**A képzési program célja**

|  |
| --- |
| A pszichoszociális fogyatékos személyek önrendelkező, állapotukhoz mérten a lehető legteljesebb életminőségre történő felkészítése, mely kiterjed személyi-, közösségi-, és társadalmi szintekre. A SZABADIDŐ című képzés célja, hogy a pszichoszociális fogyatékos személyek képesek legyenek megtalálni szabadidejük eltöltésének hasznos és élményekkel teli módjait, kiszélesítsék meglévő ismereteiket a szabadidő eltöltésének lehetséges módjairól, saját igényeik felmérése, illetve személyiségük ismerete alapján megállapítsák saját érdeklődési körüket. Képesek legyenek meghatározni, hogy mely szabadidős tevékenységek okoznak nekik örömet, megismerjék az aktív és passzív szabadidős lehetőségeket, a szabadidő eltöltésének egyéni és társas formáit. Tudják, hogy mely szabadidős formák hol hozzáférhetőek számukra, és egy megfelelő információszerzési és kulturális térkép birtokába jussanak. |

**Tartalmi követelmények**

*Azoknak a követelményeknek a meghatározása, amelyek együttes érvényesülése a képzési cél teljesülését feltételezi, s amely követelmények teljesítése a képzés számonkérési rendszerével mérhető, igazolható.*

|  |
| --- |
| **Ismerje**: Ismerje a szükségleteinek megfelelő egyéni szabadidős tevékenységi formákat (sport, hobbi, tanulás, szórakozás, kultúra, stb.), segítőjével térképezze fel, hogy a választott egyéni szabadidős tevékenységek végzéséhez milyen lehetőségek adottak, melyeket kell megteremteni, mely akadályok leküzdésére van szükség. A képzésben részt vevő ismerje a szabadidővel, rekreációval kapcsolatos alapfogalmakat (életmód, pihenés, hobbi, tanulás, kultúra, művészetek és sport, jóllét, flow – élmény, családi és nemzeti ünnepek stb.), a lakóhelyéhez közel elérhető kulturális, szabadidős, sportolási lehetőségeket. Ismerje meg a csoportos szabadidős tevékenységbe kapcsolódás módjait, ezek hozzáférési feltételeit. Ismerje a közösségszervezéshez, önszerveződéshez, közösségben létezéshez kapcsolódó alapfogalmakat, a társadalmi elfogadás és befogadás lényegét. Ismerje meg a lakóhelyén és annak környékén létező működő közösségeket és azok működését, célját. Ismerje a környezet állapotát, használati jellemzőit, az emberi életminőségre és a természeti környezetre gyakorolt hatásait, a környezetet alakító tevékenységekkel járó felelősséget (ökológiai tudatosság), a környezetvédelem fontosságát, a környezetkímélő módszerek alkalmazását. |

|  |
| --- |
| **Legyen képes**:Az egészséges életvitel kialakítására, életmódjára vonatkozóan helyes döntéseket hozni, és a meglévő képességei fenntartására, fejlesztésére, a fizikai erőnlét megőrzésére, rendszeres mozgásra. Legyen képes újdonságok befogadására, ismeretlen kulturális, sportolási lehetőségek kipróbálására, legyen nyitott ezek megismerésére. Váljon képessé a művészetek befogadására és/vagy alkotó tevékenység folytatására. Legyen képes saját képességeinek ismeretében szabadidős elfoglaltságot választani. |

**A képzés során megszerezhető kompetenciák**

|  |
| --- |
| **Személyes kompetenciák:**Képessé válnak szabadidejük eltöltésének megtervezésére és szervezésére. |
|  **Kognitív kompetenciák:**A képzés során a résztvevők elméleti és gyakorlati tapasztalatokat szereznek szabadidő szervezés és eltöltés köréből. |
| **Szociális kompetenciák:**A képzés résztvevői különböző szociális szerepekben szereznek tapasztalatot a szabadidős tevékenységek gyakorlása során, és képessé válnak ezeket a szerepeiket a továbbiakban is működtetni. |
| **Együttműködési kompetenciák:**A résztvevők a szabadidős tevékenységek során képesek együttműködni más személyekkel. |
| **Speciális kompetenciák:**A résztvevők képessé válnak az személyre szabott, számukra legmegfelelőbb szabadidős tevékenységek kiválasztásához, szervezéséhez és lebonyolításához. |

