

# SHB 348 KRİZE MÜDAHALE

4. Hafta: Krize Müdahale ABC Modeli II

Öğr. Gör. Ezgi ARSLAN ÖZDEMİR

# B: Sorunu Belirleme

- Demografik bilgiler toplandıktan sonra ve ilişki geliştirilirken, kriz çalışanı müracaatçının mevcut krizine odaklanmaya başlar.
- Sorunun tanımlanması, ABC modelinde ikinci adımdır ve en önemlisidir.

# B: ağaca tırmanmak



- Görüşme süreci, müracaatçı ile birlikte bir ağaca tırmanma olarak düşünülebilir.
- Müracaatçı genellikle tetikleyici bir olay ya da duygusal acı yahut işlevselliğinde bozulma gibi duygusal bir sıkıntı sergileyecektir. Bu aşamada amaç, tüm bileşenlerin bilişlerle nasıl ilişkili olduğunu keşfetmek için "ağaca tırmanmak"tır.

# Örnek

- Müracaatçı: "Kocam beni terk etti." (Bir tetikleyici olay ortaya koyar)
- SHU: "Bu sizin için ne anlama geliyor?" (Danışanın algısını anlamak için açık uçlu bir soru sorar)
- Müracaatçı: "Sonsuza dek yalnız kalacağım." (İlk bilişi ortaya koydu; müracaatçı sonsuza dek yalnız kalacağını düşünüyor)
- SHU: "Ne şekilde yalnız?" (shu "yalnız" ile tam olarak ne demek istediğini anlamaya çalışır)
- Müracaatçı : "Bir daha kimse beni sevmeyecek." (Yeni bir bilişsel ifade)
- SHU: "Bunu size düşündüren nedir?"
- Müracaatçı : "Çok çirkin ve aptal olduğumdan hayatta beni sevebilecek tek kişinin kendisi olduğunu söyledi. " (Asıl biliş hakkında daha fazla yeni bilgi)
- SHU: "Çirkin ve aptal olmanızla ilgili düşünceleriniz neler?"
- Müracaatçı : "Gerçekten o kadar aptal olduğumu sanmıyorum."
- SHU: "Ne düşünüyorsunuz?"
- Müracaatçı : "Yalnız kalmaktan ve her şeye yeniden başlamaktan korkuyorum."
- SHU: "Bu konunun sizin için en korkutucu olan yanı nedir?"
- Müracaatçı : "Başka birine yaklaşımdan ve incinmekten korkuyorum."
- SHU: "Baştan başlamak genellikle korkutucudur." (Müracaatçının duygularını ve düşüncelerini onaylayan destek ifadesi)

"Ancak bu korkutucu duygu, bir açıdan daha ödüllendirici bir ilişkiye başlama fırsatına ilişkin yeni bir heyecana dönüşebilir."  
(korkutucu olma durumunun heyecan verici olarak yeniden anlamlandırılması)

# Tetikleyici Olayı Belirleme

- Görüşmenin başlamasından kısa bir süre sonra shu tetikleyici olay hakkında bilgi edinmeye çalışır. «**Randevu almanızı sağlayan ne oldu?**» gibi sorular sormak uygun olabilir.
- "**Bardağı taşıran son damla**" müracaatçılarının, krizin başlangıcına odaklanmasında yardımcı olabilecek ortak bir ifadedir.

# Tetikleyici Olaya ilişkin Anlam ya da Algıyı Tanıma



- Aklında parçaları nasıl bir araya getirirsin?
- Bunun hakkında ne düşünüyorsun?
- Bunun senin için anlamı nedir?
- Kendine bu konuda ne söylüyorsun?
- Bu durumla ilgili hangi varsayımlarda bulunuyorsun?

# Cinayet Eğilimi/Kötüye Kullanım Örnekleri

- **Örnek 1:** 43 yaşındaki bir erkek, annesini dövdüğü için babasından nefret ettiğini ve kendini kaybedip babasının yüzünü dağıtabileceğini söyleyebilir. Bu beyan tek başına, müracaatçıyı gözaltına almak için yeterli değildir. Bununla birlikte, özellikle karısına ve çocuklarına karşı öfkesiyle nasıl başa çıktığını sorulabilir. Shuların çocuklara yönelik kötü muamele şüphesinin her vakada değerlendirilmesi gerektiğini bilmeleri önemlidir. bazen istismarcı bir aileyi görmezden gelmek ve istismar konusunda inkar noktasında aileyle işbirliği yapmak, sorunla yüzleşmekten daha kolaydır; ancak bunu yapmak asla çocuğun yararına değildir. Bu tür bir eylem etik değildir ve eylemin gerçekleştiği yerin yasalarına bağlı olarak yasadışı da olabilir.

