**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 HATÉKONY KOMMUNIKÁCIÓ ESZKÖZEI című képzés célja, hogy a pszichoszociális fogyatékos személyek elsajátítsák az eredményes társas kapcsolatok kialakításához szükséges hatékony kommunikáció eszközeit, képesek legyenek saját érzelmeik kifejezésére, mások érzelmeinek felismerésére, továbbá az egyéni felelősségvállalásra. Fejlődjön empatikus érzékük, és ez által képesek legyenek jobban megérteni mások viselkedésének indítékait.  |

**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 az együttélés, az együttműködés alapvető feltételeit; legyenek alkalmazható konfliktus kezelési és kommunikációs stratégiái, részt tudjon venni a csoport szabályainak közös alapon történő meghatározásában.Legyenek megfelelő problémafelismerési – és kezelési jártasságai, legyen képes ügyeit átláthatóan képviselni. Ismerje a szociális és interperszonális készségeket, amelyek lehetővé teszik, hogy eligazodjon a mindennapokban.Ismerje a közösségszervezéshez, önszerveződéshez, közösségben létezéshez kapcsolódó alapfogalmakat, a társadalmi elfogadás és befogadás lényegét.  |
| **Legyen képes**:Legyen képes közvetlen környezetével, szomszédságával releváns kapcsolatokat ápolni, egy-két közösségi tevékenységbe bekapcsolódni, abban részt venni.Legyen képes a képzési csoportban az aktív figyelemre, másokkal való együttműködésre, érdekeinek érvényesítésére, az asszertív kommunikációra, legyen képes gondolatainak határozott közvetítésére.  |

**A képzés során megszerezhető kompetenciák**

|  |
| --- |
| **Személyes kompetenciák:**Megtanulják saját viselkedésüket megérteni különböző helyzetekben. Alkalmazkodási- és stressztűrő képességük fejlődik, különböző technikákat és kommunikációs eszközöket sajátítanak el a szorongás és stressz kezelésére, oldására. Lelki, szellemi és fizikai aktivitásuk nő. 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. |

|  |
| --- |
|  **Kognitív kompetenciák:**A képzés során a résztvevők elméleti és gyakorlati tapasztalatokat szereznek meg a kommunikáció témaköréből, elsajátítják a tanulás folyamatát, tanulási képességeik fejlődnek. |
| **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, 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. Képessé válnak az írásbeli és szóbeli ügyintézésre. |
| **Szociális kompetenciák:**A képzés résztvevői különböző szociális szerepekben szereznek tapasztalatot és képessé válnak ezeket a szerepeiket a mindennapokban is működtetni. |
| **Együttműködési kompetenciák:**A résztvevők együttműködéshez, együttéléséhez szükséges ismereteket sajátítanak el. A csoportban, közösségben zajló tevékenységek fejlesztik a kooperációs készségeket. Megismerik a segítő és az egyén hatékony kommunikációját, ismereteket szereznek az együttműködéshez. Megtanulják, hogyan kérjenek segítséget az alá- fölérendeltségi viszony megszűnésével |

**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 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 4.**

|  |  |
| --- | --- |
| Megnevezése | A komplex pszicho-szociális rehabilitáció eszközrendszere**HATÉKONY KOMMUNIKÁCIÓ ESZKÖZEI** tanegység |
| Célja | A képzés célja a pszichoszociális fogyatékos személyek elsajátítsák az eredményes társas kapcsolatok kialakításához szükséges hatékony kommunikáció eszközeit, képesek legyenek saját érzelmeik kifejezésére, mások érzelmeinek felismerésére, továbbá az egyéni felelősségvállalásra. Fejlődjön empatikus érzékük, és ez által képesek legyenek jobban megérteni mások viselkedésének indítékait. |
| Tartalma | Saját szükségletek felismerése és megfogalmazásának képessége, érdekérvényesítés, önálló illetve támogatott döntéshozatal, hatékony kommunikáció és problémamegoldás. Saját érzések felismerése és megfelelő formában való kifejezése, kezdeményezés, a másik fél kezdeményezéseinek fogadása, a másik félre való odafigyelés. Asszertív kommunikáció, hitelesség, kommunikációs jelek felismerése, értelmezése. Helyi közösségekkel és közösségfejlesztőkkel együttműködés a személyes célok elérése érdekében. Jog és érdekvédők megismerése, felkeresése saját érdekében (jogi támogatás ügyei képviseletében), problémájának megfelelő tolmácsolása. Köszönés, kézfogás, a másik ember megérintése. Tegeződés, magázódás. Szomszédok (ismeretség, kooperáció, konfliktusok, megoldások). Tömegközlekedés (szabályok, kooperáció, konfliktusok, megoldások). Hitelezés, kölcsönadás, kölcsönkérés barátok közt és idegenek közt. Az internet világa: internetes illemtan és szabályok. Ismerkedés, kezdeményezés: disco, táncmulatság („mindenki engem néz”, testi közelség-távolság kezelése). Internetes tapasztalatok: közösségi oldalak, társkeresők. |
| 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 | Az önálló életvitelhez szükséges hatékony kommunikáció alkalmazása |
| 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 |