



## Підтримка викладачів для РОЗДІЛУ 3: ОБІЗНАНІСТЬ ПРО ЛІСОВІ ЛИХА ТА ВИЖИВАННЯ В ДИКІЙ ПРИРОДІ

### НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 17: Розуміння психології жертв стихійних лих у умовах дикої природи

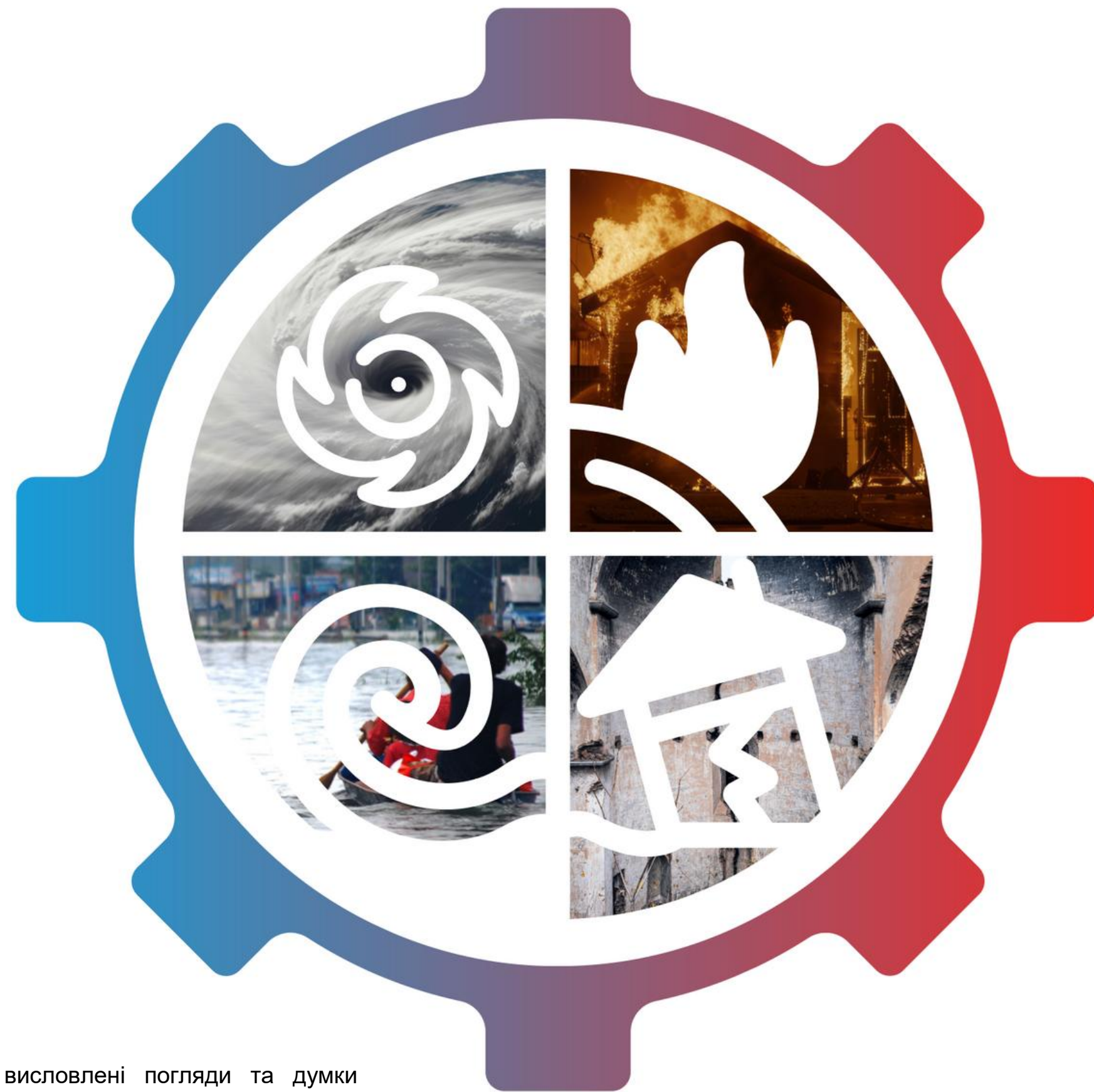
Автор: Neotalentway / Проектне партнерство VETREADY

