmalara ve literatüre katkı sağlayarak yapılacak çalışmalara rehberlik edilmesi amaçlanmaktadır.

Bu çalışmada belirlenen amaçlar kapsamında kaynakların araştırılması, kaynaklar hakkında notların tutulması ve değerlendirme işlemlerinin yapılması süreçleri olarak tanımlanan (Karasar, 2017) nitel araştırma yöntemlerinden belgesel tarama olarak da adlandırılan doküman analizi tekniği kullanılmıştır. Dokümanlar araştırılırken “kriz”, “afet”, “afet ve ilk yardım”, “psikolojik ilk yardım”, “psikososyal destek” terimleri kullanılmıştır. Terimleri araştırırken, makale, tez ve bildiri çalışmaları için “Ulusal tez merkezi”, “Google akademik”, “ProQuest” ve

“Ulakbim”; kitap vb. dokümanlar için de üniversite bağlantılı “Turcademy” veri tabanlarından yararlanılmıştır. Ulaşılan dokümanlar dahil edilme kriterleri göz önünde bulundurularak çalışmaya alınmıştır.

### 1. Kriz ve Afet

Kriz kelimesi köken olarak Yunancadaki “Crisis” kavramına dayanmaktadır. Bu kavram Yunancada dönüm noktası, karar verme, ayrılma anlamlarına gelmektedir. Kriz kavramı birçok farklı disiplinde, farklı anlamlarda kullanılabilir. Örneğin ekonomide kriz, ön görülmeyen şekilde çöküntünün veya bir şeyin çok kıt bulunmasının devletleri, şirketleri ve dolayısıyla bireyleri oldukça olumsuz olarak etkilemesi durumu olarak tanımlanmaktadır. Tıpta ise kriz, aniden ve beklenmedik şekilde meydana gelen hastalık semptomu ya da ileri düzeydeki hastalık olarak tanımlanmaktadır (Aktan ve Şen, 2001).

Psikoloji alanında kriz; bireylerin ruhsal dengelerini sarsan, mantıklı ve hızlı kararlar alınmasını gerektiren, beklenmedik şekilde ortaya çıkan veya yaşamın belirli dönemlerinde görülebilen durum ya da yaşam olaylarıdır (James ve Gilliland, 2013; Kaya ve Yıldırım, 2017).

Afet toplumun büyük kısmının ya da belli bir kesiminin etkilendiği, etkiyle beraber yaşam standartlarının tehdit altına girdiği acil yardım durumlarının gerekliliğinin arttığı, ulusal ve uluslararası yardımların gerekli olduğu kriz durumlarıdır (Demiröz ve Öztan, 2019). Özdikmen (2017) afetleri insan ve doğa kaynaklı olarak ikiye ayırmıştır. İnsan kaynaklı olanlar savaş, endüstriyel kirlilikler, nükleer ve biyolojik sorunlar, terör olayları; doğa kaynaklı olanlar ise deprem, heyelan, sel gibi durumları belirtmektedir.

Afet sonrasında öngörülemeyen sorunlar ve akut durumlar ortaya çıkmakla beraber, afetler yapıları gereği karmaşık olan ve acil durumlara sebep olabilen travmatik olaylara da sebebiyet vermektedir (Aker ve Karakaya, 2017).

### 2. Psikososyal Destek

Psikososyal destek; psikolojik ve sosyal desteği ilişki içerisinde götürmeyi ve afet öncesinde, anında ve sonrasında bireylerin yaşama tutunabilme kapasitelerini fark etmelerini hedefleyen; ailesel ve bireysel çalışmaları içeren ve oluşabilecek psikolojik uyumsuzluk ve bozuklukların önlenmesini amaçlayan bir hizmet olarak tanımlanmaktadır; Psikososyal destek çalışmalarında afet sonrasında toplumsal ve bireysel gereksinimleri hızlıca tespit ederek insanların afet öncesi duygu, düşünce ve davranış biçimlerine hızlıca dönmeleri hedeflenmektedir (AFAD, 2014). Psikososyal destek, bireylerin psikolojik iyi olma durumlarını korumak ve muhtemel davranış problemlerine dair önleyici çalışmalar yapmak için uygulanan içsel ve dışsal müdahaleleri kapsayan etkinlik ve uygulamaları ele almaktadır (IASC, 2007).

Hansen (2009) psikososyal destek çalışmalarının bireyin kendisine ve çevresine yardım etmesini amaçlayan, bireyi güçlendirirken afet durumlarından etkilenen topluma da problem çözme becerilerini dolaylı olarak öğreten bir dinamiğe sahip olduğunu ifade etmektedir. Psikososyal destek kişilerin, ailelerinin ve içinde buldukları toplumun sosyal anlamda ve psikolojik anlamda iyileştirilmesini sağlamaya çalışmaktadır (IFRC, 2009).

Demiröz ve Öztan (2019) afet sonrasında Psikososyal Destek için dört dönemden bahsetmektedir;

1. Acil (Akut) Dönem: Afetin oluşundan sonraki ilk 3 aylık çalışmaları içeren dönemdir.
2. İyileştirme Dönemi: Afet sonrasındaki hayati gereksinimlerin karşılanmasını içeren dönem çalışmalarıdır.
3. Geliştirme Dönemi: Bozulan ekonomik, toplumsal, psikolojik durumun yeniden revize edilmesinin amaçlandığı çalışmaları içermektedir.

