

Rezultaty pracy intelektualnej projektu *Psychological early intervention - clinical training:* **Massive Open Online Courses 1 i 2**

prof. dr hab. Krzysztof Gąsior
dr Piotr Szczukiewicz
Katedra Psychologii
Uniwersytet Jana Kochanowskiego
w Kielcach



Wprowadzenie

M.O.O.C. stanowią e-learningowe szkolenia do samodzielnej nauki, dedykowane głównie psychologom i psychoterapeutom, oraz ich trenerom. Są one udostępnione na platformie projektu:

https://psychein.pixel-online.org/gp_MOOCs.php

W prezentacji omówiono:

1. Tematy szkoleniowe kursu 1 (M.O.O.C. 1)
2. Tematy szkoleniowe kursu 2 (M.O.O.C. 2)
3. Zastosowane rozwiązania dydaktyczne



Tematy szkoleniowe kursu 1

1. Historia interwencji kryzysowej. Różne podejścia teoretyczne.
2. Fazy wczesnej interwencji psychologicznej: model połączeń międzywymiarowych.
3. Reakcje na stres: Perspektywa biopsychospołeczna.
4. Orientacja na stres spowodowany zdarzeniem krytycznym.
5. Specyficzne cele wczesnej interwencji psychologicznej.
6. Opis niektórych wczesnych interwencji psychologicznych.
7. Zarządzanie w sytuacjach kryzysowych.



1. Historia i podejścia do interwencji kryzysowej.

- Ta część wprowadza w historię interwencji kryzysowej, która jest stosunkowo nową dziedziną psychologii. Jej początki datuje się zwykle na lata 40 i 50, wraz z pionierskimi pracami Ericha Lindemanna dotyczącymi żałoby po pożarze klubu Coconut Grove w Bostonie oraz wraz z pracami Geralda Caplana z Uniwersytetu Harvarda. Zwrócono również uwagę, że to pracownicy socjalni byli jednymi z pierwszych, którzy ustalili, że interwencje w przypadku poważnego stresu muszą być traktowane inaczej niż inne zaburzenia lub diagnozy. Pewnie dla niektórych kursantów ciekawe będzie jak duży wkład w interwencję kryzysową przyniosła obserwacja traumy wojennej.
- W tym temacie szkoleniowym podjęto też próbę konceptualizacji interwencji kryzysowej:
 - Interwencja jako pomoc indywidualna, głównie o charakterze psychologicznym.
 - Wielostronna pomoc i opieka w obliczu różnych trudnych sytuacji i zagrożeń.
 - Działalność społeczna, systemowa i polityczna ukierunkowana na poprawę funkcjonowania jednostek i grup społecznych.

Zaprezentowano też spojrzenie na interwencję kryzysową z perspektywy głównych modalności terapeutycznych oraz próby spojrzenia integracyjnego.

2. Fazy wczesnej interwencji psychologicznej: model połączeń międzywymiarowych.

- Drugi temat szkoleniowy uczy jak rozpoznawać fazy kryzysu i patrzeć na nie w trzech płaszczyznach (paradygmat międzywymiarowy).
- Kursant poznaje typologię ofiar i może nauczyć się identyfikować typy ofiar poszkodowanych oraz powiązać fazy kryzysu i różne kategorie ofiar z różnymi sytuacjami kryzysowymi.
- Warto zwrócić uwagę, że już na tym etapie można się dowiedzieć, że również psycholog interwencyjny również może być pośrednią ofiarą kryzysu, gdyż jest poddany skutkom wydarzenia kryzysowego (np. widzi cierpienie ofiar).
- Obok teorii pozwalającej nazywać i rozumieć co i z kim się dzieje kurs podaje też pomoce, np. do prowadzenia wywiadu, aby rozpoznać sytuację osób poszkodowanych.

