

### Velilerle Yapılabilecek Çalışmalar

Okul veli işbirliğinin önemi belirtilmeli ve işbirliği sağlanmalıdır.

İntiharın bulaşma riski hakkında bilgi verilmelidir.

Zor durumlar sonrası yaşanabilecek stres tepkileri ve yasla ilgili bilgilendirme yapılmalıdır.

İntihar davranışı kahramanlık hikayesine dönüştürülmemelidir.

Öğrencilerin zor durumlarla nasıl baş edebilecekleri ile ilgili veli bilgilendirmesi yapılmalıdır.

Risk altındaki çocukların belirlenmesini sağlayan işaretler anlatılmalıdır.

Öğrencinin aklından intihar düşüncesi geçtiğinde nereden yardım alabilecekleri hakkında bilgi verilmelidir.

### İntihar Sonrasında Yapılabilecekler

Okul içinde tamamlanmış intihar vakalarında emniyet ve sağlık birimleri gelene kadar olay yerine ve kişiye hiçbir müdahale yapılmaz.

Vakalarda ölüm nedeninin intihar olduğunun doğrulanması beklenmeli, ölümün bir intihar olduğu resmi olarak açıklanmadan ölüm şeklinden intihar olarak söz edilmemelidir.

Haberlerin ilk saatlerde tek kaynaktan verilmesi sağlanmalıdır.

Ölümlerle ilgili bilgiler paylaşılırken, intihar yöntemi hakkındaki ayrıntıları açıklamaktan kaçınılmalıdır.

Olayın ve kişilerin kahramanlık hikayesine dönmemesine özen gösterilmelidir.

Ölümü yüceltecek ya da övecek yaklaşımlardan uzak durulmalıdır.

Cenazeye gitmek isteyen veya ritüellere katılmak isteyen öğrenciler ailelerinin bilgisi

dâhilinde gidebilir. Ancak okul tarafından özel teşvik edici bir düzenleme yapmaktan kaçınılmalıdır (öğrenci servisi ayarlama, organizasyon yapma vb.).

İntihar vakalarında okul tarafından resmi tören yapılması, anı defteri, anı köşesi ve yaka kartı hazırlanması önerilmez. Öğrencilerin yoğun talebi olursa, sadece intihar eden öğrencinin sınıfında bir günlüğüne öğrencinin sırası boşaltılarak çiçek konulmasına izin verilebilir. Anma amaçlı yapılan bu faaliyetlerin sınıf dışına yayılması engellenmelidir.

Öğretmenler kendi duygularını yorum yapmadan, ölüm şeklini övmeden, yargılamadan paylaşabilir. Öğrencilerin de duygularını sözel olarak, yazarak veya çizerek ifade etmelerine izin verilebilir. Veda çalışması sonlandırıldıktan sonra sınıftaki çiçekler öğrencilere bilgi verilerek kaldırılır, yazı ve çizimlerle birlikte ölen öğrencinin ailesine teslim edilir.

İntiharın öğrenciler üzerindeki etkisi dikkatle gözlenmelidir. Etkilenmiş olan öğrenciler rehberlik servisine yönlendirilmelidir.

Sınıf yoklama listesinden öğrencinin adı çıkarılır.

Öğrencinin fotoğrafı hiçbir şekilde kullanılmaz.

Öğrencinin sınıfına, yakın arkadaşlarına ve olaydan etkilenen diğer öğrencilere gerekli psikolojik destek sağlanır.

Yeniram.meb.k12.tr

**Telefon:** (0312) 341 69 06

**Adres:** Varlık Mah., Tanzimat Cad. No:21, 06170  
Yenimahalle/Ankara



## Psikososyal Destek Programı

# İNTİHAR



2019-2020

İntiharın son derece karmaşık ve bireyin kendi başına yaptığı bir davranış ve eylem olması nedeniyle tam olarak tanımlaması mümkün değildir.

İntihar; sonucu ölüm olan, kişinin kendi canına kıydığı durumlar,

İntihar teşebbüsü; bireyin yaşamına son vermek adına yaptığı girişimler,

İntihar düşüncesi; bireyin kendini öldürmesi konusunda düşüncelerinin olması, bu konuda yöntemler üzerinde düşünmesi olarak tanımlanabilir. (Eskin, 2014).

