



NEW FUTURE

ПО-ДОБРО ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

ОБУЧИТЕЛНИ МАТЕРИАЛИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ МОДУЛ

1



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

МОДУЛ 1 – РАЗБИРАНЕ ЗА ТРАВМА И УСТОЙЧИВОСТ

- Цели на обучението:
- Определяне какво е бежанска травма и идентифициране на различните причини и отключващи фактори
- Идентифициране на психологическите последици от травмата при бежанците
- Разбиране на концепцията за устойчивост и как бежанците се справят с травмата
- Придобиване на практически стратегии и техники за укрепване на устойчивостта на бежанците

МОДУЛ 1 – РАЗБИРАНЕ ЗА ТРАВМА И УСТОЙЧИВОСТ

- | Теми на модула:
- | Разбиране за травмата при бежанци, нейните причини и отключващи фактори
- | Как бежанците се справят с трудните си преживявания? – Въвеждане на понятието устойчивост
- | Ключови стратегии и техники за засилване на устойчивостта при бежанци

МОДУЛ 1 – РАЗБИРАНЕ ЗА ТРАВМА И УСТОЙЧИВОСТ

- ┆ Основно съдържание:
- ┆ Травма при бежанци: определение, причини и отключващи фактори (напр. травма, свързана с конфликт, разселване и загуба, раздяла със семейството и др.)
- ┆ Сложността на психологическите травми, преживявани от бежанци (напр. посттравматично стресово разстройство, депресия, тревожност и др.)
- ┆ Устойчивост и начин, по който бежанците се справят с травмата (напр. социална подкрепа, услуги за психично здраве, културни и духовни практики и др.)
- ┆ Активно слушане и емпатия като практически методи за подпомагане на устойчивостта на бежанците
- ┆ Разнообразни стратегии и техники за укрепване на устойчивостта на бежанците към травми, как да се разработват и приложат в професионална среда.

МОДУЛ 1 – РАЗБИРАНЕ ЗА ТРАВМА И УСТОЙЧИВОСТ

- ┆ Дейности:
- ┆ Презентации по ключови понятия
- ┆ Анализ на казус
- ┆ Групови дискусии и размисъл
- ┆ Покана на експерти с опит в темата на модула
- ┆ Ролеви сценарии (включително използване на карти със сценарии)
- ┆ Групови арт мини проекти, т.е. колективно произведение на изкуството
- ┆ Дейности по разказване на истории за изразяване на преживявания
- ┆ Създаване на персонализирани планове за действие



БЛАГОДАРИМ ВИ!



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

МОДУЛ 2 - КУЛТУРНА ЧУВСТВИТЕЛНОСТ И КУЛТУРНА КОМПЕТЕНТНОСТ



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ВЪВЕДЕНИЕ

- ↑ Културната чувствителност и компетентност са от съществено значение в днешната разнообразна обучителна среда, особено в професионалното образование и обучение (ПОО).
- ↑ Тази презентация ще разгледа стратегии за подобряване на разбирането и подкрепата сред професионалистите в областта на ПОО за бежанското население, с цел подобряване както на образователните резултати, така и на интеграцията.

КУЛТУРНА ИДЕНТИЧНОСТ И ИНТЕГРАЦИЯ

- ↑ Културната идентичност играе важна роля в начина, по който бежанците възприемат и се адаптират към новата среда.
- ↑ Предизвикателствата включват балансиране на запазването на културната идентичност с адаптирането към новите културни норми, което може да повлияе на психологическото благополучие и социалната интеграция

СТИЛОВЕ НА ОБЩУВАНЕ В РАЗЛИЧНИ КУЛТУРИ

- | Източните и западните култури често показват различни стилове на общуване: директни срещу индиректни.
- | Разбирането на тези различия е от ключово значение за предотвратяване на недоразумения и подобряване на взаимодействието между обучители и бежанци.

ЦЕННОСТИ, ВЯРВАНИЯ И ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ

- ↑ Културните ценности могат значително да повлияят на участието на бежанците в обучението и процесите на вземане на решения.
- ↑ Преподавателите могат да подобрят ангажираността, като включат различни културни ценности в своите подходи за преподаване и стратегии за управление на пространството за обучения.

РАЗВИВАНЕ НА УМЕНИЯ ЗА МЕЖДУКУЛТУРНА КОМУНИКАЦИЯ

- ↑ Ефективната комуникация е от съществено значение в мултикултурната образователна среда.
- ↑ Стратегиите включват активно слушане, културна съпричастност и адаптиране на методите на преподаване, за да отговорят на различни нужди.

СПРАВЯНЕ С КОМУНИКАЦИОННИТЕ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

- | Езиковите бариери са значително предизвикателство при обучаването на бежанци.
- | Използването на визуални помагала, двуезични ресурси и улесняването на изучаването на езици в рамките на обучителната програма са ефективни стратегии за подобряване на комуникацията.

СТРАТЕГИИ ЗА КУЛТУРНА ИНТЕГРАЦИЯ

- | Интегрирането на културната компетентност в учебната програма и училищните политики помага за създаването на по-приобщаваща и подкрепяща образователна среда.
- | Редовното обучение по културна компетентност за всички служители повишава цялостната институционална адаптивност и отзивчивост.

ПОДКРЕПА ЗА ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ

- ↑ Бежанците често се сблъскват с уникални предизвикателства за психичното здраве поради своя произход и преживявания.
- ↑ Специалистите в областта на ПОО трябва да възприемат културно чувствителни подходи в подкрепа на психичното здраве на бежанците, като вземат предвид техните специфични нужди и културен контекст.

КАЗУСИ И ПРИМЕРИ

- | Обсъдете примери от реалния живот, където инициативи за културна компетентност успешно са подобрили образователните резултати и интеграцията на бежанците.
- | Подчертайте използваните стратегии и въздействието както върху образователната общност, така и върху самите бежанци.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ И ОСНОВНИ ИЗВОДИ

- ↑ Културната чувствителност и компетентност са не само полезни, но и от съществено значение за насърчаване на ефективна обучителна среда.
- ↑ Чрез възприемането на тези практики специалистите в областта на ПОО могат значително да подобрят образователния опит и обществената интеграция на обучаващите се бежанци.



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

МОДУЛ 3: РАЗБИРАНЕ ЗА ПРЕЖИВЯВАНИЯТА НА БЕЖАНЦИТЕ



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ВЪВЕДЕНИЕ

- | Тази презентация изследва разнообразните и сложни предизвикателства, пред които са изправени бежанците от момента на разселването до интегрирането им в нови общности.
- | Ние се стремим да подобрим капацитета на професионалистите в областта на ПОО да предоставят съпричастна и ефективна подкрепа чрез задълбочено разбиране на тези предизвикателства и прилагане на информирани стратегии.

РАЗБИРАНЕ НА ИЗСЕЛВАНЕТО

- | Изселването не е просто физическо преместване, а дълбоко променящо живота събитие, което води до значителни загуби и травми.
- | Емоционалните сътресения включват загуба на дом, раздяла със семейството и често излагане на насилие. Незабавната подкрепа, фокусирана върху безопасността и стабилността, е от решаващо значение при пристигането.
- | Разбирането на тези първоначални предизвикателства е от съществено значение за предоставянето на подходяща подкрепа и услуги.

КОМУНИКАЦИОННИ И ЕЗИКОВИ БАРИЕРИ

- Ефективната комуникация е от основно значение за бежанците, за да се интегрират, да имат достъп до услуги и да установят връзки в новата си среда.
- Езиковите бариери могат да доведат до изолация, да възпрепятстват достъпа до медицински грижи, образование и заетост, увеличавайки трудностите при навигирането в ежедневието.
- Програмите за езиково обучение и осигуряването на преводачи и многоезични ресурси улесняват по-добрата комуникация и достъпа до услуги.

АКУЛТУРАЦИОНЕН СТРЕС

- | Бежанците са изправени пред двойното предизвикателство да запазят своята културна идентичност, като същевременно се адаптират към новите културни норми.
- | Теорията за културното сливане предполага, че интегрирането на аспекти на двете култури може да намали стреса и да насърчи психологическото благополучие.
- | Насърчаването на баланса между поддържането на културните корени и възприемането на нови културни практики може да помогне за гладкия преход и насърчаването на приобщаването.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ И ЕМОЦИОНАЛНИ НУЖДИ

- ┆ Психологическото въздействие на миграцията включва справяне с минали травми и стреса от адаптацията в нова страна.
- ┆ Основните услуги включват културно чувствително консултиране и подкрепа за психичното здраве, съобразена с преживяванията и произхода на бежанците.
- ┆ Застъпничество за интегриране на услугите за психично здраве в рамките на първичната помощ и общността, за да се направят тези услуги по-достъпни за бежанците.

ЗДРАВΟΣЛОВНИ ПРОБЛЕМИ И ДОСТЪП ДО ГРИЖИ

- ┆ Освен психичното здраве, бежанците често се сблъскват с физически здравословни проблеми, изострени от пътуването и лошите условия преди и по време на презаселването.
- ┆ Необходимост от здравни услуги, които са не само достъпни, но и културно и езиково подходящи, за да се гарантира ефективно лечение и грижи.
- ┆ Обучението на доставчиците на здравни услуги относно специфичните здравни проблеми и културния контекст на бежанското население също е от жизненоважно значение.

СОЦИАЛНА ИНТЕГРАЦИЯ И ДИСКРИМИНАЦИЯ

- ↑ Бежанците често изпитват трудности в социалната интеграция поради културни различия, предразсъдъци и дискриминация.
- ↑ Ролята на програмите на общността за насърчаване на приобщаването и разбирателството чрез обучение по културна компетентност за местните жители и структури за подкрепа, които насърчават взаимодействието между общностите.
- ↑ Програмите, които улесняват културния обмен и взаимното обучение, могат значително да подобрят социалната интеграция на бежанците

ИКОНОМИЧЕСКИ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА И ЗАЕТОСТ

- ↑ Икономическата независимост чрез заетост е един от най-значимите фактори за успешната интеграция на бежанците.
- ↑ Предизвикателствата включват признаване на чуждестранни квалификации, липса на местен трудов опит и ограничено владение на езика.
- ↑ Подробно описване на услуги за подкрепа като професионално обучение, програми за сертифициране и инициативи за намиране на работа, които отговарят специално на нуждите на бежанците.

ПРАВНИ И БЮРОКРАТИЧНИ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

- ↑ Бежанците често трябва да се ориентират в сложни правни условия, включващи молби за убежище, документи за пребиваване и осигуряване на разрешителни за работа.
- ↑ Правната помощ е от решаващо значение, за да се помогне на бежанците да разберат своите права и задължения в рамките на правната рамка на приемащата страна. Програми, които опростяват и демистифицират правните процеси и осигуряват постоянна подкрепа, могат да доведат до съществена промяна в живота на бежанците.