**A programba való bekapcsolódás feltételei**

|  |  |
| --- | --- |
| Iskolai végzettség | Nem releváns |
| Szakmai végzettség | Nem releváns |
| Szakmai gyakorlat | Nem releváns |
| Egészségügyi alkalmasság | Jelenlegi orvosi kezelések és azok hatékonysága a krónikus betegség kórlefolyásának jellegének bemutatása és a közösségbe való részvétel igazolása.Veszélyeztető állapot vagy éppen zajló pszichiátriai epizód (sub) esetén nem bevonható a résztvevő. |
| Előzetesen elvárt ismeretek*Bemeneti kompetenciák, kompetenciaelemek (ismeretek, készségek, attitűdök)* | A jelen képzés előfeltétele az 5 alapképzés elvégzése: ÉLETVEZETÉS, ÖNMEGHATÁROZÁS, BETEGSÉGMENEDZSMENT, HATÉKONY KOMMUNIKÁCIÓ ESZKÖZEI, TÁRSAS KAPCSOLATOK MŰKÖDTETÉSE.A szükségletfelmérés alapján meghatározott önellátást célzó személyi szükségletek és igények megfogalmazása.Képesség kommunikációra szóban, írásban, vagy segédeszköz igénybevétele mellet, a helyzetnek megfelelően.Képesség egyéni és csoportos tanulási folyamatokban való részvételre. Figyelme terelhető, fenntartható, legyen az elméleti és gyakorlati oktatások ideje alatt.Alapvető írás, olvasás, szövegértés készsége, aktív figyelem 30 perc időtartamban.Csoportban való együttműködés, alapvető alkalmazkodási készség. |
| Egyéb feltételek | Ismerje saját kompetenciáit, vagy tudja elfogadni az ezzel kapcsolatos észrevételeket, építő kritikát.Tudjon partner lenni a képességfejlesztésében.Az előképzettség feltárása után legyen partner a fejlődés menetét elősegítő csoportfoglalkozások, tanulási folyamatok és a gyakorlatok lebonyolításában.A komplex szükségletfelmérés alapján egyéb feltételek is meghatározhatóak.Rendelkezzen legalább minimális bizalommal a környezetében élő emberek irányában. |

**Tervezett képzési idő**

|  |  |
| --- | --- |
| Elméleti órák száma | 10 óra |
| Gyakorlati órák száma | 30 óra |
| Összes óraszám | 40 óra |

**A képzés formájának (egyéni felkészítés, vagy csoportos képzés, vagy távoktatás) meghatározása**

|  |  |
| --- | --- |
| A képzés formája | **Forma**: Egyéni, kiscsoportos, csoportos készségfejlesztő tréning, projektoktatás, részvétel külső programon.**Szempont**: Egyéni haladási ütem figyelembe vétele. Élményalapú, gyakorlatorientált képzés. Komplex együttműködés különböző szakemberekkel. Differenciált felzárkóztatás, hogy a kliens saját komplex személyiség - struktúrához leginkább megfelelő. A csoportfoglalkozásba hasonló problémákkal küzdő személyek bevonása.  |

