

PROGRAM USPOSABLJANJA ZA SPODBUJANJE UPORABE MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU



WP 2 Razvoj metodologije izkustvenega usposabljanja



Funded by
the European Union



Dejavnost A2.3; ERA2.3

"Program usposabljanja", vključno z učnimi cilji, kompetencami, udeleženci in posebnimi zahtevami za ciljne skupine usposabljanja, vsebino usposabljanja, metodologijo izkustvenega usposabljanja, strukturo dejavnosti izkustvenega usposabljanja, pričakovanimi učnimi rezultati, opisom metodologije ocenjevanja in načrtovanjem na podlagi predhodne opredelitve v prijavnici.



METODOLOŠKI VODNIK

OBLIKOVANJE PREDSTAVITVE METODOLOGIJE IZKUSTVENEGA USPOSABLJANJA

Ta metodološki priročnik je del projekta ERASMUS + PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S PROBLEMI Z DUŠEVNO ZDRAVLJENOSTJO in je del projekta Razvoj metodologije izkustvenega usposabljanja ter končni rezultat vseh prejšnjih izvedenih in načrtovanih ukrepov.

Vsebine, ki vam jih bomo predstavili na naslednjih straneh, so rezultat soustvarjanja in participativne metodologije, pri kateri so potencialni končni uporabniki programa usposabljanja sodelovali od samega začetka in podali svoja stališča (na podlagi predhodne predhodne zasnove) o možnih ciljih, vsebinah, metodologijah, gradivu za usposabljanje itd., ki jih bo imel končni program.

Zato bi bila ta metodološka navodila koristna na različne načine:

- Opredelitev ključnih kompetenc, povezanih s samoupravljanjem duševnega zdravja oseb s težavami v duševnem zdravju z uporabo mZdravja, pa tudi družinskih članov in strokovnjakov.
- Razvoj meril za ocenjevanje in določanje pristopa gradiv za usposabljanje in izkustvenih dejavnosti.
- Prepoznavanje, ocenjevanje in določanje orodij IKT (APP) za izboljšanje zdravja, vključenih v program usposabljanja.
- Vrednotenje in določitev tehničnega in konceptualnega pristopa platforme za e-izobraževanje z vidika dostopnosti, uporabnosti in aplikacij ali orodij, ki jih je treba vključiti.

KONTEKST IN GLAVNI REZULTATI SREČANJ ZA SOUSTVARJANJE S POTENCIALNIMI KONČNIMI UPORABNIKI.

Kot je navedeno v dokumentu CO-DESIGN SESSIONS POROČILO o rezultatih seans soustvarjanja:

- Med 20. aprilom in 5. majem 2023 so vsi subjekti, ki sodelujejo v projektu, s ciljnim skupinami pripravili srečanja za soustvarjanje.
- Na sejah soustvarjanja je sodelovalo 46 oseb, med katerimi so bili predstavniki naslednjih skupin: PMHP, družinskih članov in duševno zdravje.
- Razdelitev oseb, ki so se udeležile srečanj za soustvarjanje glede na njihove profile, je bila naslednja: 26 oseb s KVČB, 9 družinskih članov in 11 strokovnjakov za duševno zdravje.
- Glede vsebine usposabljanja (delavnic), ki je bila vsem udeležencem predlagana v prejšnji predpripravi, so se na splošno strinjali, da je zajemala znanje in spretnosti, potrebne za posredovanje v krizi na domu. Poleg tega so kot pravi določili vrstni red, v katerem so bile delavnice predstavljene.

