

SAAT/GÜN	2. GÜN
10:00 - 10:45 Ders Saati: 1	DERS ADI: Psikolojik İlk Yardımın Temel İlkeleri DERS VERECEK ÖĞRETİM ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi NURCAN UZDİL DERS KONUSU: Psikolojik İlk Yardımın Temel İlkeleri hakkında bilgi verilere ve afet sürecindeki önemin üzerinde durulur. DETAYLI DERS İÇERİĞİ: Eğitimci Psikolojik ilk yardımın üç temel ilkesi üzerinde durur. <ul style="list-style-type: none">İzle: Bu ilkede afetzedeye psikolojik ilk yardımda bulunacak kişinin güvenliği kontrol etmesi, acil temel ihtiyaçları olan kişilerin kontrol edilmesi, ciddi stres tepkileri gösteren insanların kontrol edilmesinin izle aşamasındaki önemi hakkında konuşur.Dinle: Bu ilkede afetzedeye psikolojik ilk yardımda bulunacak kişinin desteğe ihtiyacı olabilecek insanlara nasıl yaklaşılması gerektiği, insanların ihtiyaçlarını ve endişelerini uygun bir dille nasıl sorması gerektiği, insanları dinlemenin ve sakinleştirmelerine nasıl katkıda bulunacakları konusunda bilgi verir.Bağ Kur: Bu ilkede afetzedeye psikolojik ilk yardımda bulunacak kişinin insanların temel ihtiyaçlarını bildirmelerine ve hizmetlere ulaşmalarında köprü görevini yapmalarının önemi ve yolları, doğru ve ihtiyaç olan bilgiyi paylaşmanın önemi hakkında bilgi verilir. Problemleriyle baş etmelerine yardım edin. İnsanların sevdikleriyle bağlantı kurmasının ve sosyal destek sağlanmasının bu aşamada olan önemli hususlardan birisi olduğu aktarılır.
	YÖNTEM: Anlatım/ problem çözme tekniği
11:00 - 11:45 Ders Saati: 1	DERS ADI: Güvende Tutma ve Sakinleştirme DERS VERECEK ÖĞRETİM ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi NURCAN UZDİL DERS KONUSU: Bu ders, psikolojik İlk Yardımın temel ilkelerinden biri olan "Güvende Tutma ve Sakinleştirme" ilkesini ele alır. Öğrencilere, kriz anında insanların güvenliklerini sağlama ve sakinleştirme becerilerini kazandırmayı amaçlar. Aynı zamanda, kriz anında insanların duygusal durumlarını anlama ve destek sağlama yeteneklerini geliştirmeyi hedefler. Bu beceriler, psikolojik İlk Yardımın temel bir bileşeni olarak afet mağdurlarına yardım etmek için kritik öneme sahiptir. DETAYLI DERS İÇERİĞİ: <ul style="list-style-type: none">Güvende Tutma ve Sakinleştirme İlkesinin Tanımı, Güvende tutma ve sakinleştirme ilkesinin önemi ve amacı, Kriz anındaki insanların genel tepkilerinde güvende kalma duygusunun önemi anlatılır.Güven hissi oluşturmamanın ve panik durumlarını önlemenin rolü, Güvenli Ortamın Oluşturulması, Kriz anındaki çevresel tehlikeler ve güvenli alanların belirlenmesi, Güvenli bir fiziksel ortamın nasıl sağlanacağı, İnsanlara fiziksel olarak nasıl yardım edileceği hakkında bilgi paylaşımı yapılır.Sakinleştirme Teknikleri, Kriz anında sakinleştirme stratejileri, Sessizlik ve sakin bir tonla iletişim kurmanın önemi, Nefes alma egzersizleri ve rahatlatıcı cümlelerin kullanımı hakkında bilgi paylaşımı verilir.İnsanların Duygusal Durumunu Yatıştırma, İnsanların duygusal tepkilerini anlama ve kabul etme, Duygusal destek sağlamanın önemi, Kriz anındaki insanların duygusal ihtiyaçlarına nasıl yanıt verileceği hakkında bilgiler aktarılır.
	YÖNTEM: Anlatım/ konuşma halkası

13:00 - 13:45 Ders Saati: 1	DERS ADI: Empati ve Dinleme Becerileri
	DERS VERECEK ÖĞRETİM ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi NURCAN UZDİL
	DERS KONUSU: Bu ders, psikolojik İlk Yardımın temel ilkelerinden biri olan "Empati ve Dinleme Becerileri"ni ele alır. Öğrencilere, insanların duygusal ihtiyaçlarına duyarlılık geliştirme, empati oluşturma ve etkili dinleme becerilerini kazandırma amacını taşır. Empati ve dinleme, afet mağdurlarıyla iletişim kurma ve onlara duygusal destek sağlama sürecinde kritik öneme sahiptir. Bu beceriler, psikolojik İlk Yardım uygulamalarının temelini oluşturur ve insanlar arasındaki iletişimi daha etkili hale getirir.
