Javni razpis za izpopolnjevanje strokovnih delavcev v višjem strokovnem izobraževanju in izobraževalcev v neformalnih programih za odrasle od 2020 do 2022

## Program izpopolnjevanja za udeležence VIŠ ali udeležence NIPO

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Obkrožite sklop na katerega prijavljajte program izpopolnjevanja** | **A** (program izpopolnjevanja za udeležence VIŠ) | **B (KRVZ)**(program izpopolnjevanja za udeležence NIPO) | **B (KRZS)**(program izpopolnjevanja za udeležence NIPO) |
| **Ime programa izpopolnjevanja**(program izpopolnjevanja, ki ga prijavljajte naj ne bo krajši **od desetih strani)**. |
| Učitelj pod stresom – kako prepoznati in premagovati stres pri delu z ranljivimi skupinami (v nadaljevanju tudi krajše: Učitelj pod stresom) |
| **Elementi programa izpopolnjevanja** |
| **a.** | **Namen programa izpopolnjevanja** |
| Vlaganje v strokovni razvoj izobraževalcev odraslih v programih neformalnega izobraževanja je ključnega pomena pri zagotavljanju kakovostne storitve na področju izobraževanja odraslih. Izobraževalci odraslih morajo imeti znanja in spretnosti, s katerimi lahko učinkovito zadovoljijo različne interese, želje in potrebe posameznih učečih se ciljnih skupin, predvsem ranljivih, ter kompetence za učinkovito motiviranje k vseživljenjskemu učenju le-teh.Izobraževalci odraslih so strokovnjaki, ki prihajajo iz različnih delovnih področij ter znanstvenih disciplin. Veliko le-teh je zaposlenih v javnih in zasebnih organizacijah za izobraževanje odraslih in se ukvarjajo tako s formalnim kot neformalnim izobraževanjem odraslih. Kar nekaj pa jih je zaposlenih tudi na drugih področjih (npr. gospodarskem sektorju) in izobražujejo v neformalnih programih, preko podjemnih ali avtorskih pogodb. V naši ciljni skupini je veliko zaposlenih, ki imajo ogromno znanj s svojega ožjega strokovnega področja, manjkajo pa jim bolj specifična znanja, ki se vežejo na specifiko izobraževanja odraslih. Navedeno se sklada z ugotovitvami Andragoškega centra Slovenije (Možina T., Zorić Frantar M., Birman Forjanič Z. (2020), Ugotavljanje potreb izobraževalcev v neformalnem izobraževanju, Ljubljana, Andragoški center Slovenije). Na vprašalnik je odgovarjalo 250 oseb (učitelji, mentorji, organizatorji). Ugotovljeno je bilo, da dve tretjini anketirancev (66 %) zelo potrebuje znanja s področja motivacije odraslih v neformalnem izobraževanju za učenje in poučevanje in 27% anketirancev teh znanj potrebuje deloma. 57 % anketiranih je tudi ocenilo, da zelo potrebuje znanja s področja prepoznavanja ovir, ki odraslim preprečujejo vključevanje v neformalno izobraževanje, dobra tretjina (35 %) pa, da omenjena znanja deloma potrebuje. Veliko anketirancev je tudi navedlo, da bi v prihodnje potrebovali andragoška znanja nasploh ter posebej znanja s področja značilnosti in dela z različnimi učečimi se ciljnimi skupinami (povzeto po Možina, Zorić Frantar, Birman Forjanič, 2020). Izobraževalci odraslih se pri svojem delu, še posebej z ranljivimi ciljnimi skupinami, nenehno srečujejo z različnimi stresnimi situacijami. Lahko bi celo rekli, da je stres, ki lahko vodi tudi do izgorelosti, oblika poklicnega stresa, značilnega za vzgojno izobraževalno delo, poklice na področju izobraževanja. O tem govorijo tudi ugotovitve longitudinalne raziskave o stresu v učiteljskem poklicu, ki jo je izvedla Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu skupaj s sindikati vzgoje in izobraževanja širom po Evropi. Ena od 30 sodelujočih držav mednarodne raziskave je bila tudi Slovenija. Po podatkih raziskave Labour Force Survey, ki so bili leta 2009 objavljeni na portalu Eurostat, je bil sklop stres skupaj s strahom in depresijo med evropskimi delavci, razvrščenih v enega izmed 15 poklicnih sektorjev, na tretjem mestu po pogostosti zdravstvenih težav povezanih z delom. Odstotek zdravstvenih težav, povezanih z stresom, strahom in depresijo, pa je bil največji prav v sektorju izobraževanja (27 %). Sledil mu je finančni sektor (25 %) ter javna administracija in sodstvo (24 %). Ugotovljeno je bilo tudi, da stres, depresija in strah ovirajo normalno delovanje zaposlenih. Približno 44 % zaposlenih je izrazilo zmerne omejitve delovanja zaradi stresa, o močnih omejitvah pa je poročala slaba četrtina zaposlenih (24 %) (Dostopno na: https://www.zvd.si/media/medialibrary/2016/01/DV-06-2014-Specificni\_stresorji\_pri\_poklicu\_ucitelja.pdf).Zaradi vseh zgoraj navedenih ugotovitev raziskave so nujna prizadevanja za zmanjševanje stresa in njegovih negativnih učinkov na izobraževalce odraslih. Namen programa Učitelj pod stresom – kako prepoznati in premagovati stres pri delu z ranljivimi skupinami (v nadaljevanju tudi krajše: Učitelj pod stresom) je izpopolnjevanje izobraževalcev odraslih za uspešno in učinkovito prepoznavanje in spoprijemanje s stresom in izgorelostjo pri svojem izobraževalnem delu na področju neformalnega izobraževanja odraslih, predvsem pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami.V programu izpopolnjevanja se bodo udeleženci podrobneje seznanili s teoretskimi temelji s področja stresa in izgorelosti, saj je prepoznavanje in učinkovito spoprijemanje s stresom eden od temeljev, da lahko izobraževalec odraslih (ali v vlogi organizatorja ali izvajalca izobraževanja) svoje delo na področju neformalnega izobraževanja odraslih z različnimi, predvsem ranljivimi ciljnimi skupinami kakovostno opravlja.V današnjem načinu življenja in dela se stresu, v takšni ali drugačni obliki, ne moremo izogniti. Kljub podobnim situacijam, v katerih se znajdemo, pa se vsak posameznik na dejavnike, ki povzročajo stres, odziva drugače. Ko spoznamo, kaj nam povzroča stres, in ugotovimo, kako se nanj odzivamo, se ga prej zavedamo in lažje razvijamo učinkovite strategije za zmanjševanje njegovih posledic. V programu izpopolnjevanja Učitelj pod stresom bodo udeleženci – izobraževalci odraslih pridobili kompetence, kako upravljati s seboj, da bi zmanjšali tveganje za stres ter povečali svojo zmogljivost, sproščenost in potenciale tako na svojem delovnem področju z različnimi, predvsem ranljivimi učečimi se ciljnimi skupinami odraslih kot na vseh ostalih življenjskih področij.Izobraževalci odraslih se pri svojem izobraževalnem delu na področju neformalnega izobraževanja odraslih srečujejo z zelo različnimi ciljnimi skupinami odraslih. Vsaka skupina ima svoje značilnosti in posebnosti, katere mora izobraževalec odraslih v načrtovanju in izpeljavi izobraževalnega procesa upoštevati. Pozoren mora biti na njihove psihološke in sociološke posebnosti, sposobnosti za učenje, ovire pri vključitvi v izobraževanje, motivacijo za izobraževanje ipd. Na vse le-te značilnosti in posebnosti pa mora biti še posebej pozoren pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami. Operativni program razvoja človeških virov 2014–2020 med ranljive skupine prebivalstva uvršča skupine, ki se srečujejo z večjo stopnjo tveganja socialne izključenosti in neenakih možnosti. Kot ranljivo ciljno skupino bi lahko opredelili skupino odraslih, ki je družbeno, kulturno ali ekonomsko prikrajšana. Največkrat jih spremljajo revščina, brezposelnost, nizka stopnja izobrazbe, neznanje jezika, pomanjkanje informacij, manjša dostopnost do sodobne tehnologije. Med te skupine sodijo:* starejši zaposleni,
* osebe z nizko izobrazbo,
* ljudi z nizkimi dohodki,
* ljudje katerih preživetje je pogosto odvisno od socialnih transferjev (brezposelni, enostarševske družine, starejše samske osebe, starejše samske ženske),
* invalidi (invalidi brez statusa, s težjimi okvarami),
* brezdomci (zdravstvene in stanovanjske težave),
* Romi (brezposelnost, nizka stopnja izobrazbe, slabe stanovanjske razmere),
* migranti, begunci in iskalci azila (nepoznavanje jezika, zaposlitev, stanovanjski pogoji),
* otroci in mladostniki s težavami v odraščanju,
* druge ranljive skupine (žrtve nasilja, odvisniki, osebe s težavami v duševnem zdravju ipd.).