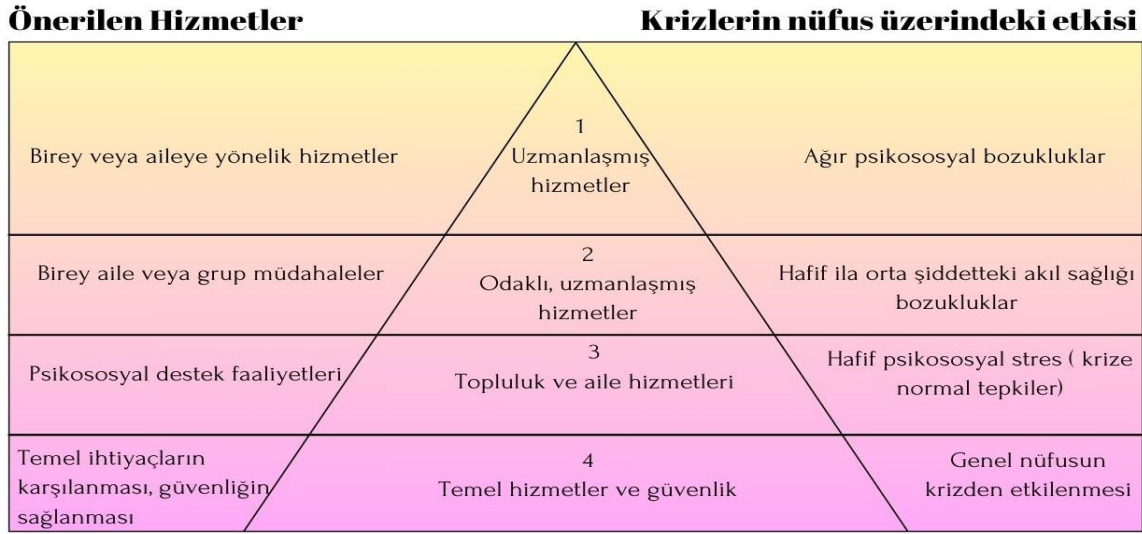
4. Zararı Azaltma Dönemi: Genel önleyici çalışmaların yanı sıra afet bölgesindeki zararları azaltma çalışmalarını içermektedir.

Afet ve acil durumlardan sadece mağdurlar değil genel olarak toplum da olumsuz etkiler yaşayabilmektedir. Bu nedenle Psikososyal destek çalışmalarında iki temel amaç vardır:

1. Afet ve acil durumlardan etkilenen topluma destek olmak ve yeniden normalleşmeyi sağlamak,

2. Afet ve acil durumlardan etkilenen bireylerin ihtiyaçlarını karşılayarak, bireysel anlamdaki rahatsızlıklar için önleyici çalışmalar gerçekleştirmek (IASC, 2007).

IASC (2007) kriz durumlarından etkilenen bireylerin kitlesi ve etkilenme düzeylerine göre Şekil 1'deki gibi bir sınıflama piramidi oluşturmuştur.



Şekil 1. IASC (2007) Psikososyal Destek Piramidi

1. Temel Hizmetler ve Güvenlik: Afet sonrasında hızlıca afetten etkilenen bireylerin güvenlik ihtiyaçlarının karşılanması ile afet öncesi psikolojik durumlarını kazandırmanın amaçlandığı çalışmaları içermektedir. Güvenlik gereksinimi karşılanan bireylerin psikolojik anlamda iyi hissetmelerini sağlamak amaçlanmaktadır.
2. Topluluk ve Aile Destekleri: Aileyle ve bireysel çalışmalarla toplumsal düzenlemeler amaçlanmaktadır. Kayıp ve yas durumlarını yaşayan bireyler, genel psikolojik bilgilendirme çalışmaları gibi planlamalarla toplumsal desteğin amaçlandığı destekleri ifade etmektedir.
3. Odaklı Uzmanlaşmış Hizmetler: Afet sonrası daha derinden etkilenmiş bireylerle

yapılan profesyonel ruh sağlığı çalışmalarını ifade etmektedir.

4. Uzmanlaşmış Hizmetler: Afetlerden oldukça fazla etkilenmiş, sosyal hayata adapte olmakta güçlük çeken, bilişsel-duygusal-davranışsal anlamda sorunları üst düzey yaşayan bireylere sunulan psikiyatrik ve psikolojik destek çalışmalarını kapsamaktadır (IASC, 2007).

### 2.1. Psikososyal Desteğin Temel İlkeleri

Öztan (2012) afet durumları için uygulanacak temel ilkeleri aşağıdaki şekilde açıklamıştır;

- Afet durumlarının her aşamasında psikososyal destek çalışmaları uygulanabilir ve bu durumlara müdahalede bulunan çalışma ekipleri koordineli şekilde çalışmalıdır.

- Afet durumlarına maruz kalmış bireyler pasif mağdurlar olarak değil, afet ve acil durumlardan sağ kurtarılmış kişiler olarak değerlendirilirler.
- Mağdurların güçlenmesi, normal hayata dönmeleri amaçlanmaktadır.
- Kültürel, dini, sosyal özellikler temelinde bireylere ve topluma destek sağlamak amaçlanır.
- Yapılacak çalışmalar afetlerden etkilenen kişileri de planlamaya katarak oluşturulur.
- Müdahalelerde temel amaç bilgi akışının güvenilir ve somut bir şekilde aktarılmasını sağlamaktır.
- Gösterilen tepkilerin anormal bir durum için sergilenen normal tepkiler olduğu açıklanır.

