

АЛИАНС В УЧИЛИЩЕ

РЪКОВОДСТВО

ЗА МОДЕРАТОРИ

Работен пакет 4 - Програма за обучение
"Алианс в училище"



Съфинансирано от
Европейския съюз

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

СЪДЪРЖАНИЕ

01

Преглед на програмата "Алианс в училище"

02

Преди провеждане на семинарите

03

По време на семинарите

04

Провеждане на семинарите

05

Продължителност на семинарите

06

Бележки на модератора

07

Сесии за последващи действия

01

ПРЕГЛЕД НА ПРОГРАМАТА АЛИАНС В УЧИЛИЩЕ

Програмата “Алианс в училище” помага на учителите да разпознаят своите привилегии и позиционна власт и конкретните действия, които могат да предприемат, като съюзници за насърчаване и защита на психичното здраве.

Чрез индивидуални дейности и групови дискусии участниците ще изградят съюзи и ще се подготвят да действат като съюзници за насърчаване на психичното здраве.

В това ръководство ще намерите всичко необходимо за програмата “Алианс в училище”, включително допълнителен контекст за това как е разработена и често задавани въпроси, които могат да възникнат.

Важно е да се запознаете както с ръководството и бележките за модераторите, преди провеждането на семинарите, за по-лесно проследяване на времето при провеждане на дейностите.

Целеви групи на семинарите

Всички участници (учители, ученици и други заинтересовани страни) ще се запознаят подробно с концепцията за алианс в училище, за своите роли и с конкретни стратегии за практикуване на съюзничество.

Структура на програмата

Програмата е предназначена за виртуални или лични срещи и се състои от два основни компонента.

Основен семинар

Основен семинар, който въвежда участниците в понятието за алианс.

Програмата се провежда в рамките на 3-4 часа.

Това ръководство представя стъпка по стъпка подготовката и организирането на семинарите.

Три сесии за проследяване на дейностите

Три групови сесии за проследяване ще бъдат организирани, за да се осигури отчетност и подкрепа на участниците при прилагането на наученото в действие. Алиансът е последователна практика и никой не става съюзник отведнъж или след участие в един семинар. Последващите сесии ще насърчат отчетността и изграждането на навици като дават на участниците пространство да продължат да практикуват програмата.

Материали за семинарите

Следните материали са специално разработени по програмата "Алианс в училище":

- Ръководство за модератори
- Презентация - семинари за алианси
- Работна тетрадка

02

КАКВО Е НЕОБХОДИМО ДА ПРЕНДПРИЕМЕТЕ ПРЕНДИ ПРЕНВЕЖДАНЕ НА СЕМИНАРИТЕ?

→ 1. Вземете участие в едно от безплатните обучения за модератори, които се организират от партньорските училища. Това е първата стъпка за запознаване с програмата "Алианс в училище".

90-минутното обучение представя ключови концепции, цялостна структура на програмата и материалите, включително и отговори на най-често задаваните въпроси.

→ 2. Изберете модератори

Модераторът играе решаваща роля за осигуряване на ангажиращо преживяване за участниците. Решете кой ще модерира сесията и дали ще е необходим повече от един модератор. За повече насоки вижте раздела „По време на семинарите“.



→ 3. Достъп до материалите, необходими за провеждане на семинара. За провеждане на сесията е необходима презентацията - семинари за алианси, в допълнение към това и ръководство за модератори. Презентацията е в сърцевината на програмата, която води вас и участниците през семинарите. В нея има бележки за модератора, които допълнително подпомагат провеждането на семинарите.

По време на семинара участниците ще работят в лична работна тетрадка, като изпълняват индивидуални дейности и групови дискусии. Полезно е предварително да се запознаете и с нея, за да се чувствате комфортно с всички различни компоненти на програмата.

→ 4. В случай, че ще организирате онлайн семинари, уверете се, че сте запознати с функциите на избраната платформа за видеоконференции.