V programu izpopolnjevanja Učitelj pod stresom pa bo poseben poudarek namenjen prv temu – spoznavanju in usvajanju značilnosti različnih učečih se ciljnih skupin, s posebnim ozirom na ranljivih ciljnih skupinah, ter značilnosti in pristopov k učenju in izobraževanju le-teh, saj je to temelj za uspešno izvedbo in doseganje ciljev vsakega izobraževanja. S tem bodo udeleženci skozi program krepili svojo osebno čvrstost in odpornost za spoprijemanje s stresnimi situacijami pri delu. Osebnostna čvrstost je namreč povezana z različnimi viri odpornosti posameznika, ki lahko nevtralizirajo uničujoče učinke stresa. |
| **b.** | **Ciljna skupina programa izpopolnjevanja**  |
| Ciljna skupina programa Učitelj pod stresom so zaposleni (tudi samostojni podjetniki – s. p.), ki so prepoznani kot ustrezen kader za opravljanje izobraževalnega dela v neformalnih izobraževalnih programih za odrasle. Kot ustrezen kader so prepoznani posamezniki, ki:* so v zadnjem letu pred vključitvijo v program izpopolnjevanja Učitelj pod stresom opravljali izobraževalno delo v neformalnih izobraževalnih programih za odrasle ali
* ga še opravljajo oziroma
* so potencialni izvajalci teh programov v skladu z letnim delovnim načrtom izvajalca.

Program Učitelj pod stresom – kako prepoznati in premagovati stres pri delu z ranljivimi skupinami je namenjen vsem izobraževalcem odraslih, ne glede na njihovo predznanje in izkušnje z delom na področju neformalnega izobraževanja odraslih. Torej, namenjen je:* posameznikom začetnikom – tistim, ki šele začenjajo z načrtovanjem, organiziranjem oziroma izvajanjem neformalnih izobraževalnih programov za odrasle in se z različnimi ciljnimi skupinami odraslih šele na novo srečujejo;
* posameznikom, ki že opravljajo izobraževalno delo na področju neformalnega izobraževanja odraslih (ali v vlogi organizatorja ali izvajalca izobraževanja), pa za kakovostno opravljanje svojega dela potrebujejo določena dodatna znanja – ali s področja značilnosti učenja in izobraževanja različnih ciljnih skupin ali s področja prepoznavanja in spoprijemanja s stresom in izgorelostjo pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami;
* posameznikom, ki želijo svoje znanje, spretnosti, veščine osvežiti oziroma nadgraditi v skladu z novimi spoznanji in dognanji na področju prepoznavanja in premagovanja stresa in izgorelosti ter dela z različnimi učečimi se ciljnimi skupinami odraslih, predvsem ranljivimi skupinami.

Z vključitvijo v program bodo posamezniki pridobili tudi znanja, veščine in kompetence, ki pomagajo pri vključevanju v vse vidike moderne družbe, in bodo sposobni ta znanja v določenem obsegu posredovati naprej v pedagoškem procesu. |
| **c.** | **Cilji programa izpopolnjevanja** |
| Pri programu Učitelj pod stresom zasledujemo različne cilje, ki so tematsko skladni z zahtevami razpisa. Cilji se dotikajo naslednjih vsebin:* značilnosti različnih ciljnih skupin (sociološki in antropološki vidiki),
* teoretski temelji, ki so pomembni za delo s ciljnimi skupinami.

V nadaljevanju so predstavljeni cilji programa izpopolnjevanja, ki jih bodo udeleženci dosegli z udeležbo v le-tem, in sicer glede na zgoraj navedene vsebine razpisa.Udeleženci bodo: * iz vsebinskega področja »značilnosti različnih ciljnih skupin« poznali, razumeli in/ali praktično usvojili:
* značilnosti odraslih – predvsem ranljivih ciljnih skupin v procesu učenja in izobraževanja,
* andragoškodidaktične vidike celotnega učnega procesa glede na osnovne psihosocialne karakteristike odraslega,
* dejavnike in ovire, ki vplivajo na odločanje za izobraževanje oziroma na vztrajanje v le-tem,
* načine za premagovanje ovir, s katerimi se srečujejo različne, predvsem ranljive ciljne skupine pri izobraževanju,
* značilnosti in pomen motivacije odraslih za izobraževanje,
* motivacijske pristope in startegije pri delu z različnimi, predvsem ranljivimi ciljnimi skupinami;
* iz vsebinskega področja »teoretski temelji, ki so pomembni za delo s ciljnimi skupinami«, in sicer s področja stresa in izgorelosti, poznali, razumeli in/ali praktično usvojili:
	+ značilnosti duševnega zdravja in duševnih motenj,
	+ načine za skrb za lastno duševno zdravje,
	+ dejavnike, ki nakazujejo razvoj duševnih motenj na delovnem mestu,
	+ znake, ki nakazujejo duševne motnje,
	+ načine za preprečevanje razvoja duševnih motenj,
* značilnosti in zakonitosti stresa in izgorelosti ter njunih oblik,
* dejavnike, ki povzročajo stres in izgorelost,
* opozorilne znake stresa in izgorelosti,
* vpliv stresa in izgorelosti na storilnost motivacijo in delovni slog,
* posledice stresa in izgorevanja pri posamezniku,
* pomen in proces učinkovitega spoprijemanja s stresom in z izgorelostjo,
* značilnosti in vrste učinkovitih strategij za lajšanje stresa in preprečevanje izgorevanja,
* proces učenja izbranih učinkovitih strategij za spoprijemanje s stresom in z izgorelostjo,
* pomen in proces izdelave osebnega načrta za obvladovanje stresa in izgorelosti;
* znanja, spretnosti in veščine iz vseh treh zgoraj navedenih vsebinskih področij znali prenesti in vpeljati v svojo izobraževalno prakso z ranljivimi ciljnimi skupinami na področju neformalnega izobraževanja odraslih;
* razvili empatičnost do ljudi oz. razumevanje potreb drugih.
 |
| **d.** | **Vsebina programa izpopolnjevanja** |
| Vsebina programa Učitelj pod stresom vključuje dve vsebini, ki sta skladni z zahtevami javnega razpisa:* značilnosti različnih ciljnih skupin (sociološki in antropološki vidiki),
* teoretski temelji, ki so pomembni za delo s ciljnimi skupinami.

V programu izpopolnjevanja se bodo udeleženci podrobneje seznanili s teoretskimi temelji s področja stresa in izgorelosti, saj je prepoznavanje in učinkovito spoprijemanje s stresom eden od temeljev, da lahko izobraževalec odraslih (ali v vlogi organizatorja ali izvajalca izobraževanja) svoje delo na področju neformalnega izobraževanja odraslih z različnimi, predvsem ranljivimi ciljnimi skupinami kakovostno opravlja.Obe zgoraj navedeni vsebini javnega razpisa sta smiselno razdeljeni na več modulov oziroma posameznih vsebinskih enot:* 1. modul: Odrasli in izobraževanje
* 2. modul: Duševno zdravje
* 3. modul: Razumevanje in prepoznavanje stresa
* 4. modul: Razumevanje in prepoznavanje izgorelosti
* 5. modul: Spoprijemanje s stresom in z izgorelostjo
* 6. modul: Učenje sproščanja

Udeleženci bodo zgoraj navedene module usvajali in poglabljali preko aktivnega sodelovanja in uporabe različnih sodobnih metod, tehnik in pristopov učenja in izobraževanja. Prvo srečanje programa izpopolnjevanja bo namenjeno tudi spoznavanju udeležencev in ustvarjanju prijaznega okolja in skupnosti, ki bo podpiralo in spodbujalo učenje. Le spodbudno psihosocialno okolje odnosov namreč omogoča odprto komunikacijo, aktivno sodelovanje in socialno vključenost vseh udeležencev. Zadnje srečanje pa bo namenjeno tudi pregledu naučenega in evalvaciji celotnega programa izpopolnjevanja (zadovoljstvo udeležencev z izpeljavo izobraževanja, dosežki udeležencev, učinki izobraževanja).V nadaljevanju je po posameznih modulih podrobneje predstavljena vsebina programa izpopolnjevanja:1. MODUL: ODRASLI IN IZOBRAŽEVANJE.
* KDO SO ODRASLI, KI SE UČIJO?
* RAZLIČNE RANLJIVE PODSKUPINE ODRASLIH IN NJIHOVE ZNAČILNOSTI
* PSIHOLOŠKE IN SOCIOLOŠKE POSEBNOSTI ODRASLIH
* SAMOSTOJNOST IN ČLOVEKOVA SAMOPODOBA TER IZOBRAŽEVANJE
	+ Samopodoba
	+ Samostojnost odraslega
	+ Preverjanje in ocenjevanje znanja
* IZKUSTVO ODRASLIH IN IZOBRAŽEVANJE
	+ Vrste izkustva
	+ Homogeno in heterogeno izkustvo
	+ Upoštevanje izkustva
* PRIPRAVLJENOST ODRASLIH NA IZOBRAŽEVANJE
	+ Splošni andragoški principi
	+ Princip prostovoljnosti in integrativnosti
	+ Razlike v pripravljenosti na izobraževanje med otroci in odraslimi
	+ Značilnosti pripravljenosti na izobraževanje pri odraslih
* ANDRAGOŠKODIDAKTIČNI VIDIKI CELOTNEGA UČNEGA PROCESA GLEDE NA OSNOVNE PSIHOSOCIALNE KARAKTERISTIKE ODRASLEGA
* SPOSOBNOSTI ODRASLIH ZA UČENJE
	+ Senzorične lastnosti
	+ Intelektualnospoznavne lastnosti
	+ Emocionalnomotivacijske lastnosti
* MOTIVI, KI ODRASLE SPODBUJAJO K UČENJU IN IZOBRAŽEVANJU
* KAJ OVIRA ODRASLE PRI IZOBRAŽEVANJU?
	+ Situacijske ovire
	+ Institucijske ovire
	+ Dispozicijske ovire
* PREMAGOVANJE OVIR RANLJIVIH CILJNIH SKUPIN ZA IZOBRAŽEVANJE
* MOTIVACIJA IN NOTRANJA MOTIVACIJA
	+ Značilnosti in pomen (notranje) motivacije odraslih za izobraževanje
	+ Motivacija in čustva
	+ Uporaba motivacijskih pristopov in strategij pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami
		- Za vključitev ranljivih ciljnih skupin v izobraževanje
		- Za vztrajanje ranljivih ciljnih skupin v izobraževanju
	+ Težave pri motiviranju ranljivih ciljnih skupin
1. MODUL: DUŠEVNO ZDRAVJE
* SODOBEN ŽIVLJENJSKI STIL IN DUŠEVNO ZDRAVJE
* DUŠEVNO ZDRAVJE
	+ Kaj vpliva na posameznikovo duševno zdravje?
	+ Skrb za lastno duševno zdravje
* DUŠEVNE MOTNJE
	+ Vzroki za razvoj duševnih motenj na delovnem mestu
	+ Znaki, ki nakazujejo duševne motnje
		- Telesni znaki
		- Vedenje na delovnem mestu
	+ Kako preprečiti razvoj duševnih motnj

PRIMER KONKRETNE DEJAVNOSTI:* ALI SEM V STRESU?

Ugotavljanje, ali je bil posameznik v zadnje pol leta v stresu (vprašalnik iz publikacije OMRA: Ali sem v stresu)* SKRB ZA LASTNO DUŠEVNO ZDRAVJE

Izdelava osebnega načrta (po priročniku NIJZ Duševno zdravje na delovnem mestu)1. MODUL: RAZUMEVANJE IN PREPOZNAVANJE STRESA
* RAZUMEVANJE SEBE = POT K RAZUMEVANJU STRESA
* STRES IN NJEGOVE MANIFESTACIJE
* VPLIV STRESA NA STORILNOST, MOTIVACIJO IN DELOVNI SLOG
* POZITIVNI IN NEGATIVNI STRES
* DEJAVNIKI, KI POVZROČAJO STRES
* OPOZORILNI ZNAKI STRESA
	+ Fizični znaki
	+ Čustveni znaki
	+ Vedenjski znaki
* POSLEDICE STRESA
* OD STRESA DO IZGORELOSTI
* STRES NA DELOVNEM MESTU
* TESNOBA
* ANKSIOZNOST
	+ Anksioznost in njene pojavne oblike
		- Situacijska anksioznost
		- Fobije
		- Anticipatorna paničnost
	+ Anksiozne motnje
		- Simptomi anksioznih motenj
			* Čustveni simptomi
			* Vedenjski simptomi
			* Fizični simptomi
		- Dejavniki, ki sprožajo in vzdržujejo duševne motnje
		- Panični napadi in panična motnja
		- Socialna anksioznost
* DEPRESIJA

PRIMER KONKRETNE DEJAVNOSTI:* PREPOZNAJMO STRES

Vprašalnik o tem, kako se kaže stres pri posamezniku (samorefleksija reagiranja na stres in spoprijemanja z njim)* VPRAŠALNIK ZA UGOTAVLJANJE STRESA NA DELOVNEM MESTU
1. MODUL: RAZUMEVANJE IN PREPOZNAVANJE IZGORELOSTI
* IZGORELOST = POKLICNA IZČRPANOST
* IZGORELOST IN NJENE POJAVNE OBLIKE
* VZROKI ZA NASTANEK IZGORELOSTI
	+ Vpliv delovnega in socialnega okolja na nastanek izgorelosti
* OPOZORILNI ZNAKI IZGORELOSTI
* POSLEDICE IZGOREVANJA PRI POSAMEZNIKU
* IZGORELOST NA DELOVNEM MESTU

PRIMER KONKRETNE DEJAVNOSTI: * VPRAŠALNIK SINDROMA ADRENALNE IZGORELOSTI

Ugotavljanje izgorelosti s pomočjo vprašalnika (Pšeničny, 2007)1. MODUL: SPOPRIJEMANJE S STRESOM IN Z IZGORELOSTJO
* POMEN OBVLADOVANJA STRESA IN IZGORELOSTI
* KAKO USPEŠNO PREMAGATI STRES IN IZGORELOST?
	+ Spodbujanje motivacije za spremembo
	+ Ravnovesje med sprejemanjem in spremembo
* UČINKOVITE STRATEGIJE ZA LAJŠANJE STRESA IN PREPREČEVANJE IZGOREVANJA
	+ Katere učinkovite strategije za obvladovanje stresa in izgorelosti poznamo?
	+ Proces učenja strategij za učinkovito spoprijemanje s stresom in izgorelostjo
	+ Pomen in učinki sproščanja
* UČENJE IZBRANIH UČINKOVITIH STRATEGIJ ZA SPOPRIJEMANJE S STRESOM IN IZGORELOSTJO
	+ Telesna aktivnost
	+ Različne tehnike dihanja
	+ Hitra sprostitvena tehnika
	+ Progresivno mišično sproščanje
	+ Čuječnost
	+ Avtogeni trening
	+ Vizualizacija
	+ Meditacija
	+ Joga
	+ Supervizija
	+ Pogovor prek kartic pripovedovalk
* OSEBNI NAČRT ZA OBVLADOVANJE STRESA IN IZGORELOSTI

