

NEW FUTURE

МЕТОДОЛОГИЯ И ДЕФИНИЦИЯ НА НАРЪЧНИКА



Co-funded by
the European Union



Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора(ите) и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). Нито Европейският съюз, нито EACEA могат да бъдат държани отговорни за тях.

Съдържание:

1. Въведение.....	3
1.1 Обхват на проекта	3
1.2 Цел на документа	3
1.3. Профил на учителя	3
2. Преглед на програмата за обучение	3
2.1 Структура на курса	3
2.2 Структура на учебните модули	4
2.3 Методи на преподаване	7
2.4. План на урока и методика на преподаване, специфични за модула ..	7
3. Оценка и сертифициране	27



1. Въведение

1.1 Обхват на проекта

Проектът NewFuture има за цел да подобри психичното благополучие на бежанците, като предостави на професионалистите в областта на ПОО уменията и знанията, необходими за ефективна подкрепа на бежанците. Фокусът е върху справянето с психологическите и културни предизвикателства, пред които са изправени бежанците при интегрирането им в нови пазари на труда и социална среда.

1.2 Цел на документа

Този документ очертава обучителната методология на сесиите "Обучение на обучители", както и за местни пилотни сесии, които ще бъдат проведени, за да се подготвят специалистите в областта на ПОО за прилагане на учебната програма NewFuture. Той описва модулите за обучение, резултатите от обучението и процеса на оценяване и сертифициране.

1.3. Профил на учителя

Обучителите трябва да имат опит в психологията, социалната работа или образованието, с допълнително обучение по културна компетентност, грижи, информирани за травмата, и процеси на интеграция на бежанци.

2. Преглед на програмата за обучение

2.1 Структура на курса

- Обучението ще бъде модулно, като всеки модул ще бъде насочен към специфични компетенции, свързани с психичното благополучие и културната чувствителност
- Модулите са организирани от основни теми до теми за напреднали, което позволява на обучителите да надграждат знанията си, докато напредват в курса.
- Всеки модул ще комбинира теоретични знания с практически упражнения, като гарантира, че обучителите могат да прилагат



обучението в реални условия, което е от решаващо значение за справяне със сложните сценарии, с които често се сблъскват при работа с бежанци.

- Всеки модул е проектиран да бъде мащабируем, да се адаптира към различни размери на групите и към различни учебни среди, от индивидуално самостоятелно обучение до големи групови семинари.

Обща продължителност	42 часа
Обучителни модули	10
Продължителност на всеки модул	4 часа
Обща обратна връзка и обобщаващи сесии	2 часа

2.2 Структура на обучителните модули

Модул 1: Разбиране за травма и устойчивост	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: Mindshift • Резултати от обучението: Разбиране за въздействието на травмата, разпознаване признаците на травма, разбиране на факторите на устойчивост, развиване на съпричастност към преживелите травма.
Модул 2: Културна чувствителност и културна компетентност	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: Gewerkstatt • Резултати от обучението: Повишаване на културната осведоменост и чувствителност, разбиране на културните влияния върху психичното здраве, изграждане на межкултурни комуникационни умения.

Модул 3: Разбиране за преживяванията на бежанците	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: Gewerkstatt • Резултати от обучението: Изследване на предизвикателствата, пред които са изправени бежанците, справяне със стреса от разселване и акултурация, насърчаване на емпатия към преживяванията на бежанците.
Модул 4: Психологическа първа помощ	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: Gewerkstatt • Резултати от обучението: Разбиране на принципите за предоставяне на незабавна психологическа подкрепа при кризи, насърчаване на психичното здраве по време на извънредни ситуации, изграждане на стратегии за управление на стреса.
Модул 5: Грижа, информирана за травмата и техники на преподаване	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: RCF • Резултати от обучението: Прилагане на практики на преподаване, основани на травмата, създаване на чувствителна към травмата учебна среда, прилагане на когнитивно-поведенчески подходи, подкрепа на бежанците, съобразени с техните цели.
Модул 6: Интеграция и социално включване на бежанци в обучителни сесии	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: BEST • Резултати от обучението: Насърчаване на социалната интеграция и приобщаване на бежанците, подкрепа на бежанците в изграждането на връзки в общността, насърчаване на подкрепяща среда.
Модул 7: Интервенции, базирани на общността	• Продължителност: 4 часа • Отговорен партньор: Mindshift