Уверете се, че вашият софтуер за видеоконферентна връзка позволява да организирате участниците в работни групи. В идеалния случай използвайте програма, която позволява предварително разпределение на групите, като е препоръчително да се упражнявате в използването на платформата преди провеждането на семинарите. На този етап трябва да проверите дали няма вътрешни технически изисквания за достъп до материалите и да осигурите достъп до работната тетрадка.

→ 5. Изпратете имейл за добре дошли на всички участници. Този имейл трябва да съдържа важна информация за участниците, включително материали преди семинара, работна тетрадка и логистика за семинара (дата, час, място на провеждане и т.н.).

03

ПО ВРЕМЕ НА СЕМИНАРИТЕ

Като модератор/и по време на семинарите ще отговаряте за:

➤➤➤ Представяне на презентацията. Това включва представяне на съдържанието на презентацията "Семинари за алианси".

- »»» Представяне на видеоклиповете. В различни етапи на семинара, три видеоклипа ще бъдат представени, както е описано в презентационните слайдове. Уверете се, че сте проверили настройките на звука, преди да ги пуснете.
- »»» Създаване на група или преместване на участници в и от групови стаи, ако групата е онлайн. В ръководството ще намерите информация за работа по групи и продължителността на всяка дейност. Уверете се, че сте запознати с функциите за отваряне и затваряне на виртуалните стаи и предаване на съобщения.
- »»» Отговорете на всички възникнали въпроси. Въпросите могат да бъдат уточняващи или други, възникнали по време на сесията или в работните групи.
- »»» Следене на времето по време на семинарите. За да бъде представено цялото съдържание е необходимо да следите внимателно времето си, за да поддържате вниманието на участниците. Предоставените бележки помагат за разпределение на времето.

04

ПРОВЕЖДАНЕ НА ФИЗИЧЕСКИ/ОНЛАЙН СЕМИНАРИ

1. Подгответе голяма стая, в която има достатъчно маси за всички участници и екран, на който всички участници да виждат основната презентация. Уверете се, че между масите има достатъчно място, за свободен разговор в стаята.



Ако някои от участниците се присъединяват виртуално, можете да изберете една от двете конфигурации на залата, но не забравяйте да направите следното:

- Уверете се, че всички виртуални участници могат да виждат основната презентация.
- Разпределете всички виртуални участници в самостоятелни стаи за работа - не се препоръчва да смесвате присъствени и виртуални участници в групите.

Ако всички участници присъстват физически, не е необходимо да ограничавате броя на участниците. Въпреки това препоръчваме всяка група да не надвишава 6-8 души.

Подготовка за семинара

Подготовка на модератора: препоръчително е да се запознаете с всички материали, необходими за провеждането на семинарите.

За представянето на презентацията, използвайте основния екран в залата.

Ако някои от участниците са в онлайн среда, не забравяйте да проверявате чата за евентуално възникнали въпроси.

Опит на участниците: по време на индивидуалната работа в хода на семинара участниците ще работят над работните тетрадки.

По време на дискусиите, ще обсъждат индивидуалните дейности по групи.

УПРАВЛЕНИЕ НА ПОСЛЕДВАЩИТЕ СЕСИИ

След семинара отговаряте за координирането на трите последващи сесии. Това включва:

1. Определяне на дати за последващите сесии

Първата сесия трябва да бъде в рамките на един месец след семинара, втората - 2 месеца след и третата - 3 месеца след семинара. Препоръчително е да ги планирате предварително, за да запазите времето в календарите на участниците.

2. Провеждане на сесии за последващи действия. Последващите дейности ще се изпълняват по групи, така че ще имате ограничено модерирание. Препоръчва се групите да останат едни и същи както по време на семинара, така и по време на сесиите за последващи действия.

