**A képzési program célja**

|  |
| --- |
| A pszichoszociális fogyatékos személyek önrendelkező, állapotukhoz mérten a lehető legteljesebb életminőségre történő felkészítés, mely kiterjed személyi-, közösségi-, és társadalmi szintekre. A BETEGSÉG MENEDZSMENT című képzés célja, hogy a pszichoszociális fogyatékos személyek birtokában legyenek a betegségükkel kapcsolatos szükséges tudásnak, és így képessé váljanak a korai figyelmeztető tünetek, valamint azok megjelenési formáinak felismerésére, a tünetek kezelésére. Továbbá kialakuljon bennük egy felelősségteljes gondolkodás a gyógyszerek szedésének szükséges és hasznos voltára vonatkozólag, tisztában legyenek a gyógyszerbeszedés elmulasztásának, illetve a gyógyszerek túlzott adagolásának káros következményeivel, tudják és értsék, hogy miért kell szedniük az adott gyógyszereket, és ez miért szolgálja az ő érdekeiket. Tisztában legyenek betegségük esetleges előnyeivel és hátrányaival, továbbá külön tudják választani egymástól személyiségüket és betegségüket. Megtanulják elfogadni betegségüket, és megtanuljanak együtt élni vele. Tudatában legyenek annak, hogy mások életére milyen hatással lehet betegségük, és ez által jobban megértsék környezetük feléjük tanúsított viselkedését. Kontrollálni tudják saját érzelmeiket, gondolataikat, agressziójukat, tiszteljék saját maguk és embertársaik testi-lelki épségét és életét.  |

**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**: Rendelkezzen azon ismeretekkel, amelyek segítik a pszichés betegséggel való együttélést, a betegségből adódó nehéz helyzetek önálló befolyásolását, megoldását. Ismerje fel betegségének korai tüneteit, betegségével kapcsolatos ismeretei bővüljenek, betegségtudata kialakuljon, a felépülés lehetőségeit ismerje meg. Legyen tisztában saját teste alapvető működésével. Legyen tapasztalata, jártassága a szociális/egészségügyi intézményrendszer működésével kapcsolatban. |
| **Legyen képes**:Az egészséges életvitel kialakítására, életmódjára vonatkozóan helyes döntéseket hozni, és a meglévő képességei fenntartására, fejlesztésére, a fizikai erőnlét megőrzésére, rendszeres mozgásra. Képes legyen a függőségből való kiszakadásra, önmaga és mások elfogadására. Legyen képes betegsége jellemzőinek megértésére, a visszaesést jelző korai figyelmeztető tünetek, agresszív gondolatok, késztetések felismerésére, és ezek jelentkezésekor a segítségkérésre, a kezelőorvossal történő együttműködésre, gyógyszer compliance. |

**A képzés során megszerezhető kompetenciák**

|  |
| --- |
| **Személyes kompetenciák:**A betegségmenedzsment létfontosságú a felépülésben, ezért ismereteket sajátítanak el a betegségükről, annak jeleiről, a kezelés módjáról és az ezzel kapcsolatos teendőkről. Képessé válnak felismerni a visszatérő tüneteiket és megfelelő időben segítséget kérni.Megtanulják saját viselkedésüket megérteni különböző helyzetekben. Alkalmazkodási- és stressztűrő képességük fejlődik, különböző technikákat sajátítanak el a szorongás és stressz kezelésére, oldására. Lelki, szellemi és fizikai aktivitásuk nő. Művészi élmények átélése és az alkotás során fejlődnek az önkifejezéssel kapcsolatos kompetenciáik. Önkontrolljuk fejlődik a felelős magatartás elsajátításával. Képessé válnak a személyes és szakmai értékek felismerésére, fejlesztésére. Önállóbbá vállnak, kezdeményező készségük fejlődik, megjelenik az ingerszegény környezetből való kilépés igénye. Képessé válnak a kiegyensúlyozottabb életvezetésre, a szükségleteik meghatározására és kielégítésére, az autonómiára, az önálló döntéshozatalra a célok közötti prioritások meghatározásával, érdekeik képviseletére és érvényesítésére.A résztvevők az „Enyém a testem” program keretein belül egészségügyi, szexuális felvilágosító ismereteket szereznek. Megismerik az intimitás és a komfort zónák fogalmát, párkapcsolatok és társas kapcsolatok kialakításához szükséges kompetenciákat szereznek (önismeret, önértékelés, betegségtudat, pszichoedukáció).  |

