



EU-PROMENS

Haladó képzés

**A MENTÁLIS EGÉSZSÉG MULTIDISZCIPLINÁRIS
MEGKÖZELÍTÉSE**



Üdvözöljük!

Ezt a napot együtt töltjük, és a mentális egészség multidiszciplináris megközelítésével fogunk foglalkozni. A képzés célja, hogy a mentális egészségügyi támogatás multidiszciplináris megközelítését elősegítse azáltal, hogy felvértezi Önöket az ágazatok közötti hatékony együttműködéshez szükséges készségekkel és ismeretekkel. A képzés célja, hogy elősegítse a mentális egészség közös megértését, fokozza a csapatmunkát, és kiépítse a mentális egészséggel kapcsolatos kihívásokat holisztikusan kezelő integrált, személyközpontú ellátás képességét. A képzési program célja olyan szakemberek összetartó, multidiszciplináris hálózatának létrehozása, akik hatékonyan tudnak együttműködni az átfogó, személyközpontú mentális egészségügyi ellátás biztosítása érdekében, amely javítja az egyének és a közösségek eredményeit.

Haladó modul 1

Előkészítés: a mentális egészségre vonatkozó átfogó uniós megközelítés felé

Az EU-PROMENS-ről



EU-PROMENS - A mentális egészséggel kapcsolatos hálózatépítési és készségcsere európai program az EU4Health program által finanszírozott, a mentális egészséggel kapcsolatos kapacitásépítési program, amelyet a projekt konzorciuma (GFA Consulting Group GmbH, Trimbos Instituut és Mental Health Europe) 2024 januárja és 2026 decembere között hajt végre.

A program Európa-szerte erősíti és javítja az egészségügyi és az egészségügyön kívüli szakemberek kapacitását a mentális egészségügy területén. A program a mentális egészséggel kapcsolatos átfogó megközelítésről szóló bizottsági közlemény 15. kiemelt kezdeményezését, a "Kezdeményezés több és jobban képzett szakemberért az EU-ban" című kezdeményezést valósítja meg.



Funded by
the European Union

Az EU-PROMENS-ről



- Az EU-PROMENS 27 uniós tagállamra, Norvégiára, Izlandra és Ukrajnára terjed ki.

Fő célkitűzések:

- A mentális egészségügy területén dolgozó szakemberek kapacitásainak erősítése és javítása Európa-szerte.
- A mentális egészség megelőzésorientált és átfogó megközelítésének előmozdítása, mint közegészségügyi prioritás valamennyi életszakaszban és különböző környezetben.
- Az ágazatok közötti multidiszciplináris együttműködés előmozdítása, beleértve az egészségügyet, az oktatást, a szociális ellátást és az igazságszolgáltatást.
- A kiszolgáltatott helyzetben lévő csoportokkal foglalkozó szakemberek támogatása személyre szabott, tényeken alapuló kapacitásépítéssel.



Fő tevékenységek:

1. Multidiszciplináris képzési program

- Mentális egészségügyi képzési program tervezése és végrehajtása 6 EU-PROMENS központban, majd kiterjesztése a fennmaradó 24 országra.

2. Csereprogram

- Szakmai csereprogramok kialakítása és végrehajtása 6 EU-PROMENS központban a bevált gyakorlatok megosztása és az együttműködésen alapuló gondozási megközelítések előmozdítása érdekében.

3. Eszköz készlet kidolgozása

- A multidiszciplináris mentálhigiénés kapacitásépítés európai tervezetének kidolgozása gyakorlati, bizonyítékokon alapuló ajánlásokkal.

A multidiszciplináris képzés célja



- A képzési program célja a mentális egészségügyi támogatás multidiszciplináris megközelítésének előmozdítása azáltal, hogy a különböző szakembereket felvértezi az ágazatok közötti hatékony együttműködéshez szükséges kompetenciákkal.
- A képzés célja, hogy elősegítse a mentális egészség közös megértését, fokozza a csapatmunkát, és kiépítse a mentális egészséggel kapcsolatos kihívásokat holisztikusan kezelő integrált, személyközpontú ellátás képességét.
- A képzési program célja olyan szakemberek összetartó, multidiszciplináris hálózatának létrehozása, akik hatékonyan tudnak együttműködni az átfogó, személyközpontú mentális egészségügyi megelőzés és ellátás biztosítása érdekében, amely javítja az egyének és a közösségek eredményeit.

A haladó képzés napirendje



Modulok	Idő	tartam	Tartalom
Haladó 1	9:30-10:45	45 perc	Bemutakozás: képzési tartalom, oktatók és résztvevők
		30 perc	Előkészítés: A mentális egészségre vonatkozó átfogó uniós megközelítés felé
Haladó 2	11:15-12:45	90 perc	Multidiszciplináris mentálhigiénés együttműködés a támogatás kezelés és felépülés terén
Haladó 3	13:45-15:00	75 perc	Együttműködés/kommunikáció csapatunk szakembereivel
Haladó 4	15:30-17:30	90 perc	Öngondoskodás és gondoskodás a kollégákról/személyzetről
		30 perc	Gondolatok a képzésről és összefoglaló

A haladó képzés célja



1. Az átfogó mentális egészségügyi stratégiákkal kapcsolatos ismeretek bővítése

- **A mentális egészséggel kapcsolatos átfogó uniós megközelítés megértése**, a gyakorlatok összehangolása a nemzetközi szabványokkal és politikákkal.
- **A mentális egészség rendszerszintű előmozdítására irányuló stratégiák alkalmazása** az ágazatközi és közösségi alapú legjobb gyakorlatok integrálása a megelőzési és korai beavatkozási erőfeszítésekbe.

2. A multidiszciplináris mentálhigiénés együttműködés javítása

- **Az együttműködés erősítése a mentális egészség előmozdítása és megelőzése érdekében**, közös stratégiák kidolgozása a közösségi mentális jóllét javítására.
- **Az ágazatközi csapatmunka javítása a mentális egészségügyi támogatás, a kezelés és a felépülés terén**, integrált és személyközpontú megközelítéseket biztosítva.
- **Akciótervek kidolgozása a folyamatos együttműködésre és szakmai fejlődésre**, a mentális egészségügyi támogatás fenntartható, multidiszciplináris megközelítésének előmozdítása érdekében.



