

Apoyo a los educadores para la UNIDAD 1: PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE DESASTRES EN EL HOGAR

MÓDULO DE CAPACITACIÓN 5: Comprender la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico

Autor: Neotalentway / VETREADY Project Partnership

Número de proyecto: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union



Resumen de la guía para educadores

Este archivo de apoyo para educadores está diseñado para acompañar el módulo de capacitación "Comprensión de la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico", proporcionando orientación metodológica y didáctica personalizada para mejorar su impartición efectiva.

Su objetivo es ayudar a los educadores:

- Comprender los objetivos pedagógicos específicos de este módulo dentro de la unidad
- Aplicar estrategias y herramientas de enseñanza adecuadas para involucrar a los estudiantes de FP, FPVC y de la diáspora.
- Facilitar con confianza las actividades clave, promover la reflexión y apoyar la retención del conocimiento.
- Adaptar la enseñanza a los diferentes formatos (presencial, en línea, mixto) y a las diversas necesidades de los alumnos.

Nota: La finalización de este módulo y el cuestionario asociado contribuye al desarrollo profesional del educador y puede conducir a la certificación.

Contenido de aprendizaje de este módulo de capacitación

1. Objetivo del módulo de formación
2. Resultados de aprendizaje del módulo de capacitación
3. Introducción: Comprender la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico
4. Conceptos clave y terminología
5. Comprender la importancia
6. Por qué este módulo de capacitación es importante
7. Desastres naturales en la comprensión de la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico
8. terremotos
9. inundaciones
10. incendios
11. Tormentas y huracanes
12. Actividad volcánica / Lava
13. Haz una pausa y reflexiona.
14. Desastres tecnológicos e industriales en la comprensión de la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico
15. Incendios domésticos
16. Fugas de gas
17. Fallas de agua o electricidad
18. Pequeños derrames químicos
19. Haz una pausa y reflexiona.
20. Desastres biológicos y relacionados con la salud en la comprensión de la psicología de las víctimas de desastres en un entorno doméstico
21. Pandemias o epidemias
22. Alimentos contaminados
23. Brotes zoonóticos
24. Acciones inspiradoras y modelos a seguir
25. Más para explorar

Métodos y herramientas de enseñanza sugeridos

Método de enseñanza 1: Debate basado en escenarios

Este método anima a los estudiantes a pensar críticamente, analizar riesgos y aplicar sus conocimientos a situaciones realistas de desastres domésticos y estrés psicológico. Su flexibilidad permite impartirlo tanto presencialmente como en línea, lo que lo hace ideal para grupos de estudiantes diversos. Los debates basados en escenarios ayudan a desarrollar habilidades prácticas de afrontamiento y toma de decisiones, refuerzan la comprensión de los contenidos y fomentan el aprendizaje entre iguales al normalizar las reacciones emocionales durante las crisis.

Ejemplo de aplicación:

Tras repasar las diapositivas sobre pandemias y estrés psicológico en el hogar, el instructor plantea un escenario: «Estás en cuarentena con tu familia. Los días de aislamiento han aumentado la ansiedad y uno de los miembros se siente abrumado por la constante información. ¿Qué harías primero?». Los participantes debaten posibles respuestas en salas virtuales (en línea) o en grupos pequeños (presencialmente), luego comparten estrategias y reflexionan sobre la lógica psicológica que subyace a sus decisiones.

Métodos y herramientas de enseñanza sugeridos

Método de enseñanza 2: Juego de roles

Este método ayuda a los participantes a desarrollar empatía, comunicación y habilidades para el manejo del estrés, al ponerse en el lugar de las personas que experimentan estrés psicológico durante un desastre doméstico. Fomenta la conciencia emocional, la escucha activa y la práctica de respuestas de apoyo, esenciales en los primeros auxilios psicológicos.

Ejemplo de aplicación:

Tras repasar las diapositivas sobre contaminación de alimentos y ansiedad en el hogar, el instructor organiza un juego de roles: un participante representa a un padre o madre ansioso/a y con sentimientos de culpa tras servir accidentalmente comida en mal estado a la familia. Otro participante representa a un familiar que brinda apoyo o a una persona que ofrece primeros auxilios psicológicos. Posteriormente, el grupo reflexiona sobre estrategias eficaces para calmar las emociones, brindar tranquilidad y prevenir que el estrés aumente.

Métodos y herramientas de enseñanza sugeridos

Método de enseñanza 3: Diario de reflexión guiada

Este método anima a los estudiantes a hacer una pausa, reflexionar y conectar personalmente con los desafíos psicológicos que presentan los desastres en el hogar. Al escribir breves reflexiones, procesan sus emociones, reconocen sus propios mecanismos de afrontamiento y fortalecen su resiliencia. Escribir un diario también favorece la retención de la memoria a largo plazo y la autoconciencia.