**Tananyagegység 7.**

|  |  |
| --- | --- |
| Megnevezése | A komplex pszicho-szociális rehabilitáció eszközrendszere**SZABADIDŐ** tanegység |
| Célja | A résztvevő ismerje fel betegségéből való felépülésének lehetőségeit, különös tekintettel a rekreáció, az alkotás öröme, a művészi befogadás élményére. A képzésben részt vevő előzetes ismereteinek előhívásával ismerje a szabadidővel, rekreációval kapcsolatos alapfogalmakat. A résztvevők - ha szükséges támogatással- idézzék fel a múltban végzett szabadidős tevékenységeiket, vitassák meg ezek hatását személyes életükre, életmódjukra. A résztvevők a képzés során határozzák meg érdeklődési körüket, a szabadidő eltöltéséhez kapcsolatos motivációjukat.A képzésben részt vevők, fizikai, egészségügyi állapotfelmérésük után az egyéni szükségleteik figyelembe vételével válasszanak a sportolási, mozgásos lehetőségek közül.A részt vevők ismerjék meg az otthonukban és a lakóhelyen kívül valamint a természetben végezhető mozgásfajtákat. Ismerjék meg az egyedül és csapatban végezhető sportolási lehetőségeket, melyekhez a közelben hozzáférhetnek.Ismerjék meg a különböző fogyatékosságokhoz alkalmazkodó speciális sportolási lehetőségeket.Cél, hogy a résztvevők életminősége javuljon, a rendszeres mozgás megkezdésével –szerencsés esetben folytatásával –megelőzhető legyen a visszaesés, a sportolással új célt, értelmet tűzzön ki a felhasználó.A képzés célja, hogy a résztvevők egyéni szokásait és a lakó- vagy családi közösségből hozott, eddig kialakított szokásait megismerjük, tudatosítsuk a jeles napok megélésekor, hogy az ünnep lényege – a külsőségeken túl – a lelki felkészülés, ráhangolódás legyen. Cél, hogy az ünnepek értékes tartalommal legyenek megtöltve. Cél, hogy a lakóegység tagjai ünnepeik kialakításakor közös értékeket közvetítsenek, a különböző szokások, hagyományok elfogadásával, beemelésével. Cél, hogy a résztvevők a személyes ünnepek megünneplésén, a ciklikusan, az évhez köthető ünnepek bensőséges megélésén túl a lakóhelyhez köthető hagyományokkal, szokásokkal megismerkedjenek, és az adott közösség aktív tagjaivá váljanak. |
| Tartalma | Felépülési lehetőségek, terápiák, rehabilitáció, művészetterápiák. A sport, művészetek, hobbik, szabadidős elfoglaltságok szerepe a felépülésben – saját élmények bemutatása/kisfilm vetítése Ismerje saját kompetenciáit, vagy tudja elfogadni az ezzel kapcsolatos észrevételeket, építő kritikát.Tudjon partner lenni a képességfejlesztésében.Az előképzettség feltárása után legyen partner a fejlődés menetét elősegítő csoportfoglalkozások, tanulási folyamatok és a gyakorlatok lebonyolításában.A komplex szükségletfelmérés alapján egyéb feltételek is meghatározhatóak. Rendelkezzen legalább minimális bizalommal a környezetében élő emberek irányában. A résztvevők szabadidős tevékenységei, szokásai, szabadidőre fordított idő. A képzésben részt vevők előzetes ismereteik előhívásával pontosítsák, ismerjék meg a művészetekkel kapcsolatos alapfogalmakat, a művészi élményt közvetítő intézményekről bővebb ismereteket szerezzenek. Ismerjék meg a közelben működő kulturális tereket, azok szolgáltatásait, programjait.A résztvevők saját élményeiken keresztül ismerjék meg a művészetek pozitív hatásait, melyek a felépülésben segítenek. A résztvevők a modul során részesüljenek legalább egyszer vizuális és/vagy zenei/és vagy színházi élményben, és egy alkalommal látogassanak meg a lakóhelyükhöz közel lévő kulturális intézményt.Kultúrához, művészetekhez kapcsolódó fogalmak: zenehallgatás, aktív zenélés, a befogadás élménye, vizuális kultúra, képzőművészetek, táncművészetek, film-színház-irodalom , ízlés-ízlésformálás.Művészeti élményeket közvetítő intézmények: művelődési ház, faluház, könyvtár, klub, képtár, múzeum, színház, mozi, koncertterem.A befogadás – alkotás öröme, a művészetterápiás lehetőségek bemutatásaAz elsősorban közelben elérhető illetve a lakóhelytől jól megközelíthető kulturális intézményekről térkép készítése közösen-projektfeladatFelkészülés a látogatásra: a hozzáféréshez szükséges feltételek megbeszélése, megközelíthetőség, egyéb hozzáférési feltételek megteremtéseA látogatás előtt szempontokat adunk a résztvevőknek a sikeresebb befogadás elérésének céljából.A látogatás élményeinek feldolgozásaAz akár egyszeri, akár ismétlődő ünnepek csoportosítása, jelentése, kiemelése a hétköznapokbólKulcsfogalmak: állami ünnepek, vallási/szakrális ünnepek, jeles napokszemélyes, „magán” ünnepek, családi ünnepek, köszöntések, ünnepek szervezése, felkészülés, az ünnepléshez szükséges feltételek megteremtésének módjaHagyományok, rítusokLokális, helyhez köthető ünnepek a közösségben, részvétel, aktivitás a helyi szokások továbbélésében (pl. falunap, helyi szentekhez köthető ünnepek, a város megalakulásának napja). |
| Terjedelme | 40 óra |
| Elméleti órák száma | 10 óra |
| Gyakorlati órák száma | 30 óra |
| A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | Mind az elméleti, mind a gyakorlati órákból maximum tíz százalékos hiányzás megengedhető  |
| Számonkérések formája | A tanult készségek helyzetgyakorlatokban történő bemutatása |
| Számonkérések rendszeressége | Tartalmi egységek lezárását követően |
| Számonkérések tartalma | A szabadidő megvalósításához szükséges tevékenységek  |
| A felnőttek tudásszintjének ellenőrzésére szolgáló módszer(ek) | A mentális problémákkal élő személyek támogatott lakhatásában, valós élethelyzetben követjük nyomon, a tréning során, hogy az elsajátított készségeket teljes körűen képesek-e önállóan használni  |
| Megszerezhető minősítések | Nem releváns |
| Megszerezhető minősítésekhez tartozó követelményszintek | Nem releváns |
| Sikertelen teljesítés(ek) következménye(i) | A készségfejlesztő tréning ismétlése |

|  |  |
| --- | --- |
| Maximális csoportlétszám (fő) | 10 fő |

|  |  |
| --- | --- |
| Személyi feltételek | Legalább 5 éves oktatási gyakorlattal rendelkező, a pszichiátriai betegek komplex pszicho-szociális rehabilitációjának eszközrendszerét ismerő, ezen a területen legalább 5 éves szakmai tapasztalattal rendelkező szakember |
| Személyi feltételek biztosításának módja | Szerződéses jogviszony: munkaszerződés vagy megbízási szerződés. |
| Tárgyi feltételek | 10 fő elhelyezésére alkalmas terem székekkel |
| Tárgyi feltételek biztosításának módja | Az infrastrukturális feltételek bérleményként, az eszközfeltételek a képző intézmény saját tulajdonú eszközeivel és anyagbeszerzésével biztosított. |
| Egyéb speciális feltételek | Szükség esetén fizikai vagy kommunikációs akadálymentesítés, mindig a résztvevőknek megfelelően. |
| Egyéb speciális feltételek biztosításának módja | egyéni speciális szükségleteknek megfelelően eltérő |