



# Підтримка викладачів для РОЗДІЛУ 5: ОБІЗНАНІСТЬ ТА РЕАГУВАННЯ НА ЛИХА, ПОВ'ЯЗАНІ З ВОДОЮ

## НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 29: Розуміння психологічного впливу стихійних лих, пов'язаних з водою

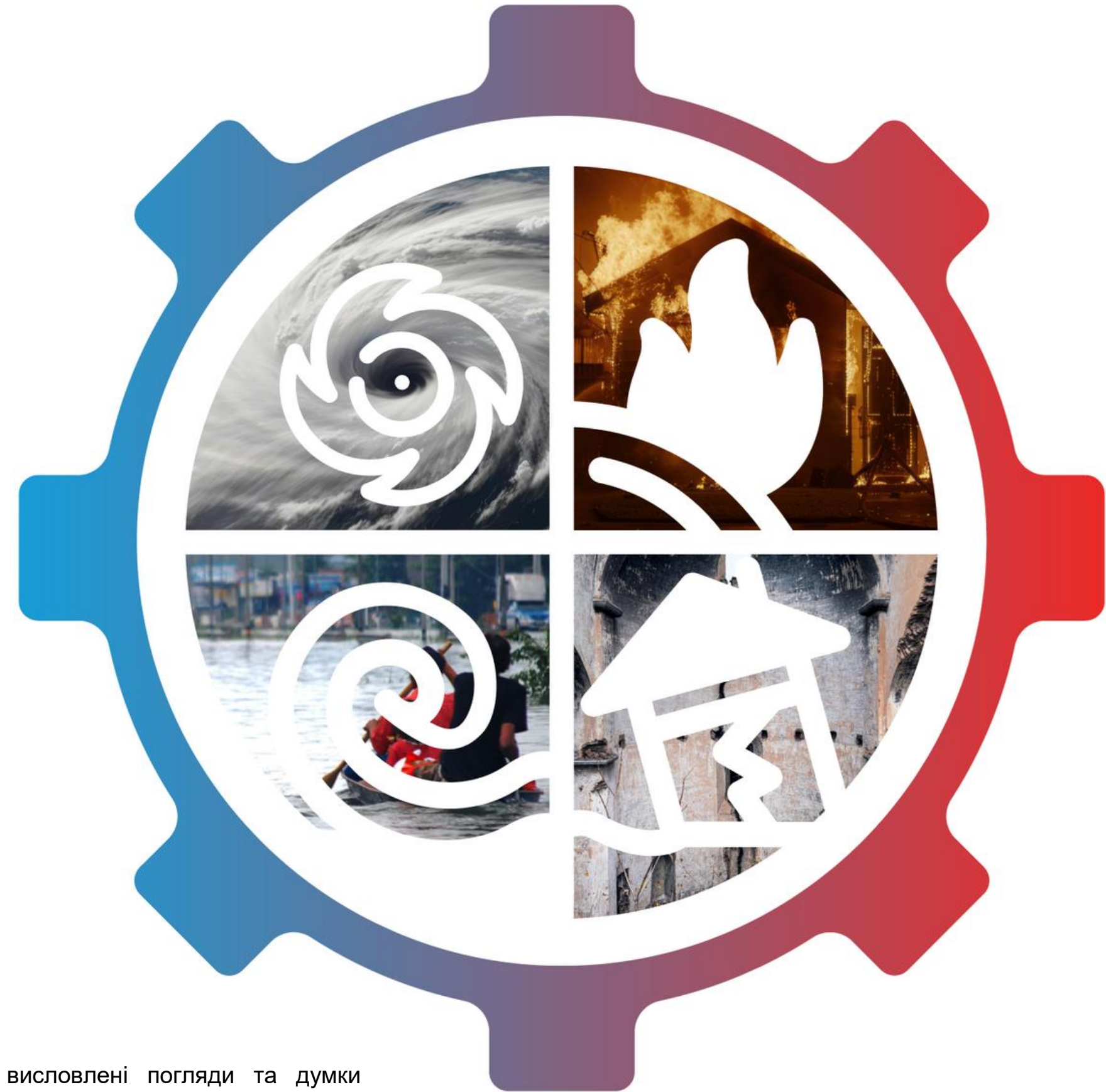
Автор: Neotalentway / Проектне партнерство VETREADY

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.