3. Fejlett csapatmunka és vezetői készségek fejlesztése

- **Fokozza a csapaton belüli kommunikációt**, biztosítva az időben történő és hatékony információcserét a titoktartás és az etikai megfontolások betartása mellett.
- **Alkalmazza a konfliktuskezelési technikákat**, konstruktívan kezelve a csoportokon belüli nézeteltéréseket a szolgáltatáskoordináció és az ellátás javítása érdekében.
- **Kötelezze el magát a közös döntéshozatalban**, együttműködve a szakemberekkel és a mentális egészségügyi problémákkal küzdő egyénekkkel a hatékony beavatkozási tervek kidolgozása érdekében.
- **Gondolkodjon az együttműködésen és a szolgáltatásfejlesztésen**, a szakmai és szervezeti környezetükben elért sikerek és a fejlődésre váró területek azonosításával.

4. Az öngondoskodás, a reziliencia és a csapat jólléti gyakorlatainak erősítése

- **Öngondoskodási stratégiák alkalmazása**, a munkahelyi stressz és a másodlagos trauma kezelése a reziliencia fenntartása érdekében.
- **A kollégák mentális egészségének támogatása**, a kiégés jeleinek felismerése, és a munkahelyi jólét kultúrájának előmozdítása.

Néhány háttérinformáció:



- EU- Bizottság honlapja: **A mentális egészség átfogó megközelítése:**
a mentális egészség holisztikus megközelítése, amely három alapelvere épül
- Megfelelő és hatékony **megelőzés**
- Hozzáférés a magas színvonalú és megfizethető mentális **egészségügyi ellátáshoz és kezeléshez**
- **Reintegráció** a társadalomba a felépülés során



Az EU-PROMENS a 20 bizottsági kiemelt cél egyikét valósítja meg e program keretében
Átfogó megközelítés.

Ismerkedjünk meg egymással!



Forrás: Miroљub Nikolić, az EU-PROMENS szakértője

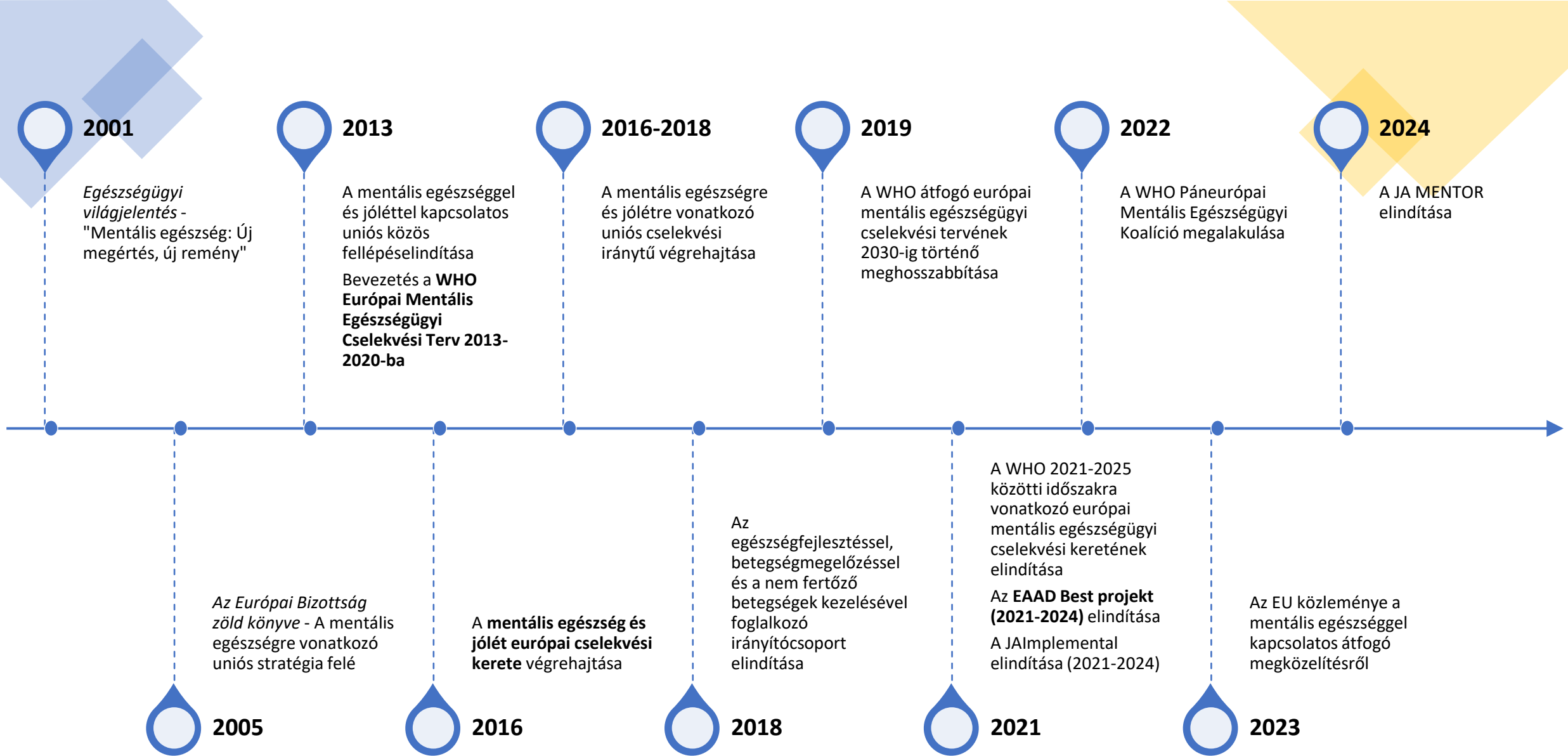
Mielőtt elkezdenénk, ne feledje:



- Pontosság betartása. Azonnali visszatérés a szünetekből.
- Tiszteljük egymást.
- Mindenkit kérünk, ossza meg álláspontját, de senkit sem kényszerítünk arra, hogy beszéljen.
- Amikor mások megosztják tapasztalataikat vagy nézeteiket, ne ítélkezzenek.
- Értesítse a vezetőket az esetleges nehézségekről.
- Bátran tegyen fel kérdéseket.
- Kezelje bizalmasan mindazt, ami a csoportban elhangzik.

Köszönöm!