PRIMER KONKRETNE DEJAVNOSTI:* MOJE SOOČANJE S STRESOM

Ugotavljanje, kako posameznik reagira v neki stresni situaciji in prepoznavanje vzorcev delovanja ter iskanje učinkovitejših načinov spoprijemanja s stresom1. MODUL: UČENJE SPROŠČANJA
 |
| **e.** | **Kompetence, ki jih udeleženci VIŠ ali udeleženci NIPO pridobijo s programom izpopolnjevanja** |
| S programom Učitelj pod stresom bodo udeleženci pridobili naslednje kompetence:* znanja in izkušnje s področja:
	+ značilnosti različnih učečih se ciljnih skupin (sociološki in antropološki vidiki) ter značilnosti in pristopov k učenju in izobraževanju le-teh, s posebnim ozirom na ranljive ciljne skupine,
	+ teoretskih temeljev, ki so pomembni za delo s ciljnimi skupinami, in sicer s področja stresa in izgorelosti,
	+ prepoznavanja in obvladovanja stresa, stresnih situacij in izgorelosti pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami;
* spretnosti in sposobnost poiskati in uporabiti različne načine, metode, pristope in/ali strategije za:
	+ učinkovito soočanje z različnimi izzivi pri delu z različnimi, predvsem ranljivimi ciljnimi skupinami,
	+ premagovanje ovir, s katerimi se srečujejo učeči se pri izobraževanju,
	+ motivacijo učečih se za izobraževanje,
	+ skrb za lastno duševno zdravje
	+ učinkovito spoprijemanje s stresom in izgorelostjo pri delu z ranljivimi ciljnimi skupinami;
* znanja, spretnosti in veščine za prenos in vpeljavo usvojenih vsebin v svojo izobraževalno prakso na področju neformalnega izobraževanja odraslih;
* zanesljivost in odgovornost;
* sposobnost konstruktivno se soočiti z ovirami, ki so se pojavile med izobraževanjem;
* sposobnost dejavnega sodelovanja v skupini.

Poleg zgoraj omenjenih kompetenc lahko predvidevamo, da bodo s pomočjo vsebin programa udeleženci razvijali tudi naslednje kompetence:* Sporazumevanje v maternem (slovenskem) jeziku

Pozitivni odnos do sporazumevanja v maternem jeziku vključuje pripravljenost za kritični in konstruktivni dialog ter zanimanje za interakcijo z drugimi. To vključuje zavest o vplivanju jezika na druge ljudi in potrebo po razumevanju in uporabi jezika na pozitiven in družbeno odgovoren način. Poudarek bo tudi na sposobnosti izražanja in razumevanja pojmov, misli, čustev, dejstev in mnenj v pisni in ustni obliki (poslušanje, govor, branje in pisanje) ter na ustrezen in ustvarjalen način jezikovno medsebojno delovanje v vseh družbenih in kulturnih okoliščinah – izobraževanje in usposabljanje, delo, dom in prosti čas.* Socialne in državljanske kompetence

Poudarek bo na spretnosti konstruktivnega sporazumevanja v različnih okoljih, strpnosti, izražanja in razumevanja različnih pogledov, pogajanja z ustvarjanjem zaupanja in sočustvovanje. Posamezniki se bodo naučili obvladati stres in frustracije ter to izraziti na konstruktiven način. Temeljili bomo na sodelovanju, samozavesti in integriteti, spoštovanju različnosti ter na pripravljenosti premagovati predsodke in sprejemati konflikte. * Samoiniciativnost in podjetnost

Teme bomo vezali na uspešno komunikacijo, potrebno pri izobraževalnem delu z ranljivimi ciljnimi skupinami, samoiniciativnost pri dajanju pobud, izražanju predlogov in inovativnih idej.* Učenje učenja

