



PRIDOBIVANJE
TEMELJNIH IN POKLICNIH

KOMPETENC

2018–2022

CENTER ZA PRIDOBIVANJE
KOMPETENC **ZASAVJE**

Projekt: CENTER ZA PRIDOBIVANJE KOMPETENC ZASAVJE 2018–2022

Program: Neformalni izobraževalni programi za odrasle; sklop pridobivanje in zvišanje ravnih pismenosti

Ime programa: **Učinkovita komunikacija v negi in oskrbi**

Trajanje programa: 40 ur, obvezna 80 % udeležba

Ciljna skupina: so odrasli (zaposleni in brezposelni), ki so manj usposobljeni, nižje izobraženi (vključno z ISCED 3 – nižje in srednje poklicno izobraževanje), s poudarkom na starejših od 45 let, razen oseb, ki imajo status upokojenca, dijaka ali študenta. Osebe ki za svoje delo potrebujejo znanja učinkovite in proaktivne komunikacije, medgeneracijskega sožitja in prilagodljivosti za lažje spremljanje in profesionalno sledenje strokovnega področja.

Cilji programa:

- krepitev in razvijanje temeljnih kompetenc, predvsem uspešne in učinkovite komunikacije, sočutja, potrpežljivosti in tolerance do drugačnosti ter zmožnosti situacijskega odzivanja, sprejemanja sprememb in prilagoditve ter upravljanja s stresom. Ključni element, ki ga želimo s programom doseči, je usposobiti udeležence, da postanejo podporniki vsem, s katerimi delajo, jih znajo pravilno motivirati in spodbuditi, da postopno pričnejo prevzemati odgovornost za svoje življenje in počutje oz. da ohranjajo tisti del samostojnosti, ki ga zmorejo,
- krepitev, razvijanje, razumevanje poklicnih kompetenc nege in oskrbe, standardnih zdravstvenih postopkov, ki prispevajo k profesionalnem sledenju na delovnem mestu,
- vzpostavljanje in ohranjanje dobrih medsebojnih odnosov v delovnem okolju in osebnem življenju,
- razvijanje jezikovnih spretnosti v različnih okoliščinah,
- izboljšanje dostopnosti do učenja in kompetenc manj vključenih v vseživljenjsko učenje,
- razumevanje pomena kulturnih razlik v komunikaciji,
- osvežitev in utrjevanje izvajanja osebne oskrbe uporabnika,
- utrjevanje postopkov ukrepanja v nepričakovanih situacijah,
- pridobivanje novih spoznanj s področja spoznavanja posebnih potreb uporabnikov zdravstvenih in socialnih storitev.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



ZASAVSKA
LJUDSKA
UNIVERZA



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



Vsebine programa:

Modul 1: UČINKOVITA KOMUNIKACIJA (20 ur)

- **Tako različni in tako enaki:**

moj model sveta, prepoznavanje svojih lastnih programov, prepoznavanje različnosti, razumevanje, sprejemanje in tolerantnost do drugačnih, izrazim sebe in dovolim, da drugi izrazi sebe, kaj pa če različnosti izzovejo konflikte, koliko sprejemam sebe in situacije, notranji konflikti, moja vizija sebe, samopodoba in samozavest

- **Uspešna in učinkovita komunikacija:**

ustvarjam in soustvarjam komunikacijo, kaj želim sporočiti, kdo je tisti, ki mu je moje sporočilo namenjeno, proces komunikacije in elementi, aktivno poslušanje in postavljanje vprašanj, dober stik, oblikovanje povratnega sporočila, motnje v komunikaciji, reševanje konfliktov, medgeneracijski konflikti in upoštevanje lastnosti oz. potreb različnih generacij, kako sobivati po rešenem konfliktu, vzdrževanje uspešne in učinkovite komunikacije

- **Podpornik – moje mesto v družbi:**

moji odnosi in socialna mreža, medkulturni dialog, krepitev vloge podpornika v različnih situacijah, motiviranje kot močan element podpornika sebe in drugih, samoiniciativnost in odgovornost

- **Spremembe – neizogiben element sodobne družbe:**

spremembe in proces spreminjanja, kako se z njimi soočiti, priprava, motivacija in načrtovanje sprememb, komuniciranje in podporno okolje, cone udobja in akcija za izvajanje sprememb, v vrtincu novega – kako vem, da sem bil uspešen/uspešna, spremljanje in vrednotenje sprememb, spremembe, ki jih narekuje sodobna tehnologija

- **Upravljanje s stresom, svojo energijo in postavljanje mej**

identificiranje glavnih stresorjev v okolju posameznika, kako se soočiti z njimi ter psihofizična kondicija, moja odgovornost za lastno življenje, postavljanje mej sebi in drugim

Modul 2: OSVEŽITEV STROKOVNIH ZNANJ (20 ur)

- **Nega, pomoč in oskrba**

osvežitev postopkov dela pri najpogostejših storitvah v negi in oskrbi: vzdrževanje osebne higiene in preprečevanje okužb, postelja oskrbovanca, spanje in počitek, pomoč pri gibanju, transportu in hranjenju, nega gibalno oviranih oseb, opazovanje in ukrepanje

- **Posebnosti pri negi s poudarkom na starostnikih**

najpogostejša obolenja in lajšanje težav pri starostnikih:



bolezni srca in ožilja, bolezni dihal, osteoporozna, depresija, demenca, možganska kap, sladkorna bolezen, novotvorbe, paliativna oskrba

Organizacija izobraževanja:

Program bo potekal na Zasavski ljudski univerzi, pri konzorcijskih partnerjih in/ali v organizacijah, iz katerih bodo udeleženci programa.

Usposabljanje se bo izvajalo do 2-krat tedensko po največ 4 pedagoške ure predvidoma v popoldanskem času, po predhodnem dogovoru z delodajalci deloma tudi v dopoldanskem času.

Število udeležencev v skupini: 13-15

Listina: udeleženci, ki bodo izobraževalni program uspešno zaključili, bodo prejeli potrdilo o usposabljanju in prilogo s popisom kompetenc po programu.

Začetek usposabljanja bo po zapolnitvi skupine.