# Навчальний зміст цього навчального модуля

1. Мета навчального модуля
2. Результати навчального модуля
3. Вступ: Розуміння психологічного впливу стихійних лих, пов'язаних з водою
4. Ключові поняття та термінологія
5. Розуміння важливості
6. Чому цей навчальний модуль важливий
7. Стихійні лиха в розумінні психологічного впливу катастроф, пов'язаних з водою
8. Землетруси
9. Повені
10. Грози та сильні дощі
11. Зупиніться та поміркуйте
12. Технологічні та промислові катастрофи в розумінні психологічного впливу катастроф, пов'язаних з водою
13. Руйнування дамб / Прориви дамб
14. Промислове забруднення води
15. Повені в містах через аварію інфраструктури
16. Зупиніться та поміркуйте
17. Біологічні та медичні катастрофи у розумінні психологічного впливу катастроф, пов'язаних з водою
18. Пандемії чи епідемії
19. Харчові захворювання/забруднення
20. Зупиніться та поміркуйте
21. Надихаючі дії та взірці для наслідування
22. Більше для дослідження
23. Джерела

# Огляд рекомендацій для викладачів

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

Цей Допоміжний файл для викладачів розроблений як супровід навчального модуля «Розуміння психологічного впливу стихійних лих, пов'язаних з водою» та надає індивідуальні методичні та дидактичні рекомендації для підвищення ефективності навчання.

Його мета — допомогти викладачам:

- Зрозумійте конкретні педагогічні цілі цього модуля в рамках розділу «Готовність до стихійних лих у школах та безпечне навчальне середовище».
- Застосовуйте відповідні стратегії та інструменти навчання для залучення вчителів, шкільного персоналу та учнів освітньої спільноти, включаючи учасників професійно-технічної освіти, безперервної професійної освіти та діаспори.
- Впевнено проводити ключові заходи, сприяти рефлексії та підтримувати збереження знань у сценаріях стихійних лих, пов'язаних зі школою.
- Адаптуйте проведення занять до різних форматів (очного, онлайн або змішаного) та враховуйте різноманітні потреби учнів у шкільному середовищі.

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 1: Обговорення на основі сценарію

Цей метод заохочує учнів критично аналізувати ризики евакуації та застосовувати знання до реальних катастрофічних та стресових ситуацій. Він гнучкий як для очного, так і для онлайн-проведення. Обговорення на основі сценаріїв розвивають навички подолання труднощів та прийняття рішень, одночасно нормалізуючи емоційні реакції під час криз.

### Приклад застосування:

- Тренер пропонує сценарій:  
«Неподалік стався хімічний розлив, і громада повинна евакуюватися протягом однієї години. Деякі сім'ї відмовляються їхати. Якому б пріоритету ви надали як лідер?»
- *Учні обговорюють у групах або кімнатах для обговорення.*
- *Стратегії обговорюються з більшою групою, пов'язуючи рішення як з безпекою, так і з психологічним впливом.*

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 2: Моделювання за допомогою цифрових інструментів

Використовуючи VR-гарнітури, 3D-карти або онлайн-симулятори, учні можуть зануритися в сценарій евакуації. Цей метод покращує ситуаційну обізнаність і допомагає візуалізувати динаміку натовпу, шляхи евакуації та емоційний стрес у режимі реального часу.

### Приклад застосування:

- Учасники використовують віртуальну симуляцію евакуації із затопленого міста.
- Вони повинні визначати безпечні шляхи евакуації, надавати пріоритет вразливим верствам населення та швидко приймати рішення.
- Після симуляції тренер проводить сесію підбиття підсумків, обговорюючи реакції на стрес, прийняття рішень під тиском та отримані уроки.

