VET-READY

WP3 A2 Efni fyrir nemendapróf

Fjölvalspróf til að meta þekkingu og hæfni

EINING 2: VIÐBÚNAÐUR OG VIÐBRÖGÐ VIÐ HAMFÖRUM Á ALMANNAFÆRI OG Á STÓRUM SAMKOMUSTÖÐUM

ÞJÁLFUNAREINING 11: Að skilja sálræn viðbrögð fólks við hamförum á almannafæri og á stórum samkomustöðum

Verkefnanúmer: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287

Þetta verkefni er styrkt af Evrópusambandinu. Þær skoðanir og þau viðhorf sem koma hér fram eru þó eingöngu á ábyrgð höfunda og endurspegla ekki endilega sjónarmið Evrópusambandsins eða Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Hvorki Evrópusambandið né styrkveitendur bera ábyrgð á innihaldi verkefnisins.

Spurning	Svarmöguleikar (merkið rétt svar með x)	
1. Hvað merkir **sálfræðileg keðjuverkun (e. mass psychological contagion)** í sambandi við hamfarir á almannafæri?	a. Útbreiðsla veiru í stórum mannfjölda.	
	b. Hröð útbreiðsla ótta, ringulreiðar eða rangra upplýsinga meðal stórs hóps.	x
	c. Samvinna viðbragðsaðila þegar kemur að þolendum.	
	d. Efling seiglu í streituvaldandi aðstæðum.	
2. Hver er helsti munurinn á **skyndilegu neyðarástandi** og **langvarandi streituvaldandi þáttum** í aðstæðum þar sem mikill mannfjöldi kemur saman?	a. Skyndilegt neyðarástand á sér stað hratt og hefur mikil áhrif, en langvarandi streituvaldandi þættir eru áhættur sem hafa verið lengi til staðar og draga úr seiglu samfélaga.	x
	b. Skyndilegt neyðarástand tengist alltaf náttúruhamförum, en langvarandi streituvaldandi þættir aðeins manngerðum atburðum.	
	c. Langvarandi streituvaldandi þættir gerast á stuttum tíma og eru yfirleitt minna streituvaldandi en þegar skyndilegt neyðarástand á sér stað.	
	d. Skyndilegt neyðarástand hefur engin langtímaáhrif á sálrænar afleiðingar fólks.	
3. **Sálrænt doðaviðbragð (e. psychological freeze response)** í hamförum einkennist fyrst og fremst af:	a. Hvatvísri og árásargjarnri hegðun.	
	b. Andlegri og líkamlegri lömun, ásamt erfiðleikum við að vinna úr leiðbeiningum.	
	c. Háværum köllum og kröfu um athygli.	x
	d. Aukinni samvinnu og leiðtogahlutverki í hópi.	
4. Hvers vegna eru **skýr og róleg samskipti** lykilatriði þegar kemur að bruna á fjölmennum viðburði?	a. Því það dregur úr sögusögnum og stuðlar að skipulagðri rýmingu.	x
	b. Því það kemur í veg fyrir lagalega ábyrgð skipuleggjenda.	
	c. Því það afvegaleiðir þolendur frá hættunni.	

	d. Því það kemur í veg fyrir að fólk fari of hratt út.	
5. Ef **faraldur kemur upp á hátíð**, hvaða aðgerð er heppilegust bæði út frá sálfræðilegu og heilsufarslegu sjónarhorni?	a. Leyfa gestum að mingla frjálslega til að forðast ofsahræðslu.	
	b. Einangra einstaklinga með einkenni, halda ró og hafa samband við heilbrigðisyfirvöld.	x
	c. Halda öllum upplýsingum frá mannfjöldanum.	
	d. Leyfa aðeins viðkvæmum hópum að yfirgefa staðinn fyrst.	
6. Í jarðskjálfta sem á sér stað á fjölmennum leikvangi, hvaða sálfræðilega stuðningsaðferð er áhrifaríkust?	a. Leyfa mannfjöldanum að hlaupa stjórnlaust að útgöngum.	
	b. Hvetja til rólegrar öndunar og gefa einfaldar og sýnilegar leiðbeiningar.	x
	c. Vera þögul/l til að forðast ofsahræðslu og ringulreið.	
	d. Leyfa aðeins fjölskyldum að rýma fyrst.	
7. Hverjar af eftirfarandi **tilfinningum** eru algengar eftir flóð á opinberum viðburði?	a. Ósæranleiki.	
	b. Kvíði, endurminningar (flashbacks) og sektarkennd þolenda.	x
	c. Algjör skortur á streitueinkennum.	
	d. Aukinn hvati til að snúa fljótt aftur á vettvanginn.	
8. Við **efnaslys** í lokuðu rými er hættulegasta viðbragðið að:	a. Fylgja öryggisleiðbeiningum skref fyrir skref.	
	b. Reyna að hreinsa leka án þjálfunar eða hlífðarbúnaðar.	x
	c. Fara rólega á ómenguð svæði.	
	d. Bíða eftir leiðsögn frá viðbragðsaðilum.	
	a. Bætt ákvörðunartaka í mannfjölda.	

9. Hver er helsta sálfræðilega áhættan þegar kemur að **bilun í innviðum** (til dæmis umfangsmikið rafmagnsleysi eða hrun)?	b. Bráð streita vegna skyndilegs stjórnleysis og ringulreiðu.	x
	c. Minni ótti vegna þagnar í umhverfinu.	
	d. Aukið traust til viðbragðsaðila.	
10. **„Cruz Roja Te Escucha“** prógrammið er dæmi um:	a. Evrópska flutnings- og skipulagsþjónustu fyrir fjöldarýmingar.	
	b. Aðgengilegt úrræði sem veitir tilfinningalegagn stuðning í hamförum.	x
	c. Ríkisstýrt neyðarviðvörunarkerfi.	
	d. Námskeið fyrir björgunarsveitarmenn.	

VET-READY

Yourwebsitename.eu

Fylgdu okkur

Co-funded by
the European Union