Podani so bili nekateri predlogi za izboljšanje programa in njegove vsebine s poudarkom na nekaterih pomembnih vprašanjih, ki so že vključena, nekateri primeri so:



Nekateri udeleženci so menili, da imajo težave pri dostopu do interneta in aplikacij APP: pomanjkanje naprav ali internetne povezave, pomanjkanje znanja in spretnosti na področju IKT, težave pri osvajanju konceptov, povezanih z novimi tehnologijami, pomanjkanje finančnih sredstev za dostop do naprave). Verbalizirali so tudi potrebe pri uporabi aplikacij APP (komunikacija in povezava z omrežjem in drugimi ljudmi, dostop do informacij, iskanje lokacije, zabava, kot so glasba, videoposnetki, igre, nakupovanje ali fotografiranje. In priložnosti, ki jih ponujajo APP (izboljšanje dostopa do informacij in njihove izmenjave, izboljšanje učinkovitosti podatkov, univerzalni dostop za prebivalstvo, zmanjšanje stroškov pri samooskrbi.

- Številni udeleženci so opozorili, da je treba opredeliti koncept zdravja in samoupravljanja z zdravjem. Večina udeležencev ne upravlja s svojim zdravjem. Razložili so potrebe po samoupravljanju zdravja in težave pri samoupravljanju zdravja: Vključevanje v proces samoupravljanja zdravja: samozavedanje, ponotranjenje pomena samoupravljanja zdravja, prevzemanje odgovornosti in vključevanje v proces samoupravljanja, informacije o tem, kaj lahko človek stori za skrb zase in za samoupravljanje svojega zdravja, priprava seznama razlogov, zakaj je samoupravljanje zdravja pomembno. Glede težav: pomanjkanje znanja ali informacij o samoupravljanju zdravja, pomanjkanje kulture samoupravljanja, zavedanje o pomanjkanju zmožnosti za samoupravljanje in pomanjkanje spretnosti, težave s kontinuiteto in osamljenostjo pri samoupravljanju.
- V zvezi s samoupravljanjem duševnega zdravja so razpravljali o težavah pri samodiagnosticiranju in potrebah po samodiagnosticiranju (poznavanje dejavnikov tveganja, ustrezne in lahko dostopne veščine in orodja, diagnostično usposabljanje in znanje, jedrnate in jasne informacije. zunanje svetovanje).
- Pomembna točka so potrebe, ki so potrebne za dobro preprečevanje kriz, kot so zgodnje posredovanje, storitve za duševno zdravje, vključene v splošne zdravstvene storitve, storitve za duševno zdravje v skupnosti, agilnost pri odzivanju na krize, splošna ozaveščenost o težavah v duševnem zdravju, razumevanje duševnega zdravja. Ali kaj je potrebno za obvladovanje krize: vnaprejšnje smernice ali individualni krizni načrt, dokumenti pakta o oskrbi, storitve, ki so na voljo v času krize, podpora ljudem v mojem procesu, dokumenti pakta o oskrbi, spremstvo, obveščanje osebne podporne mreže in empatično odzivanje.
- Nekateri so določili, da skupine ne smejo biti večje od 15 oseb in da seje ne smejo trajati uro ali uro in pol (s počitkom).
- Razpravljalo se je tudi o pomenu obravnavanja vprašanja usposabljanja za uporabo novih tehnologij.
- Druga pomembna tema, o kateri so razpravljali nekateri udeleženci, je bil pristop k negativni simptomatiki, vloga strokovnjakov pri oskrbi in podporne mreže.



Kar zadeva trajanje oziroma trajanje, ki ga udeleženci soustvarjanja preferirajo, je to od 4 do 5 ur, čeprav je porazdelitev zelo raznolika. Vendar je bilo več udeležencev, ki so zahtevali, da se trajanje čim bolj podaljša.

