Tečaj za Mladinca II

Gradivo za predavatelja

Komunikacija v medijih

* Kaj so mediji

Z tečajniki obnovite definicijo, kaj sploh so mediji.

Poveste jim, da so mediji glavni vir informacij, da nam mediji predstavljajo in razlagajo dogodke, ki jih sami običajno ne doživimo.

Tečajnik mora ločiti tri zvrsti, kako delimo mediji in pri vsaki našteti usaj 3 medije za vsako zvrst.

Tečajnikom predstavite, da je nujno ustrezno komuniciranje z mediji, in seveda primerna in pravilna uporaba socialnih omrežij. To jim lahko pojasnite na tem premeru:

Primer: Če pravilno uporabim socialno omrežje, je lahko dosežek tega da pridobimo nove člane.

Primer: Če pravilno obveščujemo javnost z socialnimi omrežji ali preko medijev za določene dogodke, se lahko javnost pripravi na njih.

Tečajnik mora poznati pasti medijev, kot naprimer če naresti nekaj dobrega preko medijev in se izrazi narobe lahko mediji to obrnejo v svojo prid.

Tečajnik mora napisati krajši članek za medije(članek je lahko o prostovoljnih gasilcih, o vozilih in opremi, o izmišljeni ali pretekli intervenciji, itd.)

* Obnašanje pred mediji

Tečajnikom pojasnite, da je obnašanje pred mediji šo kako pomembno. Ko se podajajo informacije medijem je pomembno kako izgledamo. To pomeni da moramo biti pravilo oblečeni. Torej navadna majica in podobne hlače dopadejo. Če informacije podajamo na kraju dogodko je oblečen v ognjevarno obleko. Ko se podajajo naprimer informacije v društvu ali na predstavitvi, smo oblečeni v delovni ali celo v svečani obleki.

Pomemben del obnašnja pred mediji je še najbolj pomemben. Ko predajajo informcije, kakšne kletvice ali sleng ne pridejo v upoštev, saj ko predajajo informacije medijem predstavljamo svoje društvo.

Kodeks etike slovenskega gasilstva

* Namen kodeksa

Namen kodeksa je zagotoviti ustrezno ravnanje in vedenje članov gasilske organizacije, na osnovi česar naj bi enakopravno sodelovali, drugim ne škodili in vsa dela opravljali dostojno, spoštljivo in kulturno.

* Ravnanje po načelih kodeksa

Načela kodeksa so medsebojni odnosi, odnosi med prostovoljnimi in poklicnimi gasilci in drugimi, s katerim se prostovoljni gasilci srečujemo pri opravljanju javne gasilske službe, pri deldelu v gasilski organizaciji. Tečajnikom pojasnite ta načela in jim obrazložite zakaj se jih treba držati.

Motivacija

* Tečajnik mora navesti razlog zaradi katerega je vstopil v gasilsko organizacijo.

Potrebe in vrednote gasilca in gasilske organizacije

* Prostovoljni gasilec in njegove vrednote

Tečajnikom predstavite kdo je lahko prostovoljni gasilec.

Nato jim obrazložite kaj pomeni vrednota gasilca, nekaj jih naštejete, naprimer kot so:razgledanost, izobraženost in usposobljenost za delo, navdušenje in želja po uspehu, vztrajnost in marljivost, odpornost, itd.

Pa tudi te vrednote z tečajniki opišite.

* Gasilska organizacija nudi gasilcu/gasilki

Tečajnikom predstavite kaj sploh je gasilska organizacija. Opišete da je več gasilskih zvez v sloveniji. Nato jim našteje kaj jim gasilska zveza nudi (možnost izobraževanj, finančna podpora društvam, itd.), to kar naštejete jim tudi obrazložite.

Vsak tečajnik mora vedeti usaj dve vrednoti gasilca in dve vrednoti ki jih nudi gasilska organizacija.

Obvladovanje stresa

* Opišite znake akutne stresne motnje in znake stanja po travmatskem dogodku

Akutna stresna motnja nastane približno en mesec po travmatskem dogodku (priča nesreči, priča smrtnem dogodku). Znaki akutne stresne motnje so odtujenost, manjša čustvena odzivnost in težka odzivnost zadovoljstva v dogodkih ki so ji prej veselili.

Tako stresno motnjo obvladamo tako, da jo moramo čim hitreje odkriti oziroma opaziti. Obvlada se jo lahko le na dva načina in to je psihoterapija, kar pomeni da se osebo čim več pogovarjamo, je ne puščamo samo. Drugi način so pa žal zdravila.

* Stresorji pri gasilskem delu

Tečajnikom naštejte stresorje pri gasilskem delu. Tečajnik mora našteti vsaj 4 stresorje.

Stresorji:

+ Velika motiviranost-poslanstvo

+ občutek nemoči

+ ko stvari niso odvisne od tebe

+ dejanska ogroženost pri reševanju

+ šokantni prizori

+ naglica

+ novinarji

+ bojazen, da smo kaj naredili narobe

+ grožnja s samomorom

* Negativen vpliv stresorjev na osebnost

Tečajnik mora opredeliti njihove negativne vplive na osebnost gasilca.

Tečajniku pojasnite kako prepoznati različne stresorje ter način pomoči pri obvladovanju le-teh.

Stres se ne premaguje, ampak se ga obvladuje.

Pred nastankom stresa je potrebno biti v dobri telesni in duševni pripravi, to naredimo tako da smo redno aktivni saj moramo poskrbeti zase. Poskrebti moramo da se ydravo prehranjujemo in da imamo yadosti nealkoholne pijače. Nujno je dobro poznanje sočlanov-sodelavcev, v društvu pa je potrebno dobro vzdušje.

Travmatksi dogodki in posttravmatksa stresna motnja

* Možni travmatski dogodki

Tečajnikom naštejete nekaj možnih travmatskih dogodkov:

+ poškodba ali smrt sogasilca ali drugega reševalca

+ poškodba ali smrt znanca

+ poškodba ali smrt otroka

+ delo s trupli

+ delo s hudo poškodovanimi

+ pri reševanju utopljencev

Travmatski dogodki se značilno vpodoživljajo v obliki:

+ pogostega spominjanja stresnega dogodka

+ nočnih mor

+ močnih čustvenih ali telesnih odzivov ob srečanju z ljudmi ali situacija, ki

 spominjajo na dogodek

+ "flash back" doživetja, podoživljanje

Če gasilec doživi travmatski dogodek je pomembno da ne obdrži ta hud stres v sebi

ampak je pomembno da se s kom pogovori o tem, naprimer z prijatelje, znancem, sogasilcem ali gasilkim psihologom, ki je usposobljen za take zadeve. Pomembno je tudi, če opazite znake posttravmatsko stresno motnjo pri sogasilcu ali znancu je pomembno pravilno pristopiti in pomagati, saj v takih situacijah je pomembno da oseba ni osamljena.