05

ПРОГРАМА НА СЕМИНАРИТЕ

Време за провеждане на семинарите

Определяне на алианса

- Въведение: 10 минути
- Индивидуална дейност: 5 минути
- Видеоклип за съюзничество: 5 минути
- Дискусия за съюзничество: 15 минути

Откриване на собствената сила

- Определение за сила: 5 минути
- Индивидуална дейност: 5 минути
- Дискусия за властта: 15 минути

Усвояване на действията на алианса

- Видеоклип със стратегии: 5 минути
- Почивка: 10 мин.
- Дискусия в рамките на почивката: 15 минути

Преглед на рамката за активно съюзничество - 10 минути

- Преглед на рамката за активно съюзничество и представяне на последващите сесии - 5 минути
- Индивидуална дейност - 5 минути

06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

1. ОПРЕДЕЛЯНЕ НА АЛИАНСА

Слайдове 3-10

продължителност: около 30 минути

БЕЛЕЖКИ

Здравейте! Казвам се [ВЪВЕДЕТЕ ИМЕ] и ще водя този семинар по програма "Алианс в училище" в [ВЪВЕДЕТЕ УЧИЛИЩЕ].

ПЕРСОНАЛИЗИРАНЕ НА МОДЕРАТОРА:

Осигурете контекст на програмата за вашите участници. Разкажете им защо е важна програма за вашето училище. Помислете за споделяне на следното:

- Защо сте мотивирани да въведете програмата "Алианс в училище" във вашето училище?
- Къде се намира училището по пътя на съюзничеството?
- Защо тази програма е важна за вашето училище?

1



С това нека се потопим.

[Споделяне на екрана]

„Добре дошли в програмата Алианс в училище!“

Много се радвам/е, че сте тук. По време на сесията, приканвам/е ви да:

- ограничите разсейващите фактори - спрете известията на вашите телефони/компютъри
- настанете се удобно - отделете малко време, за да се подготвите
- това е безопасно място, където можете да говорите открито, като по време на семинара ще проведем дискусии в малки групи.

1. ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ПОНЯТИЕТО АЛИАНС

СЛАЙД 2

БЕЛЕЖКИ



Семинарът ще продължи четири часа. За всички дейности в семинара ще използвате лична работна тетрадка. По време на семинара ще ви информираме кога да преминете към дейностите от работната тетрадка.

През първата част ще се съсредоточим върху развиването на споделено разбиране за алианса. Така че ще научим за:

- Какво е алианс?
- Разкриване на проблеми и предизвикателства, свързани с менталното здраве в училищата
- Разкриване на собствените сили

През втората част ще разгледаме алианса чрез:

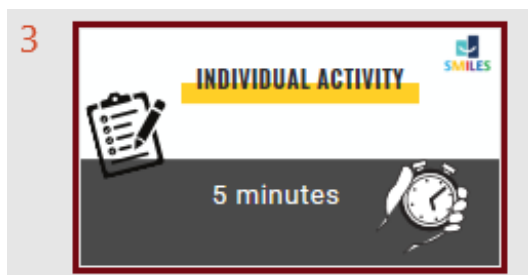
- откриване на собствената сила, за осъществяване на промяна в училище
- запознаване с конкретни действия за практикуване на съюзничество
- преглед на рамката за активно съюзничество, която ще използвате в последващите сесии.

На следващите сесии ще продължите да работите по групи, за откриване на нови стратегии за съюзничество и упражнения за попълване на рамката за активно съюзничество.

1. ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ПОНЯТИЕТО АЛИАНС

СЛАЙД 3

БЕЛЕЖКИ



Приканвам/е ви да изразите мнението си за това какво според вас е да бъдеш съюзник за насърчаване и защита на менталното здраве.

Няма един единствен отговор, става въпрос за разглеждане на различни или припокриващи се идеи за това какво е да си съюзник.

Първо, нека започнем с едно упражнение. В продължение на 5 минути размишлявайте над следните въпроси:

- Как разбирате понятието алианс?
- Какво според вас би ви направило посилен съюзник?

След това обсъдете с групата.

СЛАЙД 5

БЕЛЕЖКИ



Вероятно повечето от нас разбират, че да бъдем съюзници е важно особено за хората с традиционно маргинализирани идентичности, за да се чувстват включени и подкрепени.

Важно е за хората, изправени пред проблеми с психичното здраве, да се чувстват включени и подкрепени.