Az EU mentális egészség átfogó megközelítése felé



Magyarországon megvalósult, az Európai Unió által kezdeményezett mentális egészségügyi programok



-
- EAAD Best projekt (2021-2024)
 - European Alliance Against Depression (Európai Szövetség a Depresszió ellen)
 - Magyarországi partner a Végeken Egészséglélektani Alapítvány
 - IFightDepression
 - ImpleMental JA (Joint Action), 2021-2024
 - Magyarországi partner: OKFŐ, Semmelweis Egyetem Egészségügyi Menedzserképző Központ
 - A Joint Action (JA) célja, hogy támogassa az Európai Unió Tagállamait olyan jogyakorlatok bevezetésében, amelyek fejlesztik és előtérbe helyezik a lakosság mentális egészségét és jóllétét, valamint annak ellátását. Emellett kiemelt célkitűzés innovatív megoldásokkal biztosítani az ellátás hatékonyságát a mentális egészség területén.

A mentális egészség átfogó uniós megközelítése



Az Európai Unió egy olyan átfogó megközelítés felé halad, amely a mentális egészséget az általános egészség alapvető aspektusaként ismeri el, amely elengedhetetlen az egyéni jól-lét, a gazdasági termelékenység és a befogadó társadalmak szempontjából.

Ez a megközelítés a mentális egészséggel kapcsolatos megfontolásokat több szakpolitikai területen is integrálja, beleértve a következőket:

- Egészségügy,
- Oktatás,
- Foglalkoztatás,
- Digitalizáció,
- A környezet,
- Várostervezés és egyéb.

https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/promoting-our-european-way-life/european-health-union/comprehensive-approach-mental-health_en

A mentális egészség átfogó uniós megközelítése



Ezért az EU megközelítése széles körű lesz, és magában foglalja az alábbiakra irányuló erőfeszítéseket:

A mentális egészség integrálása a szakpolitikákba

- Európai mentális egészségügyi kapacitásépítési kezdeményezés

A jó mentális egészség, a megelőzés és a korai beavatkozás előmozdítása a mentális egészségügyi problémák esetén

- Európai depresszió- és öngyilkosság-megelőzési kezdeményezés
- Egészségesebben együtt kezdeményezés - a mentális egészségre vonatkozó rész megerősítése
- Hozzáférési kapu mentális egészségügyi problémákkal küzdő emberek számára
- A mentális egészség európai kódexe
- Közös ökoszisztéma kialakítása az agy kutatás számára

A gyermekek és fiatalok mentális egészségének javítása

- Gyermek- és ifjúsági mentális egészségügyi hálózat
- "Child Health 360: megelőzési eszköztár"
- Fiatalok elsőként kiemelt cél
- Egészséges képernyők, egészséges fiatalok

<https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/promoting-our-european-way-life/european-health-union/comprehensive-approach->

A mentális egészség átfogó uniós megközelítése



A leginkább rászorulóknak segítése

- A bűncselekmények áldozatainak védelme
- Rákmisszió: platform a rák túlélő fiataljai számára

A munkahelyi pszichoszociális kockázatok kezelése

- A pszichoszociális kockázatokra vonatkozó uniós szintű kezdeményezés
- EU-s munkahelyi kampányok

A mentális egészségügyi rendszerek megerősítése és a kezeléshez és ellátáshoz való hozzáférés javítása

- Kezdeményezés több és jobban képzett szakemberekért az EU-ban
- Technikai támogatás a mentális egészségügyi reformokhoz több ágazatban
- A mentális egészségre vonatkozó adatok gyűjtése

A megbélyegzés áttörése

- A megbélyegzés és a megkülönböztetés elleni küzdelem

A mentális egészség globális előmozdítása

- Mentális egészségügyi támogatás az ukrajnai kitelepített és érintett emberek számára
- Az ügynökségek közötti állandó bizottság mentális egészséggel és pszichoszociális támogatással kapcsolatos minimális szolgáltatási csomagja (MHPSS) terjesztésének támogatása

https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/promoting-our-european-way-life/european-health-union/comprehensive-approach-mental-health_en

Egészség

Mentális
egészség

Szociális munka

Szektorokon átívelő
mentális egészségügyi
kompetenciák

Igazságszolgáltatás
és fiatalok
fogva tartása

Egyéb
(nem ME)