3. Reakcje na stres:

Perspektywa biopsychospołeczna

- W tej jednostce tematycznej można dowiedzieć się o trzech różnych fazach związanych ze stresem i roli układu nerwowego w tych trzech fazach, w kontekście różnych reakcji, ich oceny, oraz interwencji (zapobieganiu), które są przydatne i pomocne w każdej z tych faz.
- Temat porusza różnego rodzaju zależności między mózgiem a ciałem – w kontekście kryzysu. Omówiono np. neuropsychologiczne aspekty fazy ostrego stresu – zarówno reakcje natychmiastowe, jak i reakcje złożone.
- Wiedza na temat różnych reakcji na stres w różnych fazach stresu z perspektywy biopsychospołecznej jest bardzo przydatna dla osób udzielających pomocy. Kursant może dowiedzieć się, że różne reakcje na stres w różnych fazach stresu wskazują na potrzebę zróżnicowanych interwencji. Wiedza na temat różnych natychmiastowych potrzeb i złożonych reakcji w sytuacji stresu kryzysowego, wraz z ich neurofizjologicznym podłożem w ostrej i następującej po niej fazie stresu, stanowi dobrą podstawę do skutecznych interwencji. Ilustrują to „dobre praktyki”.
- Ten temat pozwala zatem poznać model wczesnej interwencji psychologicznej integrujący neuropsychologię i podejście poznawcze. A sekcja „dobre praktyki” pokazuje przykładowe kroki i zadania, wraz z objaśnieniami na temat ich terapeutycznej roli w wymiarze biologicznym, psychicznym i społecznym.

4. Orientacja na stres spowodowany zdarzeniem krytycznym

Ta jednostka tematyczna omawia trzy fazy kryzysu:

- Faza przedkryzysowa: Celem oceny przedkryzysowej jest niedopuszczenie do wystąpienia kryzysu lub przygotowanie się na jego wystąpienie.
- Faza kryzysu: tu ważna jest szybka interwencja, rozwiązywanie problemów i zapobieganie dalszym szkodom. Na tym etapie dwa istotne elementy podejmowania decyzji to właściwy moment i jakość. Po rozpoznaniu bieżącej sytuacji kryzysowej, osoba odpowiedzialna za podejmowanie decyzji musi natychmiast zareagować, aby ograniczyć szkody.
- Faza pokryzysowa: etap porządkowania, który ma miejsce po wystąpieniu początkowych skutków kryzysu. Podczas tej fazy dokonywana jest bardziej ogólna ocena. Czas jej trwania jest nieograniczony i zależy od rodzaju kryzysu. Okres ten przeznaczony jest na regenerację i samoocenę. Mogą wystąpić negatywne objawy.
- Charakterystyka tych faz jest zilustrowana wypowiedziami różnych osób biorących udział w interwencji, np. psychologa policyjnego. Przykłady dotyczą konkretnych sytuacji kryzysowych.

5. Cele wczesnej interwencji psychologicznej.

- Temat 5 znacznie poszerza perspektywę interwencji psychologicznej. Opisana jest bowiem typologia katastrof, różne cele stawiane sobie podczas interwencji oraz różne podejścia psychologiczne w tych dziedzinach. Ten temat dostarcza wiedzy katastrof i sytuacji kryzysowych o charakterze humanitarnym. Położono nacisk na umiejętności interwencji stosowane w różnych rodzajach sytuacji kryzysowych z udziałem takich grup docelowych jak: personel szpitala, uchodźcy, zwykli obywatele, opiekunowie, dzieci/młodzież, personel udzielający pierwszej pomocy.
- Omówione są kompetencje potrzebne do reagowania na konkretne problemy psychologiczne w różnych środowiskach, takich jak obóz dla uchodźców, społeczność lokalna, szpitale, szkoły. Trzeba pamiętać, że radzenie sobie z oceną szkód, zakwaterowaniem i finansami jest jednym z najbardziej stresujących i długoterminowych skutków klęsk żywiołowych. Mają one wpływ na źródła utrzymania i na życie codzienne poszkodowanych, co tylko zwiększa stres, który może prowadzić do utraty zaufania do służb publicznych, pozostawiając ludzi w poczuciu bezradności.
- Wiedza teoretyczna jest zilustrowana przykładami zachowań służb pomocowych i roli psychologa w konkretnych sytuacjach.

6. Opis niektórych wczesnych interwencji psychologicznych.

Ten temat prezentuje kilka przykładów wczesnych interwencji psychologicznych: Grupowych Interwencji Psychologicznych Pierwszej Pomocy, EMDR (*Desensytyzacja i przetwarzanie za pomocą ruchu gałek ocznych*) w nagłych wypadkach oraz Modelu RAPID. Każda część opisuje fazę przygotowania, interwencję kliniczną i interwencję wspomagającą dla osób pomagających.

Kursanci mogą na tym etapie zobaczyć jak wyglądają pewne konkretne typy podejścia do interwencji. Dobre praktyki są ilustracją postępowania w sytuacjach kryzysowych w oparciu o wymienione modele.