Program bo pri udeležencih razvijal motivacijo in zaupanje v lastno sposobnost, vztrajnost za spremembe, vključno z organizacijo časa. |
| **f.** | **Trajanje programa izpopolnjevanja** |
| Program Učitelj pod stresom traja 20 ur organiziranega izobraževanja. Vsebine se v obsegu največ 20 % lahko prilagaja predznanju in izkušnjam udeležencev ter njihovim specifičnim potrebam, interesom in željam.Časovna razporeditev: Izobraževanje poteka po določenem urniku, ki je prilagojen potrebam in času, ki ga imajo na voljo udeleženci. Predvidevamo, da bo to dvakrat tedensko po tri šolske ure. |
| **g.** | **Pogoji za vključitev v program izpopolnjevanja**  |
| Pogoji za vključitev v program izpopolnjevanja so ustrezen status udeleženca (zaposleni, samozaposleni) in potrjeno sodelovanje pri opravljanju izobraževalnega dela v neformalnih izobraževalnih programih za odrasle ali potrjen namen izvajanja teh programov v prihodnje. |
| **h.** | **Pogoji za zaključek programa izpopolnjevanja** |
| Pogoj za zaključek programa Učitelj pod stresom je ta, da mora biti udeleženec prisoten najmanj 80 % trajanja programa izpopolnjevanja. |
| **i.** | **Organizacija programa izpopolnjevanja** (oblike, metode, minimalni obseg individualnega in skupnega dela idr.) |
| Organizacija programa Učitelj pod stresom zaradi aktivnih metod dela predvideva skupino do največ 15 udeležencev.Obseg organiziranega izobraževanja je 20 andragoških ur. Za uspešno doseganje standardov znanja pa se bo udeležence spodbudilo, da vsaj še pol toliko časa namenijo samostojnemu delu v Središču za samostojno učenje s pomočjo mentorja.Program izpopolnjevanja poteka v tečajno-delavniški obliki po vnaprej določenem razporedu, predvidoma dvakrat tedensko po največ tri šolske ure, v dopoldanskem ali popoldanskem času. Med enim in drugim srečanjem predvidevamo več dni premora, da zagotovimo udeležencem dovolj časa za samostojno delo. Komunikacija med njimi in učiteljem med tem časom poteka praviloma po elektronski pošti. Program je zasnovan modularno. Vsak modul zajema teoretične osnove in delo na praktičnih primerih, moduli pa se skozi program nadgrajujejo. Tečajno-delavniška oblika je kombinirana s samostojnim učenjem v Središčih za samostojno učenje za utrjevanje znanja, kot so značilnosti različnih ciljnih skupin in teoretski temelji s področja stresa in izgorelosti, ter s skupinskim – izkustvenim učenjem za razvijanje nekaterih spretnosti (razvoj učinkovitih strategij za lajšanje stresa in preprečevanja izgorevanja, proces izdelave osebnega načrta za obvladovanje stresa in izgorelosti ipd.).Program se bo izvajal v prostorih – učilnicah prijavitelja in partnerjev, po potrebi pa tudi pri delodajalcih, če bi se izkazal interes pri enem izmed njih za celotno skupino.Učilnica bo opremljena z računalnikom in projektorjem, in sicer za potrebe predvajanja prezentacij, ter z različnimi učnimi pripomočki in didaktičnimi materiali. Za potrebe uporabe različnih učnih metod, tehnik in pristopov mora biti pohištvo (mize in stoli) premično.Učitelji si bodo prizadevali za ravnovesje in združevanje različnih učnih metod izobraževanja odraslih – od frontalnega, skupinskega oz. dela v dvojicah do individualnega dela, kjer se bodo udeleženci urili v vseh socialnih oblikah učenja (razlaga, pogovor, interaktivne vaje). V programu se bodo prepletale sodobne izobraževalne metode in inovativni pristopi, s katerimi bomo podkrepili zastavljene učne cilje. Celoten proces dela se bo podkrepil z metodami za aktivno učenje vsebine, kot so igre vlog, brainstorming (možganska nevihta), brenčeča skupina, metoda individualnega dela, študija primera, projektno delo po skupinah in različnimi metodami kreativnega razmišljanja. Med udeleženci se bo poskušalo aktivno spodbujati komunikacijo, predvsem z metodo razprave, metodo snežne kepe, metodo pro et contra in metodo akvarija. Na takšen način bodo udeleženci prišli do skupnih ugotovitev, lažje bodo doumeli vsebine, razvijali bodo spretnost izpostavljanja, razvijanja komunikacijskih veščin, strpnosti ter sprejemanja in razumevanja idej drugih. Vse v programu izpopolnjevanja uporabljene učne metode pa bodo lahko udeleženci uporabili kasneje v svoji praksi – pri svojem izobraževalnem delu v neformalnih izobraževalnih programih za odrasle. V programu izpopolnjevanja se bo uporabila tudi metoda Obrnjenega učenja in poučevanja. Pri uporabi te metode se predavanja namerno osredotočajo na udeleženca, zaradi česar je vsebino mogoče globlje raziskati in ustvariti bolj smiselne priložnosti za učenje med aktivnostmi v razredu. Najbolj pogosto uporabljen opis obrnjenega učenja je učno okolje, v katerem se aktivnosti, ki so poprej bile opravljene izven razreda v obliki domače naloge, sedaj dokončajo v razredu med poukom. Poleg tega aktivnosti, ki se pri tradicionalnem načinu dokončajo v razredu, jih pri tej metodi udeleženci dokončajo preden pridejo v razred. Pedagogika obrnjenega učenja temelji na aktivnem poslušanju, ki se nanaša na vse, kar vključuje udeležence pri delu in razmišljanju o stvareh, ki jih počnejo. Po zaključenem programu izpopolnjevanja bodo udeleženci prejeli potrdilo o udeležbi v programu s popisom pridobljenih kompetenc. |
| **j.** | **Znanje izobraževalcev programa izpopolnjevanja in/ali opis delovnih izkušenj pri izvajanju tovrstnih programov izpopolnjevanja** |
| Program Učitelj pod stresom bodo izvajali strokovno usposobljeni predavatelji, ki imajo ustrezna področna znanja, znanja s področja pedagogike in andragogike ter so dobri poznavalci značilnosti odraslih udeležencev izobraževanja. Njihovo izobraževalno delo pa temelji na metodi izobraževanja, preko katere krepijo notranjo moč udeležencem (enakopravni odnosi, mentorsko vodenje, svetovanje, iskanje in spodbujanje potencialov udeležencev).Za del programa, ki se navezuje na stres in izgorelost, so predvideni: * najmanj srednješolska strokovna ali splošna izobrazba, reference s področja stresa in izgorelosti (duševno zdravje in duševne motnje, razumevanje in prepoznavanje stresa in izgorelosti, razvoj učinkovitih strategij za lajšanje stresa in preprečevanja izgorevanja ipd.), vsaj eno leto izkušenj pri izvajanju podobnih vsebin,
* pedagoška in andragoška znanja,
* najmanj eno leto delovnih izkušenj pri učenju v podobnih programih za odrasle,
* dobro poznavanje potreb ciljne skupine.