# Cinayet Eğilimi/Kötüye Kullanım Örnekleri

- Örnek 2: 15 yaşında bir erkek ve 16 yaşında bir kız çocuğunun annesi bir kriz durumundadır ve shudan yardım istemektedir. İki hafta önce kocası sırtında izleri kalacak şekilde oğlunu kemerle dövmüş ayrıca kızına tokat atmıştır. Anne, shunun çocuk istismarını rapor etmesi gerektiği konusunda bilgilendirildiğinde, bu duruma çok üzülmüş ve shuya durumu rapor etmemesi için yalvarmıştır. Kadın, bu raporun yeni başvuracağı güvencesi yüksek iş için olumsuzluk yaratacağını, kocasını kızdıracağını ve babasının kendinden arabayı alacağı endişesi yaşayan oğlunda ise kaygı yaratacağını düşünüyordu. Shu böyle bir durumu bildirmenin yasal bir zorunluluk olduğunu açıkladı. Annenin endişesini hafifletmek için shu bildirimini annenin önünde yaptı ve tüm süreci ona açıkladı



# Onaylama ifadeleri

- Shular başkalarıyla çalışma deneyimlerinden ve eğitimlerinden yola çıkarak, çeşitli travmatik durumlar hakkında bilgi sahibi olduğundan; müracaatçıya yaşadığı deneyimin başkaları tarafından da yaşandığı ve tepkisinin sıra dışı olmadığı konusunda bir onaylama sağlayabilir.

# Eğitim İfadeleri

- Müracaatçılar tetikleyici olay ve bu olayla ilişkili durumlar hakkında, eksik ya da yanlış yönde bilgi sahibi oldukları için genellikle acı çekerler. Bu nedenle, krizle çalışan şhuların her kriz durumuyla ilgili olabildiğince fazla bilgi toplamaları gerekir.

- Aile içi şiddet nedeniyle diğer insanlardan tamamen izole olarak yaşayan bir kadın hayal edin. Büyük olasılıkla kendisini anormal ve bezgin biri olarak algılayacaktır. Ancak kadınların yaklaşık %30'unun bu tür ilişkilerde yaşadığını öğrendiğinde, kendisi ve içinde bulunduğu durumun anormalliği ile ilgili farklı hissedebilir. Başa çıkması gereken bir sorun ortadan kalktığında, müracaatçı artık diğer sorunları işlemekte serbest kalır.

## Eğitim ifadesi örneği

# Güçlendirme İfadeleri

- Kriz durumlarında; saldırıya uğramış, mağdur ya da çaresiz hissettiklerini bildiren müracaatçılar, güçlendirme ifadelerine iyi yanıt verirler. müracaatçılara se çenekler sunulur ve faydalı seçimler yaparak kişisel güçlerini geri almaları konusunda cesaretlendirilir.

# Yeniden Anlamlandırma İfadeleri

- En basit haliyle yeniden anlamlandırma, bir durumu müracaatçının tanımlamasından farklı bir yolla tanımlamaktır. Yeniden anlamlandırma, krizi bir tehlikeden fırsata dönüştürmeyi amaçlayan bilişsel yeniden yapılandırma tekniğidir. "Her şerde bir hayır vardır" ve "Hayat sana ekşi limon veriyorsa, limonata yap" gibi klişeler bu fikri açıkça ortaya koyar.

# Yararlanılan kaynaklar

- Psikolojik Krizler ve Müdahale Yöntemleri
- [Kristi Kanel](#)
- 
- Kolski, T.D., Avriette, M. ve Jongsma, A.E. (2001). The Crisis Counseling and Traumatic Events. Wiley.
- Roberts, A.R. (2005). Crisis Intervention Handbook: Assessment, Treatment and Research. New York: Oxford University Press.
- SAYIL-OĞUZ, I., BERKSUN-REFİA PALABIY, E. (2000). Kriz ve Krize Müdahale. Ankara: Ankara Üniversitesi Araştırma Merkezi