## 2.2. Psikososyal Destek Araçları

Psikososyal destek çalışmaları yaparken çeşitli adımlar, yöntemler ve teknikler kullanılmaktadır; bu adımlar sistematik bir şekilde ilerlemeyebilmekte ihtiyaç halinde geriye veya ileriye dönüşler (örneğin ihtiyaçları karşılanan ve psikoeğitim aşamasında destek alan bir mağdur tekrar beslenme ve barınma ihtiyacı yaşayabilir) olabilmektedir. Bu nedenle psikososyal destek aşamaları yerine psikososyal destek araçları kullanılmaktadır (Alakara-Özcan, 2018; IASC, 2007; James ve Gilliland, 2013). Psikososyal destek çalışmaları bazı kaynaklarda aşama bazı kaynaklarda yöntem bazı kaynaklarda da destek araçları olarak ifade edilmektedir. Bu noktada bir dil birliğinin olmadığı gözlemlenmektedir. Bu çalışmada “destek araçları” şeklinde kullanılmıştır. Çünkü sunulan destek araçları kimi zaman tekrar sunulabilmektedir. Örneğin toplumu harekete geçirdikten sonra tekrar ihtiyaç ve kaynak analizi yapılması gerekebilmektedir.

### 2.2.1. İhtiyaçları ve kaynakları belirlemek

Afet ve acil durumlar sonrası psikososyal destek çalışmalarının en başında bireylerin, ailelerin ve toplumun gereksinimlerinin tespit

edilmesi ve hızlı bir şekilde karşılanması insanların güvende hissetmeleri için önem arz etmektedir (Mağden ve ark., 2008).

Alakara-Özcan (2018) ihtiyaçlar ve kaynakları belirlerken;

1. Temel gereksinimlerin karşılanmasına dair çalışmaların yapılması,
2. Bilgi akışının doğru ve hızlı bir şekilde yapılmasının sağlanması,
3. İnsanların güvende olma duygularının desteklenmesi,
4. İhtiyaçları acil belirleme ekiplerinin aktif bir şekilde belirlenip eylem planlarının harekete geçirilmesi maddelerinden bahsetmektedir.

### 2.2.2. Eğitim ve psikoeğitim

Afetlerden sonra gerek afet ortamlarında çalışacak personellere verilen eğitimler gerekse de afet durumlarına maruz kalmış bireylere verilecek psikoeğitimler önemli ve elzemdir. Bölgeye gidecek personellerin müdahale konusunda belli bir seviyede olması sorunların çözümünde etkili olabilmekte ve bölgede durumlardan etkilenen bireylerin de psikoeğitimlerle ruhsal anlamda sağaltımlarının yapılmasını desteklemektedir. Afetlere ulusal, toplumsal ve bireysel anlamda hazırlıklı olmak hem toplumsal anlamda hem de bireysel anlamda afeti anlamlandırma ve başa çıkabilme becerilerinin uygulanmasında önem arz etmektedir (Kazancı, 2012). Psikoeğitim çalışmalarıyla bireylerin güçlenmesi ve güç durumlara maruz kalmaları sonucu problem çözme becerilerini uygulayabilmeleri amaçlanmaktadır. Kişilerin yaşadıkları travmalarla yüzleşmeleri, travmalarıyla baş edebilmeleri, yaşanan olumsuz durumları anlamlandırabilmeleri, bireyin içinde bulunduğu aile, okul ve iş ortamlarının problem çözme konusunda ortaklaşa çalışmaları, kontrol duygusunun kendisinde olduğunun hissettirilmesi amaçlanmaktadır (Demirtaş, 2017; Öztan ve ark., 2003).

### 2.2.3. Toplumun harekete geçirmek

Afet yaşayan toplumun bundan olumsuz etkilenmesi beklenen bir durumdur. Afete müdahale ekiplerinin toplumun ve yaşanan afetin boyutlarının özelliklerini bilmeleri ve bu özelliklere göre planlamalar yaparak bireylere dolayısıyla topluma katkıda bulunmaları afet sonrası psikososyal destek çalışmaları için oldukça önemlidir (Mağden ve ark., 2008). Afetlerden etkilenen bireyleri sürece dahil etmemek gibi genel bir yanlışlık bulunmaktadır ancak afet ve acil durumlarda ruhsal ve fiziksel anlamda toparlanmış ve güçlü bireylerin sürece dahil edilmeleri toplumsal anlamda daha fazla faydalı olabilmektedir (Özdikmen, 2017).

### 2.2.4. Sosyal iyileştirme çalışmaları

Afet ve acil durumların yaşandığı bölgelerde toplumun psikolojik ve sosyal gelişimlerini desteklemek adına afet sonrası dönemlerde sanatsal, kültürel, sportif faaliyetlerin düzenlenmesi kişilere olumlu destekler sunabilmektedir. Afet ve acil durumlardan sonra bireylere sürekli, dönemselsel ve toplum bilincini arttırmaya yönelik sosyal etkinlikler yapılabilmekte ve bu etkinliklerle bireyin ve toplumun iyi hissetmesi, sosyal beceri kazanması, problem çözme becerileri konusunda gelişmeleri bir yandan da fiziksel ve ruhsal anlamda kendilerini ifade edebilme ve geliştirebilme imkanları sağlanabilmektedir (Mağden ve ark., 2008).

### 2.2.5. Çalışanlara destek olmak

Afet durumlarına doğrudan maruz kalmayıp dolaylı olarak maruz kalanların ve afet durumlarıyla gönüllü ya da resmi bir şekilde çalışan insanların da durumdan olumsuz etkilenemedikleri bilinmektedir (Aker ve Karakaya, 2017). Afet ve acil durumlarda görev yapan gönüllü ya da resmi çalışanlar gerek idari ve örgütsel düzenlemelerin yetersizliğinden gerek bölgede karşılaştıkları yaşam şartlarından gerekse de afet durumu sonrasında yaşanan ölüm ve yaralanmalara doğrudan maruz kalmalarının sonucunda fiziksel ve ruhsal