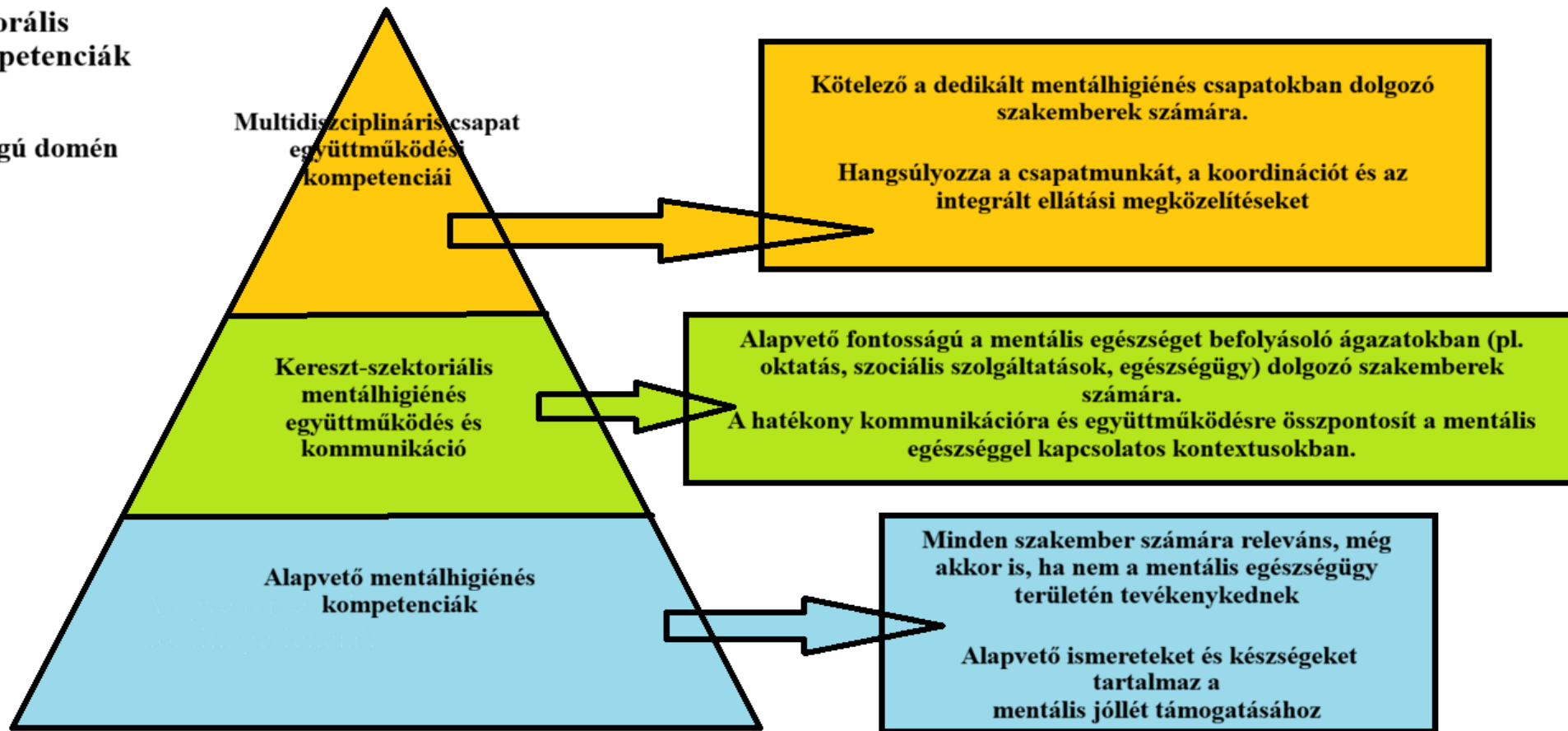
Oktatás

Szektorokon átívelő mentális egészségügyi kompetenciakeret

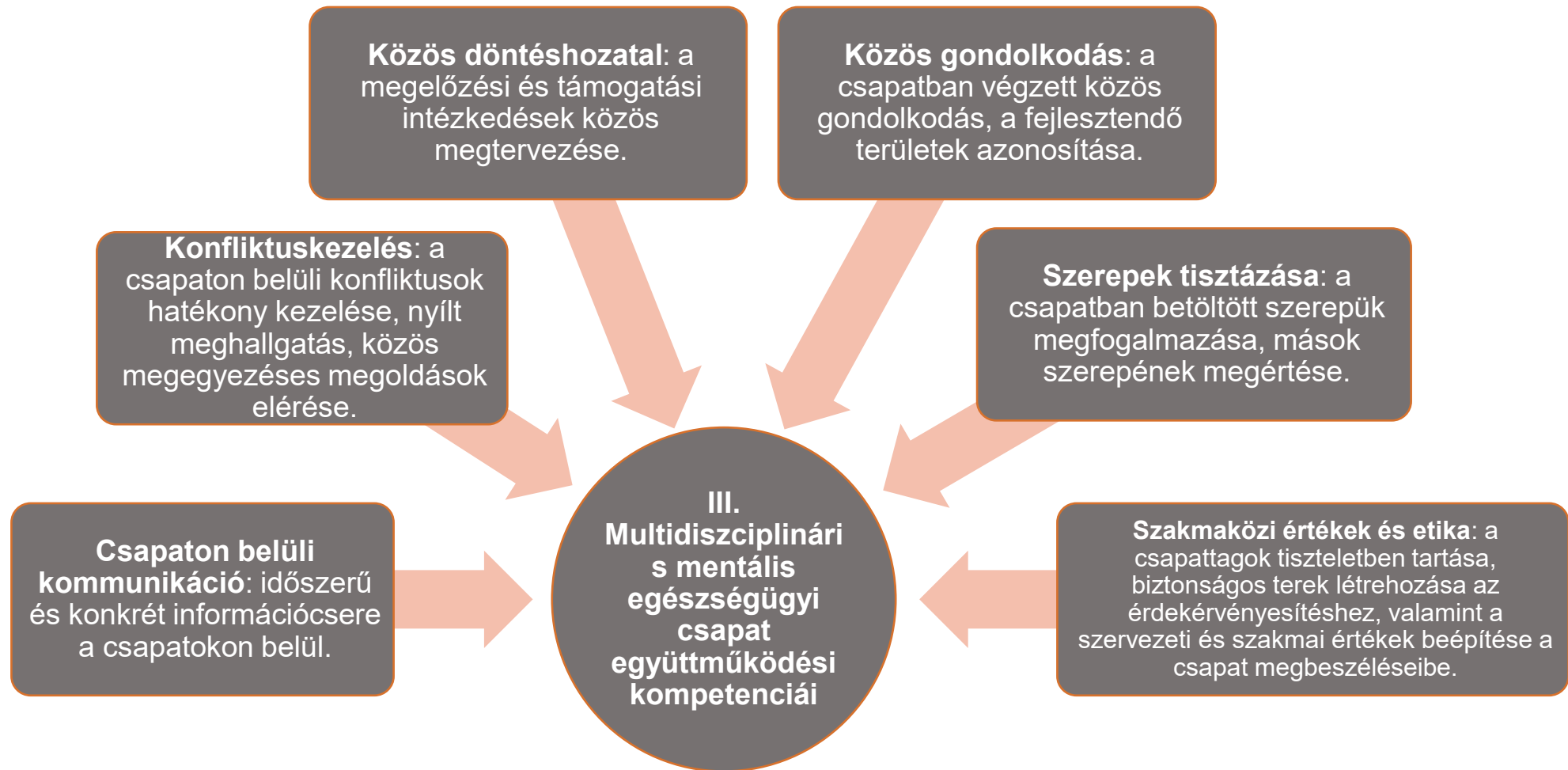


A kereszt-szektorális
mentálhigiénés kompetenciák
piramisa

Három kulcsfontosságú domén
(réteg):