Ejemplo de aplicación:

Tras las diapositivas sobre pandemias y el estrés relacionado con la cuarentena, el instructor pide a los participantes que escriban una breve reflexión: «Piensen en algún momento en que se sintieron aislados, estresados o ansiosos en casa. ¿Qué les ayudó a sobrellevarlo? ¿Qué harían diferente ahora?». Los participantes pueden entonces compartir sus reflexiones (de forma voluntaria) en grupos pequeños o mantener sus diarios en privado, reforzando así la idea de que la preparación psicológica es tan importante como la seguridad física.

Consejos para el compromiso

Utiliza casos reales y con los que el público pueda identificarse.

Comience con ejemplos breves y visuales de eventos locales o cotidianos (por ejemplo, una inundación repentina en un sótano, pequeños deslizamientos de tierra que afectan la propiedad, una falla repentina del sistema de calefacción en invierno o pánico durante una fuga química localizada). Esto hace que el tema sea tangible, especialmente para los estudiantes de la diáspora que pueden tener contextos familiares diferentes.

Promover el diálogo inclusivo

Utilice primero un lenguaje sencillo y no técnico. Permita el trabajo en grupo en el idioma preferido de los estudiantes y fomente las explicaciones entre compañeros. Para los estudiantes de la diáspora, proporcione términos o frases clave en varios idiomas siempre que sea posible.

Crea un espacio psicológicamente seguro

Evite juzgar el comportamiento pasado (p. ej., "¿Por qué no evacuaron de inmediato?"). En cambio, pregunte: "¿Qué opciones había disponibles en esta situación?", manteniendo las conversaciones abiertas y sin culpabilizar.

Equilibrar la lógica y la empatía

Combine métodos analíticos (como planes de emergencia domésticos y listas mentales para el manejo del estrés) con evaluaciones emocionales («¿Cómo se sentirían los residentes si quedaran atrapados en casa durante una inundación o un apagón?»). Esto satisface la necesidad de estructura de los adultos en formación profesional y fomenta la implicación emocional de los estudiantes de formación profesional.

Estrategias de adaptación

Entrega en persona

- Los alumnos participan en estaciones de simulación de escenarios: por ejemplo, un superviviente que experimenta pánico después de un terremoto, un padre que muestra culpa después de no haber protegido a sus hijos en una inundación, o un vecino que expresa desesperanza después de perder su casa en un incendio.
- Trabajen en parejas o en grupos pequeños para analizar las posibles reacciones de la víctima (shock, culpa, miedo, retraimiento) y practicar respuestas de apoyo como la escucha activa, la validación de las emociones y las técnicas de conexión con la realidad.
- El educador guía la discusión, proporciona preguntas guía (por ejemplo, "¿Cómo podría sentirse esta persona en este momento?", "¿Qué apoyo inmediato podría reducir la angustia?") y explica cómo se aplican los principios de primeros auxilios psicológicos a la psicología de la víctima.

Materiales: tarjetas impresas con escenarios y declaraciones de las víctimas, lista de verificación de respuesta al estrés/trauma, tablas de emociones, marcadores, proyector para ejemplos visuales.

Entrega en línea

Los alumnos ven vídeos cortos o leen breves viñetas de casos que ilustran reacciones psicológicas en supervivientes de desastres (por ejemplo, un niño que se niega a dormir después de un incendio, una persona mayor que muestra confusión después de una evacuación). Después de cada video/viñeta, los estudiantes entran en salas de grupos pequeños para discutir: "¿Qué signos de angustia notan?" y "¿Cómo responderían para brindar consuelo y seguridad?" Los grupos se reúnen nuevamente para compartir con toda la clase y recibir comentarios del educador, centrándose en la aplicación de los principios de primeros auxilios psicológicos centrados en la víctima. Herramientas: Zoom + salas para grupos reducidos, compartir pantalla, pizarra compartida (Padlet o Miro) para anotar las reacciones observadas y las estrategias de apoyo, diapositivas con preguntas para el debate.

Habilidades clave de las empresas de servicios energéticos (ESCO) que se abordan en este módulo

Categoría de competencia transversal específica para las empresas de servicios energéticos (ESCO): T3.3 – Mantener una actitud positiva.

Competencias básicas desarrolladas: Mantener la resiliencia, brindar apoyo emocional, afrontar la incertidumbre, tomar decisiones reflexivas.

Mantener la resiliencia

- Practicado en: diapositivas de “Pausa y Reflexión” que presentan escenarios de desastres domésticos (por ejemplo, incendio doméstico, fuga de gas o corte de energía).
- Los educadores destacan esta habilidad mediante:
 - Animar a los alumnos a reflexionar sobre cómo mantener la calma y la compostura bajo presión.
 - Facilitar el debate sobre estrategias para mantener la resiliencia ante la incertidumbre en emergencias domésticas.

Brindar apoyo emocional

- Practicado en: diapositivas de “Discusión basada en escenarios”, donde los alumnos representan roles de apoyo a los miembros del hogar durante crisis (por ejemplo, ayudar a los niños o a los ancianos de la familia a mantener la calma durante un apagón repentino o un derrame químico menor).
- Los educadores destacan esta habilidad mediante:
 - Guiar a los alumnos para que practiquen la escucha activa, la transmisión de confianza y la comunicación empática.
 - Resaltar el efecto del apoyo emocional en la seguridad general y la toma de decisiones de los miembros del hogar.

