



Підтримка викладачів для РОЗДІЛУ 1: ГОТОВНІСТЬ ДО ДОМАШНІХ ЛИХ ТА РЕАГУВАННЯ НА НИХ НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 5: Розуміння психології жертв стихійних лих у домашніх умовах

Автор: Neotalentway / Проектне партнерство VETREADY

Номер проекту: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union

Фінансується Європейським Союзом. Однак висловлені погляди та думки належать лише автору(ам) і не обов'язково відображають погляди Європейського Союзу або Іспанської служби з питань інтернаціоналізації освіти (SEPIE). Ні Європейський Союз, ні орган, що надає грант, не несуть за них відповідальності.



Огляд рекомендацій для викладачів

Цей Допоміжний файл для викладачів розроблений як супровід навчального модуля «Розуміння психології жертв катастроф у домашніх умовах», надаючи індивідуальні методологічні та дидактичні рекомендації для підвищення його ефективності.

Він має на меті допомогти освітянам:

- Зрозуміти конкретні педагогічні цілі цього модуля в рамках цього розділу
- Застосовуйте відповідні стратегії та інструменти навчання для залучення учнів професійно-технічної освіти, безперервної професійно-технічної освіти та діаспори
- Впевнено проводити ключові завдання, сприяти рефлексії та підтримувати запам'ятовування знань
- Адаптуйте проведення занять до різних форматів (очного, онлайн, змішаного) та різноманітних потреб учнів

Примітка: Виконання цього модуля та пов'язаної з ним вікторини сприяє професійному розвитку викладача та може призвести до отримання сертифікації.

Навчальний зміст модуля

1. Мета навчального модуля
2. Результати навчання навчального модуля
3. Вступ: Розуміння психології жертв катастроф у домашніх умовах
4. Ключові поняття та термінологія
5. Розуміння важливості
6. Чому цей навчальний модуль важливий
7. Стихійні лиха: розуміння психології жертв стихійних лих у домашніх умовах
8. Землетруси
9. Повені
10. Пожежі
11. Шторми та урагани
12. Вулканічна активність / Лава
13. Зупиніться та поміркуйте
14. Технологічні та промислові катастрофи в розумінні психології жертв катастроф у домашніх умовах
15. Пожежі вдома
16. Витоки газу
17. Збої з водою або електропостачанням
18. Невеликі хімічні розливи
19. Зупиніться та поміркуйте
20. Біологічні та пов'язані зі здоров'ям катастрофи в розділі «Розуміння психології жертв катастроф у домашніх умовах»
21. Пандемії чи епідемії
22. Забруднена їжа
23. Зоонозні спалахи
24. Надихаючі дії та взірці для наслідування
25. Більше для дослідження

Рекомендовані методи та інструменти навчання

Метод навчання 1: Обговорення на основі сценарію

Цей метод заохочує учнів критично мислити, аналізувати ризики та застосовувати знання до реальних ситуацій домашніх катастроф та психологічного стресу. Він гнучкий як для очного, так і для онлайн-заняття, що робить його ідеальним для різних груп учнів. Обговорення на основі сценаріїв допомагають розвивати практичні навички подолання труднощів та прийняття рішень, посилюють розуміння змісту та сприяють навчанню між колегами шляхом нормалізації емоційних реакцій під час криз.

Приклад застосування:

Після перегляду слайдів про пандемії та психологічний стрес вдома тренер представляє сценарій: «Ви перебуваєте на карантині зі своєю родиною. Дні ізоляції посилили тривожність, і один із членів сім'ї відчувається пригніченим постійними оновленнями новин. Що ви робите в першу чергу?» Учні обговорюють можливі відповіді в групах (онлайн) або невеликих групах (очно), потім діляться стратегіями та розмірковують над психологічною логікою свого вибору.

Рекомендовані методи та інструменти навчання

Метод навчання 2: Рольова гра

Цей метод допомагає учням розвивати емпатію, комунікативні навички та навички управління стресом, ставлячись у вічі людей, які переживають психологічний стрес під час домашньої катастрофи. Він заохочує емоційну усвідомленість, активне слухання та практику підтримуючих реакцій, що є важливим у наданні першої психологічної допомоги.

Приклад застосування:

Після перегляду слайдів про забруднення їжі та тривогу вдома, тренер організовує роль гри: один учень грає роль батьків, які тривожаться та почуваються винними після того, як випадково подали родині зіпсовану їжу. Інший учень грає члена сім'ї, який надає підтримку, або рятувальника психологічної допомоги. Після цього група розмірковує над ефективними способами заспокоєння емоцій, заспокоєння та запобігання ескалації стресу.

Рекомендовані методи та інструменти навчання

Метод навчання 3: Ведення щоденника керованих рефлексій

Цей метод заохочує учнів зупинятися, розмірковувати та особисто взаємодіяти з психологічними викликами, що виникають через стихійні лиха вдома. Пишучи короткі роздуми, учні обробляють емоції, усвідомлюють власні механізми подолання та зміцнюють стійкість. Ведення щоденника також сприяє довготривалому збереженню пам'яті та самосвідомості.