|  |
| --- |
|  **Kognitív kompetenciák:**A képzés során a résztvevők elméleti és gyakorlati tapasztalatokat szereznek meg, elsajátítják a tanulás folyamatát, tanulási képességeik fejlődnek. Képessé válnak felmérni betegségük állapotát, és a gyógyszer compliance folyamatát. |
| **Problémamegoldó kompetenciák:** A résztvevők probléma felismerési és kezelési jártasságokat szereznek. Problémamegoldó képességük egyéni és társas helyzetekben is fejlődik. Megküzdési potenciáljuk fejlődik a kritikai gondolkodás fejlesztésén, az önbizalom növelésén, az időbeosztás tanulásán, a döntéshozó és együttműködő képesség fejlesztésén, konfliktuskezelési technikák elsajátításán, felelősségvállalás (önmagukért, társaikért, saját munkájáért) tanulásán keresztül. |
| **Kommunikációs kompetenciák:**A résztvevők kommunikációs technikákat sajátítanak el ( pl. asszertív kommunikáció) szituációs gyakorlatokon keresztül, melyeket megtanulnak biztonságosan alkalmazni. Ezáltal gondolataik érzéseik, szükségleteik világos közlése könnyebbé válik. Kapcsolatteremtő- és fenntartó képességük fejlődik.  |
| **Szociális kompetenciák:**A képzés résztvevői képesek a betegségükkel kapcsolatos terápiák, eljárások során a velük kapcsolatba kerülő szakemberekkel együttműködni. Különböző szociális szerepekben szereznek tapasztalatot és képessé válnak ezeket a szerepeiket a mindennapokban is működtetni. |
| **Speciális kompetenciák:**A résztvevők ismereteket szereznek a betegségmenedzsment témakörében.  |

**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 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 pozitív attitűddel, 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**

|  |  |
| --- | --- |
| Megnevezése | A komplex pszicho-szociális rehabilitáció eszközrendszere**BETEGSÉGMENEDZSMENT** tanegység |
| Célja | A résztvevő ismerje fel betegségének korai tüneteket, betegségével kapcsolatos ismeretei bővüljenek, betegségtudata kialakuljon, a felépülés lehetőségeit ismerje meg. A betegségmenedzsment célja a pszichiátriai problémával élők olyan készségekkel való felruházása, amelyekkel kontrollt gyakorolnak saját betegségük felett. |
| Tartalma | A pszichoszociális fogyatékossággal kapcsolatos ismeretek bővítése. A betegség tünetei, azok felismerése, következményei. A betegség okai, öröklődés. A felhasználó környezetében élők és a betegség. A családtagok, ismerősök, barátok, szociális segítők terhei, szerepük a felépülésben. Felépülési lehetőségek, terápiák, rehabilitáció, művészetterápiák. Fizikai erőnlét megőrzése, rendszeres mozgás. Kiegyensúlyozott, konfliktusmentes kommunikáció és viselkedés. A pszichés betegséggel való együttélés, a betegségből adódó nehéz helyzetek önálló befolyásolása, megoldása (szorongás, hallucináció, téveszme). Agresszív gondolatok, késztetések esetén segítségkérés. A betegség megfelelő kommunikálása személyes kapcsolatokban, közösségben, munkahelyen. Együttműködés a szakorvossal, kontrollvizsgálatokon való megjelenés. Egyéb egészségügyi probléma eset és a háziorvos, kezelőorvos felkeresése. Kisebb egészségügyi problémák önálló kezelése. Megbízható, önálló gyógyszerszedés, krízishelyzetek, veszélyes magatartásformák, elkerülése, felismerése, segítségkérés. |
| 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 betegségmenedzsmentre épülő saját önálló életvitelhez 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 |