Mentális egészségügyi ágazatközi kompetenciakeret





Beszéljük meg

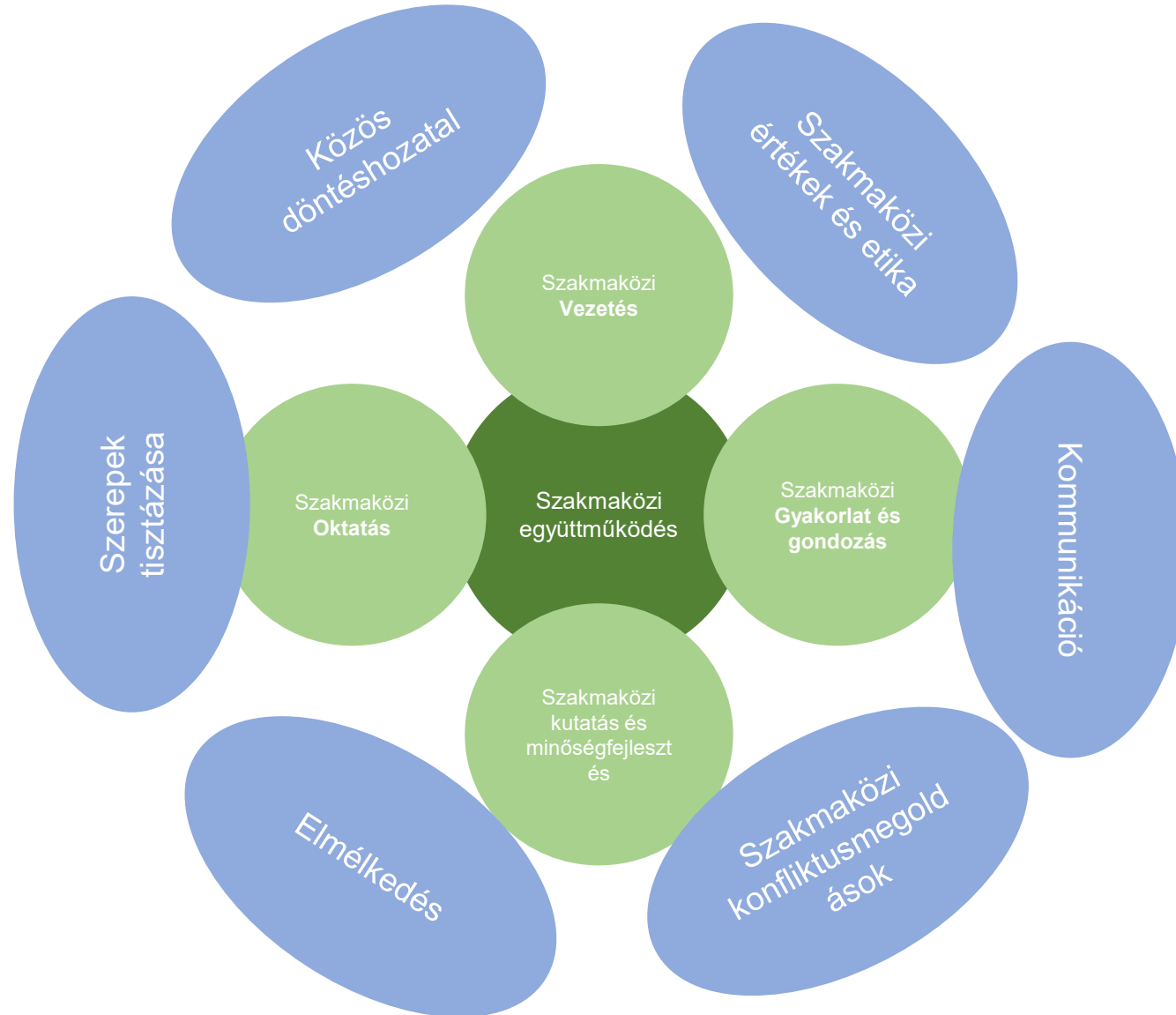


- *Melyek a mentális egészséggel kapcsolatos fő kihívások, amelyeket az Ön országában/közösségében lát?*
- *Mennyire átfogó a mentális egészséggel kapcsolatos megközelítése a gyakorlatban?*
- *Hogyan lehet kezelni a kihívásokat?*
- *Milyen problémák merülnek fel a különböző szakemberek (szociális munkások, tanárok, mentálhigiénés szakemberek, igazságügyi/ifjúságvédelmi dolgozók és mások) mentális egészséggel kapcsolatos oktatásával/képzésével kapcsolatban?*

Haladó modul 2

Multidiszciplináris mentálhigiénés együttműködés a támogatás, a kezelés és a felépülés terén

A szakmaközi
együttműködés
alapkompenciáinak
Sunnybrook-kerete



Beszélgetés a mentális egészségről

- Községi oktatás a mentális egészségről
- A megbélyegzés, a megkülönböztetés és a társadalmi kirekesztés csökkentése
- A mentális egészségi állapotú emberek és családtagjaik bevonása

Mentális egészségfejlesztés és megelőzés

- Egészséges életmód
- Életvezetési készségek
- A gondozási készségek megerősítése
- Öngyilkosság megelőzése
- A kábítószer-használat megelőzése
- Öngondoskodás a közösségi szolgáltatók számára

A kedvezőtlen mentális egészségi állapotú emberek támogatása

- Az emberi jogok előmozdítása
- A mentális egészségi állapotok azonosítása
- Bevonás és kapcsolatépítés
- Pszichológiai beavatkozások nyújtása
- További gondozás és szolgáltatások igénybevétele céljából történő beutalás
- A gondozók és családok támogatása

Helyreállítás és rehabilitáció

- Községi nyomon követés
- Szakképzési, oktatási és lakhatási támogatás
- Társadalmi felépülés és kapcsolódás
- Önmenedzselés és társas támogatás



<https://www.who.int/publications/i/item/the-mhgap-community-toolkit-field-test-version>



Beszéljük meg

Megbeszélés



- *Van tapasztalata az MDT-kben végzett munkáról?*
- *Milyen volt az összetételük? Mennyire volt hatékony?*
- *Vannak-e speciális szolgáltatások MDT-kkel, vagy ez a gyakorlatban szokásos, vagy egyáltalán nem?*
- *Ha ez valami újdonság, - mit gondol, miért? Mik az akadályok?*
- *Van-e az Ön országában/közösségében képzés az MDT-k számára?*

Gyakoroljunk

A szerepek egyeztetése után modellezni fogják az MDT csapatülését, és a szolgáltatást igénybe vevővel együttműködve létrehozzák a Támogatási/helyreállítási tervet. Az egész folyamat során a megfigyelők figyelni fogják Önöket. Nem fognak beavatkozni, de utólag visszajelzést adnak. Miután befejezték, megvitatjuk a terveket és a gyakorlat tanulságait.



