**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 TÁRSAS KAPCSOLATOK MŰKÖDTETÉSE című képzés célja, hogy a pszichoszociális fogyatékos személyek képesek legyenek kezelni saját agressziójukat, a társas érintkezésből és az együttélésből fakadó stresszt, valamint konfliktushelyzeteket, különféle megküzdési, érvényesülési és probléma megoldási stratégiákat sajátítsanak el, megtanulják érzékelni és tiszteletben tartani saját maguk és mások személyes terét, illetve határait.  Képesek legyenek kifejezni saját, illetve felismerni mások érzéseit, megtanuljanak felelősséget vállalni tetteik következményeiért. |

**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.  Ismerje meg a lakóhelyén és annak környékén létező működő közösségeket és azok működését, célját.  Ismerje azon szervezeteket és az azokhoz való eljutást, akik segítséget nyújthatnak a támogatott lakhatási forma eléréséhez. |

|  |
| --- |
| **Legyen képes**:  Legyen képes saját elképzeléseit, gondolatait meghatározni, kinyilvánítani és érvényre juttatni a közösségben úgy, hogy közben mások érdekeit figyelembe vegye, azok ne sérüljenek.  Konfliktusokban magát és társait sem bántva konfliktuskezelési technikákat alkalmazva közös nevezőre jutni.  *Legyen képes döntésekben partnerként részt venni, de amennyiben szükséges, legyen képes segítséget kérni, fogadja el a környezeti támogatást.*  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 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.  Megismerik az intimitás és a komfort zónák fogalmát, párkapcsolatok és társas kapcsolatok kialakításához szükséges kompetenciákat szereznek. |
| **Kognitív kompetenciák:**  A képzés során a résztvevők elméleti és gyakorlati tapasztalatokat szereznek az együttélés szabályairól és a társas kapcsolatokról. |

|  |
| --- |
| **Problémamegoldó kompetenciák:**  Problémamegoldó képességük társas helyzetekben 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 csoportban, közösségben zajló tevékenységek fejlesztik a kooperációs készségeket, konfliktuskezelési technikákat sajátítanak el.  A résztvevők megtanulnak egymásra figyelni, a másikat értő odafigyeléssel meghallgatni, segítséget kérni és nyújtani is.  Képessé válnak kapcsolataik ápolására, új kapcsolatok kialakítására a társadalmi elvárásoknak és szabályoknak megfelelő viselkedésre, munkavégzésre és a szabályok betartására, hivatalos ügyeik intézésére. |
| **Együttműködési kompetenciák:**  A résztvevők együttműködéshez, együttéléséhez szükséges ismereteket sajátítanak el.  A csoportban, közösségben zajló tevékenységek fejlesztik a kooperációs készségeket. |

**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**

|  |  |
| --- | --- |
| Megnevezése | A komplex pszicho-szociális rehabilitáció eszközrendszere  **TÁRSAS KAPCSOLATOK MŰKÖDTETÉSE** tanegység |
| Célja | A szükségletek felismerése és megfogalmazása, saját érdekek képviselete, önálló, illetve támogatott döntéshozatal elsajátítása.  Harmonikus kapcsolatok kialakítása és fenntartása a családon belül, baráti kapcsolatok kialakítása és fenntartása, párkapcsolatok kialakítása és fenntartása.  Felkészítés az önrendelkező életkeretek közti örömteli társas életre, kooperációra, konfliktuskezelésre. Távlati célja a minél teljesebb társadalmi integráció és autonómia elérése. |

|  |  |
| --- | --- |
| Tartalma | 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.  „Enyém a testem”- egészségügyi ismeretek, szexuális felvilágosító ismeretek, intimitás, komfortzónák. Párkapcsolat, társas kapcsolat kialakításához szükséges kompetenciák (önismeret, önértékelés, betegségtudat, pszichoedukáció.  Kommunikációs technikák (asszertív kommunikáció) szituációs gyakorlatok által. Együttműködéshez, együttéléshez szükséges ismeretek, szorongás, stresszkezelés, stresszoldás technikái.  A segítő és az egyén hatékony együttműködése, a segítségkérés elsajátítása.  A társas élet szabályainak, az úgynevezett „illemtannak” elsajátítása vagy felelevenítése, korábbi tapasztalatok, kellemes és kellemetlen emlékek felidézése, konfliktushelyzetek megbeszélése.  Ismerkedés potenciális helyi partnerekkel (sport, kultúra, a szabadidős tevékenység területén).  Kiegyensúlyozott, konfliktusmentes kommunikáció, és viselkedés. |
| 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 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 |