

KRİZ DANIŞMANLIĞI

Editörler:

Özgür ERDUR-BAKER

Türkan DOĞAN

5. Baskı





Editörler: Prof. Dr. Özgür ERDUR-BAKER - Prof. Dr. Türkan DOĞAN

KRİZ DANIŞMANLIĞI

ISBN 978-605-318-728-8

DOI 10.14527/9786053187288

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2021, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayinevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevi**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Aralık 2016, Ankara

5. Baskı: Ekim 2021, Ankara

Yayın-Proje: Nisanur Uzunlu
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Vadi Grup Basım A.Ş.
Saray Mah. 126. Cad. No: 20/A
Kazan/ANKARA
Tel: (0312) 394 55 91

Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 49180

İletişim

Macun Mah. 204. Cad. No: 141/A-33 Yenimahalle/ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

İnsanların yaşamlarında trafik kazaları, yangın, bombalı saldırı ve terör gibi olumsuz deneyimler; deprem, sel gibi doğa olayları sonucu oluşan afetler krizlere yol açabilmektedir. Bununla birlikte, belli yaşam dönemlerinde deneyimlenmesi beklenen gelişimsel krizler de olabilir. Kriz kavramı durumun/deneyimin kendisine değil insanların tehdit olarak algıladıkları bir duruma verdikleri öznel tepkiye işaret eder. Kriz durumlarında insanların baş etme becerilerinin yetersiz kalması sonucu yaşadıkları korku, gerilim, şaşkınlık, kafa karışıklığı ve hatta kontrol kaybı gibi tepkiler yaşanmaktadır. Kriz, etkili bir şekilde baş edilemediği takdirde insan yaşamında unutulmaz izler bırakan, geri dönülmez değişimler yaratan yaşam olaylarıdır. Kimi durumlarda insanlar yaşadıkları kriz durumlarını kendi kaynaklarıyla aşabilmektedirler. Kimi durumlarda da ise profesyonel yardıma ihtiyaç duyabilmektedirler. Psikolojik yardım hizmeti sunan profesyonellerin etkili bir yardım verebilmeleri bu konudaki bilgi ve deneyimlerine bağlıdır. Krizin geleceği etkileyecek, önemli sonuç ve getirileri olacak kararların alındığı durumları ifade ettiği düşünüldüğünde psikolojik yardım sunan profesyonellerin bu konudaki yeterlilikleri daha da önem kazanmaktadır. Bununla birlikte ilgili alan yazınında bu yönde hazırlanmış kaynak yok denecek kadar azdır. Kriz danışmanlığı adlı bu kitap da bu ihtiyaçtan doğmuştur. Kitap başta psikolojik danışmanlar olmak üzere psikolog, sosyal çalışma uzmanı gibi psikolojik yardım sunanlara yönelik olarak hazırlanmakla birlikte, öğretmen ve okul idarecileri için de yararlı bir kaynak olacağı düşünülmektedir.

Kitap üç temel bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde temel kavramlar tanımlanarak, kriz kuramları, müdahale ve becerileri ve kriz durumlarındaki mesleki etik açıklanmıştır. Çocuklukta yaşanan krizlerin etkili bir şekilde atlatılmamasının *çocuğu yaşam boyu etkilemesi ve önemli ruh sağlığı sorunlarına yol açabileceği düşüncesinden hareketle, diğer bir deyişle krizin çocuk ve ergen üzerindeki önemli etkileri nedeniyle* kitapta bu gelişim dönemlerine özellikle odaklanılmıştır. Bu çerçevede birinci bölüme, çocuk ve ergenlerde kriz değerlendirmesi ve vaka formülasyonu konusu ile devam edilmiştir. Çocuk ailesi dışında en çok zamanı okulda geçirmektedir. Bu nedenle okul çalışanlarının da çocuk ve ergenlerin yaşayacağı kriz durumlarının farkında olması önemlidir. Okullarda kriz ve karar verme konusuna bu ihtiyaçla yer verilmiştir. Kitabın ikinci bölümünde ise öznel kriz durumları ele alınmıştır. Bu çerçevede; çocuk ve ergenlerde intihar, okulda intihara müdahale kılavuzu, kendine zarar verme, siber zorbalık, boşanma sonrası yaşama uyum, çocuk istismarı ve ihmali ve alkol- madde bağımlılığı konularına ve bu konulardaki önleme ve müdahale çalışmalarına yer verilmiştir. İkinci bölüm, dünyamızda ve ülkemizde önemli bir sorun olan, zorunlu göç ve mülteci psikolojisi ko-

nusu ile son bulmuştur. Okulda kriz durumlarında okul yöneticileri, öğretmenler ve okul psikolojik danışmanlarının hepsinin önemli görevleri bulunmakla birlikte okul psikolojik danışmanlarının görev ve sorumlulukları aldıkları eğitim gereği, diğerlerine göre daha belirgindir. Okul psikolojik danışmanları kriz durumunun doğru bir şekilde ele alınmasında ve doğru müdahalelerin gerçekleştirilmesinde öncü rolünde olmak durumundadırlar. Bu nedenle her konu başlığında, okul psikolojik danışmanlarına öneriler sunulmaya çalışılmıştır. Üçüncü ve son bölümde ise okullarda zarar azaltma bağlamında yapısal hazırlık, okullarda kriz ekiplerinin oluşturulması ve ailelerle çalışma konuları tartışılmıştır. Son olarakta okul yönetimin acil durumlardaki rol ve sorumlulukları düşünülerek "Okullarda Kriz ve Afetlerle Başetmede Uyarlanabilir Liderlik" başlığına yer verilmiştir.

Son olarak kitabımızın oluşumuna katkı veren tüm yazarlarımıza ayrı ayrı teşekkür ederiz. Kitabımızın saha çalışanlarına ve alan eğitimcilerine yararlı olmasını dileriz.

Özgür ERDUR-BAKER

ORCID No: 0000-0002-7141-8362

Türkan DOĞAN

ORCID No: 0000-0001-9811-5591

BÖLÜMLER VE YAZARLARI

1. BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE

KRİZ, KRİZ TEPKİLERİ VE KRİZ DANIŞMANLIĞI3-26

Aylin Demirli-Yıldız - ORCID No: 0000-0002-9561-603X

Özden Sevil-Gülen - ORCID No: 0000-0003-1975-7831

Özgür Erdur-Baker - ORCID No: 0000-0002-7141-8362

KRİZ KURAMLARI.....27-34

Filiz Bilge - ORCID No: 0000-0001-7502-3846

Elif Emir Öksüz - ORCID No: 0000-0001-8399-1628

KRİZ DANIŞMANLIĞI: MÜDAHALELER VE BECERİLER.....35-70

Türkan Doğan - ORCID No: 0000-0001-9811-5591

Neslihan Güney Karaman - ORCID No: 0000-0003-1318-303X

ÇOCUK VE ERGENLERDE KRİZ DEĞERLENDİRMESİ VE

VAKA FORMÜLASYONU71-105

Betül Tanacıoğlu - ORCID No: 0000-0002-4888-4269

OKULLARDA KRİZ VE KARAR VERME.....107-131

Gökçe Gökçalp - ORCID No: 0000-0001-8403-5929

Ayşe Ulu Yalçınkaya

KRİZ DANIŞMANLIĞI VE MESLEK ETİĞİ133-148

Rahşan Çetinkaya - ORCID No: 0000-0002-4200-3555

2. BÖLÜM: ÖZNEL DURUMLAR

ERGENLİK DÖNEMİNDE İNTİHAR151-178

Mustafa Alperen Kurşuncu - ORCID No: 0000-0002-8370-0859

OKULDA İNTİHARA MÜDAHALE KILAVUZU179-237

Demet Özcan Güzgün

Fazilet Eda Yılmaz - ORCID No: 0000-0002-0524-2792

Sevgi Mandan - ORCID No: 0000-0003-1971-7346

Doğukan Şayan - ORCID No: 0000-0002-6539-4165

Beria Toptaş - ORCID No: 0000-0001-8050-4222

Esra Demiroğlu

KENDİNE ZARAR VERME.....239-259
Elif Emir-Öksüz - ORCID No: 0000-0001-8399-1628

**AİLEDE BOŞANMA: ÇOCUK VE ERGENLERİN BOŞANMA
 SONRASI YAŞAMA UYUMU**.....261-296
Türkan Doğan - ORCID No: 0000-0001-8399-1628
Rıdvan Şahin - ORCID No: 0000-0002-4597-7320

SİBER ZORBALIK: ÖNLEME VE MÜDAHALE ÇALIŞMALARI297-323
Çiğdem Topcu - ORCID No: 0000-0001-8392-7618

ÇOCUK İSTİSMARI VE İHMALİ.....325-349
Nilüfer Koçtürk - ORCID No: 0000-0001-6124-1842

ZORUNLU GÖÇ VE MÜLTECİ PSİKOLOJİSİ.....351-388
Aslı Bugay - ORCID No: 0000-0001-5832-9042
Gülşah Karakedi
Özgür Erdur-Baker - ORCID No: 0000-0002-7141-8362

**ALKOL MADDE BAĞIMLILIĞI VE PSİKOLOJİK MÜDAHALE
 YÖNTEMLERİ**389-419
Tamer Numan Duman - ORCID No: 0000-0002-9899-3594

3. BÖLÜM: OKULLARI KRİZE HAZIRLAMA

**OKULLARDA KRİZE MÜDAHALEDE OKULLAR VE
 EBEVEYNLERLE ÇALIŞMA**423-453
Mustafa Alperen Kurşuncu - ORCID No: 0000-0002-8370-0859

**OKULLARDA KRİZ VE AFETLERLE BAŞETMEDE
 UYARLANABİLİR LİDERLİK**.....455-481
Sadegül Akbaba Altun - ORCID No: 0000-0001-5690-6088

**OKULLARDA AFET ZARARLARINI AZALTMAK İÇİN
 YAPILMASI GEREKEN ÇALIŞMALAR**483-499
Şerif Barış - ORCID No: 0000-0001-8888-2295

OKULLARDA KRİZE MÜDAHALE: BİR VAKA ÖRNEĞİ501-520
Mustafa Alperen Kurşuncu - ORCID No: 0000-0002-8370-0859
Mehmet Ali Padır - ORCID No: 0000-0002-4192-4360
Betül Tanacıoğlu - ORCID No: 0000-0002-4888-4269

DİZİN521-546

1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

KRİZ, KRİZ TEPKİLERİ VE KRİZ DANIŞMANLIĞI

*Aylin Demirli-Yıldız
Başkent Üniversitesi*

*Özden Sevil-Gülen ve Özgür Erdur-Baker
Orta Doğu Teknik Üniversitesi*

Kriz köken olarak “dönüm noktası/karar verme” anlamına gelen Yunanca bir kelimedendir. Günümüzde ise kriz kelimesiyle günlük dilde hem durumların/olayların tanımlandığını hem de bireylerin bu durumlara verdikleri psikolojik (bazen de travmatik) tepkilerin nitelendiğini görüyoruz (Sandoval, 2002). Olay veya durum kastedildiğinde, kriz geleceği *etkileyecek, önemli sonuç ve getirilecek kararların alındığı durumları* ifade etmektedir (Echterling, Presbury ve McKee, 2005). Bu tür tanımlardaki vurgu, krizlerin insan yaşamında unutulmaz izler bırakan, geri dönülmez değişimler yaratan yaşam olayları olduğudur. Öte yandan, kriz potansiyel olarak negatif doğurguları olan, bireysel veya görece olarak küçük grupları (aile, şirket, okul v.b.) etkileyen durumları işaret eder. Daha geniş grupları hatta toplumları etkileyen, daha geniş ölçekteki durumlarsa afet olarak nitelendirilir. Her afet, içinde kriz(ler) barındırır. Krizler ise eğer iyi yönetilmezse afete dönüşebilir. Bu durumda kriz terimi, afet veya acil duruma dönüşme olasılığı olan durumları tanımlamak için de kullanılır (Cornell ve Sheras, 1998). Kriz durumlarının ayırt edici özellikleri; a) tetikleyici bir olayın/durumun varlığı, b) öznel stres durumunun yaşanması, c) her zaman kullanılan baş etme yollarının işe yaramaması ve haliyle d) duygusal ve davranışsal sorunların yaşanması olarak sıralanabilir (Kanel, 2003). Ayrıca, kriz durumlarında çok kısıtlı zamanda çok hızlı karar vererek harekete geçmek de gerekebilir (James ve Gilliland, 2004). Baş edilemeyen bir olayın gittikçe büyüyen bir tehdit olarak algılanması da kriz olarak tanımlanabilir (Sandoval, 2002).

Kriz kavramı durumun/deneyimin kendisine değil insanların tehdit olarak algıladıkları bir duruma verdikleri öznel tepkiye işaret eder. Bu durum ya da yaşam deneyimi, deprem gibi doğa olayları sonucu oluşan bir afet olabileceği gibi, belli yaşam dönemlerinde deneyimlenmesi beklenen gelişimsel krizler de (gebelik, emeklilik, iş değiştirme v.b.) olabilir. Wigner ve Harowski (2003) bu noktalara

açıklık getirerek krizlerin, küçük ya da büyük, beklendik (örneğin, gelişimsel krizler) veya öngörülemeyen (örneğin, yangın, bombalı saldırı) durumlar karşısında insanların baş etme becerilerinin yetersiz kalması sonucu yaşadıkları korku, gerilim, şaşkınlık, kafa karışıklığı ve hatta kontrol kaybı duygusunun yaşanmasıyla ortaya konan tepkiler olduğunun altını çizerler. Wigner ve Harowski'ye göre (2003) kriz tepkileri *stres tepkileri* ile benzerlik gösterir ancak stresten farklı olarak krizin belli bir başlangıcı vardır; neden olan olay belli ve daha kısa sürelidir. Ayrıca her kriz durumu stres yaratırken, her stresli durum kriz demek olmadığı gibi patolojik bir durum da değildir (McFarlane, 1999), sadece psikolojik denge durumunun sarsılmasıdır (Myer, 2001). Örneğin, bir gelişim döneminden diğerine geçiş gibi hayatın doğal bir parçası olan pek çok dönem aynı zamanda kriz dönemidir. Çünkü daha önceki yaşam deneyimleri sonucu kazanılmış başarılar ve denenmiş çözüm yolları, önemli yaşam hedeflerine ulaşma ve çeşitli olayların üstesinden gelmede yetersiz kalır (Sandoval, 2001). Bu noktada kriz ve travma kavramlarının da farkına dikkat çekmekte fayda vardır. Her kriz travmatik bir deneyim olmayabilirken (örneğin, gelişimsel krizler), travma ciddi fiziksel ve psikolojik örselenme veya bedensel bütünlüğe yönelik bir tehditten dolayı yaşanan korku durumlarının deneyimlenmesidir (Echterling, Presbury ve McKee, 2005).

Bu bölümde kriz ve krizler karşısında insanların gösterdikleri genel tepkiler ve risk faktörleri kısaca tanıtılmıştır. Kitabın diğer bölümlerinde ise kriz danışmanlığı kuramsal yaklaşımları, ilke ve teknikleri, kriz danışmanlığında vaka değerlendirmesi konuları ayrıntılandırılmıştır. Krizlerin farklı kaynaklarca farklı şekillerde sınıflandığını görmek mümkündür. Bu bölümde ise temel sınıflamayla kriz türleri tanıtılmıştır; gelişimsel krizler ve travmatik krizler. Bazı araştırmacılar gelişimsel krizleri gelişim dönemi krizleri, durum krizleri ve yaşam dönemi geçiş krizleri olarak ayırmaktadır. Ancak burada birbirleri ile örtüştükleri alanlardan hareketle tek bir başlık altında ele alınmıştır. Travmatik krizler ise durumsal krizler ve pek çok durumsal krizin bir arada deneyimlendiği kompleks krizler alt başlığı ile beraber ele alınmıştır.