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 3: Ведення щоденника та рефлексія

Рефлексивне письмо допомагає учасникам засвоїти як технічні, так і психологічні аспекти евакуації. Воно сприяє емоційній обробці та особистісному зростанню, що робить його потужним доповненням до більш активних методів навчання.

### Приклад застосування:

- Після рольової гри або симуляції учасники витрачають 10 хвилин на ведення щоденника:  
«Як я почувався під час евакуації? Які думки допомогли мені зберігати спокій? З якими труднощами я зіткнувся, підтримуючи інших?»
- *Волонтери діляться своїми роздумами з групою.*
- *Тренер пов'язує ці роздуми з теорією стресу, стійкості та лідерства в умовах стихійних лих.*

# Поради

## **Використовуйте реальні, зрозумілі випадки катастроф**

Почніть з коротких, наочних прикладів знайомих подій у громаді (наприклад, раптові повені в районах, відключення електроенергії під час штормів, незначний розлив хімічних речовин поблизу будинків або забруднення харчових продуктів на місцевому заході). Це зробить тему зрозумілою та допоможе учням пов'язати теорію із ситуаціями, з якими вони можуть реально зіткнутися.

## **Сприяти інклюзивному та спільному обговоренню**

Спочатку використовуйте доступну мову, уникаючи жаргону. Заохочуйте групову роботу в невеликих командах та дозволяйте учням ділитися досвідом з власного культурного чи географічного контексту. По можливості надавайте багатомовні ключові терміни (наприклад, «евакуація», «укриття», «забруднення»), щоб забезпечити ясність у різних групах учнів.

## **Створіть психологічно безпечне навчальне середовище**

Уникайте формулювання обговорень як помилок чи звинувачень (наприклад, «Чому сім'я не пішла раніше?»). Натомість ставте підтримуючі, відкриті запитання, такі як: «Які варіанти були доступні в цьому сценарії?» або «Як стрес може вплинути на дії сім'ї?»

## **Баланс практичних навичок з емоційною усвідомленістю**

Поєднуйте конкретні знання (наприклад, карти евакуації, комплекти для виживання, контрольні списки стресових ситуацій) з роздумами про людські емоції під час криз (наприклад, «Що можуть відчувати діти під час евакуації вночі?»). Цей подвійний фокус зміцнює як технічну компетентність, так і емпатію.

## **Заохочуйте активну участь за допомогою різних методів**

Чергуйте обговорення, швидкі опитування, практичні демонстрації (наприклад, складання «сумки для перенесення») та рефлексивні вправи. Таке різноманіття підтримує увагу та гарантує, що учні з різними стилями (аналітичним, практичним, емоційним) залишатимуться залученими.

# Стратегії адаптації

## Очне проведення

Учні по черзі переглядають сценарії, що імітують ситуації з катастрофами, пов'язаними з водою, наприклад:

- Студент виявляє паніку після того, як його будинок затопило.
- Вчитель висловлює почуття провини за те, що не запобіг стражданню учнів під час навчань з евакуації.
- Працівник відчуває безнадію після того, як побачив, як сильні шторми пошкодили дитячі майданчики та класні кімнати.

Вчителі об'єднуються в пари або невеликі групи для обговорення можливих емоційних реакцій (страх, почуття провини, безпорадність, розгубленість, замкнутість) та відпрацьовують підтримуючі методи, такі як активне слухання, емоційне підтвердження, техніки заземлення та спокійне заспокоєння.

Викладач сприяє рефлексії за допомогою таких підказок, як:

- *«Які емоції може відчувати ця людина в цей момент?»*
- *«Яка підтримуюча реакція може найефективніше зменшити дистрес?»*
- *«Як вчителі можуть зберігати спокій, допомагаючи учням?»*

## Онлайн-заняття

Учні переглядають короткі відео або читають віньєтки з конкретних випадків, що ілюструють психологічні реакції у сценаріях стихійних лих, наприклад:

- Студент відмовився спати вночі після того, як повінь пошкодила їхній будинок.
- Вчитель відчуває себе приголомшеним після того, як впорався з панікою в класі під час шторму.
- Співробітник виявляє тривогу, коли оголошують попередження про грозу.