КУЛТУРНА ГРАМОТНОСТ И КОМУНИКАЦИЯ

- ↑ Културната грамотност включва разбиране и оценяване на културния произход на бежанците, за да се подобри комуникацията и да се улесни интеграцията.
- ↑ Образователните инициативи, насочени както към бежанците, така и към приемащите общности, могат да насърчат по-задълбоченото разбиране и приемане на културните различия.
- ↑ Програмите трябва да се фокусират върху взаимното уважение и учене, насърчавайки среда, в която както бежанците, така и членовете на приемащата общност се възползват от споделени културни прозрения.

КАЗУС: УСИЛИЯ ЗА ИНТЕГРАЦИЯ В БОН

- Бон е видял успешни инициативи за интеграция, като спонсорирани от общността жилищни проекти и местни програми за заетост, съобразени с нуждите на бежанците.
- Тези инициативи предоставят практически примери за това как целевите програми могат ефективно да подкрепят интеграцията на бежанците.
- Резултатите включват подобрени отношения с общността, по-добри нива на заетост сред бежанците и засилено културно сближаване.



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

МОДУЛ 4 - ПСИХОЛОГИЧЕСКА ПЪРВА ПОМОЩ



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ВЪВЕДЕНИЕ

Този модул за психологическа първа помощ (ППП) е предназначен за професионалисти, работещи с бежанци

Цели:

Разбиране принципите за предоставяне на незабавна психологическа подкрепа при кризи.

Подкрепа на психичното здраве по време на извънредни ситуации.

Изграждане на стратегии, които да помогнат на участниците да управляват стреса по време на извънредни ситуации.

Теми:

Как да осигурим незабавна психологическа подкрепа

Разпознаване на признаци на дистрес и реакция на травма

Практически стратегии за психологическа първа помощ, информирани за травмата

Как да преподаваме техники за управление на стреса

Как да преподаваме основни техники за интервенция, за да могат участниците да си помагат взаимно в стресова ситуация

РАЗБИРАНЕ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКАТА ПЪРВА ПОМОЩ (ППП)

- | Ключови елементи:
- | Внимателно изслушване
- | Осигуряване на безопасност
- | Стабилизация
- | Информация за справяне/напредък
- | Връзка с услуги

ТРАВМА

- | Емоционални, физически, когнитивни и поведенчески признаци
- | Културни изрази на дистрес, езикови бариери и дистрес
- | Значението на ранното разпознаване за ефективна интервенция

ПРАКТИЧЕСКИ СТРАТЕГИИ ЗА ППП И СТАБИЛИЗАЦИЯ

- | Създаване на спокойна среда
- | Овластяване на хората чрез фокусиране върху силните страни
- | Значението на невербалната комуникация в многоезична и мултикултурна среда
- | Свързване на хората с общностни и психологически ресурси

ТЕХНИКИ ЗА УПРАВЛЕНИЕ НА СТРЕСА

- ┆ Дихателни упражнения и техните ползи
- ┆ Прогресивна мускулна релаксация
- ┆ Въведение в практиките за осъзнатост
- ┆ Ефективно използване в тренировките и ежедневното управление на стреса

ПРЕПОДАВАНЕ НА ОСНОВНИ ТЕХНИКИ ЗА ИНТЕРВЕНЦИЯ

- | Умения за активно слушане
- | Ефективни техники за задаване на въпроси
- | Разпознаване на невербални знаци
- | Техники за емоционална подкрепа
- | Методи за намаляване на стреса: Практически упражнения

АКТИВНОСТ

Сценарий за слушане с емпатия: Работите с бежанец, който се колебае да говори за преживяванията си. Той/тя често спира и търсят правилните думи. Как процедирате?

Подтикнете го/я да продължи с въпроси за преживяванията й/му.

Поддържайте зрителен контакт и изчакайте да продължат, когато са готови.

Сменете темата с нещо по-малко чувствително.

СЦЕНАРИЙ 2

- | Сценарий при културна чувствителност: Бежанец от култура, която цени непряката комуникация, показва признаци на дистрес, но минимизира чувствата си, когато бъде попитан директно. Какъв подход уважава техния културен произход, докато се справя с проявата на дистрес?
- | Продължавате да задавате директни въпроси за чувствата им.
- | Използвате косвени въпроси и наблюдавате невербални знаци за признаци на дистрес.
- | Избягвайте да обсъждате чувствата, за да предотвратите дискомфорт.

СЦЕНАРИЙ 3

Сценарий за невербална комуникация: Забелязвате бежанец, който прави минимален зрителен контакт и скръства ръце здраво пред гърдите си. Как бихте могли да тълкувате и да реагирате?

Те не се интересуват от сесията. Продължавате, без да го адресирате.

Може да се чувстват отбранителни/неудобно. Използвайте отворен език на тялото, за да предадете безопасността.

Просто им е студено. Предложете да регулирате стайната температура.