EU-PROMENS

ESETEK

Esetleírás 1

2. ESET: István, 46 éves

Háttér:

István, egy 46 éves volt építőipari munkás. Több mint egy éve munkanélküli, miután hátsérülést szenvedett, aminek következtében nem tudott visszatérni a fizikai munkához. Egy kis bérelt lakásban él egy alacsony jövedelmű környéken. Egyetlen bevétele egy szerény rokkantsági támogatás, amely alig elegendő a lakbérre és az alapvető megélhetési kiadásokra. A ki nem fizetett orvosi számlákból és a napi kiadásokból származó adósságok egyre csak halmozódnak, István pedig úgy érzi, hogy túlterhelt és reményvesztett. István a pénzügyi nehézségei miatt elvesztette az autóját, ami megnehezíti számára az egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférést és az állásinterjúkra való eljutást. Gyakran kihagyja az étkezéseket, hogy pénzt takarítson meg, és szegényből kerüli a kapcsolatot a barátokkal vagy a családdal. Az utóbbi időben elkezdett találkozókát elfelejteni, rossz helyre tenni a tárgyakat, és ismerős helyeken is tájékozatlannak érzi magát. Alvása rendszertelen, és állandó fáradtságról számol be. István úgy érzi, hogy csapdába esett, és gyakran fejezi ki a kudarc és az elszigeteltség érzését.

Esetleírás 2

8. ESET: Ruta, 14 éves

Háttér

Ruta, egy 14 éves diáklány, nemrégiben kezdte kivonni magát a mindennapi életéből, mind az iskolában, mind otthon. Ruta, az egykor aktív és lelkes tinédzser, aki a sportban, különösen az atlétikában jeleskedett, már nem jár edzésekre, és nem mutat érdeklődést a korábban kedvelt tevékenységek iránt. Az elmúlt hónapokban szülei és tanárai észrevették, hogy túl sok időt tölt a telefonján, különösen a közösségi médiafelületeken. Ruta gyakran hasonlítgatja magát az online influencerekhez és társaihoz, és torz testképet alakított ki magáról, annak ellenére, hogy egészséges és sportos. Az egyik közösségi médiás bejegyzése alatti komment - amely arra utalt, hogy nem elég "vékony" - jelentős viselkedés változást okozott. Azóta Ruta a fogyás megszállottja lett, különösen az izomtömegét próbálta csökkenteni, amelyet most "túl nagy" vagy "nőietlennek" tart. Drasztikusan visszafogta az étkezést, elkezdett kihagyni étkezéseket, és kerüli a családi vacsorákat. Iskolai teljesítménye romlott, az órákon szórakozottnak, fáradtnak és érdektelennek tűnik. Otthon Ruta bezárkózik a szobájába, és elmerül az online világban. A szülei, akik kezdetben nem voltak tisztában a probléma mértékével, megpróbálták korlátozni a képernyő előtt töltött időt, de ellenállásba ütköztek, ami vitákhoz és további eltávolodáshoz vezetett. Nehezen kommunikálnak Rutával, nem tudják, hogyan közeledjenek hozzá anélkül, hogy további konfliktusokat okoznának. A tanárok arról számoltak be, hogy hiányzik a tanórán kívüli tevékenységekről, és egyre nagyobb aggodalomra ad okot állapota. Nemrég értesítettek egy iskolai tanácsadót, miután Ruta testnevelésórán elájult, valószínűleg azért, mert nem evett rendszeresen. Egyre világosabbá válik, hogy Ruta az evészavar kialakulásának korai szakaszában van, amit a cyberbullying, a közösségi média nyomása és az otthoni nyílt kommunikáció hiánya súlyosbít.

ESETEK

Esetleírás 1

2. ESET: István, 46 éves

10. Együttműködés/kommunikáció a saját ágazaton és szervezeten kívüli szakemberekkel és szolgálatokkal: István elveszett az összefüggéstelen rendszerekben; az orvosa nem tud pénzügyi válságáról, és a szociális munkás nem hallott a romló egészségi állapotáról. Annyiszor elismételte már a történetét, hogy most már gépiesen, reménytelenül meséli el. Az orvosi rendelések a hátfájására összpontosítanak, és soha nem érintik a szorongását vagy az álmatlan éjszakákat. Az adósságbehajtója többet tud az életéről, mint az egészségügyi szolgáltatói. A kapcsolat megszakadása azok között, akiknek segíteniük kellene neki, azt az érzést kelti benne, hogy senki sem látja a teljes képet.

11. Egyéb szolgáltatások fejlesztésének támogatása.

István tapasztalata szerint hiányosságok vannak a koordinációban, a hozzáférhetőségben és az elérhetőségben. A segélyek igénybevételével kapcsolatos küzdelme rávilágít arra, hogy a fogyatékkal élők számára egyszerűbb, központosított szolgáltatásokra van szükség. A mentális egészségügyi tünetekkel kapcsolatos zavarodottsága a közoktatásban tapasztalható szélesebb körű hiányosságokat tükrözi. Ha megkérdeznék, ő pontosan megmondaná a döntéshozóknak, hogy a rendszerek hol hagyják cserben a kiszolgáltatottakat. De egyelőre az ő történetét nem hallgatják meg, egy újabb hangtalan példája a szétszakadt biztonsági hálónak.

Esetleírás 2

8. ESET: Ruta, 14 éves

10. Együttműködés/kommunikáció a saját ágazaton és szervezeten kívüli szakemberekkel és szolgálatokkal Amikor Ruta esete végül eljutott egy helyi serdülőklinikaig, az iskola kevés információt osztott meg velük a jelenléti íven és az ájulásáról szóló feljegyzéseken kívül. A klinikát nem tájékoztatták a közösségi médiahasználatáról vagy a zaklatási incidensről, amely az állapotának romlását elindította. Teljes kép nélkül az egészségügyi szakemberek csak a fizikai tünetekre koncentráltak, és nem vették észre a szorongását kiváltó digitális és érzelmi rétegeket.

11. Egyéb szolgáltatások fejlesztésének támogatása Ruta tapasztalatai hasonló történetekre reflektáltak az iskolán belül - a közösségi média nyomásaival összefüggő csendes küzdelmek, amelyek észrevétlenek maradtak, amíg kritikussá nem váltak. A tanárok suttoztak az online megjelenések megszállottjainak növekvő számáról, de egyetlen hivatalos program sem foglalkozott a digitális jól-lét kérdésével. Ha Ruta helyzetét nyíltan megvitatták volna, az talán ösztönözhetne volna az egészséges közösségi médiahasználatról szóló kezdeményezéseket vagy a kortárssegítő csoportokat, de ehelyett ez egy elszigetelt eset maradt.

ESETEK

Esetleírás 1

2. ESET: István, 46 éves

Közös döntéshozatal: István hozzászólt ahhoz, hogy döntéseket hoznak helyette - a rokkantsági státuszáról, az ellátási tervéről és a juttatásairól. Aláírt olyan nyomtatványokat, amelyeket nem értett, és olyan feltételekbe egyezett bele, amelyeket nem tudott megkérdőjelezni. Ritka próbálkozásaira, hogy kifejezze preferenciáit, azt a választ kapta: "Ez a szabály" Azt kívánja, bárcsak valaki megkérdezné, hogy szerint mire van szüksége ahelyett, hogy megmondaná neki, mire jogosult. Az autonómiába vetett reménye elhalványult, helyét a lemondás vette át.

Kompetencia-alapú irányadó kérdés:

Hogyan tudunk az „elmondó” modelltől áttérni egy olyanra, amely aktívan bevonja Istvánt a gondozásával, ellátásaival vagy rehabilitációs lehetőségeivel kapcsolatos döntésekbe, hogy helyreállítsa a kontroll érzését?

Esetleírás 2

8. ESET: Ruta, 14 éves

14. Közös döntéshozatal

Amikor Rutát végül behívták egy megbeszélésre a szüleivel és az iskola dolgozóival, csendben ült, miközben a jövőjével kapcsolatos döntéseket hoztak - kinevezések, csökkentett óraszám és tanácsadás. Senki sem kérdezte meg tőle, hogy mit gondol ezekről a tervekről, vagy hogy szerint mi segíthetne. Úgy hagyta el a szobát, mintha egy megoldandó probléma lenne, nem pedig egy olyan személy, akinek hangja van a saját felépülésében.

Kompetencia-alapú irányadó kérdés:

Hogyan vonhatom be Rutát a gondozásával és az iskolai kiigazításokkal kapcsolatos döntésekbe, biztosítva, hogy úgy érezze, hogy meghallgatják és felhatalmazzák, nem pedig, úgy, hogy a felnőttek irányítják?

Előadás



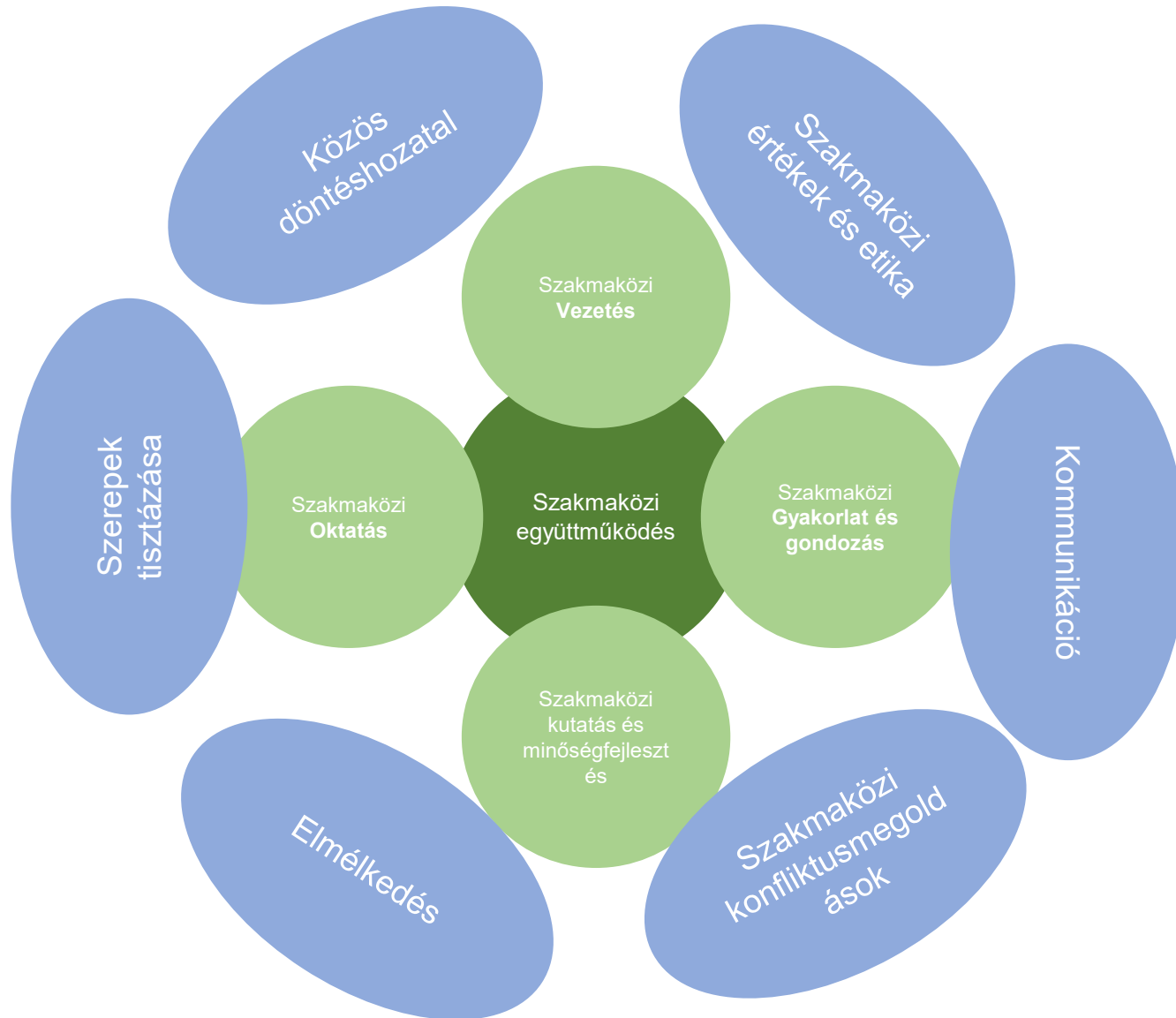
Gondolkodjunk,
elemezzünk együtt!