	Резултати от обучението: Изследване на ролята на подкрепата на общността за психичното благополучие, ангажиране на ресурси на общността в подкрепа на психичното здраве, насърчаване на сътрудничеството между професионалистите в областта на ПОО и обществените организации.
Модул 8: Грижа за себе си за професионалисти	- Продължителност: 4 часа - Отговорен партньор: BEST - Резултати от обучението: Разработване на стратегии за грижа за себе си, предотвратяване на прегаряне и умора от състрадание, подобряване на личното и професионалното благополучие.
Модул 9: Правни и етични съображения	- Продължителност: 4 часа - Отговорен партньор: RCF - Резултати от обучението: Разбиране на правните и етичните отговорности, свързани с подкрепата за психичното здраве, придържане към професионалните стандарти, защита на правата на бежанците.
Модул 10: Насочване към здравни специалисти	- Продължителност: 4 часа - Отговорен партньор: Всички партньори - Резултати от обучението: Определяне кога да се насочват бежанците към сертифицирани здравни специалисти, сътрудничество с експерти по психично здраве, разработване на културно чувствителни подходи за насочване.
Обратна връзка и обобщаващи сесии	- Продължителност: 2 часа - Дейности: Размишление върху опита от обучението, консолидиране на обучението, обсъждане на стратегии за изпълнение и

	събиране на обратна връзка за бъдещи подобрения.
--	--

2.3 Методи на преподаване

- За да се увеличи максимално ангажираността и задържането на вниманието, ще се използват интерактивни методи като симулации, групови дискусии и ролеви игри. Тези методи са предназначени да подобрят емпатията и разбирането сред обучаемите.
- Когато е целесъобразно, в обучението ще бъдат интегрирани дигитални инструменти, като например анимирани видеоклипове, както и мултимедия.

2.4. План на урока и методика на преподаване, специфични за модула

План за Модул 1: Разбиране за травма и устойчивост при бежанци	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Разбиране за травма при бежанците Продължителност: 45 минути	Съдържание: - Преглед на травмата при бежанците, причините и отключващите фактори (конфликт, разселване, разделяне на семейството). - Психологически последици от травмата (посттравматично стресово разстройство, депресия, тревожност, разстройства на адаптацията) при обучаеми бежанци. Дейност - Презентация за травмата при бежанците, по време на която участниците се ангажират с казуси и медийни ресурси, за да разберат различните прояви на травмата (Дейност 1 от



	инструментариума). - Групова дискусия и размисъл върху реалните преживявания на бежанците и тяхното въздействие върху ученето и поведението.
Сесия 2: Устойчивост и стратегии за справяне Продължителност: 1 час	Съдържание - Изследване на концепцията за устойчивост и как тя се развива при учащи бежанци, изправени пред травма. - Практически стратегии за справяне, включително социална подкрепа, интервенции за психично здраве и културни практики, които насърчават устойчивостта. Дейност - Разказване на истории и дискусия, при които участниците споделят или разиграват ролеви истории за устойчивост при бежанците (Дейност 3 от инструментариума). - Групова дискусия за начините за изграждане на устойчивост чрез подкрепа на общността и ангажираност от хора със сходни преживявания.
Сесия 3: Активно слушане и емпатия Продължителност: 1 час	Съдържание - Значението на активното слушане и емпатията в обучението, информирано за травмата. - Техники за използване на вербална и невербална комуникация за предлагане на емоционална подкрепа на обучаваните бежанци. Дейност - Ролеви сценарии, при които участниците практикуват активно слушане и емпатия, използвайки вдъхновени от реалния живот сценарии (Дейност 2). Редуват се да оказват подкрепа на бежанец в беда, практикувайки емпатия и невербална комуникация.
Сесия 4: Изграждане на чувствителна към	Съдържание - Стратегии за създаване на чувствителна към