Після кожної віньєтки/відео учні переходять до кімнат для обговорення:

- *«Які ознаки емоційного стресу очевидні?»*
- *«Як ви, як вчитель, могли б забезпечити негайний комфорт і безпеку?»*
- *«Які стратегії допомогли б відновити рутину та емоційну стабільність?»*

Групи повертаються на пленарне засідання для обміну думками та отримання зворотного зв'язку від викладачів, зосереджуючись на принципах психологічної першої допомоги, орієнтованій на жертву, та їх практичному застосуванні в класі.

Необхідні інструменти: Zoom або Teams + кімнати для групових обговорень, спільний доступ до екрана, дошки для спільної роботи (Padlet, Miro або Jamboard) для відстеження спостережуваних реакцій та підтримуючих стратегій, слайди з керівними питаннями.

# 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.

**Збереження стійкості.** Практикується на слайдах «Зупиніться та поміркуйте», що зображують сценарії стихійних лих, пов'язаних з водою (наприклад, раптове затоплення класу після сильної дощу, евакуація під час шторму або порушення роботи системи водопостачання).

**Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:**

- Заохочення учнів до роздумів про те, як зберігати спокій та зібраність, коли водні катастрофи раптово порушують розпорядок дня.
- Сприяння обговоренню стратегій підтримки стійкості в умовах невизначеності (наприклад, втрата безпечних просторів, пошкодження майна або порушення графіків).

**Надайте емоційну підтримку**

Практикується: слайди «Обговорення на основі сценаріїв», де учні розігрують ролі підтримки однолітків або членів громади під час криз, пов'язаних з водою (наприклад, заспокоєння дітей під час евакуації під час повені, втішення однолітків після шторму або заспокоєння, коли водопостачання небезпечне).

**Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:**

- Спрямовування учнів на практику активного слухання, комфорту та емпатійного спілкування.
- Підкреслення важливості емоційної підтримки для зменшення паніки та забезпечення безпеки групи під час повеней або забруднення води.

**Практика подолання невизначеності:** слайди «Сценарії стихійних лих», що охоплюють непередбачувані надзвичайні ситуації, пов'язані з водою (наприклад, раптові повені, екстремальні шторми або забруднення питної води).

**Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:**

- Проведення групових рефлексій щодо емоційного стресу, спричиненого раптовими, неконтрольованими подіями на воді.

Заохочення учнів до порівняння різних стихійних лих, пов'язаних з водою (наприклад, повінь проти забруднення), та обговорення того, як непередбачуваність впливає на емоції та прийняття рішень.

**Приймайте обдумані рішення**

Практично після: слайди, що представляють конкретні сценарії водних катастроф (наприклад, рішення про те, чи евакуюватися під час повені, як реагувати на штормові попередження або чи безпечна вода для пиття).

**Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:**

- Проведення керованих групових обговорень, де учні обґрунтовують обрані заходи безпеки, враховуючи психологічне благополуччя себе та інших.
- Сприяння прийняттю рішень, які враховують фізичну безпеку, емоційну підтримку та стійкість під час та після стихійних лих, пов'язаних з водою.

# Підтримка оцінювання – Як перевірити прогрес учня

В кінці цього навчального модуля слухачі пройдуть тест із 10 запитань з вибором однієї правильної відповіді, розроблений для оцінки їхнього розуміння психологічного впливу стихійних лих, пов'язаних з водою, та стратегій подолання цих наслідків.

## Додаткові стратегії оцінювання

### 1. Рейтинг емоційної реакції. Як це працює:

Учням пропонують 3–4 коротких сценарії стихійних лих, пов'язаних з водою (наприклад, раптове затоплення класу, сильна гроза, що змушує учня залишатися в укритті, прорив водопроводу, що перериває уроки, або забруднення питної води). Вони ранжують, яка з дій найкраще сприятиме психологічному благополуччю постраждалих.