Това не се отнася само до нашите индивидуални действия:

Изследванията показват, че съюзниците не влияят само на един човек в даден момент. Те вдъхновяват и други хора да действат като двигатели на промяната, създавайки култура на приемане и подкрепа.

Накратко, съюзниците са мощна сила за добро.

06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

1. ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ПОНЯТИЕТО АЛИАНС

СЛАЙД 6

БЕЛЕЖКИ



Важно е да се отбележи, че алиансът в училище помага на учителите, учениците и училищния персонал да набележат конкретни начини за предприемане на действия, които ще имат значително въздействие върху насърчаването и защитата на емоционалното и психичното здраве на учениците.

Ще научите какви конкретни действия могат да предприемат, за да се покажат като съюзници в насърчаването и защитата на психичното здраве.

СЛАЙД 8

БЕЛЕЖКИ



Много е важно да се подчертае, че програмата „Алианс в училище“ изисква стратегическо сътрудничество между различни заинтересовани страни, включително училища, здравни органи, неправителствени организации, специалисти по психично здраве, родители и общности.

В нашата програма споделяме общи стъпки за практическо изграждане на съюзи, които подкрепят и насърчават психичното здраве в училищата.

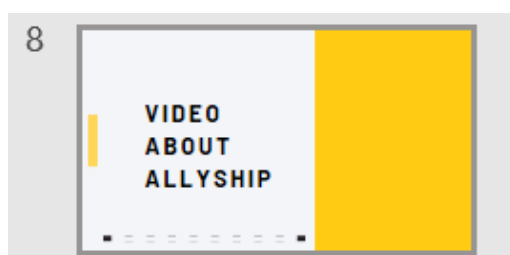
06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

1. ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ПОНЯТИЕТО АЛИАНС

СЛАЙД 9

БЕЛЕЖКИ



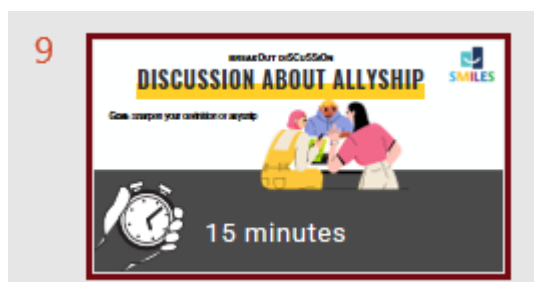
Благодаря, че отделихте време да започнете да размишлявате. Сега ще гледаме кратко видео за това какво е съюзничеството и защо е важно.

- Докато го гледате, помислете по какво това определение се различава от вашето или по какво си прилича.
- След това ще работим по групи за дискусии.

[Направете пауза за няколко минути, за да могат участниците да запишат отговорите в работната тетрадка. След това прочетете някои примери].

СЛАЙД 10

БЕЛЕЖКИ



След малко ще работим по групи, за да обсъдим и отговорим на някои въпроси.

- По време на сесиите ще се срещате с вашите групи няколко пъти, така че ще имате достатъчно пространство да споделите опита си, да обсъдите какво научавате и накрая да поговорите за това как да практикувате съюзничество.

Целта на тази дискусия е да усъвършенствате определението си за съюзничество.

Ще имате около 15 минути. Дейностите за обсъждане са в личната работна тетрадка.

06

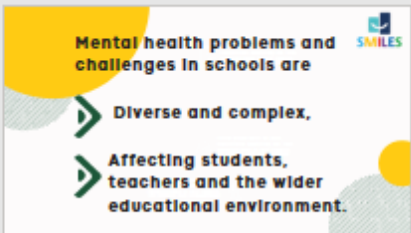
БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

2. РАЗКРИВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ С ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ В УЧИЛИЩАТА


СЛАЙДОВЕ 12-13

БЕЛЕЖКИ

11



12



Учениците в училищата се сблъскват с редица проблеми, свързани с психичното и емоционалното здраве, които могат да повлияят на тяхното благосъстояние и академични постижения.

Тези проблеми не са еднакви във всички училища, но ето някои от основните проблеми, свързани с психичното здраве в училищата.