травма и устойчива учебна среда Продължителност: 1 час	травма и фокусирана върху устойчивостта среда в ПОО. - Ролята на професионалистите в областта на ПОО за насърчаване на емоционалната стабилност и подкрепата за обучаваните бежанци. Дейност: - Групов арт проект, при който участниците създават колективно произведение на изкуството, представящо устойчивост и възстановяване, използвайки символи като дърво или феникс (Дейност 2). Тази дейност насърчава творческия размисъл върху травмата и възстановяването.
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключови понятия (травма, устойчивост и емпатия). - Дискусия относно прилагането на стратегии, информирани за травмата, в професионална среда.

План за Модул 2: Културна чувствителност и културна компетентност	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Културни норми и ценности на бежанците 45 минути	Съдържание - Изследване на разнообразни културни норми и ценности на бежанските групи. - Влияние на културната идентичност върху социалното и образователното поведение. Дейност - Културна викторина, тестваща знанията за културните практики на бежанците (Дейност 1). Дискусия, отразяваща как културните норми оформят взаимодействията в класната стая.
Сесия 2: Изграждане на межкултурни комуникационни	Съдържание - Стиллове на комуникация с висок контекст срещу нисък контекст. - Преодоляване на



умения 1 час	езиковите бариери. - Развиване на емпатия и умения за активно слушане. Дейност - Ролеви сценарии, при които участниците разиграват комуникационни сблъсъци поради културни различия - Групова дискусия за анализ на сценарии за ролеви игри и обсъждане на алтернативни комуникационни стратегии.
Сесия 3: Зачитане на многообразието в подкрепата на психично здраве 1 час	Съдържание - Проучете как културните вярвания влияят върху възприятията за психично здраве. - Справяне със стигмата на психичното здраве в бежанските общности. Дейност - Казус, при който специалистите анализират реалните предизвикателства за психичното здраве, пред които са изправени бежанците. - Брейнсторминг върху културно чувствителни стратегии за подкрепа на психичното здраве.
Сесия 4: Създаване на приобщаваща учебна среда 1 час	Съдържание - Стратегии за създаване на приобщаващи класни стаи. - Включване на мултикултурни учебни програми. - Подкрепа на учащи бежанци чрез менторство и езикова подкрепа. Дейност: - Участниците разработват планове за действие за създаване на приобщаваща учебна среда. - Участниците споделят и обсъждат своите планове за действие и изпълнение.
Закриване и оценяване 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключови моменти. - Дискусия

	за това как да се прилагат стратегии в професионален контекст. Дейност - Бърз тест за оценка на културните норми, комуникационни техники и подкрепа за психичното здраве. - Отворена обратна връзка и въпроси и отговори.
--	---

План за Модул 3: Разбиране на преживяванията на бежанците	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Изследване на предизвикателствата на бежанците Продължителност: 45 минути	Съдържание – Преглед на предизвикателствата, пред които са изправени бежанците, включително разселване, загуба и стрес от акултурацията. - Емоционално, социално и икономическо въздействие на тези предизвикателства върху обучаващите се бежанци. Дейност - Уъркшоп за културни перспективи и позициониране, чрез който участниците правят ролеви игри с различни профили на бежанци, за да разберат различни обществени и културни позиции (Дейност 1 от инструментариума).
Сесия 2: Разпознаване на акултурационния стрес Продължителност: 1 час	Съдържание - Въздействие на акултурационния стрес върху адаптацията и благополучието на обучаващите се бежанци. - Баланс между запазването на културата и адаптацията чрез теорията на културното сливане