7. Zarządzanie w sytuacjach kryzysowych

Psychologowie mogą pełnić różne role w zarządzaniu sytuacjami kryzysowymi, takie jak: członek zespołu kryzysowego, menedżer kryzysowy, facylitator zarządzający, trener na różnych etapach kryzysu. Ten temat porusza różne aspekty zarządzania sytuacjami kryzysowymi jakie mogą mieć miejsce w tych rolach:

1. Koordynacja
2. Komunikacja
3. Rozwiązywanie problemów
4. Podejmowanie decyzji
5. Przywództwo
6. Budowanie zespołu
7. Opieka nad zespołem

Również ta sekcja kursu zawiera praktyczne wskazówki (*tips*) i dobre praktyki, np. pozwalające zobaczyć jak wygląda proces koordynacji czy odpowiedniej komunikacji kryzysowej. Dobre praktyki zawierają np. scenariusze postępowania w sytuacji kryzysowej, które mają pomóc w rozwijaniu umiejętności podejmowania decyzji.

Tematy szkoleniowe kursu 2



1. Profil psychologa zajmującego się interwencją.
2. Empatia: podstawa dla psychologa we wczesnej interwencji.
3. Szkolenie indywidualne z wczesnej interwencji.
4. Szkolenie grupowe z wczesnej interwencji.
5. Prowadzenie superwizji złożonych interwencji.
6. Uczenie zarządzania kryzysowego.



1. Profil psychologa zajmującego się interwencją.

- Psycholog we wczesnej interwencji definiowany jest najpierw jako specjalista zdrowia psychicznego, ale profil takiego psychologa obejmuje również wielowymiarową rolę: edukację, szkolenie, administrację, negocjacje, współpracę, a nawet pozyskiwanie funduszy, orzecznictwo, leczenie i rehabilitację.
- Wiedza zdobyta w tym temacie/jednostce obejmuje pięć ważnych aspektów potrzebnych psychologowi ratunkowemu, w szczególności skupia się na przygotowaniu do roli klinicysty, trenera/facylitatora i menedżera.
- Moduł wspiera możliwości uczenia się oceny sytuacji potrzeb oraz zastosowania PFA (Psychologicznej Pierwszej Pomocy). Trener pozna techniki psychospołeczne, a także interwencje skoncentrowane na traumie.
- W przykładach omówiono zastosowanie prostych narzędzi kwestionariuszowych (np. Kwestionariusz Stresu), które może wykorzystać trener w procesie szkoleniowym.

2. Empatia: podstawa dla psychologa we wczesnej interwencji

- Każda pomoc psychologiczna wymaga zastosowania empatii, również w ramach interwencji kryzysowej potrzebne jest posługiwanie się empatią. Ten temat pomaga trenerowi czy nauczycielowi poprowadzić edukację i trening w zakresie empatii.
- Omówiono zasady aktywnego i skutecznego słuchania, proces empatii w sytuacjach różnic kulturowych, a także zastosowanie empatii w pracy superwizyjnej, gdy trener towarzyszy w pracy osób szkolących się w interwencji.
- Do różnych sytuacji dopasowano też przykłady, które pomogą trenerowi przekazywać wiedzę.

3. Szkolenie indywidualne z wczesnej interwencji

- Przygotowanie indywidualne psychologa do pracy w interwencji oparte zostało na odpowiednim zarządzaniu stresem i własnymi zasobami. Trener może się dowiedzieć z tej jednostki szkoleniowej jakie mogą być źródła stresu dla psychologa interwencyjnego, jak rozpoznawać i wykorzystywać czynniki chroniące i zagrażające oraz jak przekazać wiedzę o radzeniu sobie ze stresem w warunkach interwencji.
- Temat wprowadza trenera w trudną umiejętność – pomaganie tym, którzy pomagają innym. Porusza problem traumatyzacji, wypalenia zawodowego oraz tzw. zmęczenia współczuciem. Chodzi o to, aby szkolenie w interwencji uczyło psychologa korzystania z czynników chroniących i mogło wzmacniać zasoby osobiste. Ważny wątek to przekazanie umiejętności chroniących, aby praca interwencyjna nie obracała się przeciw psychologii, ale stawała się sensowna i wartościowa.

