**ΕΝΟΤΗΤΑ 1**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΕΝΟΤΗΤΑ:** | **ΕΓΓΡΑΜΜΑΤΟΣΥΝΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ** |
| **ΓΕΝΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ:** | Ο γενικός στόχος αυτής της ενότητας είναι να κατανοήσουμε ένα πρόβλημα υγείας και να μπορέσουμε να εκπαιδευτούμε σε τρόπους έκφρασης των ανησυχιών μας και των προβλημάτων μας στους επαγγελματίες υγείας. |
| **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΟΦΕΛΗ**  **(γενικό):** | Κατά την ολοκλήρωση της ενότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:   * *Κατανοήσουν τις διαστάσεις της εγγραμματοσύνης της υγείας και να μπορούν να ερευνήσουν και να εφαρμόσουν πληροφορίες σε σχέση με την υγεία με ακρίβεια.* * *Αναγνωρίσουν ένα πρόβλημα υγείας και να το περιγράψουν με ακρίβεια (αξιολόγηση, σωστή κρίση και εφαρμογή συγκεκριμένων πληροφοριών αναφορικά με την άνοια για την περιγραφή συμπτωμάτων).* * *Αναγνωρίσουν πληροφορίες που πρέπει να δοθούν στους επαγγελματίες υγείας και να είναι σε θέση να επεξεργαστούν τις απαντήσεις τους με ακρίβεια.* * *Επικοινωνήσουν επιτυχώς με τους επαγγελματίες υγείας και τα ευπαθή άτομα ή τα άτομα που πάσχουν από άνοια.* * *Είναι σε θέση να διαχωρίσουν τις δικές τους προσωπικές ανάγκες από τις ανάγκες των ατόμων που φροντίζουν (διαχείριση φορτίου της φροντίδας).* * *Αναγνωρίσουν μια επείγουσα κατάσταση.* |
| **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΟΦΕΛΗ:** | Κατά την ολοκλήρωση της ενότητας, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν ενισχύσει τις παρακάτω δεξιότητες:   * *Επικοινωνία σε συνθήκες που αφορούν στην φροντίδα της υγείας* * *Προετοιμασία για επίσκεψη που αφορά στην φροντίδα της υγείας* * *Βήματα σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης* * *Εποικοδομητική διάδραση μεταξύ επαγγελματιών υγείας και ευπαθών ατόμων ή ατόμων που πάσχουν από άνοια* |
| **ΔΙΑΡΚΕΙΑ:** | 2 ώρες |
| **ΥΛΙΚΟ:** | Πολυμέσα, PPT παρουσιάσεις, χαρτιά, μολύβια, εγχειρίδιομάθητή, βιβλίο ασκήσεων μαθητή, ηλεκτρονικές ταμπλέτες |
| **ΣΕΙΡΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ:** | **Βήμα 1**  **Εισαγωγή (PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ1)**  **(10 λεπτά)**  ***“****Πότε ήταν η τελευταία φορά που επισκέφθηκα έναν γιατρό και πόσο διήρκησε η επίσκεψη μου?”*  *Παρουσίαση της ομάδας και των συμμετεχόντων.*  *Ο κάθε συμμετέχοντας θα πρέπει να γράψει σε ένα χαρτί την απάντηση στην επόμενη ερώτηση:Φανταστείτε ότι είσαστε επαγγελματίας υγείας. Τι είδους πληροφορίες θα χρειαζόσασταν από τον πελάτη σας προκειμένου να τον βοηθήσετε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο?* |
|  | **Βήμα 2 – Εισαγωγή στο θέμα της εγγραμματοσύνης της υγείας και στην ενδυνάμωση**  **(PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ2)**  **(15λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής θα παρουσιάσει σύντομα τις βασικές αρχές της εγγραμματοσύνης της υγείας και της ενδυνάμωσης βασισμένος στην αντίστοιχη παρουσίαση και το σχετικό βίντεο (***VIDEO1\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΕΓΓΡΑΜΜΑΤΟΣΥΝΗ\_ΥΓΕΙΑΣ)***.*  **Παίρνοντας αποφάσειςγια θέματα που αφορούνστηνάνοια (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ1\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΦΥΛΛΑΔΙΟ)**  **(15 λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει τις βασικές αρχές της φροντίδας σε άτομα ευπαθή ή με άνοια και ζητά από τους εκπαιδευόμενους να ετοιμάσουν ένα φυλλάδιο που εμπεριέχει τα κεφάλαια που θα τους ενδιέφερε να διαβάσουν σε αντίστοιχο φυλλάδιο με πληροφορίες για την άνοια.*  **Βήμα 3– Δεξιότητες Επικοινωνίας**  **Εισαγωγήστοθέμα (PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ3)**  **(10λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει τον σκοπό της ενότητας και τα εκπαιδευτικά οφέλη της. Στη συνέχεια ζητείται από τους συμμετέχοντες να περιγράψουν σύντομα μια επίσκεψη στον γιατρό: Πως περιγράφεται η εμπειρία; Υπάρχει κατανόηση μεταξύ των μελών την συζήτησης; Φεύγουν από τον γιατρό με την αίσθηση ότι απαντήθηκαν οι ερωτήσεις τους; Εάν όχι, τι πιστεύουν ότι τους λείπει?*  *Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει το θέμα της ενότητας με μια σύντομη PPT παρουσίαση (Τι είναι η επικοινωνία, τα είδη της επικοινωνίας, τι είναι σύμπτωμα, πως περιγράφω ένα σύμπτωμα σε έναν επαγγελματία υγείας, προετοιμασία πριν την επίσκεψη στονγιατρό)*  **Συνεντεύξεις (VΙDEO2\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΓΙΑΤΡΟΣ ΚΑΙ VIDEO3\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΣ)**  **(15λεπτά)**  *Οι συμμετέχοντες θα παρακολουθήσουν ένα σύντομο βίντεο όπου ένας γιατρός εξηγεί τι περιμένει από τους φροντιστές σε μια επίσκεψη. Αυτό το σύντομο βίντεο θα εμπεριέχει όλες τις χρήσιμες πληροφορίες που ένας ενδιαφερόμενος θα πρέπει να γνωρίζει πριν και κατά την διάρκεια μιας επίσκεψης για να επιτύχει την καλύτερη δυνατή μορφή επικοινωνίας με τον γιατρό.*  *Οι συμμετέχοντες θα παρακολουθήσουν ένα σύντομο βίντεο ενός φροντιστή που επεξηγεί τι αναζητά εκείνος από μια επίσκεψη στον γιατρό.*  *Στη συνέχεια θα υπάρξει μια σύντομη συζήτηση μεταξύ του εκπαιδευτή και των συμμετεχόντων σχετικά με το βίντεο. Υπάρχουν καινούργιες χρήσιμες πληροφορίες από τον γιατρό που δεν γνώριζαν νωρίτερα; Υπάρχουν παρόμοιες καταστάσεις με εκείνες που βιώνει ο φροντιστής στο βίντεο;* |
|  | **Παιχνίδια ρόλων (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ2\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΡΟΛΟΙ)**  **(10λεπτά)**  *Ο ένας εκπαιδευτής θα υποδύεται τον επαγγελματία υγείας και ο δεύτερος θα υποδύεται τον ασθενή. Θα πραγματοποιηθεί ένα παιχνίδι ρόλων με τη μέθοδο της εποικοδομητικής επικοινωνίας (Παιχνίδι ρόλων 1) και ένα με τη μη εποικοδομητική μέθοδο επικοινωνίας (Παιχνίδι ρόλων 2).*  *Στη συνέχεια θα ζητηθεί από τους συμμετέχοντες ποιά από τις δύο επισκέψεις τους ήταν πιο χρήσιμη στην επίτευξη των στόχων τους και γιατί.* |
|  | **Βήμα4 – Ικανότητα διαφοροποίησης των προσωπικών αναγκών του φροντιστή από τις ανάγκες του ατόμου φροντίδας (PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ4)**  **(15λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής θα εισάγει σύντομα ποιες είναι οι ανάγκες των φροντιστών και των ασθενών σε μια PPT παρουσίαση. Επίσης θα πραγματοποιηθεί σύντομη εισαγωγή στις πιο κοινές ανάγκες των φροντιστών και των ατόμων με ευπάθεια και άνοια. Έμφαση θα δοθεί στην διαφοροποίηση τους και την έγκυρη παράθεση τους στους επαγγελματίες υγείας.*  *Τέλος, θα μεταδοθεί ένα βίντεο που αφορά στις ανάγκες των φροντιστών και πως μπορούμε να τους βοηθήσουμε σε σχέση με αυτές.*  (**VIDEO4\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ\_ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ)** |
|  | **Βήμα 5 – Συμβουλές για την προώθηση της εποικοδομητικής επικοινωνίας και βελτίωση της εγγραμματοσύνης της υγείας**  **(PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ5)**  **(10 λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής θα συνοψίσει με μια PPT παρουσίαση κάποιες σημαντικές συμβουλές σχετικά με την επιτυχημένη επίσκεψη στον γιατρό, με την εποικοδομητική επικοινωνία και την εγγραμματοσύνη της υγείας. Επίσης θα δοθούν κάποιες συμβουλές για το πως επιλέγουμε τον κατάλληλο γιατρό.*  *Ο εκπαιδευτής θα συζητήσει με τους συμμετέχοντες τις δεξιότητες επικοινωνίας που κατέχουν πριν και μετά την εκπαίδευση. Τι έχουν μάθει; Τι καινούργιες τεχνικές θα αναπτύξουν για τις μελλοντικές τους συναντήσεις με επαγγελματίες υγείας;* |
|  | **Βήμα 6 – Αναγνωρίζοντας τα βήματασε κατάστασηέκτακτης ανάγκης (PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ6)**  **(15 λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής θα θέσει το ερώτημα τι αποτελεί μια κατάσταση έκτακτης ανάγκης κατά τη γνώμη τους και εάν έχουν βιώσει μια τέτοια κατάσταση. Εάν ναι, πώς αντέδρασαν; Ποιες οι αναμνήσεις και τα συναισθήματα που διατήρησαν από αυτή την εμπειρία?*  *Ο εκπαιδευτής θα εισάγει σύντομα με τη χρήση PPT παρουσίασης τι θεωρείται μια περίπτωση έκτακτης ανάγκης. Στην συνέχεια ο εκπαιδευτής θα παρουσιάσει βήμα προς βήμα τι θα πρέπει να ακολουθηθεί σε περίπτωση κρίσης. Επίσης, θα παρουσιαστεί βίντεο σχετικά με την θέση ανάνηψης* **(VIDEO5\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΘΕΣΗ\_ΑΝΑΝΗΨΗΣ)***και ένα παράδειγμα τεχνικής χαλάρωσης (διαφραγματική αναπνοή,* **VIDEO6\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΔΙΑΦΡΑΓΜΑΤΙΚΗ\_ΑΝΑΠΝΟΗ)** |
|  | **Step 7 – Δραστηριότητα Ολοκλήρωσης της Εκπαίδευσης**  **(5 λεπτά)**  *Ο εκπαιδευτής θα χορηγήσει ένα ερωτηματολόγιο με σκοπό την ανατροφοδότηση που αφορά στην εκπαίδευση.*  *Ο εκπαιδευτής θα εξηγήσει στους συμμετέχοντες πως να εισέλθουν στην ιστοσελίδα, να βρουν τα βίντεο και πως να χρησιμοποιήσουν τα εργαλεία του μαθητή.* |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ:** | *Αυτή η ενότητα θα αξιολογηθεί με την χρήση ερωτηματολογίου. Ο εκπαιδευτής θα συλλέξει τα αποτελέσματα των ερωτηματολογίων και θα τα συγκρίνει αναλύοντας το επίπεδο γνώσεων και το επίπεδο ικανοποίησης συμμετοχής στην εκπαίδευση.* |
| **ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑ** | ***PPT ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ:***   * + - * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ1       * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ2       * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ3       * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ4       * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ5       * PPT ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΒΗΜΑ6   ***ΒΙΝΤΕΟ:***   * VIDEO1\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΕΓΓΡΑΜΜΑΤΟΣΥΝΗ\_ΥΓΕΙΑΣ * VIDEO2\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΓΙΑΤΡΟΣ * VIDEO3\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΣ * VIDEO4\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ\_ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ * VIDEO5\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΘΕΣΗ\_ΑΝΑΝΗΨΗΣ * VIDEO6\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΔΙΑΦΡΑΓΜΑΤΙΚΗ\_ΑΝΑΠΝΟΗ   ***ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΥΛΙΚΟ:***   * ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ1\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΦΥΛΛΑΔΙΟ * ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ2\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΡΟΛΟΙ * ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ3\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΛΕΞΙΚΟ\_ΟΡΩΝ * ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ4\_ΕΝΟΤΗΤΑ1\_ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ * ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΜΑΘΗΤΩΝ |