DEPARTMENT OF EDUCATION
DIVISION OF SULTAN KUDARAT
RECORDS SECTION
RELEASED
Release Number: 2026 - 290
JUN 12 2026 Time: 12:15

June 11, 2026

DIVISION MEMORANDUM
SGOD-SHS No. 115 s. 2026

CONDUCT OF SCHOOL-BASED PSYCHOSOCIAL SUPPORT ACTIVITIES AND PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) FOLLOWING THE MAGNITUDE 7.8 EARTHQUAKE

To: Assistant Schools Division Superintendent
Chiefs of the Functional Divisions
Public Schools District Supervisors/Principals In-Charge
Public Elementary and Secondary School Heads
Mental Health Coordinator
DRRM Coordinator
Guidance Advocate
Concerned Personnel
This Division

1. In view of the Magnitude 7.8 earthquake that occurred on June 8, 2026, this Office, through the School Health Section – Mental Health Program and the Disaster Risk Reduction and Management (DRRM) Program, directs all public elementary and secondary schools to conduct School-Based Psychosocial Support (SBPS) activities and Psychological First Aid (PFA) during the first two (2) days of class implementation.

2. The conduct of School-Based Psychosocial Support and PFA activities aims to:

a. provide emotional and psychosocial support to members of the school community;
c. promote a sense of safety, calmness, and well-being;
d. encourage positive coping and help-seeking behaviors; and
e. strengthen resilience, connectedness, and hope as schools resume normal operations.

3. The School-Based Psychosocial Support activities shall be facilitated collaboratively by the School Mental Health Coordinator, Guidance Advocate, and DRRM who have undergone Psychosocial Support trainings. Class advisers and other teaching personnel may assist in the conduct of the activities. PFA shall be conducted by trained personnel. Please See attached Enclosure no. 1.

4. School Heads shall ensure proper documentation of the activity and the appropriate referral of learners and personnel who may require further psychosocial support.

Address: Kenram, Isulan, Sultan Kudarat
Telephone No.: (064) 471 1007
Website: https://divisiondsk.org
Email: depedsk.r12@deped.gov.ph

5. All School Mental Health Coordinators shall submit their respective accomplishment reports through the Google Form link and upload the corresponding Means of Verification (MOVs), narrative reports, and photo documentation through the designated Google Drive folder. Schools that encounter technical difficulties in submitting the required documents through the prescribed platform may directly upload their MOVs, narrative reports, and photo documentation through the Google Drive folder.

   a. Google Form Accomplishment Report:
      https://forms.gle/o19Q7vkgP6ngY9UP7
   b. Google drive for the submission of MOV's and narrative reports:
      https://acesse.one/v42kw3f

6. For queries and clarifications, all concerned may contact **Jeryl Aron N. Agner**, Division Mental Health Coordinator through jerylaron.agner@deped.ph or **Kharoll Joy G. Latoza**, Division DRRM Coordinator, through kharolljoy.gabriel@deped.gov.ph. and **Remos G. Baclaan**, Division Guidance Focal Person at remus.baclaan@deped.gov.ph.

7. For the information, guidance, and compliance of all concerned.

CRISPIN A. SOLIVEN JR., CESO V
Schools Division Superintendent

Encl/s.: As stated
References: None
To be indicated in the Perpetual Index under the following subjects:
ACTIVITIES **EARTHQUAKE** **SCHOOL-BASED PSYCHOSOCIAL SUPPORT**

JAA/SGOD-SHS/DM- Conduct Of School-Based Psychosocial Support Activities And Psychological First Aid (Pfa) Following The Magnitude 7.8 Earthquake/June 11, 2026

Enclosure 1 to Division Memorandum SGOD-SHS No. 115 s. 2026

PSYCHOSOCIAL SUPPORT AND PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) GUIDE

Para sa School Mental Health Coordinators, Guidance Advocates/Coordinators, DRRM Coordinators, at mga Guro

Layunin:
Ang gabay na ito ay naglalaman ng mga simpleng Psychosocial Support/ PFA activities upang makatulong sa mga mag-aaral at kawani ng paaralan na naapektuhan ng lindol noong Hunyo 8, 2026.
Inirerekomendang Oras:
30–45 minuto bawat sesyon sa loob ng dalawang (2) araw
Target na Kalahok:
• Mga Mag-aaral
• Mga Teaching Personnel
• Mga Non-Teaching Personnel

PANGKALAHATANG PAALALA SA MGA FACILITATOR
• Magbigay ng ligtas at suportibong kapaligiran.
• Hikayatin ang pakikilahok ngunit huwag pilitin ang sinuman na magbahagi.
• Makinig nang may paggalang at walang paghusga.
• Kilalanin at tanggapin ang damdamin at karanasan ng mga kalahok.
• Panatilihin ang pagiging kumpidensyal ng mga ibabahagi.
• Ituon ang gawain sa suporta, kaligtasan, at kapakanan ng mga kalahok.

ARAW 1: PAGMAMASID AT PAKIKINIG
Pambungad na Mensahe
"Magandang araw sa inyong lahat.
Ngayon ay magsasagawa tayo ng isang Psychosocial Support Activity /Psychological First Aid (PFA) session bilang suporta matapos ang nagdaang lindol.
Layunin nito na makapag-relax, mag-bond at maalala natin na hindi tayo nag iisa.
Walang sapilitan sa pagbabahagi. Gawin lang natin ng magaan at masaya.

Gawain 1: Emotional Check-In
Panuto:
Pumili ng isang salita, emoji, simbolo, o kulay na naglalarawan ng inyong nararamdaman sa kasalukuyan.
Mga Gabay na Tanong:
• Kumusta ang iyong pakiramdam ngayon?
• Bakit iyon ang iyong napiling salita, emoji, simbolo, o kulay?
Mensahe ng Facilitator:
"Walang tama o maling damdamin. Normal lamang ang magkaroon ng iba't ibang reaksyon pagkatapos ng isang nakababahalang pangyayari."

Address: Kenram, Isulan, Sultan Kudarat
Telephone No.: (064) 471 1007
Website: https://divisiondsk.org
Email: depedsk.r12@deped.gov.ph

Gawain 2: Well-Being Check-In
Mga Gabay na Tanong:
- Kumusta ka ngayong araw dito sa school?
- Ano ang nakatulong sa iyo upang manatiling kalmado at ligtas?
- Ano ang kailangan mo upang maging komportable at handa sa paaralan?

Mensahe ng Facilitator:
"Normal lamang ang makaramdam ng takot, kaba, pag-aalala, o pagkalito pagkatapos ng lindol. Iba-iba ang reaksyon ng bawat tao."

Gawain 3: Iguhit ang Iyong Nararamdaman
Panuto:
Bigyan ang mga kalahok ng 5–10 minuto upang iguhit ang kanilang nararamdaman.
Pagproseso:
Maaaring magbahagi ang mga nais magpaliwanag ng kanilang iginuhit.

Gawain 4: Aking Support System
Panuto:
Isulat o tukuyin ang mga taong maaari mong lapitan kapag kailangan mo ng tulong o suporta.
Halimbawa:
- Magulang o Tagapag-alaga
- Kapamilya
- Kaibigan
- Guro
- Guidance Advocate/Coordinator
- School Mental Health Coordinator
- School Head

Pagproseso:
Ipaliwanag na mahalagang humingi ng tulong at suporta kapag kinakailangan.

Pangwakas na Mensahe
"Tandaan na hindi kayo nag-iisa. May mga taong handang makinig, umalalay, at tumulong sa inyo."

ARAW 2: PAG-UUGNAY AT PAGPAPATATAG
Pambungad na Mensahe
"Ngayong araw ay matututuhan natin ang ilang simpleng paraan upang mapanatili ang kalmado, mapangalagaan ang ating sarili, at masuportahan ang isa't isa."

Gawain 1: Grounding Exercise (5-4-3-2-1)
Panuto:
Tukuyin ang sumusunod:

Address: Kenram, Isulan, Sultan Kudarat
Telephone No.: (064) 471 1007
Website: https://divisiondsk.org
Email: depedsk.r12@deped.gov.ph

- 5 bagay na iyong nakikita
- 4 bagay na iyong nahahawakan
- 3 bagay na iyong naririnig
- 2 bagay na iyong naaamoy
- 1 bagay na iyong nalalasahan

Pagproseso:
Ipaliwanag na ang grounding exercise ay nakatutulong upang mabawasan ang pag-aalala at maibalik ang pokus sa kasalukuyang sitwasyon.

Gawain 2: Aking Mga Lakas
Panuto:
Kumpletuhin ang sumusunod na pangungusap:
- Isa sa aking mga lakas ay ________________.
- Nalampasan ko ang mga hamon noon sa pamamagitan ng ________________.
- Kakayanin ko ang mga susunod na hamon dahil ________________.

Gawain 3: Personal na Plano sa Pangangalaga sa Sarili
Panuto:
Magtala ng tatlong bagay na maaari mong gawin upang mapangalagaan ang iyong sarili ngayong linggo.
Halimbawa:
- Sapat na pahinga
- Pag-inom ng maraming tubig
- Pakikipag-usap sa taong pinagkakatiwalaan
- Paglalaan ng oras sa pamilya
- Pagsali sa mga positibong gawain

Gawain 4: Mensahe ng Pag-asa
Panuto:
Kumpletuhin ang pangungusap:
"Ang aking pag-asa para sa aking sarili, pamilya, at paaralan ngayong taong panuruan ay ________________."
Maaaring magbahagi ang mga boluntaryong kalahok.

Positibong Pagpapatibay (Positive Affirmations)
Sabay-sabay na basahin:
- Ako ay ligtas.
- Kaya kong manatiling kalmado.
- Kaya kong malampasan ang mga hamon.
- May mga taong sumusuporta sa akin.

Pangwakas na Mensahe
"Bagama't nagdulot ng takot at pangamba ang lindol, kaya nating bumangon at magpatuloy. Sa pamamagitan ng pagtutulungan, pag-uunawaan, at pagsuporta sa

Address: Kenram, Isulan, Sultan Kudarat
Telephone No.: (064) 471 1007
Website: https://divisiondsk.org
Email: depedsk.r12@deped.gov.ph

isa't isa, makabubuo tayo ng isang ligtas, matatag, at mapagmalasakit na komunidad ng paaralan."

Address: Kenram, Isulan, Sultan Kudarat
Telephone No.: (064) 471 1007
Website: https://divisiondsk.org
Email: depedsk.r12@deped.gov.ph