KRİZ TÜRLERİ

1. Gelişimsel Krizler

Gelişimsel krizler; *gelişim dönemi krizleri* ve *yaşam dönemi geçiş krizleri* olarak ayrılabilir. Ancak her ikisi açısından da ortak olan nokta, değişim ve geçiş dönemlerinin belirgin olduğu normal gelişimsel durumlara verilen tepkiler olarak görülmesidir. İç ve dış değişikliklerin bir sonucu olarak ortaya çıkan gelişimsel

krizler, özellikle değişimlerin yoğun ve hızlı olduğu yaşam dönemlerinde görülürler (Palabıyıkoglu, 1999).

İlk grup gelişimsel krizler olarak ele alınabilecek “gelişim dönemi krizleri” Erikson tarafından ayrıntılı olarak ele alınmıştır. Zira, aynı zamanda “değişim krizleri” olarak da adlandırılan ve Erikson’ın her biri çözülmesi gereken bir çatışmayı barındıran sekiz aşamalı psikososyal gelişim süreci, gelişimsel kriz kuramlarının pek çoğunun temelini oluşturur. Erikson bu krizleri psikososyal gelişim evrelerinin normal bir parçası olarak görmekte; dahası gelişim için gerekli olduğunu vurgulamaktadır. Üstelik bu krizlerin yalnızca sağlıklı biçimde atlatılmadığı durumlarda soruna dönüşeceğini vurgulamaktadır. Gelişimsel krizler yaşam boyu olagelmektedir (Kaufman ve Kaufman, 2003). Çünkü, her bir gelişim dönemi ile beraber olgunluk düzeyi arttıkça birey hem değişim yaşamaktadır hem de daha çok sorumluluk almaktadır. Örneğin küçük yaştaki çocukların zaman içerisinde anne babalarına daha az bağımlı olmayı öğrenmeleri gerekir. Anne babalarına yapışmaya devam eden çocuklar alay konusu olabilmekte ve sosyal gelişim alanında kriz yaşayabilmektedir (Sandoval, 2002).

Gelişim dönemleri çatışmalarının çözümlenememesinin yarattığı krizlerin yanı sıra yaşamdaki geçiş dönemleri de bireyler için kriz yaşantısı olabilmektedir. İkinci grup gelişim krizleri içinde yer alan ve yaşam çizgisinde bir gelişimsel dönemden diğerine geçişte meydana gelen çözülme ve karışıklık dönemleri olarak okuldan mezun olmak, kariyer veya iş değiştirmek, evlenmek, gebelik, çocuk sahibi olmak, emekli olmak en belirgin “yaşam dönemi gelişim kriz dönemleri”dir. Bu dönemlerde bireysel uyum gücü aşılmaktadır (Sandoval, 2002). Birey mevcut olanakları ile ortaya çıkan değişim ve dönüşüme uyum sağlayamayıp gelişim görevini yerine getiremediğinde kriz ortaya çıkmaktadır. Bu dönemlerde birey krizi atlatıp gelişim görevlerini yerine getirebilmesi için yeni beceri ve uyum mekanizmalarını geliştirmeye ihtiyaç duymaktadır. Yeni döneme ilişkin bilgilendirmede bulunmak ve yeni döneme ilişkin duyguların ifade edilmesine yardımcı olacak çalışmalar yapmak oldukça kolaylaştırıcı olmaktadır (Harvey ve Miller, 2000). Uyum ve dengenin yeniden kazanılmasına kadar geçen süre de bir kriz yaşantısı olarak karşımıza çıkmaktadır (Palabıyıkoglu, 1999).