anlamda güç durumlar yaşayabilmektedirler (IASC, 2007). Çalışanların kriz durumları sonrasında ikincil travmatik stres, şefkat yorgunluğu ve tükenmişlik durumlarıyla karşılaştıkları gözlemlenmektedir (Kahil ve Palabiyikoğlu, 2018). Pak ve arkadaşları (2017) psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olmasının kriz durumlarını yaşayan çalışanların yaşayabilecekleri olumsuz durumları tolere etmelerinde önemli olduğunu ifade etmiş; acil servislerde çalışan çeşitli meslek gruplarından (doktorlar, hemşireler, paramedikler, sağlık teknikerlerinden) 117 kişi üzerinde psikolojik dayanıklılık ve ikincil travmatik stres arasında bir ilişki olup olmadığına dair bir çalışma yürütmüştür. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde; katılımcıların %63'ü yardım ettikleri kriz mağdurlarının yaşantılarından etkilendiklerini ifade etmiştir. Ayrıca psikolojik dayanıklılık arttıkça ikincil travmatik stres belirtilerinin azaldığını bulmuştur.

IASC (2007) çalışanlara destek olması amacıyla aşağıdaki önerilerde bulunmaktadır;

- Çalışanların ellerindeki planlar somut ve açık bir şekilde olmalıdır.
- Çalışanlar bölgenin ve afet durumunun özelliklerine hazırlıklı olmalıdır.
- İş ortamlarında sağlıklı bir döngü ile çalışmalıdırlar.
- Travmatik görüntülere maruz kalan çalışanlarla bireysel ilgilenilmelidir.
- Görev süresi bitenler psikososyal anlamda desteklenmelidir.

Psikolojik ilk yardım psikososyal destek çalışma basamaklarından birisidir. Çalışmanın temel konularından birisi olduğundan ayrı bir başlık altında ele alınmaktadır. Bu bağlamda aşağıda psikolojik ilk yardıma ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

### 3. Psikolojik İlk Yardım

Psikolojik ilk yardım afet durumlarına maruz kalmış kişilerin hissettikleri olumsuz duyguları hızlı bir şekilde güven duygusuyla desteklemek

ve bireylerin temel gereksinimlerini karşılamak için yapılan bir hizmettir (IASC, 2007). Psikolojik ilk yardım ismi ilk olarak Amerikan Psikiyatri Derneği tarafından afet ve kriz durumları sonrasında çocuklara ve yetişkinlere uygulanan erken psikososyal destek çalışmaları için hazırlanan bir kılavuzda kullanılmıştır (Drayer ve ark., 1954).

**Dünya Sağlık Örgütü (2011)** psikolojik ilk yardımı açıklarken;

- İnsanları konuşmaya zorlamamak,
- İnsanları geçiştirmeden dinlemek,
- Bireyin ve toplumun temel gereksinimlerini hızlıca belirlemek ve desteklemek,
- İnsanların güvende hissetmelerini sağlayacak temaslarda bulunmak,
- İnsanların doğru bilgi edinmelerini desteklemek gibi ilkelerden bahsetmektedir.

Psikolojik ilk yardımın 3 basamağı vardır;

1. İzleme: Acil müdahale gerektiren mağdurlar belirlenir. İnsanların doğru bilgilerle desteklenip ihtiyaç tespiti çalışmalarının yapıldığı aşamadır.
2. Dinleme: İnsanlarla temasın kurulduğu, onları dinleyip ihtiyaçlarının not edildiği aşamadır.
3. Bağ Kur: İnsanların ihtiyaçlarının giderildiği, yakınlarıyla temalarının sağlandığı, problem çözme çalışmalarının desteklendiği aşamadır (Snider ve ark., 2014).

Psikolojik ilk yardım, afet ve acil durumlardan sonra bireylerin acılarını azaltmak ve ihtiyaçlarını karşılamak için aşağıdaki eylemleri içeren bir hizmettir;

- Zor durumlara maruz kalmış insanlara destek olmak,
- Bireylerin doğru bilgi edinmesini sağlamak,
- İnsanlara güven duygusu aşılamak,
- Konuşmaya zorlamadan dinlemek ve güvende olmaları için çaba sarf edildiğini hissettirmek (IASC, 2007).

Afetler sonrasında toplumsal ve bireysel her türlü sağaltım için erken psikososyal destek çalışmalarından olan Psikolojik İlk Yardım oldukça önemli ve gerekli bir hizmet olarak önerilmektedir (WHO, 2011). Psikolojik ilk yardım; deprem, terör saldırıları, seller, yangın gibi afetlerden sonra bireysel ve toplumsal anlamda ruhsal ve fiziksel destek sağlama konusunda ve olaylar sonrası oluşabilecek travma sonrası stres tepkilerini azaltmada önemli bir yere sahip olarak belirtilmektedir (Brymer ve ark., 2006).

Afet sonrasında uygulanacak hizmetlerden en önde olanı olarak gösterilen psikolojik ilk yardım bireylerin sağlıklı olmak, yaşadıkları şok durumlarını güven duygusuyla iyileştirmek ve fizyolojik temel gereksinimlerinin karşılanmasını sağlayarak akut dönemde büyük kitleye uygulanan hizmetleri kapsamaktadır; bunları orta kısımda yer alan psikososyal destek çalışmaları ve uzun vadede uygulanan daha derin bireysel müdahale çalışmaları takip etmektedir (Housley ve Beutley, 2007).

Psikolojik ilk yardım çalışmalarının sağlık alanlarında çalışan hemşireler tarafından bilinmesinin hem hastalar hem de sağlık çalışanları açısından olumlu sonuçlar doğurabileceği ayrıca ergenlerin psikolojik ilk yardım konusunda bilinçlendirilmelerinin ergenlik dönemi psikolojik sağlamlık düzeylerine katkıda bulunacağı vurgulanmaktadır (Kılıç ve Şimşek, 2018). Ayrıca psikolojik ilkyardım hizmetlerinin ülkelere, yörelere göre bazı kriterler baz alınarak farklılaşabileceğinin dikkate alınması gerektiği belirtilmektedir. Bu kriterler olarak da kişinin sosyokültürel değerleri, yaşı ve cinsiyeti belirtilmekte, mahremiyete özen gösterilerek bu yardımın yapılması gerektiği de açıklanmaktadır (WHO, 2011).