Za del programa, ki se navezuje na značilnosti različnih ciljnih skupin v izobraževanju pa so predvideni: * najmanj srednješolska strokovna ali splošna izobrazba in 3 leta delovnih izkušenj v izobraževanju odraslih ali visokošolska izobrazba s področja pedagogike, andragogike ali psihologije,
* pedagoško andragoška znanja,
* najmanj eno leto delovnih izkušenj,
* dobro poznavanje potreb ciljne skupine.
 |
| **k.** | **Spremljanje in evalvacija**  |
| Pred vključitvijo v program bomo vsakega udeleženca motivirali za aktivno sodelovanje, mu predstavili koristi in pogoje sodelovanja v programu. Njihovo napredovanje, doseganje ciljev in primernost programa bomo spremljali sproti z opazovanjem in razgovori. Skupaj bomo izdelali preprost izobraževalni načrt in nudili svetovalno podporo med izvajanjem izobraževanja ter po njem. Spremljanje izvedbe posameznih srečanj bo potekalo sproti, ob zaključku vsakega srečanja. Učitelji bodo skozi pogovor pridobivali povratne informacije o tem, ali so bile na srečanjih predstavljene vsebine jasne, razumljive, ali so pridobili informacije, ki so jih pričakovali. Na podlagi rezultatov razgovora bo lahko prilagodil vsebine oziroma potek naslednjega srečanja.V proces bomo vključili svetovalce za izobraževanje, ki bodo poleg organizatorja in učitelja skrbeli za spremljanje potreb udeležencev. Spremljali jih bomo še po zaključku izobraževanja. S spletno anketo bomo na izbranem vzorcu ugotovili, kakšen je prenos znanja v prakso, aktivnost pri morebitnem izvajanju programov neformalnega izobraževanja in morebitno napredovanje na delovnem mestu ter nove izobraževalne potrebe.Na predstavitvenem srečanju bomo izvedli začetno evalvacijo, s katero bomo ugotavljali predznanje udeležencev, njihove motive za vključitev in pričakovanja. Ob zaključku bomo izvedli končno evalvacijo. Udeležence bomo z vprašanji zaprtega in odprtega tipa vprašali po (ne)zadovoljstvu z izvedbo in/ali organizacijo tečaja. Ugotavljali bomo, v kolikšni meri so bila izpolnjena njihova pričakovanja, kako ocenjujejo učitelja, uporabo sodobnih učnih pristopov, izvedbo izobraževanja, kako in kje bodo uporabili pridobljeno znanje, kako nameravajo znanje nadgrajevati. Evalvacijo z vidika izvajalcev bomo izvedli s pomočjo vprašalnika in delno strukturiranega intervjuja. S pomočjo odgovorov na vprašanja odprtega tipa bomo ocenili primernost vsebin za ciljno skupino, ustreznost uporabljenih metod in organizacijsko obliko. Morebitne predloge za izboljšanje bomo upoštevali pri nadaljnjih izvedbah.  |

|  |
| --- |
| **Strokovni aktiv ali drug pristojni organ pri prijavitelju je program izpopolnjevanja obravnaval in potrdil na seji dne:** |
| 21. 1. 2021 |

Kraj in datum: Žig Ime in priimek odgovorne osebe:

AJDOVŠČINA, 21. 1. 2021 EVA MERMOLJA

 Podpis odgovorne osebe: