

Depremde Psikolojik İlk Yardım

Feyza ÖZLER ERVÜZ¹

İshak AYDEMİR²

GİRİŞ

Psikolojik ilk yardım, birey üzerindeki ciddi kriz durumunda bireyin güvenliği artıran, durumu stabilize etmeye çalışan, bireyin kendi hayatı üzerindeki kontrol duygusunu sağlayan, yardım ve kaynakları harekete geçiren insancıl ve destekleyici kanıta dayalı ilk afet müdahalesidir (Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2014; Karancı ve Ünal, 2022; Özkan ve Çetinkaya-Kutun, 2021; Shannon, 2015; Vernberg vd., 2008; Yorulmaz ve Karadeniz, 2021). Amerikan Psikiyatri Derneği [American Psychological Assosiation] (2023) tarafından yapılan tanımda psikolojik ilk yardım yaşanan travmatik olay sonrasında bireylerde meydana gelen kaygıyı yatıştırmayı ve travma sonrası stres bozukluğunun oluşmasını engelleyen psikolojik müdahale biçimidir. Akut bir ruh sağlığı müdahalesi olarak psikolojik ilk yardım toplu afet yerlerinde, halk sağlığı ortamlarında, işyerlerinde, okullarda, ordu ve kaza anında ortaya çıkan; intihar, şiddet, cinayet gibi vakaların ardından gelen ruhsal süreçlerle ilgilenmektedir (Everly ve Flynn, 2006).

¹ Öğr. Gör., Gaziosmanpaşa Üniversitesi Pazar Meslek Yüksekokulu Sosyal Hizmet Programı, feyza.ozler@gop.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4158-4594.

² Prof. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Sağlık Bilimleri fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, ishak.aydemir@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0001-8910-9413.

KAYNAKLAR

- Adams, R.E., Figley, C.R. ve Boscarino, J.A. (2008). The Compassion Fatigue Scale: Its Use With Social Workers Following Urban Disaster. *Research on Social Work Practice*, 18(3), 238-250.
- American Psychological Association (APA). (2023). *Understanding psychological first aid: What is psychological first aid (PFA)?*. <https://www.apa.org/practice/programs/dmhi/psychological-first-aid>
- Aydın, D. (2013). *Afet Sonrası Psikososyal Destek Uygulamaları*. İnsani ve Sosyal Araştırmalar Merkezi, 1-9. https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/20281/mod_resource/content/1/Makale%20Afet%20Sonras%C4%B1%20Psikososyal%20Destek%20Uygulamalar%C4%B1.pdf
- Bryant, R.A. ve Litz, B.T. (2009). *Mental Health Treatments In The Wake Of Disaster*. In: Neria Y, Galea S, Norris F, eds. *Mental Health and Disasters*. New York, NY: Cambridge University Press:321-335.
- Brymer, M., Jacobs, A., Layne, C., Pynoos, R., Ruzek, J., Steinburg, A., Vernberge, D., ve Watson, P. (2006). *PFA Field Operations Guide (2nd ed.)*. California: National Child Traumatic Stress Network and National Center for PTSD, USA.
- Connorton, E., Perry, M.J., Hemenway, D. ve Miller, M. (2012). Humanitarian Relief Workers and Trauma-Related Mental Illness. *Epidemiol Rev.*, 34, 145-155.
- Corey, J., Vallieres, F.,...ve Brynne, G. (2021). A Rapid Realist Review of Group Psychological First Aid for Humanitarian Workers and Volunteers. *Int J Environ Res Public Health*. 18 (4), 14-22.
- Demircioğlu, M., Şeker, Z. ve Tamer-Aker, A. (2019). Psychological First Aid: Objectives, Practicing, Vulnerable Groups and Ethical Rules to Follow. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11 (3), 351-362.
- Dizer, D. (2008). Sakarya İlindeki Liseli Ergenlerin 1999 Marmara Depremi Sonrası Travmayı Algılama, Sosyal Destek Sistemleri ve Umutsuzluk Belirtilerinin İncelenmesi / 1999 Marmara Depremi Sonrası Sakarya İlinde Ergenlerin Travma Algısı, Sosyal Destek İsteme Rejimleri ve Umutsuzluk Belirtileri Üzerine Bir Aştırma (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- DSÖ (2012). *Support Based on Psychological First Aid Principles in People Recently Exposed to a Traumatic Event*. World Health Organization; Geneva, Switzerland.
- DSÖ (2014). *Psikolojik İlk Yardım: Saha Çalışanları İçin Rehber*. Çev. Ö. Erdur Baker, T. Doğan, İ. Aksöz, G. Sancak Aydın. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Ankara, Erişim, 17.03.2023, https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44615/9789759225445_
- Everly, G.S. ve Jr Flynn, .BW. (2006). Principles and practical procedures for acute psychological first aid training for personnel without mental health experience. *Int J Emerg Ment Health*, 8(2), 93-100.
- Field, J.E., Wehrman, J.D. ve Yoo, M.S. (2017). Helping the Weeping, Worried and WillfulÇ Psychological First Aid (PFA) for Asylumseeking Children: An Exploratory Study in Temporary Shelters in Montreal. *Clinical Child Psychological and Psychiatry*, 25 (2), 483-493.
- Figley, C.R. (1995). *Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized* içinde, Brunner/Mazel, New York.
- Girardi, F.J., Miconi, D., Lyke, C. ve Rousseau, C. (2020). Creative Expression Workshops as Psychological First Aid (PFA) for Asylumseeking Children: An Exploratory Study in Temporary Shelters in Montreal. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 25 (2), 483-493.
- Gökçe, G. ve Yılmaz, B. (2017). Afetlerde Yardım Çalışanları: İkincil Travmatik Stres ve Başa Çıkma. *Türkiye Klinkleri*, 2 (3), 198-204.