### Що це розкриває:

- Демонструє здатність учнів визначати пріоритети емоційної підтримки, управління стресом та підвищення стійкості в ситуаціях стихійних лих, пов'язаних з водою.
- Показує, наскільки добре вони можуть застосовувати психологічні принципи в умовах невизначеності та збоїв, спричинених надзвичайними ситуаціями на воді.

### 2. Виклик плану подолання труднощів. Як це працює:

Після короткого відео або презентації сценарію (наприклад, раптове затоплення, що змушує евакуювати учнів, тривала спека, що порушує розпорядок дня, або тривога учнів під час штормового попередження) учні створюють покроковий план подолання труднощів для окремих осіб або груп. Це включає дії для збереження спокою, зменшення тривоги та забезпечення фізичної та емоційної безпеки.

### Що це розкриває:

- Оцінює здатність учнів синтезувати знання та перетворювати їх на практичні стратегії подолання труднощів.
- Оцінює, наскільки добре учні передбачають емоційні потреби (страх, безпорадність, розгубленість) та застосовують принципи першої психологічної допомоги під час катастроф, пов'язаних з водою.
- Підсилює такі навички, як стійкість, емпатія та чітке прийняття рішень.

# Додаткові довідкові матеріали

**ВООЗ – Керівництво щодо запобігання утопленню**

Посилання: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240030008>

**«Запобігання утопленню: посібник із впровадження» – ВООЗ / IRIS**

Посилання: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/255196/9789241511933-eng.pdf> iris.who.int

**Розробка планів безпеки на воді за участю шкіл (Посібник для вчителів та учнів)**

Посилання: <https://www.susana.org/knowledge-hub/resources?id=767> susana.org

**Питна вода, санітарія та гігієна в школах – Звіт ЮНІСЕФ / JMP WASH у школах**

Посилання: <https://www.unicef.org/media/47671/file/JMP-WASH-in-Schools-ENG.pdf> ЮНІСЕФ

**Утоплення – Інформаційний бюлетень ВООЗ**

Посилання: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/drowning> Organización Mundial de la Salud

**Керівні принципи ЄС щодо безпечної питної води та санітарії**

Посилання: [https://www.eeas.europa.eu/sites/default/files/hr\\_guidelines\\_sanitation\\_en.pdf](https://www.eeas.europa.eu/sites/default/files/hr_guidelines_sanitation_en.pdf) Servicio Europeo de Acción Exterior

# Джерела

- Всесвітня організація охорони здоров'я. (2017). Запобігання утопленню: посібник з впровадження. ВООЗ. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/255196/9789241511933-eng.pdf>
- Всесвітня організація охорони здоров'я. (2021). Керівництво щодо запобігання утопленню. ВООЗ. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240030008>
- Всесвітня організація охорони здоров'я. (2023). Утоплення: ключові факти. ВООЗ. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/drowning>
- Спільна програма моніторингу ЮНІСЕФ та ВООЗ. (2020). Питна вода, санітарія та гігієна в школах: Глобальний базовий звіт 2020. ЮНІСЕФ. <https://www.unicef.org/media/47671/file/JMP-WASH-in-Schools-ENG.pdf>
- SuSanA. (2009). Розробка планів безпеки водопостачання за участю шкіл: посібник для вчителів та учнів. Альянс сталої санітарії. <https://www.susana.org/knowledge-hub/resources?id=767>
- Європейська служба зовнішніх дій. (2019). Керівні принципи ЄС щодо прав людини щодо безпечної питної води та санітарії. Європейська служба зовнішніх дій. [https://www.eeas.europa.eu/sites/default/files/hr\\_guidelines\\_sanitation\\_en.pdf](https://www.eeas.europa.eu/sites/default/files/hr_guidelines_sanitation_en.pdf)

# 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/>

Розважайтеся з VET-READY

## РОЗДІЛ 5: ОБІЗНАНІСТЬ ТА РЕАГУВАННЯ НА ЛИХА, ПОВ'ЯЗАНІ З ВОДОЮ

НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 29: Розуміння психологічного впливу стихійних лих, пов'язаних з водою

СЛІДКУЙТЕ ЗА  
НАМИ



<https://vetready.eu/>