### **3.1. Psikolojik İlk Yardımın Uygulanması**

Psikolojik ilk yardım uygulamalarının nerede, nasıl ve kimler tarafından yapılması gerektiğine dair çeşitli kaynaklarda açıklamalar

bulunmaktadır. Ancak bu hizmet bir psikolojik danışmanlık veya psikoterapi olmadığından içerisinde “bak, dinle, ilişkilendir ve yönlendir” prensiplerinin yer aldığı sadece ruh sağlığı uzmanları tarafından sunulmayan bir içeriğe sahiptir (WHO, 2011).

Psikolojik ilk yardım eğitimi alan herkesin hizmeti sunabileceği, afet bölgelerine gelen psikososyal destek ekiplerince bölgedeki öğretmen, muhtar gibi görevlilere eğitimin verilmesiyle hizmetin yaygınlaştırılması amaçlanmaktadır (Demiröz ve Öztan, 2019).

Genel olarak kaynaklar incelendiğinde psikolojik ilk yardım uygulamalarında üç temel aşamanın olduğu; bu aşamaların 1) müdahalelere hazırlıkların yapılması 2) gereksinimler ve yönlendirmeler için triyajın yapılması ve 3) 8 basamaklı psikolojik ilk yardım modelinin uygulanması olarak ele alınmaktadır (Demircioğlu ve ark., 2019).

1. Hazırlık Aşaması: Bu aşamada sahaya gidecek kişilerin hem kendilerini ruhsal anlamda geliştirmeleri hem de uygulanacak yöntemler konusunda zor koşullara hazırlık olacak süreçler konusunda bilinçlenmeleri ele alınmaktadır (Demircioğlu, 2017).

2. Triyaj: Afet ve acil durumlar sonrası herkes aynı düzeyde etkilenmemekte ve farklı tepkiler gösterebilmektedirler. Bu nedenle psikolojik ilk yardım uygulayacak kişilerin iyi bir gözlemci olmaları ve öncelikli müdahale gerektiren bireyleri tespit ederek gerekli yönlendirmelerde bulunmaları önem arz etmektedir (Demircioğlu, 2017; Stroud, 2012).

3. Uygulanacak Sekiz Basamaklı Psikolojik İlk Yardım Modeli (Brymer ve ark., 2006):

a. Bağ kurma: Psikolojik ilk yardım müdahalesinde bulunan kişinin kendisini ve ne amaçla mağdurların yanında olduğunu açıkladığı, konuşturılmaktan ziyade anlamaya ve dinlemeye önem verilen, fiziksel gereksinimlerin karşılanarak güven

duygusunun geliştirilmesinin amaçlandığı basamaktır.

b. Güvenliğin ve rahatlamanın desteklenmesi: Kriz durumlarına maruz kalmış kişilere uygulanan en temel müdahalelerden birisi onların yaralanmayacak, daha güvenli bölgelere geçişlerini sağlamaktır. Bunun yanı sıra psikolojik anlamda güvende hissetmelerini desteklemektir.

c. Dengeleme: Afet durumlarından etkilenen bireyler ilk saatlerde ve günlerde anormal tepkilerde bulunabilirler. Dengeleme basamağında bireylerin duyu organlarını harekete geçirerek içinde bulunduğu ortama zihnen, bedenen gelmeleri ve anormal tepkileriyle yüzleşmeleri amaçlanmaktadır.

d. Bilgi edinmek: Mağdurlara uygulanacak psikososyal destek çalışmalarını planlamak adına onlarla yapılan görüşmeler, ihtiyaç analizleri gibi çalışmalarla uygulanacak yol haritasını belirlemek için bilgi toplama aşamasını içermektedir.

e. Temel gereksinimleri sağlamak: Edinilen bilgiler ışığında bireyin ya da toplumun temel gereksinimlerinin acil olandan daha az acil olana doğru sıralanması ve bölgede bulunan bütün birimlerle koordine içinde çalışarak ihtiyaçların belirlenip giderilmesinin amaçlandığı basamaktır.

f. Sosyal destek: Afet ve acil durumlardan sonra bireylerin sosyal destek almalarını sağlamak, sosyalleşmelerine katkıda bulunmak hem kendilerini yalnız hissetmemelerine hem de çevreden destek alabilmeleri noktasında güven geliştirmelerine katkıda bulunmaktadır. Sosyal destek aşamasında bireyin çevresel destek unsurlarından yararlanmaları ve iyi hissetmeleri amaçlanmaktadır.

g. Bilgi verme: Kriz durumlarından sonra bireylere doğru bilgi akışını sağlamak kaos ortamı oluşmasını engellemektedir. Kriz yaşayanların yaşayabilecekleri akut stres tepkileri, travma tepkileri gibi durumları



bilmeleri bunun yanı sıra temel gıda ve hijyen teminini hangi noktalardan sağlandığı konusunda bilgilendirmelerin yapılması acil durum ortamlarındaki düzenin sağlanmasında önemlidir.

h. İş birliği sağlanacak kurumlarla temas etmek: Bireylere ya da topluma uygulanan hizmetlerin düzenlenmesi, yönlendirilmesi, görev sürelerinin dolması, görev değişiklikleri gibi durumların düzenlenmesinin amaçlandığı basamaktır.