	Дейност - Обмен на културни артефакти, при който участниците носят културни артефакти, за да обсъдят как културните практики влияят върху интеграцията на бежанците (Дейност 2).
Сесия 3: Справяне с травмата при обучаващи се бежанци Продължителност: 1 час	Съдържание: - Разбиране на специфичните за травмата преживявания на бежанците и техните прояви в поведението и ученето. - Ефектът на травмата върху ученето и преживяванията на бежанците. Дейност - Прожекция на анимираното видео за травмата, разработено от NewFuture, последвано от групова дискусия за стратегии за подкрепа на травмирани учащи. (Дейност 3).
Сесия 4: Изграждане на подкрепяща и приобщаваща учебна среда Продължителност: 1 час	Съдържание - Стратегии за създаване на културно приобщаваща и чувствителна към травмата учебна среда. - Ролята на емпатията в насърчаването на подкрепяща учебна среда. Дейност - Упражнение за изграждане на сценарии, при което участниците разработват сложни сценарии, при които учащите бежанци се сблъскват с предизвикателства в ПОО, създавайки стратегии за справяне с тези предизвикателства
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключовите точки, обхванати по време на сесията. - Дискусия за това как да се прилагат стратегии в професионален контекст.

	Дейност - Участниците обсъждат как могат да приложат научените стратегии, като се фокусират върху емпатията и културната чувствителност
--	---

Учебен план за Модул 4: Психологическа първа помощ	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Въведение в психологическата първа помощ (ППП) Продължителност: 1 час	Съдържание - Въведение в концепцията за ППП и нейното значение в професионалното образование. - Ключови принципи на ППП: безопасност, спокойствие, свързаност, ефикасност и надежда. Дейност - Групова дискусия относно погрешните схващания за ППП, при която авторите споделят своя опит и изясняват недоразуменията относно ППП.
Сесия 2: Разпознаване на признаци на тревога Продължителност: 1 час	Съдържание - Разбиране на емоционалните, когнитивните и поведенческите признаци на тревога при бежанците. - Културна и езикова чувствителност при идентифициране на тревогата. Упражнение - Викторина, базирана на сценарии (Дейност 1), при която участниците отговарят на въпроси с избираем отговор въз основа на практически ситуации, като се фокусират върху емпатичното слушане, културната чувствителност и невербалната комуникация.

Сесия 3: Комуникационни умения и емпатия в ППП Продължителност: 1 час	Съдържание - Техники за емпатично слушане и ефективна комуникация при кризи. - Разбиране и прилагане на невербални комуникационни стратегии. Упражнение - Сценарии за ролеви игри (Дейност 3), при които участниците практикуват техники за комуникация на ППП, като се фокусират върху културната чувствителност, езика на тялото и вербалната комуникация при симулирани кризи.
Сесия 4: Изграждане на сценарий за прилагане на ППП Продължителност: 1 час	Съдържание - Разработване на практически стратегии за ППП при сценарии от реалния свят, включващи бежанци в учебна среда. Дейност - Изграждане на сценарии (Дейност 2), при която участниците работят в групи за разработване на сложни сценарии за ППП въз основа на реални ситуации, свързани с езикови бариери и културни несъответствия. След това те обмислят и обсъждат подходящи стратегии за ППП, за да отговорят на емоционалните и психологическите нужди на обучаемите.
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключовите понятия, обхванати в модула. Дейност - Размисъл чрез изкуство (Дейност 3), при който участниците изразяват разбирането си за принципите на ППП чрез артистични представяния, последвани от групови дискусии за това как ще прилагат тези концепции в своята професионална среда.