- Hobfoll, S.E. vd. (2007). Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term mass Trauma Intervention: Empirical Evidence. *Interpersonal and Biological Process*, 70 (4).
- IFRC (2019). *Guidelines for Caring for Staff and Volunteers in Crises*. Copenhagen: Denmark.
- IFRC (International Federation of Red Cross And Red Crescent Societies). (2018). *Training in psychological first aid for Red Cross and Red Crescent Societies*. Module 1 An Introduction to PFA, Copenhagen
- Jacobs, G.A., Gray, L.B., Erickson, S.E., Gonzalez, E.D. ve Quevillion, R.P. (2016). Disaster Mental Health and Community- Based Psychological First Aid: Concepts and Education/Training. *Journal of Clinical Psychology*, 72 (12), 1307-1317.
- Karancı, N., Ünal, Y. (2022). *Afetlerde psikososyal destek rehberi*. İstanbul Sismik Riskin Azaltılması ve Acil Durum Hazırlık Projesi (İSMEP). İstanbul Valiliği İstanbul Proje Koordinasyon Birimi Yayını.
- Kaya, S. ve Türk, A. (2023). Afetlerde psikososyal destek profesyonellerinin travmaya müdahale becerilerinin incelenmesi. A. Bilgili ve B. Hanedan (Ed.), *Sağlık Bilimlerinde Güncel Tartışmalar 7* (s. 646-655) içinde. Bilgin Kültür Sanat Yayınları.
- Kim, E.Y. ve Han, S.W. (2021). Development of Psychological First Aid Guidelines for People Who Have Experienced Disaster. *Int J Environ Res Public Health*, 18(20), 1-10.
- Kukuoğlu, A. (2018). Doğal Afetler Sonrası Yaşanan Travmalar ve Örnek Bir Psikoeğitim Programı. *Afet ve Risk Dergisi*, 1 (1), 39-52.
- Lopes Cardozo B, Gotway Crawford C, Eriksson C, Zhu J, Sabin M, et al. (2012) Psychological Distress, Depression, Anxiety, and Burnout among International Humanitarian Aid Workers: A Longitudinal Study. *PLoS ONE*, 7(9), e44948. doi:10.1371/journal.pone.0044948.
- Mağden, Ç., Ademhan, Ç., Şavur, E., Yeniokatan, İ., Kılıç, M., Gözden, M., Çavuşçulu, M., Akman, P., Thomas A., S., ve Yüksel, S. (2008). *Afetlerde Psikososyal Destek Uygulama Rehberi*, Türk Kızılayı, Ankara.
- McNally, R., Bryant, R.A., Ehlers, A. (2003). Does early psychological intervention promote recovery from posttraumatic stress? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 45-79.
- Özkan, B. ve Kutun Çetinkaya, F. (2021). Afet Psikolojisi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8 (3), 249-256.
- Ruzek, R.I., Brymer, M.J., Jacobs, A.K., Layne, C.M., Vemberg, E.M., Watson, P.J. (2007). Psychological First Aid. *J Ment Health Couns.* 29, 17 – 49.
- Shannon, M.E.R. (2015). Early Psychosocial Intervention After Disaster: Psychological First Aid. *Health Emergency and Disaster Nursing*, 2, 3-6.
- Shultz, J.M. (2014). Psychological First Aid. *Disaster Health*, 2(1), 3-12.
- Tetik, S., Mutlu, A. ve Ünlübilgin, E. (2021). Cinsel Saldırı Olgularında Psikolojik İlk Yardım. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13 (4), 751-762.
- Tuncay, T. (2004). *Afetlerde Sosyal Hizmet: 1999 Yılı Marmara ve Bolu-Düzce Depremleri Sonrasında Gerçekleştirilen Sosyal Hizmet Uygulamaları*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Türk A. (2022). Deprem Özelinde Engelli Bireylere Duyarlı Afet Yönetimi Modeli. *Afet ve Risk Dergisi*, 5(1), 61-77
- Türk, A. ve Kaya, S. (2023). Deprem Sonrası Psikososyal Destek Uygulamalarında Merhamet Yorgunluğunun Psikolojik Sağlamlığa Etkisi: Sosyal Hizmet Uzmanları Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 3 (2), 81-91.
- Vernberg, E.M. vd. (2008). Innovations in Disaster Mental Health: Psychological First Aid. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39 (4), 381-388.
- Yorulmaz, D.S. ve Karadeniz, H. (2021). Afetlerin Mental Sağlığa Etkileri. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 7 (2), 392-398.