- Kar zadeva porazdelitev med osebnimi in spletnimi srečanji pri načrtovanju usposabljanj, splošni rezultati kažejo, da je večina udeležencev močno dajala prednost osebnim srečanjem.
- V zvezi z upoštevanjem prakse in teorije pri načrtovanju usposabljanj je treba razviti kombinacijo metodologij, ki po možnosti vsebujejo več prakse kot teorije.
- Kar zadeva morebitna in predvidena gradiva za usposabljanje, bi morala biti zelo nazorna in praktična ter uporabna za izboljšanje vključujočih učnih prostorov. Uporabljati bi bilo treba predvsem videoposnetke, power poante, trenerja ali mentorja za podporo učenju, platformo za usposabljanje za izmenjavo idej, sodelovanje, mreženje na spletu in nekatere spletne seminarje. Vse podpore morajo biti zelo nazorne, da jih lahko uporabljajo tudi ljudje z nizko ravno pismenosti. Metodologijo je treba uporabljati med izvajanjem. Pristop "iz rok v roke", ker ni enako razložiti koncept, ki ga izvaja v praksi, bi morala gradiva olajšati pristop "iz rok v roke". Upoštevati je treba, da je med udeleženci veliko tehnoloških ovir, v smislu znanja, spretnosti in dostopnosti, za uporabo IKT.



METODOLOŠKI VODNIK INDEKS

1. Uvod v tečaj.
2. Splošni podatki o tečaju. Prostori, organizacija in viri.
3. Udeleženci. Profili in število udeležencev na skupino.
4. Cilji usposabljanja.
5. Kompetence, ki jih je treba pridobiti in izboljšati.
6. Vsebina usposabljanja, enote ali teme.
7. Metodologija usposabljanja
8. Načrtovanje delov.
8.1 DEL 1: Predstavitev usposabljanja
8.2 2. DEL: ZDRAVJE IN SAMOUPRAVLJANJE ZDRAVJA
8.3 3. DEL: SAMOUPRAVLJANJE DUŠEVNEGA ZDRAVJA
8.4 DEL 4: mZdravje ali mobilno
8.5 5. DEL: usposabljanja
9. Pričakovani rezultati.
10. Metodologija ocenjevanja. Satistakcija.
11. Učenje.



PRIPRAVA METODOLOŠKIH NAVODIL	
1	<p>UVOD V TEČAJ</p> <p>Cilj je povečati ozaveščenost in kompetence oseb s težavami v duševnem zdravju glede uporabe mZdravja, in sicer s pristopom "učenja z delom", z vključevanjem v situacije samoupravljanja in uporabo resničnih rešitev mZdravja, ki se uporabljajo v njihovih osebnih razmerah.</p> <p>Namen je izboljšati samoupravljanje na področju duševnega zdravja oseb s težavami v duševnem zdravju z uporabo mZdravja, pa tudi družinskih članov in strokovnjakov. Zagotoviti spretnosti pri upravljanju z APP, ki izboljšujejo zdravje.</p>
2	<p>SPLOŠNI PODATKI O TEČAJU. PROSTORI, ORGANIZACIJA IN VIRI</p> <p>Tečaj je zasnovan z naslednjimi značilnostmi:</p> <ol style="list-style-type: none">Tečaj bo trajal od 4 do 5 ur, od tega:<ol style="list-style-type: none">Osebne seanse: do 4Spletne seje: do 1 ure (kadar je mogoče)Metodologija bo aktivna in participativna. Vodja usposabljanja mora poskrbeti, da bo vsako srečanje postalo vključujoč učni prostor, pri čemer mora varovati uporabo:<ol style="list-style-type: none">Metodologije praktičnega pristopaMateriali so zelo nazorni in praktičniPraktične dejavnosti bi morale biti pomembnejše od 50 % do 80 % predmeta.Osebe, ki predstavijo svojo življenjsko zgodbo in delujejo kot vzorčni primeri:<ol style="list-style-type: none">Spodbujajte izmenjavo osebnih življenjskih zgodb.Zagotovite to.Upravlajte deljenje v skupini.Potekal bo na različnih delavnicah in bo vključeval naslednja orodja in gradiva za usposabljanje:<ol style="list-style-type: none">Srečanja v živo.Seminarji oseb, ki so razvile uspešne primere.<p>Opolnomočenje se pojavlja kot orodje, ki posameznikom pomaga pri samooskrbi in jim zagotavlja znanje o različnih vidikih njihove bolezni. Opolnomočenje udeležencev, ne glede na njihovo patologijo, je vedno veljalo za koristen in učinkovit način za izboljšanje zdravja državljanov. Vplivajo številni vidiki, kot so življenjske navade, droge, nadzor, tehnologija itd... nedvomno velja, da bolj ko so udeleženci vključeni, boljši bodo rezultati.</p><p>Intervencije morajo biti usmerjene v krepitev vloge udeležencev pri njihovem samoupravljanju.</p>Spletne seje in spletni seminarji.Platforma za e-izobraževanje bo razvita za naslednje namene:



**PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA
MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU**

	<p>a) Razporeditev različnih gradiv in virov za usposabljanje z dostopom do udeležencev usposabljanja.</p> <p>b) Virtualni delovni prostor.</p> <p>POMEMBNO: Da bi ohranili anonimnost udeležencev, se ne smejo uporabljati imena, osebni ali zdravstveni podatki. V ta namen se bodo uporabljale kode, ki bodo znane vsakemu subjektu. Na primer, v primeru fundacije SASM so to SASM01, SASM02...</p>
	<p>UDELEŽENCI. PROFILI IN ŠTEVILO UDELEŽENCEV NA SKUPINO. PRILAGODLJIVOST</p> <p>Profil udeležencev bo naslednji:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osebe s težavami v duševnem zdravju (PMHP). - Ljudje z različnimi profili, vključno z ljudmi z depresijo, anksioznostjo, stresom ali odvisnostmi, pa tudi s hudo duševno boleznijo (SMI). - Ljudje z različnimi socialno-ekonomskimi razmerami, starostjo, spolom, digitalnim znanjem in drugimi pomembnimi spremenljivkami. - 50-odstotna udeležba žensk. <p><i>Priporočljivo je imeti čim bolj raznolik grupo. Zato vabimo osebe z blagimi ali več težavami.</i></p> <p>Na vsakem tečaju usposabljanja mora biti vpisanih skupaj 15 udeležencev, ki ga vodita vodja usposabljanja in moderator. Če je le mogoče, določite mentorje ali trenerje za podporo udeležencem med tečajem in pri uporabi orodij IKT.</p>
4	<p>CILJI USPOSABLJANJA</p> <p>Cilj je povečati ozaveščenost in kompetence oseb s težavami v duševnem zdravju glede uporabe mZdravja, in sicer s pristopom "učenja z delom", z vključevanjem v situacije samoupravljanja in uporabo resničnih rešitev mZdravja, ki se uporabljajo v njihovih osebnih razmerah.</p> <p>Namen je izboljšati samoupravljanje na področju duševnega zdravja oseb s težavami v duševnem zdravju z uporabo mZdravja, pa tudi družinskih članov in strokovnjakov. Zagotoviti spretnosti pri upravljanju z APP, ki izboljšujejo zdravje.</p> <p>Posebni cilji so:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Učni cilji, kompetence, udeleženci in posebne zahteve za ciljne skupine usposabljanja, vsebina usposabljanja, metodologija izkustvenega usposabljanja, struktura dejavnosti izkustvenega usposabljanja, pričakovani učni rezultati, opis metodologije ocenjevanja in načrtovanje na podlagi predhodne opredelitve v prijavnici.
5	<p>KOMPETENCE, PRIDOBITI IN IZBOLJŠATI Prilagodljivost</p>



**PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA
MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU**

	<p>Odziv na spremembe pri učenju novih načinov samoupravljanja zdravja s pomočjo aplikacij APP</p> <p>Sprejemanje odločitev Sposobnost natančne ocene situacije in iskanja pozitivne rešitve. Sposobnost oceniti raven dobrega počutja in najti pozitivno rešitev za njegovo ohranjanje.</p> <p>Pobuda Prepoznavanje in izkoriščanje priložnosti Prepoznavanje in izkoriščanje priložnosti za samoupravljanje zdravja</p> <p>Načrtovanje in organiziranje Določanje prednostnih nalog. Opredelitev nalog. organiziranje nalog v logičnem zaporedju. Uporaba načrta nalog</p> <p>Samopregledovanje Sposobnost analizirati, kaj se dogaja z osebo</p> <p>Digitalna usposobljenost (e-znanila) Sposobnost dostopa do uporabe aplikacij APP in spretnosti za njihovo uporabo.</p>
6	<p>VSEBINE, ENOTE ALI TEME USPOSABLJANJA</p> <p>SKLOP 1: PREDSTAVITEV PROGRAMA USPOSABLJANJA ZA POVEČANJE UPORABE MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU.</p> <p>1.- Razlaga programa Erasmus Plus mZdravje. 2.- Načela digitalnega zdravja (e-zdravje). 2.1.- javno-zasebna partnerstva na področju zdravja. 2.2.- Uporaba in komunalne storitve. 3.- Težave, ovire, potrebe.</p> <p>SKLOP 2: SAMOUPRAVLJANJE ZDRAVJA.</p> <p>1.- Kaj je zdravje. 2.- Samoupravljanje zdravja. 3.- Samoupravljanje duševnega zdravja. Samodejno vrednotenje Preventiva Terapije: Pripadnost + spremljanje Krizno upravljanje Po zdravljenju</p> <p>Sklop 3: mHEALTH: uporaba mobilne tehnologije za upravljanje zdravja in dobrega počutja ljudi.</p> <p>1.- Kaj je mZdravje. 2.- Najpomembnejše aplikacije APP.</p> <p>SKLOP 4: PROGRAM USPOSABLJANJA.</p> <p>1.- Metodološki pristop. - Učenje, prilagojeno in prilagojeno zmožnostim vsakega posameznika.</p>



**PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA
MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU**

	<ul style="list-style-type: none"> - pristop, ki temelji na izkustvenem in praktičnem učenju. - Spletna in osebna srečanja. Seminarji. - Dostopna gradiva. - Pristop mentorstva in coachinga. - Platforma za usposabljanje.
7	<p>METODOLOGIJA USPOSABLJANJA</p> <p>Za doseg zgoraj navedenih ciljev se predlaga razvoj metodologije usposabljanja, ki temelji na naslednjih predpostavkah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prilagojeno in prilagojeno učnim sposobnostim oseb iz ciljnih skupin. • Usposabljanje bo temeljilo na konceptih izkustvenega usposabljanja in učenja z delom, zato bo metodologija usposabljanja predvsem aktivna in praktična. • Usposabljanja bodo potekala v kontekstu in na spletu, zato bodo gradiva in orodja za usposabljanje razvita za uporabo v obeh okoljih usposabljanja. • Udeležba udeležencev usposabljanja bo med tečaji usposabljanja nujna, zato bodo vodje usposabljanja spodbujali dejavnosti, pri katerih bodo udeleženci lahko sodelovali in izmenjevali izkušnje in znanje med seboj ter z različnimi akterji. • Usposabljanje bo potekalo v obliki mentorstva in coachinga. Tehniki bodo udeležencem usposabljanja nudili podporo med usposabljanjem. • Razvita bo platforma za e-usposabljanje, ki bo omogočala spletno usposabljanje, izmenjavo znanja in izkušenj udeležencev usposabljanja ter podpirala tečaje usposabljanja prek različnih spletnih tolrov za usposabljanje.
8	<p>NAČRTOVANJE DELAVNIC</p> <p>DEL 1: Predstavitev programa usposabljanja</p> <p>Cilji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ozaveščanje o programu mZdravje. • Predstavitev osnovnih konceptov o e-zdravju. • Analiza SWOT o realnostih. <p>Udeleženci:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 PMHP in 5 članov podpornega osebja. <p>Kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opolnomočenje. • Digitalna znanja in spretnosti. <p>Vsebina: BLOCK 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Razlaga programa Erasmus Plus za mZdravje. 2.- Načela digitalnega zdravja (e-zdravje). <ol style="list-style-type: none"> 2.1.- javno-zasebna partnerstva na področju zdravja. 2.2.- Uporaba in komunalne storitve. 3.- Težave, ovire, potrebe.
8.1	