СЛАЙД 19-20

БЕЛЕЖКИ




Ефективното справяне с тези проблеми и предизвикателства, свързани с психичното здраве, изисква координирани и постоянни усилия от страна на цялата образователна общност, включително учениците, училищния персонал, родителите и широката общественост.

Ето някои от основните предизвикателства, с които се сблъскват училищата във връзка с психичното здраве.

06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

2. РАЗКРИВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ С ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ В УЧИЛИЩАТА

СЛАЙД 21

БЕЛЕЖКИ



Участниците ще разгледат следните въпроси за обсъждане:

- Бихте ли включили други предизвикателства, свързани с психичното здраве в училищата, в допълнение към представените?
- Какви стратегии, според вас, могат да бъдат приложени в училищата за справяне с тези предизвикателства, свързани с психичното здраве?

2. РАЗКРИВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ С ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ В УЧИЛИЩАТА

СЛАЙД 22-25

БЕЛЕЖКИ



Сега нека се впуснем и да открием силата, която имаме в училището.

За целите на този семинар ще се съсредоточим върху позиционната власт - властта, която имате и която се основава на ролята ви като учител.

Като начало, какво разбираме под власт?

За целите на този семинар ще определим властта като способността да оказвате влияние в училище. Когато използваме тази сила, за да помагаме на другите, можем да започнем да се проявяваме като ефективни съюзници в училище. Това често означава, че като учител имате силата да правите промени и да влияете върху културата на психичното здраве в училище.



06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

СЛАЙД 26-33

БЕЛЕЖКИ

25



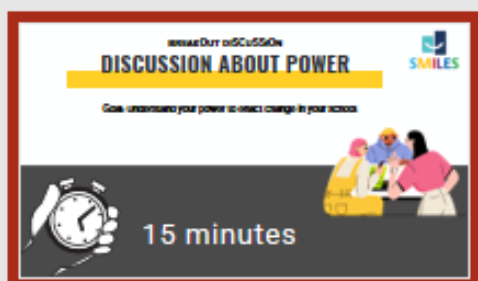
Важно е да помним, че всички имаме различни форми на власт.

- Често подценяваме силата си и въздействието, което може да има, особено когато сме в началото на кариерата си или не сме на толкова висока позиция. Участието на всички нива в едно училище може да доведе до голяма промяна. Ето няколко примера за начини за упражняване на тази власт.

СЛАЙД 34

БЕЛЕЖКИ

33



Участието на всички нива в училището може да има голямо значение.

- Според проучванията, когато персоналят на всички нива е ангажиран с организационната промяна и действа като агент на промяната, новите поведения имат по-голям шанс да се превърнат в споделени ценности и част от културата.

Това е чудесно място за адаптиране на примери за власт към конкретното работно място.

Сега ще преминем към групови дискусии:

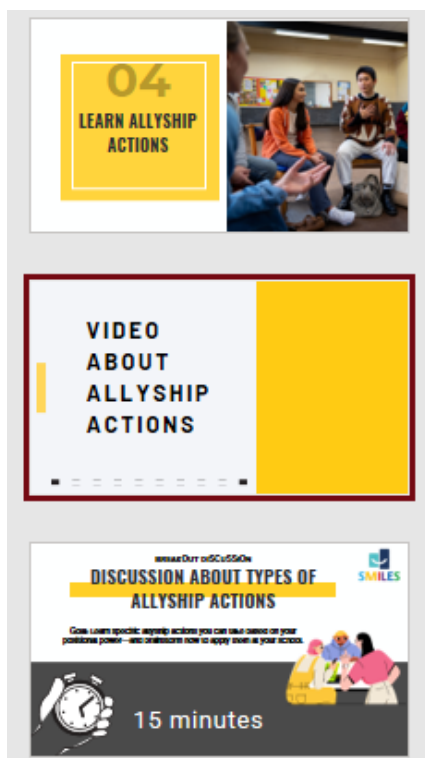
- целта е да разберете каква е вашата сила за осъществяване на промяна във вашата организация.
- не забравяйте да създадете пространство за споделяне на всеки във вашата група.