Учебен план за Модул 5: Грижи, информирани за травмата и техники на преподаване	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Представяне на невробиологията на травмата Продължителност: 45 минути	Съдържание - Преглед на това как травмата влияе върху когнитивното и емоционалното функциониране чрез невробиологията. - Разбиране на ключови мозъчни структури, участващи в реакциите на травма: амигдала, хипокампус и префронтален кортекс. Дейност - Реакцията на мозъка към травмата , при която участниците обсъждат как травмата влияе върху ученето, паметта и вземането на решения. - Сесия с въпроси и отговори за изясняване на невробиологичните аспекти на травмата (Дейност 1)
Сесия 2: Създаване на безопасност и изграждане на доверие в учебната среда Продължителност: 1 час	Съдържание - Ключови стратегии за насърчаване на безопасността и доверието в чувствителна към травма учебна среда. - Разбиране на културната чувствителност и установяване на предвидими рутини, за да се гарантира емоционална безопасност за учащите. Дейност - Упражнение, базирано на сценарии, насочено към безопасността и доверието , при което участниците работят със сценарии, които изобразяват предизвикателствата, свързани с изграждането на доверие с бежанци, и

	обсъждат как да ги разрешат с помощта на практики, информирани за травмата (Дейност 2)
Сесия 3: Когнитивни и арт техники за подкрепа на бежанци Продължителност: 1 час	Съдържание - Въведение в когнитивно-поведенческите подходи и как арт терапията подпомага емоционалното изцеление. - Техники като оцветяване на мандала и арт терапия, базирана на движение, за емоционално изразяване и възстановяване от травма. Дейност - Оцветяване на мандала и арт терапия, базирана на движение, при която участниците се изразяват чрез изкуство, избирайки между оцветяване на мандала или рисуване, базирано на движение, за да изследват емоциите и да развият умения за справяне. - Те разсъждават върху преживяванията в групово дискусия (Дейност 3)
Сесия 4: Изграждане на чувствителна към травма учебна среда Продължителност: 1 час	Съдържание - Проектиране на чувствителни към травма учебни пространства, които отговарят на емоционалните и физическите нужди на обучаващите се бежанци. - Практически съображения, като оформление на стаята, осветление и управление на шума, за намаляване на повишената чувствителност и създаване на спокойна учебна атмосфера. Дейност - Участниците си сътрудничат, за да преработят собствената си учебна среда, за да бъде чувствителна към травма, като вземат предвид аспекти като подредба на местата, контрол на шума и настройки на осветлението.

	- Те създават планове, за да направят своите пространства за обучение по-подкрепящи (Дейност 4)
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на принципите за грижа, информирана за травмата. - Обсъждане на това как да се прилагат чувствителни към травмата техники на преподаване в ежедневноната практика. Дейност - Участниците размишляват върху опита си по време на модула и обсъждат как планират да приложат научените стратегии.

Учебен план за Модул 6: Интеграция и социално включване на бежанци в учебителни сесии

Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Разбиране на разпознаването на бежанци Продължителност: 45 минути	Съдържание - Дефиниране на "бежанец" в контекста на професионалното образование. - Значението на дефиницията и как тя влияе върху груповата динамика, доверието и професионалната идентичност. Дейност - Участниците размишляват върху възприятието си за бежанците чрез упражнение за асоцииране на изображения, последвано от групови дискусии, за да разкрият лични пристрастия и предположения за бежанците. (Дейност 1)
Сесия 2: Справяне с културните	Съдържание - Въздействие на културните различия в обучението