### Sonuç

Psikososyal destek çalışmalarıyla psikolojik ilk yardım başlıkları çoğu zaman karıştırılabilmektedir. Özellikle afet bölgelerine yönlendirilen ekipler, afet ve acil durumlarında hızlıca planlara katılan çalışanlar ve gönüllüler bu anlamda kafa karışıklığı yaşayabilmektedirler. Alandaki dokümanlar incelendiğinde yapıldığında gözlenen farklar aşağıdaki şekilde belirtilmektedir;

- Psikososyal destek çalışmaları daha genel bir çatı oluştururken, psikolojik ilk yardım çalışmaları afet ve acil durumlardan hemen sonra uygulanan kısa bir aralığı (akut dönem; bazen ilk birkaç dakika bazen de ilk haftalar) ilk haftadan bir aya kadar açıklamaktadır (WHO, 2011). Psikolojik ilk yardım afet durumlarından hemen sonraki ilk birkaç dakikada da sunulabilmekte ilk bir hafta veya bir aya kadar da sürebilmektedir. Ancak Psikososyal destek aylarca sürebilecek sistematik bir sırayı izlemektedir. Everly ve Lating (2017) psikolojik ilk yardım çalışmalarının, uzun süreli psikososyal destek çalışmalarının ilk birkaç günde sunulan güven temelli çalışmalar kısmını oluşturduğunu ve ilk bir haftada psikososyal destek çalışmaları için yapılacak planlama çalışmalarını da içerdiğinden bahsetmektedir.
- Psikososyal destek çalışmaları daha uzun süreli ve planlı çalışmaları kapsamaktadır. Psikolojik ilk yardım ise daha kısa ve acil müdahale

hizmetlerini ele almaktadır. Örneğin; acil durum sonrası çok yaşayan bir bireye uzun süreli planlama çalışması yapılması yerine güvenlik hissini güçlendirmek gibi. Aka (2023) psikolojik ilk yardım sürecinde bireyin analiz edilmeden gereksinimlerinin karşılanmasının hedeflendiğini; psikososyal destek hizmetleri sunulurken bireylerin daha detaylı analiz edilerek desteklendiklerini belirtmiştir.

- Psikososyal destek hizmetlerini ruh sağlığı alanında eğitim alan kişiler uygularken; psikolojik ilk yardım çalışmalarını bölgede bulunan herkes gerçekleştirebilmektedir. Döner ve Güngörmüş (2023) Psikososyal destek çalışmaları yapılırken insanların ihtiyaçlarının dört düzeyde olduğunu, 3. ve 4. Düzeydeki bireyler için (afetlerden daha derinden etkilenenler ve afet durumlarından sonra psikiyatrik müdahale gerektirenler) psikolojik ve psikiyatrik müdahalelerin gerekebileceğini bu çalışmaların da alan uzmanlarınca yapılabileceğini vurgulamıştır. Psikolojik ilk yardım çalışmalarında alan uzmanı olmaksızın çalışmalara destek verilebilmektedir. Yurt içi ve yurt dışındaki kaynaklar incelendiğinde psikolojik ilk yardım uygulama eğitimini alanların ruh sağlığı uzmanı olmasına bakılmaksızın, yardım çalışmalarında yer alabilecekleri açıklanmıştır (Arslan-Tomas ve Şavur, 2018, Gipsen ve Wu, 2018; aktaran Demircioğlu ve ark., 2023).
- Psikososyal destek çalışmalarının ilerleyen zamanlarında psikiyatrik çalışmalar yapılabilirken; psikolojik ilk yardım çalışmalarında böyle bir müdahale söz konusu olmamaktadır. Kök (2023) afet sonrası uygulanan çalışmaların genel olarak psikolojik ilk yardım şeklinde vurgulanmaması gerektiğinden ve psikososyal destek çalışmaları yapılırken bireylere daha detaylı ve uzun süreli hizmetlerin verildiğinden bahsetmektedir.
- Psikolojik ilk yardım bir erken dönem psikososyal destek hizmetidir. Aile ve

**Sosyal Hizmetler Bakanlığı (2019)** tarafından hazırlanan afet sonrası müdahale el kitabında Psikososyal destek çalışmalarında sunulan Psikolojik İlk Yardım çalışmalarının afetlerden hemen sonra mağdurlara güvende hissetmeleri ve temel ihtiyaçlarını giderme noktasında bir hizmet olduğu vurgulandığı görülmektedir.

- Psikolojik ilk yardım travmatik durumun tetiklediği kaygıyı normalize etmek ve travma sonrası stres bozukluğunun oluşumunu engellemeyi hedeflerken (**Eryüz-Özler ve Aydemir, 2023**), psikososyal destek uzun soluklu bir süreci kapsadığından psikolojik temelli oluşabilecek farklı rahatsızlıklara da destek sunacak bir içeriğe sahip olarak belirtilmektedir.
- Psikososyal destek çalışmalarının araçlarından birisi olan psikolojik ilk yardım, psikososyal destek hizmetlerinin akut dönemde uygulanan hizmetlerini kapsamaktadır. **Alakara-Özcan (2018)** afet durumlarından hemen sonraki ilk birkaç gün içerisinde bireylerin temel ihtiyaçlarının giderilmesinin ve güvenliklerinin sağlanmasının öneminden bahsetmektedir. Psikososyal destek sadece ilk birkaç gün değil afetten sonraki uzun bir dönemi kapsamaktadır.
- Psikososyal destek çalışmalarında kullanılacak araçlar arasında bir sıra takip zorunluluğu yoktur, basamaklar arası sistematik bir sıralama bulunmamaktadır ancak psikolojik ilk yardım hizmetlerinde “izle-dinle” ve “bağ-kur” çalışmaları sistematik olarak yapılmaktadır. **Everly ve Lating (2021)** Psikolojik ilk yardım sürecinin mağdurlarla temas kurarak başladığını, güvende olmalarını sağlamak için mağdurların ihtiyaçlarının belirlenip giderilmesiyle devam eden bir süreci takip ettiğini belirtmektedir.
- Psikososyal destek çalışmaları önleyici çalışmaları da kapsamaktadır ancak

psikolojik ilk yardım çalışmaları afet ve acil durumlardan sonra uygulanmaya koyulmaktadır. **Kılıç ve Şimşek (2018)** psikolojik ilk yardımı, travmatik durumlardan sonra mağdurların karşılaşabilecekleri risklerin azaltılması ve psikolojik sağlıklarının artırılması yönündeki çalışmalar olarak ifade etmişlerdir.