СЪЗДАВАНЕ НА СЦЕНАРИИ ЗА ПРИЛАГАНЕ НА ППП

- | Ангажирайте участниците в създаването на свои собствени сценарии за ППП чрез подход за съвместно разказване на истории, при който един участник започва разказ, а други добавят елементи или предизвикателства, свързани с езика и културното многообразие. Започнете с основен сценарий, като например бежанец, който се чувства разтревожен за предстоящ изпит. Участниците се редуват да добавят детайли, усложнете сценария (напр. езикови бариери, културни недоразумения), след което обсъдете възможните подходи на психологическа първа помощ.

РАЗМИСЪЛ ЧРЕЗ ИЗКУСТВО

Фасилитирайте дейност за размисъл, базирана на изкуство, при която участниците изразяват своите чувства, изводи от наученото или планове за прилагане на ППП чрез пеене, рисуване, рисуване или създаване на колаж. Този метод позволява невербална обработка на материала и насърчава творческото изразяване. Предложете творчески материали (художествени материали, музика, глина, приложения за дигитално изкуство), за да изразят чувствата си чрез изкуство. Те могат да използват и визуални помощни средства за невербална комуникация

АНИМИРАНИ ВИДЕОКЛИПОВЕ

Включете анимираните видеоклипове, разработени в рамките на NewFuture, симулиращи гледните точки на бежанци в беда. След видео преживяването организирате дискусия, в която участниците споделят своите размисли и подхода си към подкрепата на бежанците.

НАМАЛЯВАНЕ НА СТРЕСА С ПОМОЩТА НА ЖИВОТНИ

- ┆ Включете животни, за емоционална подкрепа.
- ┆ Включете кратки, успокояващи видеоклипове с животни, като мъркащи котки или диви животни сред природата. Гледането им може да намали стреса и да послужи като начало на разговор за успокояващия ефект на животните и важността на почивките за психичното здраве.
- ┆ Участниците могат да доведат своите домашни любимци или да споделят снимки и истории за своите домашни любимци.
- ┆ Като част от дейността участниците могат да създадат играчки за животни в приют.



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

ГРИЖА, ИНФОРМИРАНА ЗА ТРАВМАТА И ТЕХНИКИ ЗА ПРЕПОДАВАНЕ



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

ГРИЖА, ИНФОРМИРАНА ЗА ТРАВМАТА И ТЕХНИКИ ЗА ПРЕПОДАВАНЕ

- ┆ Подходи за специалисти в областта на ПОО, работещи с бежанци.

ЦЕЛИ НА МОДУЛА

- ┆ - Прилагане на информирани за травмата методи на преподаване
- ┆ - Създаване на чувствителна към травмата учебна среда
- ┆ - Изучаване на когнитивно-поведенчески техники
- ┆ - Подкрепа на бежанците в постигането на техните цели.

РАЗБИРАНЕ НА ТРАВМАТА И НЕЙНОТО ЗНАЧЕНИЕ

- ┆ - Травма: "рана" или "нараняване" (физическо/емоционално).
- ┆ - Цел: Разбиране на преживяванията и контекста на бежанците.
- ┆ - Подобряване на ангажираността и резултатите от обучението.

ОСНОВНИ ПРИНЦИПИ НА ГРИЖАТА, ИНФОРМИРАНА ЗА ТРАВМАТА

- ┆ - Разбиране на травмата.
- ┆ - Осигуряване на безопасност.
- ┆ - Изграждане на доверие.
- ┆ - Зачитане на личния избор.
- ┆ - Отчитане на културния контекст.

ИЗПОЛЗВАНЕ НА РАЗБИРАНЕТО ЗА ТРАВМА В ПРЕПОДАВАНЕТО

- ┆ - Въздействие върху когнитивните функции.
- ┆ - Разбиране на невробиологичните ефекти.
- ┆ - Разпознаване на симптомите и адаптиране.

СЪЗДАВАНЕ НА ПОДКРЕПЯЩА УЧЕБНА СРЕДА

- ┆ - Безопасни физически и емоционални пространства.
- ┆ - Последователни правила и рутини.
- ┆ - Уважение към избора и приобщаване.

АРТ ТЕРАПИЯТА КАТО МЕТОД НА ПРЕПОДАВАНЕ

- ┆ - Методи за изразяване и интегриране.
- ┆ - Техники: рисунка, колажи, скулптура, фотография.
- ┆ - Ползи: социални умения, увереност, управление на стреса.

ДИЗАЙН НА ЗАЛА ЗА ОБУЧЕНИЕ, ЧУВСТВИТЕЛНА КЪМ ТРАВМА

- ┆ - Осигуряване на безопасност и видимост.
- ┆ - Успокояващи цветове и меко осветление.
- ┆ - Гъвкаво подреждане на мебелите.
- ┆ - Минимизиране на шума и стресовите фактори.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- ↑ - Значението на подходите, информирани за травмата.
- ↑ - Ролята на специалистите в областта на ПОО в подпомагането на обучението и интеграцията.



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

ОБУЧИТЕЛНИ МАТЕРИАЛИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ – МОДУЛ 6



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Цели на обучението:

- Насърчаване на социалната интеграция и приобщаването на бежанците
- Подкрепа на бежанците в изграждането на връзки в общността

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Теми на модула:

- Значението на това да бъдеш бежанец в обучителна среда и какво трябва да имат предвид учителите.
- Стратегии за насърчаване на социалната интеграция и включването на бежанците в обучения.
- Създаване на подкрепяща и приветлива среда за бежанците в обучителни сесии.
- Преодоляване на културните различия и многообразието в усилията за интеграция.
- Изграждане на връзки в общността чрез работа в мрежа и сътрудничество

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Бежанец – какво всъщност означава това?