различия и изграждане на емпатия Продължителност: 1 час	и стратегиите за справяне с тях. - Развиване на емпатия и културна чувствителност за приобщаващо преподаване. Дейност - Участниците размишляват върху емоционални преживявания, подобни на тези, пред които са изправени бежанците, обсъждайки семейната си история и личната си устойчивост, за да изградят емпатия и осъзнатост. (Дейност 2)
Сесия 3: Създаване на приветлива и подкрепяща среда Продължителност: 1 час	Съдържание: - Стратегии за създаване на културно чувствителна, информирана за травмата и приветлива среда за бежанците в професионалното обучение. Дейност Контролен списък за гостоприемна среда, чрез който участниците преглеждат и адаптират контролен списък за приветлива среда, за културна чувствителност, уместност и практическа приложимост. (Дейност 3)
Сесия 4: Изграждане на връзки в общността и работа в мрежа Продължителност: 1 час	Съдържание - Стратегии за насърчаване на връзките в общността, за интеграция на бежанци чрез сътрудничество, работа в мрежа и менторство. Дейност - Карта на времевата линия на житейското пътуване , чрез която участниците създават визуални карти на времевата линия на своите житейски пътувания, размишлявайки върху важни моменти, предизвикателства и вътрешни силни страни. Това упражнение насърчава личностното израстване, самосъзнанието и подкрепата от хора с подобни преживявания, като същевременно изследва кариерата и личностното развитие (Дейност 4)

Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание: - Обобщение на ключовите точки, обхванати по време на сесията. - Дискусия за това как да се прилагат стратегии в професионален контекст. Дейност - Участниците размишляват върху своите карти на времевата линия и споделят прозрения за това как ще прилагат тези стратегии в професионалните си роли. Концепции.
--	---

Учебен план за Модул 7: Интервенции, базирани на общността	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и активност
Сесия 1: Разбиране на интервенциите, базирани на общността Продължителност: 45 минути	Съдържание - Определение и значение на интервенциите, базирани на общността за подпомагане на психичното благополучие на бежанците. - Ключови компоненти на успешните интервенции (напр. консултиране, мрежи за социална подкрепа, групи за подкрепа на връстници). Дейност - Презентация, обобщаваща концепцията и значението на интервенциите в общността за възстановяването на бежанците (Дейност 1, Стъпка 1). - Истории от реалния живот, при които участниците преглеждат истории за успешни интервенции, последвани от групова дискусия за тяхното въздействие (Дейност 1, Стъпка 2).



	- Групова дискусия, размишляваща върху това как тези интервенции могат да бъдат приложени в ПОО (Дейност 1, Стъпка 3).
Сесия 2: Идентифициране на ключови компоненти на успешните интервенции, базирани на общността Продължителност: 1 час	Съдържание - Изследване на основните компоненти, които допринасят за успешни интервенции в общността. - Сътрудничество със заинтересованите страни, оценка на нуждите, картографиране на ресурсите и културна чувствителност. Дейност - Индивидуален размисъл, при който участниците размишляват върху интервенции, базирани на общността, с които са запознати, като използват работен лист за изследване на ключови компоненти (Дейност 2, Стъпка 1). - В малки групи участниците очертават ресурсите на местната общност, които биха могли да подкрепят обучаващи се бежанци (Дейност 2, Стъпка 2).
Сесия 3: Сценарии за сътрудничество с обществени организации Продължителност: 1 час	Съдържание: - Разбиране на предизвикателствата и ползите от сътрудничеството с обществени организации в подкрепа на благосъстоянието на бежанците. - Значението на устойчивите партньорства за дългосрочен успех. Дейност: Упражнение, базирано на сценарии, при което участниците се разделят на групи и им се представят реални сценарии за сътрудничество (напр. създаване на програми за наставничество, изложения на здравето, семинари за професионално обучение). Те трябва да идентифицират ресурси на общността и партньори, с които

	да си сътрудничат за всеки сценарий (Дейност 2, Стъпка 3).
Сесия 4: Проектиране и прилагане на интервенции, базирани на общността Продължителност: 1 час	Съдържание - Рамка стъпка по стъпка за проектиране, прилагане и оценка на интервенции, базирани на общността. - Значението на подходите за участие, включващи бежанците в процесите на вземане на решения. Дейност - Участниците прилагат рамката стъпка по стъпка за разработване на план за интервенция в общността за възстановяване на бежанци, като вземат предвид нуждите на професионалното и психичното здраве (Дейност 3, Стъпка 2). - Групов размисъл върху значението на подходите на участие, като участниците споделят предизвикателства и решения (Дейност 3, Стъпка 3).
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключовите точки, обхванати по време на сесията. - Дискусия за това как да се прилагат стратегии в професионален контекст на ПОО. Дейност - Участниците споделят как ще прилагат научените стратегии, като се фокусират върху сътрудничеството с обществени организации, последвано от бърз тест за оценка на разбирането на ключови концепции.

