



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Soru	Seçmeli cevaplar (doğru cevabı x ile işaretleyin)	
Bir ev yangınında, bir ebeveyn çocuğunun paniklediğini fark eder. Çocuğun psikolojik sağlığını en iyi şekilde destekleyen yaklaşım hangisidir?	Çocuğa daha hızlı hareket etmesi için bağırarak	
	a. Sakin bir şekilde rehberlik etmek, onu sakinleştirmek ve güvenliğe odaklanmak	x
	b. Durumu kendi başına halletmesi için onu yalnız bırakmak	
	c. Çocuğu sorunu kendi başına çözmesi için teşvik etmek	
Bir evde ani su kesintisi ve elektrik kesintisi yaşandığında. Zihinsel dayanıklılığı en iyi destekleyen strateji kombinasyonu hangisidir?	Paniklemek, evi terk etmek ve başkalarını suçlamak	
	a. Rutinleri sürdürmek, aileyle iletişim kurmak ve gerçekleştirilebilir görevlere odaklanmak	x
	b. Durum kendiliğinden çözülene kadar görmezden gelmek	
Hangi ifade, evde yaşanan felaketlerden gıda zehirlenmesinin ruh sağlığını neden etkileyebileceğini en iyi açıklar?	Sadece fiziksel hastalıklar ortaya çıkar, zihinsel etkiler minimum düzeydedir	
	a. Özellikle çocuk veya yaşlı bakıcılarında kaygı, suçluluk ve aşırı tetikte olma duygusu artar	x
	b. Sıkıntı ve huzursuzluğa neden olur	
	c. Sadece gıdayı tüketenleri etkiler	
Evde gaz sızıntısından şüpheleniliyor.bu durumda Anlık duygusal kontrol (sakin kalmak) neden kritik öneme sahiptir?	Duygusal kontrolün önemi yoktur; sadece fiziksel eylemler önemlidir	
	a. Panik, muhakeme yeteneğini bozarak patlama veya yaralanma riskini artırabilir	x
	b. Sakin kalmanın güvenlik üzerinde hiçbir etkisi yoktur.	
	c. Öğrencinin kimyasal bileşimi analiz etmesine olanak tanır.	



Aşağıdakilerden hangisi, evde bir afet senaryosunda belirsizlikle başa çıkmanın bir örneğidir?	Hiçbir şey yapmadan başkalarının karar vermesini beklemek	
	a. Riskleri değerlendirmek, acil durum planları yapmak ve hane halkına psikolojik destek sağlamak	x
	b. Yetkililer gelene kadar durumu görmezden gelmek.	
	c. Yalnızca ev işlerine odaklanmak.	
Bir pandemi sırasında, bir aile üyesi evde hastalanırsa. Hangi davranışımız olumlu bir tutum sergilediğimizi gösterir (T3.3)	Korkuya odaklanmak ve en kötü senaryoları hayal etmek	
	a. Psikolojik destek sağlamak, kaygıyı yönetmek ve güvenlik protokollerini takip etmek	x
	b. Hasta kişiyle hiç iletişim kurmadan tamamen uzak durmak	
	c. Paniklemek ve gereksiz yere birden fazla acil yardım hattını aramak	
Evde küçük kimyasal madde dökülmeleri psikolojik olarak neden zordur?	Her zaman fiziksel yaralanmalara neden olurlar	
	a. Kirlenme korkusu, çocuklar/evcil hayvanlar için endişe ve doğru tepki verme konusunda stres kaygıyı artırır	x
	b. Bu durum genellikle can sıkıntısına yol açar	
	c. Göz ardı edilmesi kolaydır, bu nedenle herhangi bir etkisi olmaz	
Evsel bir felaket durumunda doğru karar vermeyi gösteren yöntem hangisidir?	Riskleri değerlendirmeden hemen tepki vermek	
	a. Harekete geçmeden önce olası tehlikeleri, psikolojik etkiyi ve güvenli adımları değerlendirmek	x
	b. Tartışmadan tüm kararları tek bir hane halkı üyesine devretmek	
	c. Yardım gelene kadar herhangi bir karar vermekten kaçınmak	
	Acil durum telefon numaralarının ezberlenmesi	



Evsel afetler üzerine yapılan “Duraklama ve Düşünme” egzersizlerinde temel olarak hangi bilişsel beceri geliştirilmektedir?	a. Belirsizlikle karşı karşıya kaldığınızda eleştirel düşünme ve duygusal düzenleme	x
	b. Stres altında fiziksel koordinasyon	
	c. Görevleri tamamlama hızı	
Hangi strateji, diaspora öğrencilerinin ev içi felaketlerle ilgili tartışmalara dahil olduklarını hissetmelerini sağlamada etkili bir yoldur?	Anahtar terimleri ve talimatları birden çok dilde sağlayın ve akran (öğrenci/katılımcı) açıklamalarını teşvik edin.	x
	a. Yalnızca bir dilde teknik terminoloji kullanın	
	b. Zamandan tasarruf etmek için grup tartışmalarından kaçın	
	c. Öğrencilerin materyalleri kendi kendilerine çevirmelerine güvenin.	





# VET-READY

**Yourwebsitename.eu**

Follow us



Co-funded by  
the European Union