- Kriz durumlarıyla çalışan profesyoneller ikincil travmatik stres, şefkat yorgunluğu ve tükenmişlik durumlarını yaşayabilmektedir. Psikososyal destek çalışmalarının içerisinde çalışanlara destek sunulması da söz konusudur ancak Psikolojik İlk Yardım sadece afet mağdurlarına sunulan bir hizmet olarak açıklanmaktadır (**ASHB, 2019**).

### Öneriler

- Kriz durumlarına müdahale edecek bireylere psikososyal destek ve psikolojik ilk yardım arasındaki farkların anlatıldığı animasyon filmler, kitapçıklar hazırlanması,
- Psikolojik ilk yardım süreci afet sonrası ilk birkaç günü kapsadığından alan çalışanlarına ayırt edici tanı eğitimleri verilmesi,
- Kriz durumlarına müdahale edecek profesyoneller için kriz durumlarında farklılaşan danışmanlık becerileri konusunda eğitim programları geliştirilmesi ve bu programlardan uzmanların yararlanmasının sağlanmaya çalışılması,
- Kriz sonrası yas süreçlerine müdahale edecek alan profesyonelleri için yas danışmanlığında farklılaşan danışmanlık becerileri konusunda eğitim programları geliştirilmesi ve bu programlardan uzmanların yararlanmasının sağlanmaya çalışılması,
- Kriz durumlarından sonra gelişen travma durumlarına yönelik alanda çalışan profesyoneller için travmaya duyarlı danışmanlık becerisi ve travma

danışmanlığında farklılaşan danışmanlık becerileri konusunda eğitim programları geliştirilmesi ve bu programlardan uzmanların yararlanmasının sağlanmaya çalışılması,

- Üniversitelerin ilgili alanlarında eğitim gören lisans öğrencilerine psikososyal destek ve psikolojik ilk yardım konularıyla ilgili simülasyon eğitimleri ve staj imkanları sağlanması,
- Kriz ve afet durumlarına müdahalede bulunacak profesyoneller ve gönüllülerin saha çalışmalarından önce teorik ve uygulama bazlı yeterlik süreçlerinden geçirilmesi ve belirlenen eksikliklerin giderilmesine yönelik hizmet içi eğitim çalışmalarının yapılması,
- Bu konularda görev alan saha çalışanlarına yönelik bireyle ve grupla psikolojik danışmanlık hizmetlerinin verilmesi; bireysel anlamda yaşanan ikincil travmatik stres, tükenmişlik vb. durumların önüne geçebilirken grupla psikolojik danışmanlık çalışmaları da çalışanlarının konsültasyon grup çalışmalarında sorunlarla mücadele edebilmelerinde birbirlerini desteklemelerine olanak sağlayabilir.
- Psikososyal destek ve psikolojik ilk yardım ile ilgili proje tabanlı çalışmaların artırılması önerilmektedir.

**Yazar Katkıları:** S.N. çalışmanın tasarlanması, literatür taraması, makalenin eleştirel revizyonu, yayınlanacak son haline onay verilmesi. **D.M.A.** literatür taraması, verilerin toplanması, analizi ve yorumlanması, makalenin yazılması.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Finansal Destek:** Yazar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

## Kaynaklar

Aka, M. (2023). Maneviyatın psikolojik ilk yardımdaki rolü: Anlamın keşfi ve sağaltıcı etkileri. *Sosyal,*

*İnsan ve İdari Bilimlerde Yenilikçi Çalışmalar,* 1441-1470.

- Aker, T., Karakaya I. (2017). *Toplumsal travmalar ve afette psikososyal destek projesi uygulama rehberi.* Ankara.
- Aktan, C. C. ve Şen, H. (2001). Ekonomik kriz: Nedenler ve çözüm önerileri. *Yeni Türkiye Dergisi,* 2(42), 1.
- Alakara-Özcan, G. (2018). *Afetlerde psikososyal destek hizmetlerinin AFAD'da çalışan sosyal çalışmacılar tarafından değerlendirilmesi* [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Aydın, D. (2012). Afet sonrası psikososyal destek uygulamaları. *İnsani ve Sosyal Araştırmalar Merkezi,* 1- 9.
- Brymer, M., Jacobs, A., Layne, C., Pynoos, R., Ruzek, J., ... Watson, P. (2006). *Psychological first aid: Field operations guide* (2nd Edition).
- Carter, W. N. (2008). *Disaster management: A disaster manager's handbook.* Asian Development Bank.
- Demircioğlu, M. (2017). Olağandışı koşullarda psikolojik ilk yardım. *Türkiye Psikiyatri Derneği,* 21.
- Demircioğlu, M., Şeker, Z. ve Aker, A. T. (2019). Psikolojik ilk yardım: Amaçları, uygulaması, hassas gruplar ve uyulması gereken etik kurallar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 11(3), 351-362.
- Demiröz, F. ve Öztan, N. (2019). Temel kavramlar. S. Arslan-Tomas, E. Şavur ve E. Uygun (Ed.), *Afet ve acil durumlarda psikososyal destek hizmetleri: Saha çalışanları için el rehberi.* T.C. Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı ve UNICEF Türkiye Temsilciliği Yayını.
- Demirtaş, Z. (2017). Türkiye'ye göç etmiş Suriyeli sığınmacı aile çocuklarının eğitimine panoramik bir bakış. *Uluslararası 11. Kamu Yönetimi Sempozyumu Bildiri Kitabı,* 1441-1458.
- Döner, B. Ç. ve Güngörmüş, Z. (2023) Afetlerde psikososyal destek. *Bildiri Özet Metin Kitabı,* 15.
- Drayer, C. S., Cameron, D. C., Woodward, W. D. ve Glass, A. J. (1954). Psychological first aid in community disaster. *Journal of the American Medical Association,* 156(1), 36-41.
- Ervüz-Özler, F. ve Aydemir, M. (2023). *Afet ve krizlerde sosyal hizmet.* Akademisyen Kitabevi.
- Everly, Jr, G. S. ve Jeffrey, M. L. (2021). Psychological first aid (PFA) and disasters. *International Review of Psychiatry,* 33(8), 718-727.
- Everly, Jr, G. S. ve Lusting, J. M. (2017). *The Johns Hopkins guide to psychological first aid.* John Hopkins University Press.