06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

СЛАЙД 35-37

БЕЛЕЖКИ



Следващата част от семинара е посветена на конкретни стратегии и действия, които можем да предприемем, за да практикуваме ефективно съюзничество.

Като за начало ще гледаме кратко видео, за да разберем стратегиите и действията, които ще разгледаме.

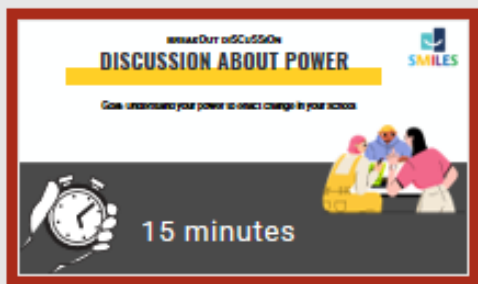
- Докато гледате видеото, помислете какви други видове партньорски действия бихте могли да предприемете.

Сега ще се проведем групови дискусии. Целта на дискусията е да откриете какви конкретни действия за съюзничество можете да предприемете въз основа на позицията си - помислете как да ги приложите на работното си място.

СЛАЙД 34

БЕЛЕЖКИТЕ

33



Сега ще преминем към групови дискусии:

- целта е да разберете каква е вашата сила за осъществяване на промяна във вашата организация.
- не забравяйте да създадете пространство за споделяне на всеки във вашата група.

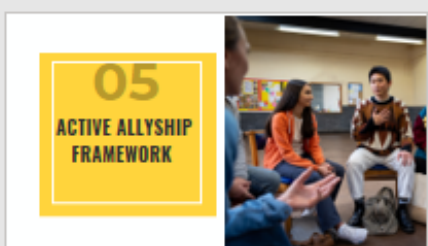
06

БЕЛЕЖКИ НА МОДЕРАТОРА

СЛАЙД 38-39

БЕЛЕЖКИ

37



Чудесно, добре дошли отново на всички! За да завършим днешния семинар, ще разгледаме рамката за активно съюзничество.

Рамката цели да помогне за свързване на елементите и осмисляне на това как най-добре да използвате привилегиите и властта си, за да практикувате съюзничество.



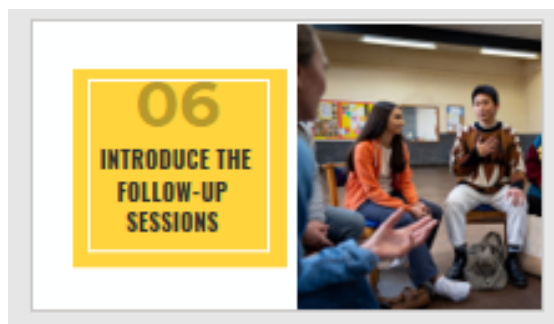
Рамката не е линейна - не е необходимо да я използвате в определен ред - не е необходимо да я преминете официално, преди да действате като съюзник. Служи като полезен инструмент за планиране или размисъл по пътя към съюзничеството.

07

ПОСЛЕДВАЩИ СЕСИИ КРЪГОВЕ НА ВЛИЯНИЕ

СЛАЙД 42-43

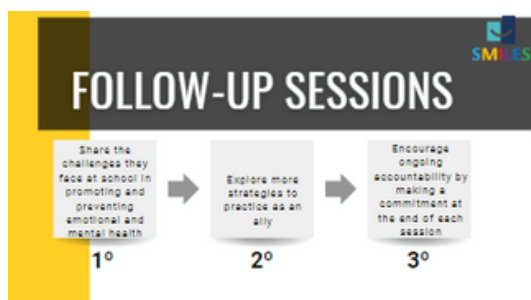
БЕЛЕЖКИ



Непрекъснато действие и отчетност

Сесиите за последващи действия насърчават учителите и участниците да се държат отговорни един за друг, докато развиват нови навици и стратегии за справяне с предизвикателствата, свързани с психичното здраве в училищата и да се ангажират с дългосрочна екипна работа за насърчаване и защита на психичното здраве в училищата.