Dünya geneline bakıldığında intiharın 15-29 yaş aralığında ikinci ölüm nedeni olduğu görülmektedir. ( kutu içinde vurgulu yanda olsun)

### İntiharda Risk Faktörleri

İntihar, tek bir faktör değil birçok faktörün bir araya gelmesinin bir sonucudur. Bu risk faktörleri şu şekilde sıralanabilir;

### Psikolojik Sorunlar

Majör depresyon  
Bipolar bozukluk  
Yaygın kaygı bozukluğu  
Davranış bozukluğu  
Madde kötüye kullanımı  
Yeme bozukluğu

### Travmatik Yaşam Olayları

Fiziksel veya cinsel istismar  
Ölüm

Boşanma

Ailesel sorunlar

### Bireysel Faktörler

Dürtüsellik  
Depresyon  
Agresyon

Saldırganlık

Umutsuzluk

Süregelen hastalığı olma

İlişkilerin travmatik bitişi

Adli süreçlere dahil olma

Okul başarısızlığı

Akran zorbalığı ve tacizine maruz kalma

### Ekonomik Faktörler

Yoksulluk

Ebeveynlerin iş kaybı

### Geçmiş İntihar Girişimleri

Yakın arkadaş/ akrabaların intiharı ya da intihar girişimi

Bireyin daha önce intihar girişiminin olması

Bireyin ayrıntılı intihar planının olması

### Objekt Kaybı

Bir kaza ya da hastalık sonucunda bedensel yetilerde kayıp

Taşınma ya da okul değişikliği sonucu güvenlik duygusunun kaybı

İlişki kaybı (boşanma, ölüm, ayrılma vb.)

### Sosyal Destek Yetersizliği

Koruyucu ve destekleyici sosyal ilişkilerin yoksunluğu ya da yetersizliği (sosyal izolasyon ya da zayıf aile arkadaş akraba ilişkileri)

### Önlemek İçin Neler Yapılmalı?

Kendine güven, çocukları ve ergenleri ruhsal sıkıntıya ve ümitsizliğe karşı korur ve onlara zorlu ve stresli yaşam durumları ile başa çıkma becerisi kazandırır. Öğrencilerde kendine güvenin artırılmasına yönelik çalışmalar planlanmalıdır.

Fiziksel ve psikolojik açıdan güvenli bir ortamın oluşturulması için okul binalarında ve okul binalarının çevresinde zorbalığın ve şiddetin önlenmesi için gerekli önlemler alınmalıdır.

Öğrencilere zorbalık ve şiddetle baş etmek için gerekli beceriler öğretilmelidir.

Öğrencilerin çevresindeki destekleyici ve güven verici sosyal ilişkilerin farkına varması sağlanmalıdır.

Öğrencilerin yaşadıkları sorunlarla baş etme ve problem çözme becerilerini güçlendirmeye yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

Öğrencilerin kimlik gelişimi desteklenmeli ve kendi güçlü yanlarını fark etmeleri sağlanmalıdır.

Öğrencilerin iyi oluş halinin desteklenmesine yönelik çalışmalar planlanmalıdır.

Okul personelinin, stresle baş etme, iletişim becerileri, problem çözme, psikolojik ilk yardım ve temel ilk yardım ve benzeri konularda becerilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

Risk faktörü tespit edilen öğrenciler mutlaka okul rehber öğretmeni tarafından takip edilmeli, öğrencinin durumu hakkında ailesi bilgilendirilmeli, gerekli durumlarda da sağlık kuruluşlarına yönlendirilmeli ve bu süreçte sağlık kuruluşları ile işbirliği yapılmalıdır.

### Öğrenciyi Güçlendirme Çalışmaları

Öğrencilerin duygularını tanımlarına ve ifade etmelerine yardım edilmelidir.

Öğrencilerle küçük gruplar halinde ya da bireysel görüşmeler yapılmalıdır.

Öğrenciler baş etme stratejileri geliştirmeleri için desteklenmelidir.

Öğrencilerin aile ve akran desteğini arttırmalarına yardım edilmelidir.

Öğrencilerin kişisel hedeflerine odaklanmaları sağlanmalıdır.