- Hansen, P. (2009). Psychosocial interventions. *Reference Centre for psychosocial support*. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. Denmark.
- Housley, J. ve Beutler, L. E. (2007). *Treating victims of mass disaster and terrorism* (Vol. 6). Hogrefe Publishing GmbH.
- IASC. (2007). *Guidelines on mental health and psychosocial support in emergency settings*.
- IFRC. (2009). *International federation of red cross and red crescent societies, Community Based Psychosocial Support*. Participant's Book Denmark: IFRC.
- James, R. K. ve Gilliland, B. E. (2013). *Crisis intervention strategies* (7th Ed.). Brooks/Cole.
- Kahil, A. ve Palabıyıkoglu, N. R. (2018). İkincil travmatik stres. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(1), 59-70.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (17. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Kaya, M. ve Yıldırım, T. (2017). Liselerde çalışan psikolojik danışmanların okullarda yaşanan kriz durumlarına ilişkin algıları. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 835-857.
- Kılıç, N. ve Şimşek, N. (2018). Psikolojik ilk yardım ve hemşirelik. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(3), 212-218.
- Kök, H. (2023). Afetlerde kriz yönetimi ve sosyal hizmet örgütleri. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 7(1), 1-17.
- Leblebici, Ö. (2015). Afetlerde kamu yönetiminin rolü ve toplum temelli afet yönetimine doğru. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7 (2), 457-478.
- Mağden, Ç., Ademhan, Ç., Şavur, E., Yeniokatan, İ., Kılıç, M., ... Yüksel, S. (2008). *Türk Kızılay'ı afetlerde psikososyal destek uygulama rehberi*. Yorum Basın Yayın Sanayi Ltd. Şti.
- Özdikmen, T. (2017). *Afet ve acil durum yönetimi* (3. Baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Özer, Y. E. (2017). Afet konusundaki algı ve yerel aktörlerin sorumlulukları. *Sayıştay Dergisi*, 106, 1-34.
- Öztaş, N. (2012). Afet sonrası psikososyal müdahaleler. M. Gözden, N. Öztaş ve T. Aker (Ed.), *APHB psikososyal uygulamalar eğitimi el kitabı* (s. 147-169) içinde. Türkiye Kızılay Derneği.
- Öztaş, N., Aydın, G. ve Eroğlu, Ç. (2003). *Travma sonrası normal tepkiler: Psiko eğitim el kitabı* (3. Baskı). MEB/UNICEF Yayını.
- Pak, M. D., Özcan, E. ve Çoban, A. İ. (2017). Acil servis çalışanlarının ikincil travmatik stres düzeyi ve psikolojik dayanıklılığı. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(52), 628-644.
- Snider, L., Ommeren, V. M. ve Schafer, A. (2014). *Psikolojik ilk yardım: Saha çalışanları için rehber* (Ö. Erdur-Baker, T. Doğan, İ. Aksöz ve G. Sancak-Aydın, Çev.) Atalay Matbaacılık.
- Stroud, M. L. (2012). Psychological triage in general practice. *Australian Family Physician*, 41(7), 508-512.
- Şavur, E. ve Tomas, S. A. (2010). Terör olayları sonrasında psikososyal destek hizmetleri. *Kriz Dergisi*, 18(1), 45-58.
- T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2019). Afet ve acil durumlarda psikososyal destek hizmetleri. Saha çalışanları için el rehberi. Ankara. 05 Mart 2023 tarihinde [https://toroslarram.meb.k12.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/33/14/768185/dosyalar/2023\\_02/08143115\\_Afet-Acil-Durumlarda-Psikososyal-Destek-PSS-Handbook\\_tr\\_080419-1.pdf?CHK=1927eabadc6c4f18823cd38740b9cd4](https://toroslarram.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/33/14/768185/dosyalar/2023_02/08143115_Afet-Acil-Durumlarda-Psikososyal-Destek-PSS-Handbook_tr_080419-1.pdf?CHK=1927eabadc6c4f18823cd38740b9cd4) adresinden erişildi
- Taşkıran, G. ve Baykal, Ü. (2017). Hemşirelerin afetlere ilişkin görüşleri deneyimleri ve hazırlık algısı. *Uluslararası Hakemli Hemşirelik Araştırmaları Dergisi*, 10, 36-58.
- World Health Organization, War Trauma Foundation and World Vision International (2011). *Psychological first aid: Guide for field workers*.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.