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 дикій природі», 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 стихійних лих у дикій природі
4. Ключові поняття та термінологія
5. Розуміння важливості
6. Чому цей навчальний модуль важливий
7. Стихійні лиха в розумінні психології жертв стихійних лих у умовах дикої природи
8. Повені
9. Лісові пожежі
10. Шторми та урагани
11. Екстремальний холод
12. Зупиніться та поміркуйте
13. Технологічні та промислові катастрофи в розумінні психології жертв стихійних лих у умовах дикої природи
14. Хімічний розлив
15. Витік газу
16. Збої в інфраструктурі
17. Зупиніться та поміркуйте
18. Біологічні та пов'язані зі здоров'ям катастрофи в розділі «Розуміння психології жертв катастроф у умовах дикої природи»
19. Забруднення харчових продуктів у дикій природі
20. Зоонозні спалахи в умовах дикої природи
21. Невідкладна медична допомога з масовими жертвами в умовах дикої природи
22. Зупиніться та поміркуйте
23. Надихаючі дії та взірці для наслідування
24. 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 біологічних або пов'язаних зі здоров'ям катастроф у дикій природі. Він підходить як для очного, так і для онлайн-заняття, що робить його дуже адаптивним для різних груп учнів.

Приклад застосування:

Після перегляду слайдів про забруднення харчових продуктів, спалахи зоонозів та невідкладні медичні випадки з масовими жертвами, тренер представляє сценарій:

«Ви є частиною туристичної групи у віддаленому гірському районі. Раптом у кількох учасників виникають шлунково-кишкові симптоми після спільного прийому їжі, а інші починають панікувати та хвилюватися, що вони також можуть бути уражені. Медична допомога знаходиться за кілька годин. Що б ви зробили в першу чергу, щоб забезпечити як фізичну безпеку, так і психологічну підтримку?»

Учнів поділяють на невеликі групи (кімнати для роботи онлайн або групові обговорення особисто). Кожна група пропонує негайні дії, враховуючи як медичну допомогу, так і психологічну підтримку.

Після цього групи діляться своїми стратегіями, а тренер проводить обговорення того, чому певні реакції зменшують паніку та сприяють стійкості, пов'язуючи рішення з ключовими концепціями модуля:

- Ізоляція та моніторинг уражених осіб
- Спокійне спілкування та заспокоєння
- Делегування завдань для відновлення контролю та зменшення групової тривожності
- Дотримання режиму та правил гігієни



# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 2: Рольова гра

Учні практикують практичні навички та прийняття рішень у реалістичних сценаріях стихійних лих у дикій природі, поєднуючи фізичне реагування та психологічну підтримку.

Приклад: «Під час походу у деяких туристів розвиваються симптоми, схожі на грип, після контакту з дикими тваринами, а інший отримує незначну травму. Порятунком може зайняти кілька годин». Ролі:

- Лідер: Координує реагування та чітко спілкується
- Медичний працівник: надає першу допомогу та стежить за симптомами
- Психологічна підтримка: заспокоює групу, контролює паніку
- Офіцер з безпеки: забезпечує безпеку на території та організовує постачання

Активність:

- Розіграйте сценарій та приймайте рішення під тиском
- Поміркуйте, які дії зменшили паніку, покращили контроль та підтримали емоційне благополуччя

Результат:

- Інтеграція фізичної безпеки та психологічної підтримки в умовах дикої природи
- Покращуйте комунікативні, лідерські навички та навички управління стресом

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 3: Ведення щоденника керованих рефлексій

Цей метод допомагає учням закріпити знання, пов'язати досвід з ключовими поняттями та поміркувати над прийняттям рішень та управлінням емоціями.

Приклад:

Після симуляції або обговорення сценарію (забруднення харчових продуктів, спалах зоонозного захворювання або масові втрати), тренер допомагає учням поміркувати:

- Що було добре в управлінні фізичними та психологічними ризиками?
- Які дії можна було б покращити?
- Як комунікація та делегування завдань вплинули на груповий стрес?

Активність:

- Обговорення в невеликій групі або з усім класом
- Учні діляться досвідом та отриманими уроками
- Тренер пов'язує рефлексії з концепціями модуля: ізоляція, заспокоєння, підтримка розпорядку дня та спокійне спілкування

Результат:

- Поглиблює розуміння психології стихійних лих у дикій природі
- Закріплює практичні стратегії емоційної підтримки та безпеки
- Заохочує критичне мислення та постійне вдосконалення

# Поради

## Використовуйте реалістичні сценарії

- Наведіть історії або тематичні дослідження реальних інцидентів у дикій природі (наприклад, харчові отруєння, спалахи зоонозів, масові жертви).
- Заохочуйте учнів розігрувати відповіді у ролях, щоб посилити занурення.