Важността на признаването:

- изграждане на доверие и разбирателство
- ефективна групова динамика
- фокус върху целите
- професионална идентичност

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Практически съображения в контекста на емпатията на учителите.

Положителни аспекти: съчувствие и емпатия, индивидуална подкрепа, застъпничество, овластяване

Отрицателни аспекти: шаблонност, ниски очаквания, стигматизация, третиране като герой.

Балансиране между емпатия и професионализъм

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Стратегии за интеграция:

- | Директни: групови правила, норми, споразумения, езиково приобщаване, активно участие, съвместни учебни дейности, разнообразни модели за подражание и гост-лектори
- | Индиректни: кооперативно учене, социално-емоционално обучение

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Създаване на подкрепяща и приветлива среда за бежанците в обучителни сесии

Стратегии за създаване на приветлива среда:

- физическо пространство
- поведение и отношение
- език и комуникация
- културни компетенции
- изграждане на общност
- практика, информирана за травмата

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Справяне с културните различия и многообразието в усилията за интеграция

- ┆ Приобщаващ дизайн на учебната програма
- ┆ Сесии за културна осъзнатост
- ┆ Ефективна комуникация

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Изграждане на връзки в общността чрез работа в мрежа и сътрудничество

- | Ключови понятия: социален капитал, реципрочност
- | Методи и техники: нетуъркинг събития, езикови клубове, съвместни проекти и действия, организации на бежанци, групи за подкрепа, менторски програми

МОДУЛ 6 – ИНТЕГРАЦИЯ И СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ НА БЕЖАНЦИ В ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ

Дейности

| **За обучители (саморефлексия):**

Моите чувства и отношение

Собствени преживявания и вътрешна сила в полза на процеса на приобщаване

Контролен списък за приветлива среда

| **За обучаващи се, групи:**

Биография, работеща в групи – карта на времевата линия

Упражнение за сътрудничество – събиране на идеи и предоставяне на обратна връзка

Моят път – моят модел за подражание



БЛАГОДАРИМ ВИ!



NEW FUTURE

СИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

ОБУЧИТЕЛНИ МАТЕРИАЛИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ – МОДУЛ 7



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

МОДУЛ 7 – ИНТЕРВЕНЦИИ В ОБЩНОСТТА

Learning objectives:

- ┆ Define what community-based interventions are and understand their significance
- ┆ Explore several community-based interventions
- ┆ Identify key components of successful community-based interventions
- ┆ Design and implement community-based interventions tailored to refugees' needs

МОДУЛ 7 – ИНТЕРВЕНЦИИ, БАЗИРАНИ НА ОБЩНОСТТА

Теми на модула:

Разбиране на интервенциите, базирани на общността като начин за подкрепа на бежанците.

Предизвикателства, ползи и ролята на ангажираността на организациите в областта на ПОО и общността.

Ключови компоненти на успешните интервенции в общността

Как да проектирате, приложите и оцените подробен план за интервенция в общността.

Значението на подходите на участие – включване на бежанците.

МОДУЛ 7 – ИНТЕРВЕНЦИИ, БАЗИРАНИ НА ОБЩНОСТТА

Основно съдържание:

- Интервенции в общността: определение и роля като поддържащ механизъм за психичното благополучие на бежанците
- Ключови услуги, предоставяни от общността (напр. консултиране и терапия, мрежи за социална подкрепа, групи за подкрепа на връстници и др.)
- Успешни интервенции в общността в подкрепа на психичното здраве на бежанците: предизвикателства, ползи и ролята на ПОО
- Ключови компоненти на успешните интервенции в общността (напр. сътрудничество със заинтересованите страни, оценка на нуждите, културна чувствителност и др.)
- Стратегии за картографиране на ресурсите на общността и ангажираността на организациите на ПОО
- Практически подходи за проектиране, прилагане и оценка на интервенции в общността, водени от ПОО, които подпомагат психическото възстановяване на бежанците
- Значението на участието на бежанците в разработването на интервенции в общността – въвеждане на ролята на подходите на участие.

МОДУЛ 7 – ИНТЕРВЕНЦИИ, БАЗИРАНИ НА ОБЩНОСТТА

Дейности:

- Презентации по ключови понятия
- Сценарии за сътрудничество
- Групови дискусии и размисъл
- Истории от реалния живот по темата на модула
- Индивидуален анализ и рефлексия
- Картографиране на ресурсите на общността
- Създаване на персонализирани планове за интервенция



БЛАГОДАРИМ ВИ!



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

ОБУЧИТЕЛНИ МАТЕРИАЛИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ – МОДУЛ 8



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Цели на обучението:

- Разработване на стратегии за грижа за себе си
- Насърчаване на практиките за грижа за себе си
- Предотвратяване на прегарянето и умората от състрадание
- Подобряване на психичното благополучие на професионалистите

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Теми на модула:

- Значението на грижата за себе си за предотвратяване на бърнаут
- Стратегии за поддържане на благосъстоянието (индивидуално и за работни групи)
- Прилагане на практики за грижа за себе си в ежедневната работа
- Стратегии за самоподкрепа и интервенции на професионалисти в работната общност
- Арт терапевтични техники за подпомагане грижата за себе си при професионалисти

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Основно съдържание:

- Разбиране за бърнаут: признаците и симптомите на прегаряне сред професионалистите, работещи с бежанци, как да ги разпознаем.
- Ежедневни ритуали за грижа за себе си: установяване на ежедневни рутини, които включват внимание, упражнения и здравословно хранене за поддържане на цялостното благосъстояние.
- Емоционална устойчивост: практикуване на рефлексия и техники за управление на стреса за разширяване на прозореца на толерантност.
- Баланс между професионалния и личния живот: техники за поставяне на граници между професионалния и личния живот, за да се предотврати прекомерното натоварване

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Основно съдържание:

- Основи на арт терапията: въвеждане на основни арт терапеввтични дейности, които могат да се прилагат самостоятелно за намаляване на стреса и невербално изразяване на емоции.
- Културна компетентност: как културната компетентност влияе върху грижата за себе си и професионалните взаимодействия.
- Системи за подкрепа между колеги: как да създадем и използваме системи за подкрепа на работното място за споделяне на опит и стратегии за справяне.
- Професионална помощ: важността на използването на услугите за професионално консултиране, когато е необходимо, и как да получим достъп до тях.

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

- ↑ Характеристики на професията учител:
- ↑ Предизвикателствата на професията учител и тяхната свързаност с грижата за себе си (професионална идентичност, емпатия, грижата за себе си не е егоистична, подкрепа)
- ↑ Важността на грижата за себе си за предотвратяване на прегарянето: (риск, умората от състрадание, грижа за себе си като превенция)

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Бърнаут

- ├ **Ролята на емпатията (огледалните неврони)**
- ├ **Фактори, влияещи на бърнаута:** стрес и изисквания на работното място, липса на ресурси и подкрепа, умора от състрадание и емоционално изтощение, предизвикателства пред културната компетентност, роля на неяснотата и ролевия конфликт, лични фактори и способности за справяне.
- ├ **Признаци и симптоми на бърнаута:**
 - ├ Физическо и емоционално изтощение
 - ├ Когнитивни и поведенчески промени
 - ├ Загуба на интерес и липса на свързаност

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Етапи на бърнаут



МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

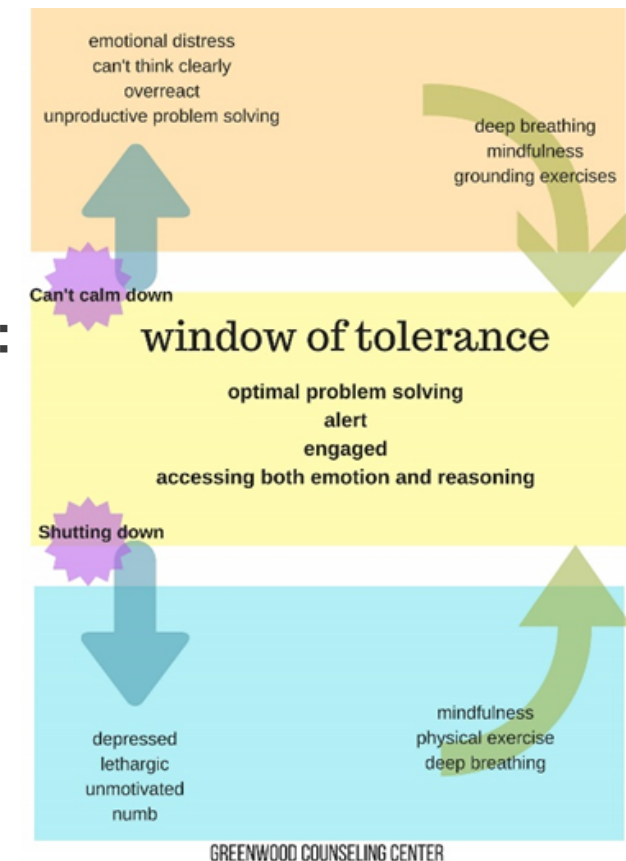
Грижата за себе си като превантивна мярка

Стратегии за поддържане на благосъстоянието

Прозорец на толерантността

Аспекти на индивидуалните стратегии за благополучие:

- Следете нивото на стрес
- Връщане към основата (грижа за себе си)
- Поставяне на граници
- Супервизия и подкрепа
- Културно чувствителни практики на грижа за себе си



МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Аспекти на стратегиите за благополучие в група

- ↑ Създаване на подкрепяща работна среда
- ↑ Сътрудничество и подкрепа от колеги
- ↑ Справяне с прекомерното натоварване и необходимостта от баланс

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Интервенции за подпомагане грижата за себе си на професионалисти в работната общност

- | Създайте култура на благополучие (well-being) в екипа
- | Създаване и използване на подкрепяща среда за благополучие
- | Диалог между работодатели и служители

МОДУЛ 8 – ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ ЗА ПРОФЕСИОНАЛИСТИ

Дейности

- ┌ Лично-професионална мотивация – табло за визуализация
- ┌ Идентифициране на лични стресови фактори: правена на колаж
- ┌ Лична грижа за себе си и уелнес планиране
- ┌ Създаване на план за благополучие



БЛАГОДАРЯ ВИ!



NEW FUTURE

ПО-ДОБРО МЕНТАЛНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

МОДУЛ 9 - ПРАВНИ И ЕТИЧНИ СЪОБРАЖЕНИЯ



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ВЪВЕДЕНИЕ

Този модул за правни и етични съображения е предназначен за професионалисти в областта на ПОО, работещи с бежанци. Той има за цел да предостави на обучителите основните умения и знания за правната рамка и етичните въпроси за подкрепа на психичното здраве на бежанците.