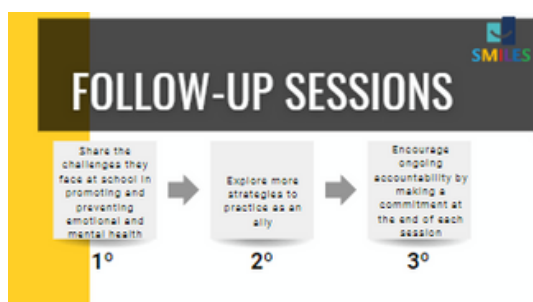
Слайд 43 показва стъпките на последващите сесии:



1. Изберете предизвикателство/а. То може да е едно от предизвикателствата, показани в презентацията, или да е предизвикателство, с което се сблъсква училището и/или което е идентифицирано по време на груповите дискусии.

СЛАЙД 43

БЕЛЕЖКИ



2. Втората стъпка включва проучване на нови стратегии за справяне с избраното предизвикателство в областта на подкрепа и защитата на психичното здраве.

3. В края на всяка сесия поемете ангажимент, който се изразява в реални действия, които ще предприемете за справяне с предизвикателството.


ПОСЛЕДВАЩИ СЕСИИ КРЪГОВЕ НА ВЛИЯНИЕ

СЛАЙД 44-47

БЕЛЕЖКИ

Follow-up sessions are circles of influence that create a space where small groups from different functions and levels can come together :

- 1 To discuss how to address the challenges of mental health protection and promotion at school
- 2 Receive peer-to-peer guidance, connect with each other
- 3 Recognise new strategies and combat mental health bias and develop strengths




CONNECTING

Follow-up sessions are circles of influence that create a space at your centre to a space in their centre to share their experiences, give and receive advice and address together the challenges of mental health promotion and protection.



MENTORING

Circles encourage members to discuss new ideas and practice new strategies together. Members also benefit from the knowledge and experience of their peers, or even professionals, which can be as effective as traditional mentor-mentee relationships



Follow-up Sessions Agenda



- 1 Reflect on your challenges
- 2 Explore a new allyship strategy
- 3 Practice using the Active Allyship Framework
- 4 Make your One Commitment

Последващите сесии създават пространство, в което малки групи от различни функции и нива могат да се съберат, да получат насоки от колеги, да се свържат помежду си, да разпознаят нови стратегии и да се борят с предразсъдъците по отношение на психичното здраве и да развият силните си страни.

Една от двете особености на сесиите за проследяване е „Свързване“ - това са кръгове на влияние, които създават пространство в училището, за да споделят опита си, дават и получават съвети и за взаимно справяне с предизвикателствата на превенцията и защитата на психичното здраве.

Другата особеност е наставничеството; кръговете насърчават своите членове да обсъждат нови идеи и да практикуват нови стратегии заедно. Членовете също така се възползват от знанията и опита на своите връстници или професионалисти.

- Добре дошли на първата от трите сесии за проследяване.
- Днес ще се потопите в разглеждане на едно от предизвикателствата, като то може да бъде едно от изброените в презентацията, или друго важно предизвикателство, което сте определили по време на груповите дискусии: например „липса на обучение за училищния персонал“.
- Цялата сесии е предзначена за групова работа.

07

ПОСЛЕДВАЩИ СЕСИИ КРЪГОВЕ НА ВЛИЯНИЕ

СЛАЙД 47

БЕЛЕЖКИ

Follow-up Sessions Agenda



- 1 Reflect on your challenges
- 2 Explore a new allyship strategy
- 3 Practice using the Active Allyship Framework
- 4 Make your One Commitment

Това е дневният ред на днешната сесия. Ще започнете да размишлявате върху избраното от вас предизвикателство, ще проучите и обсъдите нова стратегия/и за партньорство и ще практикувате рамката за активно съюзничество.

**Подпомагане на менталното здраве в местните
европейски училища**

№ 2022-1-BG01-KA220-SCH-000085840