Приклад застосування:

Після слайдів про пандемії та стрес, пов'язаний з карантином, тренер просить учнів написати коротку рефлексію: «Згадайте випадок, коли ви почувалися ізольованими, стресованими або тривожними вдома. Що допомогло вам впоратися? Що б ви зробили по-іншому зараз?» Потім учні можуть (добровільно) ділитися думками в невеликих групах або вести особисті щоденники, підкреслюючи, що психологічна підготовка така ж важлива, як і фізична безпека.

Поради

Використовуйте реальні, зрозумілі випадки

Почніть з коротких, візуальних прикладів місцевих або знайомих подій (наприклад, раптове затоплення підвалу, незначні зсуви, що вражають майно, раптовий відмова системи опалення взимку або паніка під час локального витоку хімікатів). Це зробить тему відчутною, особливо для учнів з діаспори, які можуть мати різні сімейні обставини.

Сприяти інклюзивному обговоренню

Використовуйте спочатку просту, нетехнічну мову. Дозвольте груповій роботі мовою, яку учні вибирають, та заохочуйте пояснення однолітків. Для учнів з діаспори надавайте ключові терміни або фрази кількома мовами, коли це можливо.

Створіть психологічно безпечний простір

Уникайте осуду минулої поведінки (наприклад, «Чому вони не евакуювалися негайно?»). Натомість запитайте: «Які варіанти були доступні в цій ситуації?» — підтримуйте відкрите обговорення та не звинувачуйте.

Баланс логіки та емпатії

Поєднуйте аналітичні методи (такі як плани дій у надзвичайних ситуаціях у побуті, ментальні контрольні списки для управління стресом) з емоційними перевітками («Як можуть почуватися мешканці, якщо вони опинилися в пастці в приміщенні під час повені або відключення електроенергії?»). Це підтримує потребу дорослих учасників безперервного професійного навчання (CPET) у структурованості та емоційній залученості учнів професійно-технічних навчальних закладів.

Стратегії адаптації

Офлайн

- Учні беруть участь у сценарних станціях: наприклад, людина, яка вижила, відчуває паніку після землетрусу, батько, який виявляє провину після того, як не зміг захистити дітей під час повені, або сусід, який висловлює безнадію після втрати свого будинку через пожежу.
- Працюйте в парах або невеликих групах, щоб обговорити можливі реакції жертви (шок, почуття провини, страх, відсторонення) та потренуйтеся в підтримуючих реакціях, таких як активне слухання, підтвердження емоцій та техніки заземлення.
- Викладач керує обговоренням, пропонує підказки (наприклад, «Що ця людина може почуватися зараз?», «Яка негайна підтримка може зменшити дистрес?») та пояснює, як принципи першої психологічної допомоги застосовуються до психології жертви.

Матеріали: роздруковані картки зі сценаріями зі словами жертви, контрольний список реагування на стрес/травму, діаграми емоцій, маркери, проектор для наочних прикладів.

Онлайн

Учні переглядають короткі відео або читають короткі віньєтки з конкретних випадків, що ілюструють психологічні реакції людей, які вижили внаслідок стихійного лиха (наприклад, дитина, яка відмовляється спати після пожежі, літня людина, яка демонструє розгубленість після евакуації).

Після кожного відео учні заходять у кімнати для обговорення: «Які ознаки стресу ви помічаєте?» та «Як би ви відреагували, щоб забезпечити комфорт та безпеку?» Групи знову збираються для обміну досвідом з усім класом та зворотного зв'язку з викладачами, зосереджуючись на застосуванні принципів психологічної першої допомоги, орієнтованої на жертву.

Інструменти: Zoom + кімнати для групових обговорень, спільний доступ до екрана, спільна дошка (Padlet або Miro) для запису спостережуваних реакцій та підтримуючих стратегій, слайди з підказками для обговорення.

Ключові навички ESCO в цьому модулі

Цільова перехресна категорія навичок ESCO: T3.3 – Підтримка позитивного ставлення. Розвинені основні навички: Підтримка стійкості, Надання емоційної підтримки, Справляння з невизначеністю, Прийняття обдуманих рішень.

Зберігайте стійкість

- Практикується у: слайдах «Зупиніться та поміркуйте» із сценаріями домашніх катастроф (наприклад, пожежа в будинку, витік газу або відключення електроенергії).
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:
 - Заохочення учнів розмірковувати над збереженням спокою та самовладання в стресових ситуаціях.
 - Сприяння обговоренню стратегій збереження стійкості в умовах невизначеності в побутових надзвичайних ситуаціях.

Надайте емоційну підтримку

- Практикується: слайди «Обговорення на основі сценаріїв», де учні розігрують ролі підтримки членів домогосподарства під час кризових ситуацій (наприклад, допомога дітям або літнім членам сім'ї зберігати спокій під час раптового відключення електроенергії або незначного розливу хімічних речовин).
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:
 - Навчання учнів активному слуханню, запевненню та емпатійному спілкуванню.
 - Підкреслення впливу емоційної підтримки на загальну безпеку та прийняття рішень членами домогосподарства.

Справлятися з невизначеністю

- Практикується у: слайдах «Сценарії стихійних лих», що охоплюють непередбачувані надзвичайні ситуації вдома (наприклад, раптова повінь, незначні пошкодження конструкцій, ізоляція під час пандемії).
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:
 - Проведення групових рефлексій щодо емоційних реакцій та адаптивних стратегій.
 - Заохочення до порівняння різних типів побутових катастроф та їхніх невідомих наслідків.

Приймайте обдумані рішення

- Практично після: слайди, що представляють конкретні типи домашніх катастроф (наприклад, невеликі розливи хімічних речовин, витоки газу, забруднення харчових продуктів), де учні розробляють та оцінюють стратегії реагування.
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:
 - Проведення керованих групових обговорень для логічного та емпатичного обґрунтування обраних дій.
 - Заохочення учнів враховувати психологічне благополуччя членів домогосподарства під час прийняття рішень.

Підтримка оцінювання – Як перевірити прогрес учня

В кінці цього навчального модуля слухачі пройдуть тест із 10 запитань з вибором однієї правильної відповіді, призначений для оцінки їхнього розуміння ключових концепцій, розглянутих на занятті.

Додаткові стратегії оцінювання:

1. Рейтинг емоційної реакції

- Як це працює: Учням пропонують 3–4 коротких сценарії домашньої катастрофи (наприклад, незначна пожежа на кухні, витік газу, відключення електроенергії під час сильної спеки). Вони ранжують, яка з цих реакцій найкраще сприятиме психологічному благополуччю домогосподарства.
- Що це показує: Демонструє здатність учнів визначати пріоритети емоційної підтримки, зменшення стресу та прийняття рішень для себе та членів родини. Це показує, наскільки добре вони можуть застосовувати психологічні принципи в реальних домашніх умовах.

2. Виклик плану подолання труднощів

- Як це працює: Після короткого відео або презентації сценарію учні створюють покроковий план подолання труднощів для членів домогосподарства, визначаючи дії для збереження спокою, зменшення тривожності та забезпечення безпеки.
- Що це показує: Оцінює здатність учнів синтезувати інформацію, передбачати емоційні потреби та застосовувати стратегії психологічної стійкості в ситуаціях домашньої катастрофи.

Додаткові довідкові матеріали

Ресурси SAMHSA з питань поведінкового здоров'я під час катастроф

- Посилання: <https://library.samhsa.gov/>
- Опис: Комплексна платформа, що пропонує інструменти, посібники та навчальні матеріали, зосереджені на поведінковому здоров'ї під час катастроф, включаючи стратегії управління психологічним благополуччям під час домашніх катастроф.

Інструментарій для підготовки до надзвичайних ситуацій: Травма після події

- Посилання: Інструментарій підготовки до надзвичайних ситуацій AFT
- Опис: Ресурс, що надає освітянам та медичним працівникам доступні матеріали для підтримки дітей та сімей після домашніх катастроф, зосереджуючись на комунікації з урахуванням травми та емоційній підтримці.

Канадська психологічна асоціація: Ресурси для реагування на надзвичайні ситуації та стихійні лиха

- Посилання: Ресурси CPA щодо стихійних лих
- Опис: Збірка ресурсів, розроблених Канадською психологічною асоціацією, для допомоги у подоланні та реагуванні на різні типи надзвичайних ситуацій та катастроф, зокрема тих, що трапляються вдома.

Джерела

- Американська федерація вчителів (AFT). (н.д.). Інструментарій підготовки до надзвичайних ситуацій: Травма після події. AFT. <https://www.aft.org/our-community/disaster-relief-emergency-preparedness/emergency-preparedness-toolkit-post-event>
- Канадська психологічна асоціація (CPA). (н.д.). Ресурси для реагування на надзвичайні ситуації та стихійні лиха. CPA. <https://cpa.ca/public/resources/>
- Європейський рейтинг навичок, компетенцій, кваліфікацій та професій (ESCO). (н.д.). Портал класифікації ESCO. Європейська комісія. <https://esco.ec.europa.eu/en/classification>
- Fang, D., Thomsen, M. R., & Nayga, R. M. (2021). Зв'язок між відсутністю продовольчої безпеки та психічним здоров'ям під час пандемії COVID-19. BMC Public Health, 21, 607. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10631-0>
- Адміністрація з питань зловживання психоактивними речовинами та психічного здоров'я (SAMHSA). (н.д.). Ресурси Центру технічної допомоги у разі стихійних лих (DTAC). SAMHSA. <https://library.samhsa.gov/>

ПАРТНЕРСТВО



<https://ied.eu/>



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



<https://neotalentway.com/>



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



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



<https://vonhope.is/>

**Проводьте час з задоволенням з навчальним модулем РОЗДІЛ 1:
ГОТОВНІСТЬ ДО ЛИХ В ДОМАШНІХ УМОВАХ ТА РЕАГУВАННЯ НА
НИХ, НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 5: Розуміння психології жертв
стихійних лих у домашніх умовах**

СЛІДКУЙТЕ ЗА
НАМИ



<https://vetready.eu/>