	DETAYLI DERS İÇERİĞİ: <ul style="list-style-type: none"> • Empati ve dinlemenin tanımı ve önemi, insanların duygusal ihtiyaçlarına duyarlılık empatinin destek sağlamadaki rolü hakkında eğitimi bilgi verir. • Empati Becerileri, Empati oluşturma süreci, Göz teması, vücut dili ve yüz ifadesi kullanma, Kendi bakış açısını bir kenara bırakma gibi temel empatik beceriler hakkında bilgi paylaşımı yapılır. • Etkili Dinleme, etkili dinlemenin unsurları, aktif dinleme ve soru sorma ve duygusal ifadeleri yakalama ve yansıma hakkında bilgilendirme yapılır. • Afetzedelerle iletişimde empati, empatiyi günlük iletişimde kullanma, duygusal anlayışın çatışma çözme ve yardım etme süreçlerine katkısı, kültürel ve dil farklılıklarıyla empati kurmanın afet sürecindeki önemi hakkında örnekler ile bilgi verilir.
	YÖNTEM: Anlatım/altı şapka düşünme tekniği
14:00 - 14:45 Ders Saati: 1	DERS ADI: Grup Destek Faaliyetleri
	DERS VERECEK ÖĞRETİM ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi Habibullah AKINCI
	DERS KONUSU: Bu ders, psikolojik ilk yardımın temel ilkelerinden biri olan "Grup Destek Faaliyetleri"ni ele alır. Öğrencilere, kriz anlarında veya afet sonrası topluluklar içinde grup destek faaliyetleri düzenleme becerilerini kazandırmayı amaçlar. Grup destek faaliyetleri, insanların birbirleriyle paylaşma, duygusal destek sağlama ve toplumsal dayanışma içinde olma fırsatı sunar. Bu tür faaliyetler, afet mağdurlarının duygusal iyileşme sürecini destekler ve toplulukları güçlendirir.
	DETAYLI DERS İÇERİĞİ: <ul style="list-style-type: none"> • Afet sürecinde grup destek faaliyetlerinin tanımı ve amaçları, topluluk içinde dayanışma ve paylaşımın önemi hakkında afet sürecinden örneklerle konu anlatılacaktır. • Grup destek faaliyetlerinin nasıl planlanacağı, afetzedelerin ihtiyaçlarının ve beklentilerinin nasıl belirleneceği ve güvenli bir grup ortamının nasıl oluşturulacağı hakkında bilgi paylaşımı yapılır. • Grup içinde etkili iletişim, grup üyelerinin duygusal ifadelerini destekleme, farklı kişilikler ve ihtiyaçlara saygı gösterme konularında karşılaşılabilecek farklı kişilikte afetzedeler üzerinden bilgiler verilir. • Grup destek faaliyetlerinin toplumsal dayanışma ve iyileşme sürecine katkısı, topluluk içinde destek ağlarının oluşturulması, kriz sonrası psikososyal iyileşmenin teşvik edilmesi gibi konular anlatılır.
	YÖNTEM: Anlatım/rol oynama
15:00 - 15:45 Ders Saati: 1	DERS ADI: Psikolojik Dayanıklılık
	DERS VERECEK ÖĞRETİM ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi Esin CERİT
	DERS KONUSU: Afet sürecinin afetzedelerin psikolojik dayanıklılıklarını nasıl etkilediklerine ve dayanıklılıklarını artırmaya yönelik beceri kazandırmayı amaçlar.
	DETAYLI DERS İÇERİĞİ: <ul style="list-style-type: none"> • Yaşanan afetin sebep olduğu yıkım konusunda afetzedelerin ne hissettikleri ve düşündükleri ile ilgili oluşan olumsuz duyguları düşürmeye yönelik bilgiler verilir. • Afetin oluşturduğu en temel olumsuz durum insanların rutinlerini kaybetmesidir. Gündelik yaşama aktivitelerine geri dönmenin önemi hakkında bilgi sunulur. • Dayanıklılığı etkileyen en temel sebeplerden biri afetzedelerin duyguları hakkında derinlemesine bir farkındalığı olmamasıdır. Afetzedelerin duygularını ifade etmelerine olanak tanınması hakkında örneklerle bilgi paylaşımı yapılır. • Afet sonrasında, afetzedelerin psikososyal destek süreçlerini başlatmalarının önemi anlatılır.
Toplam Ders Sayısı=5	

