

**KOMPLEKSOWY SYSTEM WSPARCIA PRZEDSZKOLI/SZKÓŁ,  
NAUCZYCIELI, RODZICÓW I UCZNIÓW W CZASIE EPIDEMII  
- w trosce o ich zdrowie psychiczne i fizyczne**

**#3mamyzWami**

**To program doskonalenia nauczycieli, realizowany:**

- w systemie online, przez 6 tygodni, zakończony uzyskaniem dyplomu ukończenia szkolenia pt. „Funkcjonowania placówki (przedszkola, szkoły) w czasie kryzysu epidemiologicznego i innych wydarzeń kryzysowych”, w wymiarze 30 g.
- uczestnicy szkolenia w ciągu 6 tygodni otrzymują pakiet materiałów online (nagrane webinary, filmy, materiały szkoleniowe w PDF, w tym mini scenariusze na Rady Pedagogiczne, infografiki, plakaty), z którymi mogą się zapoznać **w dowolnym czasie**;
- uczestnicy projektu **nie wykonują dodatkowych zadań czy prac** - materiały są przeznaczone **do dowolnego** wykorzystania w codziennej pracy (materiały dla dyrektorów, nauczycieli, dla rodziców i uczniów);
- dodatkowym wsparciem dla nauczycieli są spotkania typu LIVE, gorąca linia i wsparcie coachingowe **dla chętnych osób** oraz spotkania z ekspertami (specjalnie organizowane webinary).

**Dopiero mija pierwszy miesiąc izolacji z powodu pandemii epidemiologicznej. Możemy sobie jeszcze dobrze radzić i nie obserwować wielu zachowań typowych dla sytuacji kryzysowej – ale TO JEST SYTUACJA KRYZYSOWA! A konsekwencje wcześniej czy później się pojawią w wymiarze gospodarczo-ekonomicznym, społecznym i psychologicznym i mogą dotknąć rodzin uczniów, uczniów, dzieci i nauczycieli. Mogą się objawić kryzysem psychicznym, depresją, PTSD, a także wypaleniem technologicznym, problemami ze zdrowiem fizycznym (spowodowanym brakiem ruchu i eksploatacją oczu itd.).**

**Zarówno lekarze psychiatrzy, jak i psycholodzy, fizjoterapeuci i okuliści już przewidują wiele problemów.**

**Trzeba się do tego przygotować i uruchomić działania profilaktyczne!**

**#3mamyzWami**

## Celem projektu jest wzmocnienie kompetencji nauczycieli w zakresie:

1. psychicznych i społecznych konsekwencji kryzysu
2. realizacji funkcji opiekuńczo-wychowawczych w systemie zdalnym
3. udzielanie wsparcia emocjonalnego na rzecz zdrowia psychicznego (profilaktyka wypalenia i PTSD), interwencji kryzysowej
4. opracowywania skutecznych procedur kryzysowych dostosowanych do możliwości i potrzeb w danej placówce
5. oraz przygotowania scenariuszy powrotów po epidemii i izolacji.

**Na pewno nie da się dokładnie skopiować funkcjonowania placówki i otworzyć na nowo przedszkola i szkoły w takiej samej wersji, jak to było przed epidemią. Na pewno dojdzie (a może już doszło) do przewartościowania priorytetów w zakresie kompetencji, celu i sensu edukacji. Tego, co jest naprawdę ważne ...**

## Przedszkole czy szkoła to nie miejsce - to ludzie!

Dla sprawnej organizacji szkolenia proponujemy powołanie Przedszkolnego/Szkolnego Sztabu Kryzysowego składającego się z 3 osób. Ich zadaniem będzie: (1) przekazywanie materiałów do odpowiednich grup odbiorców; (2) udział w spotkaniach typu LIVE; (3) korzystanie z kontaktu – Gorącej Linii.

### Harmonogram współpracy z placówkami i Sztabem Kryzysowym w placówce:

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Poniedziałek</b> | Sztabowców otrzymują materiały dla nauczycieli |
| <b>Wtorek</b>       | Sztabowców otrzymują materiały dla rodziców    |
| <b>Środa</b>        | Sztabowców otrzymują materiały dla uczniów     |
| <b>Czwartek</b>     | Gorąca Linia                                   |
| <b>Piątek</b>       | LIVE dla Sztabowców                            |

### Przykładowa tematyka szkoleń online i materiałów edukacyjnych:

**Zarządzanie kryzysowe.** Organizacja czasu pracy nauczycieli i pracowników niepedagogicznych. Współpraca z rodzicami. Zdalne nauczanie - kiedy szkoła weszła do domów. Kryzys jako zagrożenie i szansa. Komunikacja kryzysowa. Identyfikacja osób potrzebujących pomocy. Syndrom stresu pourazowego i odreagowanie emocjonalne - debriefing (PTS i PTSD). Interwencja kryzysowa – czyli co trzeba robić po kryzysie. Kryzys, fazy kryzysu – zachowania i reakcje, zasady działania w sytuacjach kryzysowych. Lider w kryzysie - jak pomagać innym? Pierwsza pomoc emocjonalna i udzielanie wsparcia emocjonalnego, profilaktyka PTSD, technowypalenie, jak dbać o własne bezpieczeństwo psycho-emocjonalne... Przepracowanie kryzysu. Pierwsza pomoc przedmedyczna (wybrane zagadnienia w tym ataki lęku i paniki ).

**Rodzice:** edukacja dot. kryzysu, faz kryzysu – zachowania i reakcje, zasady działania w sytuacjach kryzysowych, udzielanie wsparcia emocjonalnego, organizacja nauki w domu.

**Uczniowie:** aby rozumieli co się może z nimi dziać: kryzys, fazy kryzysu – zachowania i reakcje, udzielanie wsparcia emocjonalnego... Technowypalenie. Jak się uczyć?