2. Durumsal Krizler

Bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal bütünlüğünü tehdit eden olaylar ise durumsal krizleri ortaya çıkarmaktadır. Durumsal krizler, kontrol edilemeyen ve beklenmedik dış kaynaklı stres kaynakları veya durumlar tarafından yaşama dahil olan ve duygusal olarak baş edilemeyen olaylar ile tetiklenmektedir. Bir yakının kaybı, vücut bütünlüğünün kaybı, doğal afetler, şiddet ve kazalar durumsal krizlerden

bazılarıdır (James ve Gilliland, 2004). Durumsal krizleri tanımlayan önemli isimlerden biri olan Caplan (Akt. Wainrib ve Bloch, 1998), durumsal krizleri her biri çevresel kökenli olan üç temel başlık altında ele almıştır. İlk başlık altında sevilen kişinin ölümü veya gidişi, vücut bütünlüğünün bozulması gibi temel ihtiyaçların karşılanmasını sağlayan kaynakların kaybedilmesi yer almaktadır. İkinci başlık risk başlığı böyle bir kaybın ortaya çıkış tehlikesini içeren durumları kapsamaktadır. Diğer bir ifade ile sadece vücut bütünlüğünün bozulması değil vücut bütünlüğünün bozulma riski de bir kriz oluşturabilmektedir. Lee ve Young (2001) ise altı farklı olgunun kriz riski taşıdığını ifade etmiştir. Kriz riski taşıyan bu olgular 1) ölümcül hastalık ve kazalar, 2) ani ve/veya beklenmedik şiddete maruz kalarak ölüm, 3) ölüm tehlikesine maruz kalma ve yaralanmalar, 4) uzun süreli hastalık ve hastane tedavisi, 5) doğal afetler, savaş durumu, 6) iş kazaları ve insan eliyle ortaya çıkan endüstriyel afetlerdir.

Daha önce de belirtildiği üzere, her acil durum her zaman krize dönüşmeyebilir. Ani ve beklenmedik yaşantıların durumsal krizlere dönüşmesinde olayın özellikleri kadar bireysel özelliklerin de etkisi bulunmaktadır. Durumsal krizlere verilen tepkiler kişinin olayı algılama biçimine göre değişkenlik göstermektedir (Myer, 2001). Geçmiş deneyimler, güncel şartlar ve gelecek beklentilerine bağlı olarak oluşan bireysel bakış açısındaki farklılıklar mevcut durumun kriz olarak tanımlanıp tanımlanmamasında önemli belirleyicilerdir (Ecterling, Presbury ve McKee, 2005). Diğer bir ifade ile kriz, durumların objektif tanımlamaları olmakla beraber, bireysel farklılıklara bağlı olarak belli bir düzeyde öznel olarak algılanmasıdır. Örneğin, bir terör saldırısına veya rehine krizine maruz kalmak objektif olarak herkes tarafından kriz olarak tanımlanır. Zira olayın içerdiği ölüm riskinin yanı sıra kriz sonrasında ortaya çıkan karmaşa ile nasıl baş edildiği krizin ortaya çıkıp çıkmamasını değil, ancak krizin makul bir biçimde kontrol edilmesini sağlar. Oysa sevilen bir babanın ölümü üzüntü verici bir deneyim olmakla beraber her zaman kriz yaşantısı olmak zorunda değildir. Dolayısıyla kriz olarak deneyimlenmesinde belirleyici olan kişinin bakış açısıdır ve öznel (Updegraff ve Taylor, 2000). Bu nedenle de kriz durumu bireysel farklılıklara göre değişir. Kısacası, tüm kriz durumlarını terör saldırısından sevilen bir babaya doğru bir çizgide sıralarsak nesnel bir noktadan öznel noktaya doğru ilerlemiş oluruz (Schnurr, Lunney ve Sengupta, 2004). Örnek vermek gerekirse, savaş durumu, terör saldırısı, doğal afetler nesnel uca yakın iken artan fiziksel ve somatik kaygılar, sevilen kişiden algılanan reddedilme durumu ve hayatı tehdit eden bir virüsün bulaşması riski öznel uca yakın olan kriz durumları olarak ele alınabilir.

Durumsal krizler sonrasında travma gelişebilir. Benzer şekilde çoğu travma da durumsal kriz olarak başlayabilir. Travmatik yaşantılar, gerçek bir ölüm veya ölüm