Цели:

- | Разбиране на правните и етичните аспекти на подкрепата за психичното здраве на бежанците
- | Разбиране на правните и етичните отговорности, свързани с подкрепата за психичното здраве
- | Придържане се към професионалните стандарти
- | Защита на правата на бежанците

Теми:

- | Законни права на бежанците
- | Етични насоки за подкрепа на психичното здраве
- | Въпроси, свързани с конфиденциалност

ЗАКОННИ ПРАВА НА БЕЖАНЦИТЕ: МЕЖДУНАРОДНА ПРАВНА РАМКА:

Конвенцията на ООН за статута на бежанците от 28 юли 1951 г.

Протоколът за статута на бежанците, влязъл в сила на 4 октомври 1967 г., прави разпоредбите на Конвенцията за бежанците от 1951 г. приложими към по-широк кръг от бежански ситуации.

Принципи:

Принципът на забрана за връщане, което означава, че бежанците не трябва да бъдат връщани в страна, където животът или свободата им биха били застрашени.

Бежанците могат да бъдат експулсирани от държава на убежище само ако тяхното присъствие представлява сериозна заплаха за националната сигурност или обществения ред.

Не следва да има дискриминация при закрилата, предлагана на бежанците въз основа на тяхната раса, религия, националност или пол.

Бежанците не следва да бъдат наказвани за влизане или пребиваване в дадена държава, стига незабавно да уведомят властите за присъствието си.

Бежанците са длъжни да спазват законите и разпоредбите в страната на убежище.

Конвенцията за бежанците от 1951 г. разглежда и въпросите за правото на бежанците на документи, достъп до работа, обществено образование, достъп до съдилища, свобода на движение, свобода на изповядване на религията и други.

Членове 14 и 25 от Всеобщата декларация за правата на човека подчертават съответно правото на търсене на убежище и достъп до здравеопазване.

Международен пакт за икономически, социални и културни права: Член 12 признава правото на най-високия достижим стандарт на физическо и психическо здраве.

ЗАКОННИ ПРАВА НА БЕЖАНЦИТЕ: ПРАВО НА ЕВРОПЕЙСКИЯ СЪЮЗ

- | Общата европейска система за убежище определя общи стандарти и сътрудничество, за да се гарантира, че лицата, търсещи убежище, се третират еднакво в открита и справедлива система, където и да кандидатстват.
- | Директива 2013/32/ЕС на Европейския парламент и на Съвета от 26 юни 2013 г. относно общите процедури за предоставяне и отнемане на международна закрила (преработен текст) (Директива за процедурите за убежище)
- | Директива 2013/33/ЕС на Европейския парламент и на Съвета от 26 юни 2013 г. за определяне на стандарти за приемане на кандидати за международна закрила (преработен текст) (Директива за условията на приемане)
- | Директива 2011/95/ЕС на Европейския парламент и на Съвета от 13 декември 2011 г. относно стандартите за определяне на граждани на трети държави или лица без гражданство като лица, на които е предоставена международна закрила, за единен статут на бежанците или лицата, отговарящи на условията за субсидиарна закрила, и за съдържанието на предоставената закрила (преработен текст) (Директива за признаването)

ЗАКОННИ ПРАВА НА БЕЖАНЦИТЕ: НАЦИОНАЛНИ ЗАКОНИ

Държавите могат да имат специално законодателство, уреждащо правата и защитата, предоставени на бежанците, което често включва разпоредби за достъп до здравеопазване. Спазването на местните закони е необходимо и тези закони се различават значително в отделните държави.

ЕТИЧНИ НАСОКИ ЗА ПОДКРЕПА НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

- | Доброволно участие
- | Информирано съгласие
- | Справедлив достъп
- | Недискриминация
- | Действайте в най-добрия интерес
- | Избягвайте вреда

ЕТИЧНИ НАСОКИ ЗА ПОДКРЕПА НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

- ↑ **Разбиране на културния контекст**
- ↑ **Грижи, които са културно подходящи**
- ↑ **Разпознаване на травмата**
- ↑ **Чувствителен подход**
- ↑ **Продължаващо обучение**
- ↑ **Супервизия и подкрепа**
- ↑ **Изграждане на устойчивост**

ЕТИЧНИ НАСОКИ ЗА ПОДКРЕПА НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

- ↑ Съвместна грижа
- ↑ Холистична грижа
- ↑ Координирани усилия
- ↑ Точна документация
- ↑ Етично отчитане
- ↑ Повишаване на осведомеността
- ↑ Образование на обществеността
- ↑ Застъпване за правата

ВЪПРОСИ, СВЪРЗАНИ С КОНФИДЕНЦИАЛНОСТ

Въпросите на конфиденциалност и неприкосновеност на личния живот са свързани с правата, обнародвани в множество международни договори, като Всеобщата декларация за правата на човека и Европейската конвенция за правата на човека, правото на Европейския съюз, включително Общия регламент за защита на данните (GDPR) и националните законодателства за защита на данните и конфиденциалността на пациентите.

Да се обяснят политиките за поверителност на език и начин, които бежанците могат да разберат

Гарантиране, че бежанците са запознати с правата си по отношение на неприкосновеността на личния живот и границите на поверителността.