План на урока за Модул 8: Грижа за себе си за професионалисти	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Лично-професионална мотивация Продължителност: 45 минути	Съдържание - Изследване на мотивацията зад работата като учител в образованието за възрастни с бежанци. - Разбиране как лично-професионалната идентичност влияе върху грижата за себе си. Дейност - Лично-професионална мотивация – Визия борд , чрез който участниците разсъждават върху мотивацията си да станат учители и създават визия, която да представя тяхната лично-професионална идентичност. - Те обсъждат ключови мотиватори, като контрол, сигурност или удовлетворение (Дейност 1).
Сесия 2: Идентифициране на личните фактори на стрес Продължителност: 1 час	Съдържание - Дискусия за често срещаните стресови фактори в професията на треньора, включително рискове от прегаряне и умора от състрадание. - Повишаване на осведомеността за това как стресът се проявява физически, емоционално и поведенчески. Дейност - Колажна дейност, идентифицираща стресови фактори , при която участниците създават колаж, който визуално представя техните лични стресови фактори, свързани с ролята им на треньори. - Те обсъждат своите стресови фактори и размишляват върху това как те допринасят за прегарянето (Дейност 2)
Сесия 3: Лична грижа за себе си и уелнес планиране	Съдържание - Въведение в грижата за себе си и значението на "прозореца на толерантност" за поддържане на емоционалната регулация.

Продължителност: 1 час	- Стратегии за предотвратяване на прегаряне, поставяне на граници и насърчаване на благополучието. Дейност - Създаване на уелнес план, при който участниците създават персонализиран уелнес план, включващ специфични стратегии за самообслужване за управление на идентифицираните стресови фактори. - Пишат се стратегии и се поставят на таблото за визия (Дейност 3)
Сесия 4: Създаване на план за благополучие на работната среда Продължителност: 1 час	Съдържание - Стратегии за насърчаване на култура на благополучие в работната среда. - Проучване на краткосрочни, средносрочни и дългосрочни интервенции в подкрепа на грижата за себе си за професионалистите. Дейност - План за благополучие , при който участниците си сътрудничат в малки групи, за да проектират визуален план, който представлява интервенции в подкрепа на грижата за себе си в тяхната работна общност. - Те обмислят интервенции за незабавно, средносрочно и дългосрочно въздействие (Дейност 4).
Продължителност на закриването и оценяването : 15 минути	Съдържание - Обобщение на ключови моменти от сесията. - Дискусия за прилагането на стратегиите за грижа за себе си в професионален контекст. Дейност - Участниците обмислят своя план за грижа за себе си и споделят как възнамеряват да го приложат в професионалния си живот.

Учебен план за Модул 9: Правни и етични съображения	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Преглед на законните права на бежанците Продължителност: 45 минути	Съдържание: Въведение в международната и европейската правна рамка. Дейности: - презентация - Видео - първоначална групово дискусия, за да се идентифицират съществуващите знания и очаквания на участниците.
Сесия 2: Етични насоки за подкрепа на психичното здраве Продължителност: 45 минути	Съдържание: Идентифициране и представяне на етични насоки за подкрепа на психичното здраве. Дейности: - интерактивни ролеви игри за идентифициране на етични проблеми при работата с бежанци за подкрепа на психичното здраве, - Разказване на истории - разискване.
Сесия 3: Въпроси, свързани с поверителността и личното пространство. Продължителност: 45 минути	Съдържание: Идентифициране и представяне 45 минути. Дейности - Разказване на истории - разискване.
Сесия 4: Упражнения	Съдържание:



• Продължителност: 30 минути	Упражнения относно етичните принципи, специфични за работата с бежанци; информирано съгласие и конфиденциалност; изграждане на доверие; справяне със ситуации, при които може да се наложи задължително докладване, мултидисциплинарна работа • Дейности: Използване на казуси и ролеви игри.
Приключване и оценка: • Продължителност: 15 минути	• Съдържание: Обобщение на сесията, обратна връзка и оценка чрез бърз тест или устен преглед, за да се гарантира разбирането на ключови концепции и техники. • Дейности: ○ Бърз тест, ○ Открита сесия за обратна връзка, за да се обсъди изпълнението и да се изяснят всички останали въпроси.

Учебен план за Модул 10: Насочване към здравни специалисти	
Име и продължителност на сесията Общо 4 часа	Съдържание и дейности
Сесия 1: Разбиране на необходимостта от препоръки	Съдържание: - Преглед на ситуациите, които налагат насочване към здравни специалисти за обучаващи се бежанци, включително проблеми с психичното

Продължителност: 45 минути	здраве като посттравматично стресово разстройство, депресия или тежка тревожност. Дейност: - Участниците обсъждат често срещани сценарии, изискващи насочване към специалисти. Те определят ключови показатели за насочване и си сътрудничат за разработване на насоки стъпка по стъпка (дейност 1)
Сесия 2: Изграждане на мрежа за препоръки Продължителност: 1 час	Съдържание - Значение на изграждането на мрежа за насочване в подкрепа на психичното здраве на бежанците. - Проучване на услуги в общността и специфични за страната организации. Дейност - Участниците картографират своите професионални мрежи, като изброяват доставчици на здравни услуги, специалисти по психично здраве и организации за социални услуги. - Те създават визуални карти на тези връзки и обсъждат стратегии за укрепване и разширяване на тяхната мрежа от препоръки (Дейност 2)
Сесия 3: Културна чувствителност при препоръките Продължителност: 1 час	Съдържание: - Принципи на културно чувствително насочване. - Признаване и зачитане на културните различия при насочване на бежанците към здравни услуги. Дейност: - Участниците участват в ролеви упражнения, при които практикуват културно чувствителна комуникация, докато насочват бежанците към здравни специалисти. - Те получават обратна връзка за своя подход за осигуряване на културна целесъобразност (Дейност 3)

Сесия 4: Ефективно сътрудничество със здравни специалисти Продължителност: 1 час	Съдържание - Основни ползи и предизвикателства от сътрудничеството със здравни специалисти. - Стратегии за поддържане на ефективна комуникация и партньорства със здравни експерти. Дейност: - Участниците работят в малки групи, за да разработят стратегии за подобряване на сътрудничеството със здравните специалисти, като се фокусират върху практически стъпки като създаване на ясни комуникационни канали и протоколи за последващи действия
Закриването и оценяване Продължителност: 15 минути	Съдържание: - Обобщение на ключовите точки, обхванати по време на сесията. - Дискусия за това как да се прилагат стратегии за насочване в реални условия. Дейност: - Участниците размишляват върху ролевите игри и дейностите за картографиране на мрежата, като споделят как планират да приложат насоките в професионалните си роли.

3. Оценка и сертифициране

- По време на обучението ще се провеждат оценки, за да се измери разбирането и да се осигури непрекъсната обратна връзка, помагайки на обучителите да коригират своите обучителни стратегии, ако е необходимо.



- В края на всеки модул обобщаващите оценки ще тестват овладяването на материала от обучителите. Те могат да включват писмени тестове или устни презентации.
- При успешно завършване на модулите ще бъдат издадени сертификати, които се признават в партньорските организации и потенциално в границите на ЕС.