	<p>Trajanje seje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Osebni sestanek, ki traja 1 uro. <p>Medpredmetno usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Trener: Udeležencem nudi podporo pri opredeljenih idejah in njihovem morebitnem razvoju. Podpora med prvimi izkustvenimi praksami. <p>Metodologija:</p> <ul style="list-style-type: none">● Aktivno in participativno. <p>Gradivo za usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Power point: Priloga ppts1.● Kvalitativni vprašalnik: Priloga quess1.● Dinamika predstavitev: <p>1. Materiali, ki jih je treba</p> <ul style="list-style-type: none">- Žogica <p>2. Pred sejo</p> <ul style="list-style-type: none">- Postavite stole v krog. <p>3. Ko se seja začne:</p> <ul style="list-style-type: none">- Dinamika se začne z osebo, ki vodi dejavnost, in ko vsi udeleženci sedijo, poda žogo enemu od njih. Ta bo moral povedati svoje ime, kdo je (oseba z duševno boleznijo, družinski član/podporna oseba ali strokovnjak) in zakaj ga zanima ta projekt. Za to bosta imela največ 2 minuti časa in ko bosta končala, bosta žogo podala drugemu partnerju. Dejavnost se bo končala, ko se bodo vsi udeleženci predstavili.
8.2	<p>2. DEL: ZDRAVJE IN SAMOUPRAVLJANJE Z ZDRAVJEM</p> <p>Cilji:</p> <ul style="list-style-type: none">● Samoocena glavnih prednosti in slabosti, povezanih z veščinami samoupravljanja zdravja.● Ugotavljanje potreb vsakega od udeležencev. <p>Udeleženci:</p> <ul style="list-style-type: none">● 15 PMHP in 5 članov podpornega osebja. <p>Kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none">● Opolnomočenje.● Digitalna znanja in spretnosti.● Samoocenjevanje in opazovanje. <p>Vsebina: BLOK 2</p> <ol style="list-style-type: none">1.- Kaj je zdravje.2.- Samoupravljanje zdravja.

	<p>Trajanje seje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Spletno srečanje traja 1 uro.● Osebni sestanek, ki traja 1 uro. <p>Medpredmetno usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Trener: Udeležencem nudi podporo pri opredeljenih idejah in njihovem morebitnem razvoju. Podpora med prvimi izkustvenimi praksami. <p>Metodologija:</p> <ul style="list-style-type: none">● Aktivno in participativno. <p>Gradivo za usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Power point: Priloga ppts2.● Kvalitativni vprašalnik: Priloga quess2.
8.3	<p>DEL 3: SAMOUPRAVLJANJE DUŠEVNEGA ZDRAVJA</p> <p>Cilji:</p> <ul style="list-style-type: none">● Samoocena glavnih prednosti in slabosti, povezanih s samoupravljanjem zdravja spretnosti na področju duševnega zdravja.● Ugotavljanje potreb vsakega od udeležencev. <p>Udeleženci:</p> <ul style="list-style-type: none">● 15 PMHP in 5 članov podpornega osebja. <p>Kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none">● Opolnomočenje.● Digitalna znanja in spretnosti.● Samoocenjevanje in opazovanje. <p>Vsebina: BLOK 2</p> <p>1.- Samoupravljanje duševnega zdravja. Samodejno vrednotenje Preventiva Terapije: Pripadnost + spremljanje Krizno upravljanje Po zdravljenju</p> <p>Trajanje seje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Spletno srečanje traja 1 uro.● Osebni sestanek, ki traja 1 uro. <p>Medpredmetno usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Trener: Udeležencem nudi podporo pri opredeljenih idejah in njihovem morebitnem razvoju. Podpora med prvimi izkustvenimi praksami. <p>Metodologija:</p> <ul style="list-style-type: none">● Aktivno in participativno. <p>Gradivo za usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none">● Power point: Priloga ppts3.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Kvalitativni vprašalnik: Priloga quest3.
8.4	<p>4. DEL: mZdravje ali mobilno zdravje</p> <p>Cilji:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Predstavitev osnovnih konceptov o mZdravju. ● Predstavitev osnovnih konceptov o glavnih aplikacijah za digitalno zdravje. <p>Udeleženci:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 15 PMHP in 5 članov podpornega osebja. <p>Kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Opolnomočenje. ● Sprejemanje odločitev. ● Digitalna znanja in spretnosti. <p>Vsebina: BLOCK 3</p> <p>1.- Kaj je mZdravje. 2.- Najpomembnejše aplikacije APP.</p> <p>Trajanje seje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Osebni sestanek, ki traja 1 uro. ● Spletno srečanje traja 1 uro. <p>Medpredmetno usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Trener: Udeležencem nudi podporo pri opredeljenih idejah in njihovem morebitnem razvoju. Podpora med prvimi izkustvenimi praksami. <p>Metodologija:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aktivno in participativno. <p>Gradivo za usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Power point: Priloga ppts4. ● 3 glavne aplikacije.
8.5	<p>5. DEL: Program usposabljanja</p> <p>Cilji:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Poznavanje metodološkega pristopa. ● Osnovni koncepti izkustvenega učenja. <p>Udeleženci:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 15 PMHP in 5 članov podpornega osebja. <p>Kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Opolnomočenje. ● Sprejemanje odločitev. ● Digitalna znanja in spretnosti. ● Krepitev samozavesti. <p>Vsebina: BLOCK 4</p>

**PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA
MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU**

	<p>1.- Metodološki pristop.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Učenje, prilagojeno in prilagojeno zmožnostim vsakega posameznika. - pristop, ki temelji na izkustvenem in praktičnem učenju. - Spletne in osebne srečanja. Seminarji. - Dostopna gradiva. - Pristop mentorstva in coachinga. - Platforma za usposabljanje. <p>Trajanje seje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Spletne srečanje traja 1 uro. <p>Medpredmetno usposabljanje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Trener: Udeležencem nudi podporo pri opredeljenih idejah in njihovem morebitnem razvoju. <p>Metodologija:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aktivno in participativno. <p>Gradivo za usposabljanje: Power point: Priloga ppts5.</p>
9	<p>PRIČAKOVANI REZULTATI</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pridobite znanje o zdravju in duševnem zdravju. ● pridobiti znanje o samoupravljanju na področju zdravja. ● Pridobiti znanje o samoupravljanju na področju duševnega zdravja. ● Opredelite PPP, ki pomagajo pri samoupravljanju. ● Določite APP na področju zdravja. ● dostop do aplikacij APP za samoupravljanje zdravja. ● Dostop do aplikacij APP za samoupravljanje duševnega zdravja.
10	<p>METODOLOGIJA OCENJEVANJA. ZADOVOLJSTVO</p> <p>Pripravljen bo vprašalnik o zadovoljstvu, s katerim se bo merilo zadovoljstvo udeležencev usposabljanja glede naslednjih spremenljivk:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gradivo za usposabljanje. 2. Metodologija usposabljanja. 3. Platforma za e-učenje. 4. Sredstva in oprema. 5. Uspešnost trenerjev in mentorjev/trenerjev. 6. Splošno zadovoljstvo s tečajem.
11	<p>OCENJEVANJE UČENJA</p> <p>V skladu s tem bo opravljena tudi ocena učenja pripravnika:</p>



**PROGRAM USPOSABLJANJA ZA IZBOLJŠANJE SPREJEMANJA
MOBILNEGA ZDRAVJA PRI OSEBAH S TEŽAVAMI V DUŠEVNEM ZDRAVJU**

	<ol style="list-style-type: none">1. Vrednotenje posamezne delavnice (izpolnite kontrolni seznam na podlagi neposrednega in posrednega opazovanja)2. Samoocenjevanje
--	---



**Funded by
the European Union**