Да получат изрично съгласие за споделяне на лична информация, като се гарантира, че бежанците разбират последиците от тяхното съгласие.

Да използват сигурни системи за съхранение на лична и здравна информация, включително физически файлове и електронни записи, като използват силни защити с парола и криптиране на цифрови записи

ВЪПРОСИ, СВЪРЗАНИ С КОНФИДЕНЦИАЛНОСТ

Достъпът до лични данни трябва да бъде ограничен само до упълномощен персонал.

Гарантиране, че целият персонал, който обработва чувствителна информация, е обучен относно протоколите за поверителност.

Информиране на бежанците за това как техните данни ще бъдат използвани, съхранявани и споделяни.

Информиране за правата за достъп до техните записи, искане на корекции и подаване на жалби, ако неприкосновеността им на личния им живот е нарушена

Неприкосновеността на личния живот и поверителността имат културни измерения, които трябва да бъдат разбрани и взети предвид.

Минали преживявания на травма или преследване могат да засилят опасенията за неприкосновеността на личния живот и поверителността, така че доставчикът на услуги трябва да увери бежанците, че тяхната информация няма да бъде споделяна без тяхното съгласие, освен в ситуации, предвидени от закона.

Може да има чувствителна информация, която не може да бъде споделена с други агенции или физически лица без изричното съгласие на бежанца. В такива случаи доставчиците на услуги трябва да бъдат особено внимателни при споделянето на информация, която може да застраши безопасността или правния статут на бежанеца.

ВЪПРОСИ, СВЪРЗАНИ С КОНФИДЕНЦИАЛНОСТ

- ↑ За докладване и проучване е за предпочитане (когато е възможно) да се използват анонимни данни за защита на индивидуалните самоличности.
- ↑ Има определена информация, като заплахи за нараняване на себе си или на другите, малтретиране на деца или други сериозни опасения, за които има законови задължения, които трябва да бъдат докладвани. Тези изключения от конфиденциалността трябва да бъдат обяснени на бежанците в началото на грижите.
- ↑ Може да има случаи, в които предоставяната услуга ще се сблъска с етични дилеми по отношение на конфиденциалността. В такива случаи се препоръчва да се потърсят насоки от надзорници, правни съветници или комисии по етика.

КОНФИДЕНЦИАЛНОСТ И ЛИЧНИ ДАННИ

- ↑ Докато се съхраняват лични данни, се препоръчва да се поддържат подробни и точни записи на всички взаимодействия, като се гарантира, че записите са фактически и обективни и се избягва включването на ненужни лични данни, които биха могли да компрометират поверителността. Старите записи/документи трябва да бъдат изхвърлени по сигурен начин, следвайки законовите и организационните насоки
- ↑ Необходимо е да се осигури редовно обучение за целия персонал по въпросите на поверителността и неприкосновеността на личния живот, като се подчертават специфичните нужди и уязвимости на бежанците. Обучението трябва да отразява промените в законите и добрите практики.



NEW FUTURE

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ЗА БЕЖАНЦИТЕ В НОВОТО ИМ БЪДЕЩЕ

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

НАСОЧВАНЕ КЪМ ЗДРАВНИ СПЕЦИАЛИСТИ – МОДУЛ 10



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ВЪВЕДЕНИЕ

Този модул за насочване към здравни специалисти е предназначен за професионалисти, работещи с бежанци.

Цели:

- ↑ Кога да насочите бежанците с психични проблеми към сертифицирани здравни специалисти.
- ↑ Сътрудничество с експерти по психично здраве.
- ↑ Разработване на културно чувствителни насоки за насочване.

Теми:

- ↑ Разбиране важността на сътрудничеството с експерти по психично здраве.
- ↑ Изграждане на силна мрежа за насочване на бежанци.
- ↑ Разработване на културно чувствителни ръководства за насочване на бежанци с проблеми с психичното здраве.
- ↑ Специфични за всяка държава организации и институции за насочване.

ПРОЦЕСЪТ НА НАСОЧВАНЕ КЪМ ЗДРАВНИ СПЕЦИАЛИСТИ

Ключови елементи:

- | Гарантиране, че бежанците получават подходящите грижи и подкрепа, от които се нуждаят
- | Признаване на необходимостта от допълнителна помощ
- | Справяне с трудни и предизвикателни индивидуални истории

КУЛТУРНО ЧУВСТВИТЕЛНИ РЪКОВОДСТВА ЗА НАСОЧВАНЕ

Ключови елементи:

- ┆ Разбиране на културната чувствителност
- ┆ Основни принципи за културно чувствителни препоръки
- ┆ Разработване на културно чувствителни ръководства за насочване
- ┆ Пример: Прилагане на културно чувствителни пренасочвания

СЪТРУДНИЧЕСТВО СЪС ЗДРАВНИ СПЕЦИАЛИСТИ

Ключови елементи:

- | Ключови аспекти, ползи и предизвикателства на сътрудничеството
- | Признаци, симптоми и прагове при насочване
- | Насоки за незабавни действия при остри психични проблеми на участниците

МОДУЛ 10 – НАСОЧВАНЕ КЪМ ЗДРАВНИ СПЕЦИАЛИСТИ

Упражнения:

- ┆ Разработване на ръководства за насочване/пренасочване
- ┆ Картографиране на мрежа за насочване
- ┆ Сценарии за ролеви игри за насочване