4. Szkolenie grupowe z wczesnej interwencji.

- W tym wypadku temat nie porusza metodyki pracy z grupą szkoleniową, ale skupia się na uczeniu interwencji wobec grup. Interwencje grupowe w następstwie kryzysu, katastrof i humanitarnych sytuacji kryzysowych stają się coraz ważniejszym obszarem badań i praktyki w zakresie radzenia sobie z traumą.
- Trener będzie mógł przekazać wiedzę na temat kluczowych założeń i filozofii podejść teoretycznych dotyczących traumy, z uwzględnieniem pomocy grupowej. Uczy się przekazywać umiejętności w zakresie interwencji grupowych, a także kształtować kompetencje w zakresie reagowania, aby osiągnąć konkretne cele terapeutyczne w obrębie grupy.
- Także przy tym temacie podane są ciekawe wskazówki (tips) i dobre praktyki. I mają one naprawdę konkretny charakter - trener dowiaduje się np. jakie zwroty mogą być pożyteczne, czego lepiej unikać. Dobre praktyki pokazują jakie przykłady wykorzystać, aby pokazać jak wygląda proces interwencji wobec grupy poszkodowanych.

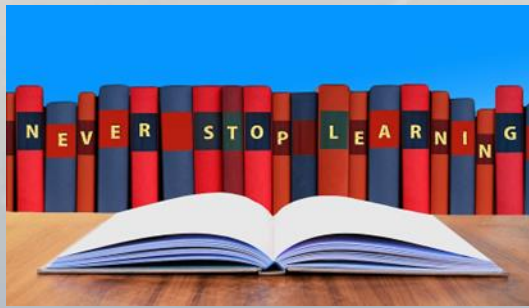
5. Prowadzenie superwizji złożonych interwencji.

- W tym module trener/nauczyciel zapozna się z informacjami na temat tego, co jest ważne, aby wiedzieć o superwizji, a także co jest do zrobienia w superwizji i jak to zrobić. Poruszono też tematy specyficzne dla superwizji w kontekście traumy i interwencji.
- Wszystkie treści z tego tematu są przydatne najpierw w prowadzeniu własnej superwizji, ale przede wszystkim pomogą także w procesie nauczania osoby, która ma być superwizorem. Moduł pomija trochę wiadomości, które wynikają z formalnej roli superwizora w określonej organizacji zawodowej, bowiem w różnych krajach występują różne kryteria zdobycia tytułu superwizora. Tutaj skoncentrowano się na przygotowaniu profesjonalisty do poprowadzenia efektywnej superwizji pracy interwencyjnej osób, którym spojrzenie z boku na ich pracę pomoże podnieść jakość pracy i komfort osobisty. Ponieważ nauczanie superwizji to bardziej praktyka niż teoria, dlatego przedstawiono tu wiele wskazówek, dobrych praktyk i materiałów, które można wykorzystać w procesie nauczania superwizji.

6. Uczenie zarządzania kryzysowego.

- Psychologowie i psychoterapeuci zajmujący się kryzysem mogą pełnić różne role zarządzające. W tym module tematycznym omówiono najważniejsze z nich:
 - Zarządzający w Sytuacji Kryzysowej - Crisis Manager - jest odpowiedzialny za zarządzanie organizacjami i agencjami zaangażowanymi w sytuację kryzysową.
 - Facylitator Kryzysowy - jest członkiem zespołu, który wspiera poszczególne zespoły w pracy nad realizacją procedur w fazie przedkryzysowej, kryzysowej i pokryzysowej.
 - Trener Zarządzania Kryzysowego - prowadzi szkolenia dla specjalistów ratownictwa kryzysowego z różnych dziedzin (pracowników ochrony, pracowników służby zdrowia, pracowników socjalnych, wolontariuszy).
 - Członek zespołu ratunkowego biorącego udział w interwencji kryzysowej.
- W ramach niniejszego modułu edukacyjnego uczestnik może osiąść wiedzę i umiejętności w zakresie ważnych aspektów zarządzania kryzysowego. Przy czym materiał szkoleniowy zawiera wskazówki i odnośniki do dobrych praktyk, aby dobrze zilustrować jak może wyglądać praca szkoleniowa. Praktyczna strona modułu obejmuje np. kwestionariusze samooceny i ćwiczenia kompetencji.

Podsumowanie



- Oba kursy zawierają bogate treści i ważne informacje, ale jednocześnie nie są po prostu zestawem slajdów do obejrzenia/przeczytania. Poprzez umieszczone wskazówki, dobre praktyki i odsyłanie do innych materiałów potrafią wzbogacić szkolenie, aby uczestnik mógł nabyć też umiejętności i kompetencji.
- Wyodrębnienie dwóch ścieżek szkoleniowych wydaje się bardzo trafne, bowiem kursy stają się bardziej „pocelowane” do odpowiedniej grupy docelowej. Początkujący psycholog sięgnie raczej po kurs 1, a specjalista, który już ma wiedzę i doświadczenie, a który chciałby je dobrze przekazać, sięgnie po kurs 2.

https://psychein.pixel-online.org/gp_MOOCs.php