

Vzdelávací program

Kvalita v sociálnych službách: Dodržiavanie ľudských práv a slobôd, syndróm vyhorenia a zvládanie stresu

Rozsah vzdelávania: 16 hodín (2 dni po 8 hodín)

Cena: 30,- EUR / osoba / 1 hodina (bez DPH – nie sme platcom DPH)

Cieľová skupina

Zamestnanci zariadení sociálnych služieb – pracovníci v priamej starostlivosti, odborní pracovníci, vedúci pracovníci.

Ciele vzdelávania

- Posilniť povedomie o dodržiavaní ľudských práv a slobôd v prostredí sociálnych služieb.
- Zvýšiť kvalitu poskytovania služieb v súlade s etickými princípmi.
- Identifikovať riziká syndrómu vyhorenia, jeho prejavy a dôsledky.
- Rozvíjať schopnosti zamestnancov v oblasti prevencie vyhorenia a zvládania stresu.

Obsah vzdelávania

Téma 1: Ľudské práva a slobody v sociálnych službách (8 hodín)

- Právne a etické východiská ľudských práv v kontexte sociálnych služieb
- Práva prijímateľov sociálnych služieb – príklady z praxe
- Riziká porušovania práv – ako im predchádzať
- Rešpektujúca a partnerská komunikácia
- Nástroje na posilňovanie dôstojnosti a autonómie klienta
- Aplikácia princípov kvality do každodennej praxe

Téma 2: Syndróm vyhorenia a zvládanie stresu (8 hodín)

- Definícia syndrómu vyhorenia, príznaky a fázy
- Rizikové faktory a ohrozené profesie
- Dôsledky vyhorenia na pracovný výkon a kvalitu života
- Techniky prevencie – psychohygiena, time management, podpora na pracovisku
- Stres – fyziológia, druhy, zvládacie stratégie
- Návik relaxačných techník (dychové cvičenia, vizualizácie, mindfulness)

Vzdelávacie metódy

- Interaktívny výklad s diskusiou
- Práca v skupinách, modelové situácie
- Prípadové štúdie a analýza etických dilem
- Samoreflexia a dotazníky (napr. test vyhorenia)
- Zážitkové cvičenia na uvoľnenie a zvládanie stresu

Podmienky pre účastníkov

- Zamestnanie v oblasti sociálnych služieb
- Motivácia k účasti a aktívna účasť počas celého programu
- Vek 18+
- Minimálne stredoškolské vzdelanie s výučným listom

Formy vzdelávania

- Prezenčná forma (s možnosťou realizácie aj v zariadení objednávateľa)
- Možnosť online formy po dohode (napr. cez MS Teams alebo Zoom)

Hodnotenie účastníkov

- Účasť na min. 80 % výučby
- Sebahodnotenie účastníka (dotazník)
- Záverečná reflexia a skupinová diskusia
- Udelenie osvedčenia o absolvovaní vzdelávacieho programu

Profil absolventa

Absolvent vzdelávacieho programu:

- Rozumie významu dodržiavania ľudských práv a slobôd v sociálnych službách
- Je schopný rozpoznať rizikové situácie a etické dilemy
- Má nástroje na prevenciu syndrómu vyhorenia a zvládanie stresu
- Vie uplatniť princípy psychohygieny v praxi
- Prispieva ku kvalite a humánnosti poskytovaných služieb

Spôsob ukončenia vzdelávania

Vzdelávací program bude ukončený splnením nasledujúcich podmienok:

- Aktívna účasť na minimálne 80 % vzdelávacích aktivít.

- Zapojenie sa do záverečnej skupinovej diskusie a reflexie.
- Vyplnenie sebahodnotiaceho dotazníka.
- Overenie získaných vedomostí a zručností prostredníctvom praktickej úlohy alebo diskusie.
- Následne bude účastníkovi vystavené osvedčenie o absolvovaní vzdelávacieho programu.