### Інтерактивні питання

- Часто зупиняйтеся, щоб поставити навідні запитання: «Що б ви зробили спочатку?» або «Як би ви заспокоїли групу?»
- Сприяти груповим обговоренням та вирішенню проблем між колегами.

### Наочні посібники та карти

- Використовуйте карти стежок, схеми кемпінгу або схеми дикої природи, щоб візуалізувати ризики та безпечні зони.
- Покажіть зображення небезпек (забрудненої їжі, знаків про дику природу, небезпечних споруд) для підтримки реалістичності сценарію.

### Призначення ролей у симуляціях

- Дайте учням конкретні ролі (керівник, медичний працівник, психологічна підтримка, співробітник служби безпеки) під час навчань.
- Зміна ролей дозволяє кожному відчувати прийняття рішень з різних точок зору.

# Стратегії адаптації

## Особисто

- Використовуйте симуляції на свіжому повітрі або в класі, щоб відтворити сценарії дикої природи, що дозволить учням відпрацювати фізичну реакцію та психологічну підтримку.
- Заохочуйте рольові ігри та обговорення в малих групах для сприяння активній участі та взаємонавчанню.
- Використовуйте наочні посібники, такі як карти, схеми небезпек або макетні схеми кемпінгу, для покращення розуміння.
- Дозвольте практичним заняттям з аптечками першої допомоги, захисним спорядженням та сценарними реквізитами закріпити знання через досвід.

## Онлайн

- Використовуйте кімнати для групових обговорень сценаріїв та рольових ігор, щоб підтримувати залученість у віддалених умовах.
- Діліться картами, зображеннями чи відео небезпек у дикій природі, щоб створювати реалістичні сценарії.
- Використовуйте опитування, вікторини та інтерактивні дошки, щоб заохотити участь та оцінити розуміння.
- Сприяти рефлексії через керовані дискусійні форуми або живі обговорення, поєднуючи теорію з практичним прийняттям рішень.
- Включіть записані демонстрації процедур першої допомоги та безпеки для підтримки цифрового навчання через досвід.



# Ключові навички ESCO, що розглядаються 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 «Зупинись та поміркуй» із сценаріями стихійних лих у дикій природі (забруднення харчових продуктів, спалахи зоонозів, надзвичайні ситуації з масовими жертвами).

Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

- Заохочуйте до роздумів про те, як зберігати спокій та зібраність у стресових ситуаціях у віддалених або обмежених ресурсах умовах.
- Сприяти обговоренню стратегій збереження стійкості в умовах невизначеності та затримки доступу до допомоги.

Надайте емоційну підтримку

Практикується: слайди «Обговорення на основі сценаріїв» з рольовою грою, що підтримує членів групи (дітей, людей похилого віку або учасників, що стурбовані) під час кризових ситуацій у дикій природі.

Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

- Навчайте учнів активному слуханню, запевненню та емпатійному спілкуванню.
- Підкресліть вплив емоційної підтримки на безпеку групи та ефективне прийняття рішень

Вміння справлятися з невизначеністю. Практикується на слайдах «Сценарії стихійних лих», що охоплюють непередбачувані надзвичайні ситуації (спалахи зоонозів, раптові захворювання, структурні руйнування в таборах у дикій природі).

Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

- Проведіть роздуми про емоційні реакції та адаптивні стратегії.
- Заохочуйте порівняння різних типів катастроф у дикій природі та їхніх непередбачуваних наслідків.

Приймайте обдумані рішення

Практика після: Слайди, що представляють типи стихійних лих у дикій природі (забруднення харчових продуктів, масові жертви, спалахи зоонозів), де учні розробляють стратегії реагування.

Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

- Сприяти обговоренням, щоб логічно та емпатично обґрунтувати свої дії.
- Заохочуйте враховувати психологічне благополуччя членів групи 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, що розглядалися протягом сесії. Цей тест оцінює збереження знань, розуміння психології жертв стихійних лих у дикій природі та застосування стратегій подолання труднощів у віддалених або обмежених ресурсах умовах.

Додаткові стратегії оцінювання

1. Рейтинг емоційної реакції. Як це працює:

Учні розглядають 3–4 сценарії стихійних лих у дикій природі (наприклад, забруднення харчових продуктів, спалах зоонозної хвороби, раптове захворювання під час походу) та ранжують реакції, які найкраще підтримують психологічне благополуччя групи.

Що це розкриває:

- Здатність розставляти пріоритети в емоційній підтримці, керувати стресом та приймати рішення у віддалених умовах.
- Застосування психологічних принципів та розуміння реакцій жертв у контексті дикої природи.

2. Виклик плану подолання труднощів

Як це працює:

Після перегляду сценарію або відео учні створюють покроковий план для збереження спокою, зменшення тривожності, забезпечення безпеки та заспокоєння членів групи в дикій природі.

Що це розкриває:

- Здатність синтезувати інформацію та застосовувати стратегії стійкості.
- Готовність підтримувати благополуччя групи практичними та емпатичними діями під тиском.

# Додаткові довідкові матеріали

## Академічні статті та журнали

- Мортімер, А. Р. (2023). Психологічна перша допомога при травмах у дикій природі: втручання для членів експедицій або пошуково-рятувальних команд. *Wilderness & Environmental Medicine*, 34(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2023.02.009>
- Мортімер, А. Р. (2010). Реакція психічного здоров'я на гострий стрес після стихійного лиха в дикій природі. *Wilderness & Environmental Medicine*, 21(4), 337–344. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2010.06.011>
- Кім, Е. Й., Лі, Ю. С. та Лі, Х. Дж. (2021). Розробка рекомендацій з надання першої психологічної допомоги для фахівців з питань психічного здоров'я під час катастроф. *Міжнародний журнал екологічних досліджень та громадського здоров'я*, 18(20), 10752. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010752>
- Лі, Ю., Ян, Ю., Пьо, Дж.-Е., Лі, Б., Кім, К., та Чой, Дж.-Х. (2025). Можливість дводенної інтенсивної лісової терапії, що включає практики усвідомленості, для постраждалих від стихійних лих осіб. *Frontiers in Psychology*, 16, 1603924. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1603924>

## Онлайн-навчання та рекомендації

- Національна мережа дитячого травматичного стресу (NCTSN) – Перша психологічна допомога онлайн  
Інтерактивне навчання з надання першої психологічної допомоги в умовах стихійних лих.  
<https://learn.nctsn.org/course/index.php?categoryid=11>

# Джерела

- Мортімер, А. Р. (2023). Психологічна перша допомога при травмах у дикій природі: втручання для членів експедицій або пошуково-рятувальних команд. *Wilderness & Environmental Medicine*, 34(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2023.02.009>
- Мортімер, А. Р. (2010). Реакція психічного здоров'я на гострий стрес після стихійного лиха в дикій природі. *Wilderness & Environmental Medicine*, 21(4), 337–344. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2010.06.011>
- Кім, Е. Й., Лі, Ю. С. та Лі, Х. Дж. (2021). Розробка рекомендацій з надання першої психологічної допомоги для фахівців з питань психічного здоров'я під час катастроф. *Міжнародний журнал екологічних досліджень та громадського здоров'я*, 18(20), 10752. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010752>
- Лі, Ю., Ян, Ю., Пьо, Дж.-Е., Лі, Б., Кім, К., та Чой, Дж.-Х. (2025). Можливість дводенної інтенсивної лісової терапії, що включає практики усвідомленості, для постраждалих від стихійних лих осіб. *Frontiers in Psychology*, 16, 1603924. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1603924>
- Національна мережа дитячого травматичного стресу (NCTSN). (н.д.). Онлайн-тренінг з надання першої психологічної допомоги. Отримано з <https://learn.nctsn.org/course/index.php?categoryid=11>
- Альпіністи. (н.д.). ППА для альпіністів. Отримано з <https://www.mountaineers.org/about/vision-leadership/board-of-directors/committees/branch-leadership-committee/outdoor-leadership-committee/seminars-clinics/psychological-first-aid-for-mountaineers-online-classroom>
- Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ). (2011). Перша психологічна допомога: Посібник для польових працівників. Отримано з <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44615>

# ПАРТНЕРСТВО



<https://ied.eu/>



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



<https://neotalentway.com/>



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



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

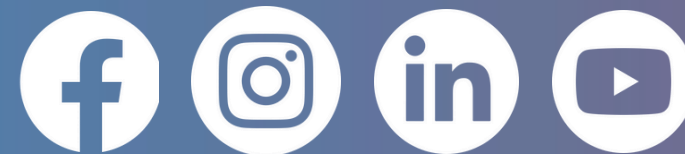


<https://vonhope.is/>



**Навчайтесь з задоволенням з РОЗДІЛОМ 3: ОБІЗНАНІСТЬ ПРО ЛІСОВІ ЛИХА  
ТА ВИЖИВАННЯ В ДИКІЙ ПРИРОДІ,  
НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 17: Розуміння психології жертв стихійних лих у  
умовах дикої природи**

СЛІДКУЙТЕ ЗА  
НАМИ



<https://vetready.eu/>