Afrontar la incertidumbre

- Practicado en: diapositivas de “Escenarios de desastre” que cubren emergencias domésticas impredecibles (por ejemplo, inundaciones repentinas, daños estructurales menores, aislamiento por pandemia).
- Los educadores destacan esta habilidad mediante:
 - Dirigir reflexiones grupales sobre reacciones emocionales y estrategias adaptativas.
 - Fomentar la comparación entre diferentes tipos de desastres domésticos y sus consecuencias desconocidas.

Toma decisiones meditadas

- Práctica posterior: diapositivas que presentan tipos específicos de desastres domésticos (por ejemplo, pequeños derrames de productos químicos, fugas de gas, contaminación de alimentos), donde los alumnos desarrollan y evalúan estrategias de respuesta.
- Los educadores destacan esta habilidad mediante:
 - Facilitar debates grupales guiados para justificar las acciones elegidas de forma lógica y empática.
 - Fomentar que los alumnos tengan en cuenta el bienestar psicológico de los miembros del hogar al tomar decisiones.

Apoyo a la evaluación: cómo comprobar el progreso del alumno

Al finalizar este módulo de formación, los alumnos completan un cuestionario de opción múltiple de 10 preguntas diseñado para evaluar su comprensión de los conceptos clave tratados en la sesión.

Estrategias de evaluación adicionales:

1. Clasificación de la respuesta emocional

- **Cómo funciona:** A los participantes se les presentan de 3 a 4 escenarios breves de desastres domésticos (por ejemplo, un pequeño incendio en la cocina, una fuga de gas, un corte de luz durante una ola de calor). Deben clasificar qué respuesta contribuiría mejor al bienestar psicológico del hogar.
- **Lo que revela:** Demuestra la capacidad de los estudiantes para priorizar el apoyo emocional, la mitigación del estrés y la toma de decisiones para sí mismos y los miembros de su hogar. Muestra cuán bien pueden aplicar los principios psicológicos en contextos domésticos realistas.

2. Desafío del plan de afrontamiento

- **Cómo funciona:** Después de un breve video o presentación de un escenario, los alumnos crean un plan de afrontamiento paso a paso para los miembros del hogar, identificando acciones para mantener la calma, reducir la ansiedad y garantizar la seguridad.
- **Lo que revela:** Evalúa la capacidad de los alumnos para sintetizar información, anticipar necesidades emocionales y aplicar estrategias de resiliencia psicológica en situaciones de desastres domésticos.

Materiales de referencia adicionales

Recursos de salud conductual en casos de desastre de SAMHSA

- Enlace: <https://library.samhsa.gov/>
- Descripción: Una plataforma integral que ofrece conjuntos de herramientas, guías y materiales de capacitación centrados en la salud conductual en situaciones de desastre, incluyendo estrategias para gestionar el bienestar psicológico durante desastres domésticos.

Kit de herramientas para la preparación ante emergencias: Trauma posterior al evento

- Enlace: Kit de herramientas de preparación para emergencias de AFT
- Descripción: Un recurso que proporciona a educadores y profesionales de la salud materiales accesibles para apoyar a niños y familias después de desastres domésticos, centrándose en la comunicación informada sobre el trauma y el apoyo emocional.

Asociación Canadiense de Psicología: Recursos para la respuesta a emergencias y desastres

- Enlace: Recursos para desastres de la CPA
- Descripción: Colección de recursos desarrollados por la Asociación Canadiense de Psicología para ayudar a afrontar y responder a diversos tipos de emergencias y desastres, incluidos los que ocurren en el hogar.

Fuentes

- **Federación Estadounidense de Maestros (AFT). (s.f.). Kit de herramientas para la preparación ante emergencias: Trauma posterior al evento. AFT. <https://www.aft.org/our-community/disaster-relief-emergency-preparedness/emergency-preparedness-toolkit-post-event>**
- **Asociación Canadiense de Psicología (ACP). (s.f.). Recursos para la respuesta a emergencias y desastres. ACP. <https://cpa.ca/public/resources/>**
- **Clasificación Europea de Habilidades, Competencias, Cualificaciones y Ocupaciones (ESCO). (s.f.). Portal de clasificación ESCO. Comisión Europea. <https://esco.ec.europa.eu/en/classification>**
- **Fang, D., Thomsen, M. R. y Nayga, R. M. (2021). La asociación entre la inseguridad alimentaria y la salud mental durante la pandemia de COVID-19. BMC Public Health, 21, 607. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10631-0>**
- **Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). (s.f.). Recursos del Centro de Asistencia Técnica para Desastres (DTAC). SAMHSA. <https://library.samhsa.gov/>**

ASOCIACIÓN



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Diviértete con el Módulo de Capacitación VET-READY UNIDAD 1:
PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE DESASTRES EN EL HOGAR.
MÓDULO DE CAPACITACIÓN 5: Comprender la psicología de las
víctimas de desastres en el hogar.**

SÍGANOS



<https://vetready.eu/>