

# 1.Program İçeriği

## alışana Destek Sistemleri

alışana Destek sistemleri çalışanların yaşamış oldukları bireysel sorunların çözümüne yönelik bir danışmanlık sistemidir. Çalışanın iř verimini etkileyecek psikolojik etkenlerin en aza indirilmesi ve çalışanın iyilik halinin desteklenmesi amaçlanmaktadır.

## Çalışma Programının İçeriği:

### Yüz yüze:

Her alışan için 8 oturumluk görüşme hakkı tanımlanır. alışan uygun olduğu gün ve saatlerde bireysel görüşme için randevusunu oluşturur. Uzman Psikolog belirlenen gün ve saatlerde çalışana destek sürecini gerçekleştirir. Uygulama NHUMAN Danışmanlık ofisinde yüz yüze olarak gerçekleştirilir.

### evrim içi:

Her alışan için 8 oturumluk görüşme hakkı tanımlanır. alışan uygun olduğu gün ve saatlerde bireysel görüşme için randevusunu oluşturur. Uzman Psikolog belirlenen gün ve saatlerde çalışana destek sürecini gerçekleştirir. Uygulama evrim içi platformlar aracılığıyla gerçekleştirilir.

## 2.Program İçeriği

### Deprem Sonrası Psikolojik İlk Yardım Oryantasyon Webinarı (evrim içi)

İnsanların acil durumlar ve krizlerde strese nasıl tepki verdiğini anlamak, travma belirtilerini olağan stres tepkilerinden ayırt edebilmek, acil durumlarda doğru dil ve davranış pratiklerini öğrenmek, psikolojik ilk yardım sürecini anlamak ve bundan yararlanabilmek, iletişim ve ilişki kurma becerilerini geliştirmektir.

### Çalışma Programının İçeriği:

- Psikolojik İlk Yardımı Anlama
- Acil Durumlar Karşısında Verilen Olağan Tepkiler
- Başkalarına Yardım ve Kendi Kendine Yardım
- Psikolojik İlk Yardım Uygularken Yararlanacağımız İletişim Becerileri
- Üç Adım: İzle-Dinle-Bağ Kur

# 3. Program İçeriği

## PSIKOLOJİK İLK YARDIM EğİTİMİ

Psikolojik ilk yardım psikoloji ya da tıp alanında uzman olmayan kişilerin ilk psikososyal mşdahaleyi yapabilmeleri amacıyla geliştirilmiş bir eğitim modşlşdşr. Acil durumlar ya da zorlu yaşam olayları ile karşılaşıldığında acil durum çalışanlarının doğru iletişim becerilerini kullanarak psikolojik ilk yardım sşrecini uygulayabilmeleri amacıyla oluşturulmuştur.

### Psikolojik İlk Yardım Eğitimi İki Őekilde Verilir:

#### 1. Eğitimcinin Eğitimi (TOT):

Ruh sağlığı alanında çalışan ve ilgili bşlşmlerden mezun kişiler için hazırlanan eğitmen modşlşdşr. Bu modşl 4 gşn olarak tasarlanır. Eğitimde n-test son test değerlendirmesi yapılır ve gerekli bilgi ve beceriyi kazanmış olan katılımcılar katılım belgesi almaya hak kazanır.

#### 2. Genel Eğitim:

Bu modşl psikoloji ya da tıp alanında eğitim almamış kişiler için 2 tam gşn olarak tasarlanmıştır. Birinci gşn teorik bilgilendirme ikinci gşn ise uygulamalı olarak devam eder. Eğitime tam katılım sağlayan ve uygulama değerlendirmelerini olumlu tamamlayan katılımcılar katılım belgesi almaya hak kazanır.

### Eğitim Programının Amacı:

İnsanların acil durumlar ve krizlerde strese nasıl tepki verdiğini anlamak, travma belirtilerini olağan stres tepkilerinden ayırt edebilmek, acil durumlarda doğru dil ve davranış pratiklerini öğrenmek, psikolojik ilk yardım sşrecini anlamak ve bundan yararlanabilmek, iletişim ve ilişki kurma becerilerini geliştirmektir.

### Eğitimin İçeriği:

Psikolojik İlk Yardımı Anlama  
Krizler ve İnsana Etkisi  
Acil Durumlar Karşısında Verilen Olağan Tepkiler  
Psikolojik Sۆzleřme/İletişimi Krize Dۆnۆřtřrmemek  
Başkalarına Yardım ve Kendi Kendine Yardım  
Kişisel Bakım  
Psikolojik İlk Yardım Uygularken Yararlanacağımız İletişim Becerileri  
Ő Adım: İzle-Dinle-Bağ Kur  
Uygulamalar (Grup alışması ve Role Play)  
Değerlendirme ve Kapanış

## 4.Program İçeriği

### Travma Yaşamış Kişilerle Yapılacak Mülakatlarda Dikkat Edilmesi Gerekenler -HR Modülü-

- Afetlerin Psikolojik Etkisi
- Yakın Dönem Travma Yaşamış Kişilerin Psikolojisi
- İşe Alım Mlakatında Yaşanması Olası Sorunlar
- Hangi Soruları Hangi Sırada Sorarız?
- Mülakata Başlama ve Sonlandırma
- İşe Alım Gerçekleştikten Sonra Yapılması Gerekenler
- Uygulama: rnek Mülakat
- Uygulama Geri Bildirimi

# 5.Program İçeriği

## İř Yaşamında Ruh Sağlığı Uygulama Eğitimi-HR Modülü

İř verimini etkileyen psikolojik faktörleri tespit ederek çözümler getirmek, iř yeri maliyetlerini en aza indirmek ve çalışan bağlılığını arttırmak amacıyla oluşturulmuştur. Stresli çalışma ortamı oluşmasını önlemek ve mental olarak yorgun olan çalışanlara yardım etmek ve kapasite geliştirmek amacıyla İnsan Kaynakları profesyonellerine yönelik özel olarak hazırlanmıştır.

### Çalışma Programının İçeriği:

- İř Yaşamında Ruh Sağlığı Nedir? Genel Durum , İstatistikler
- Neden Gerekli?
- Dünyada Mevcut Durum
- Dünya Sağlık Örgütü Örnek Uygulamaları
- İř yerinde Ruh Sağlığı İnşası/Uygulama Modeli
- Koruma ve Müdahale
- Uygulama :Ne Kadar Stres Altındayız?
- İř Yaşamında Rahatlatıcı İpuçları
- Vaka çalışmaları ve Uygulamalar