Haladó modul 3

Együttműködés/kommunikáció a csapatuk szakembereivel

A szakmaközi együttműködés alapkompenciáinak Sunnybrook-kerete



Meghatározás:

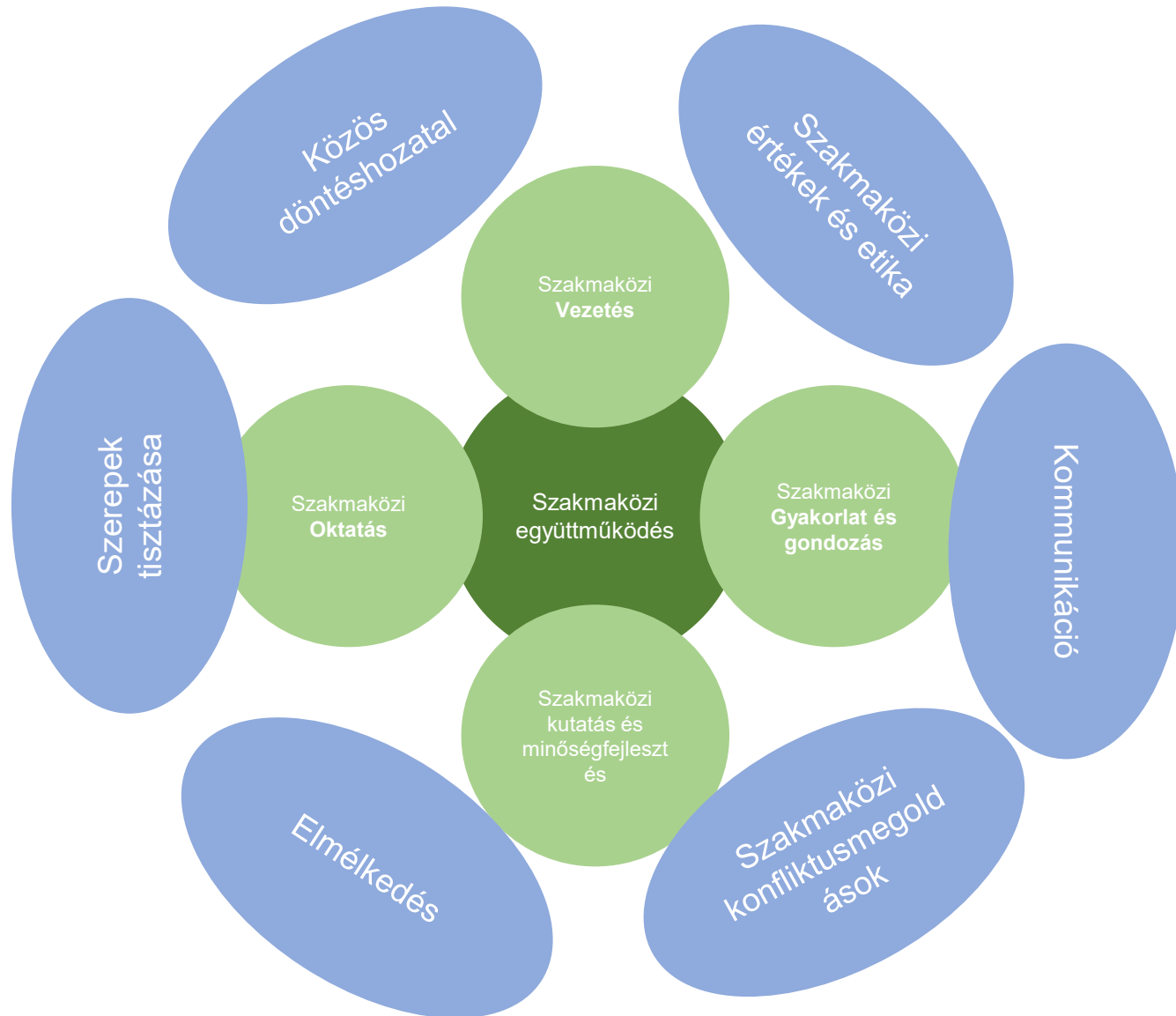
A szakmaközi csoportok a szerepek és szakmák közötti kommunikáció során a közös megértésre törekszenek.

Figyelnek arra, hogy aktívan tájékoztassák a csapattagokat és a többi csapatot, illetve információt kérjenek tőlük a helyzet alapos megértése érdekében.

Folyamatokat és eszközöket hoznak létre, és változatos médiumokat/megközelítéseket választanak a csapatokon belüli és a csapatok közötti információcsere fokozása érdekében.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8873279/>

A szakmaközi együttműködés alapkompenciáinak Sunnybrook-kerete



Kapcsolódó magatartásformák

A csapat:

Kialakítja az információcserére vonatkozó eljárásokat a csapatokon belüli és a csapatok közötti konkrét és időben történő információcserére

Kifejezetten figyelembe veszi, hogy mely tagokat kell bevonni az információk átadásába és átvételébe

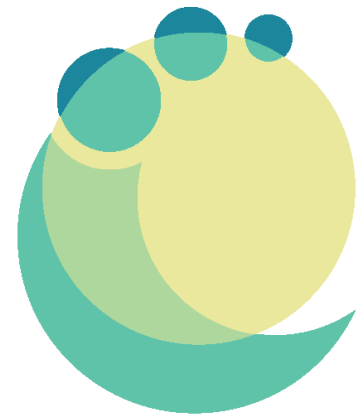
A szerepek és szakmák között szokásos nyelvezetet használva kommunikál, elkerülve a szakzsargont és a rövidítéseket, magyarázatokat ad és ellenőrzi a megértést

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8873279/>



Beszéljük meg

- Miért foglalkozunk a csapat kommunikációjával és együttműködésével?
- Hogyan lehet felismerni a rossz csapatkommunikációt/együttműködést?
- Lehetséges javítani rajta? Hogyan?
- Melyek a csapatkommunikáció javításának akadályai és elősegítői?
- Van-e az Ön országában/közösségében valamilyen képzés a szakemberek számára ebben a kompetenciában?



EU-PROMENS

Gyakoroljunk

Ismerkedjenek meg az üggyel, majd vegyék át a csapat szerepét és alakítsák ki a belső kommunikációs és együttműködési szabályokat. Legyen elképzelésük arról, hogy mi történik, ha megszegik a szabályokat, és hogyan lehet fenntartani azokat. Miután befejezték, lehetőségük lesz bemutatni és megvitatni a gyakorlat tanulságait

ESETEK kiegészítés

Esetleírás 1

István

10. Együttműködés/kommunikáció a saját ágazaton és szervezeten kívüli szakemberekkel és szolgálatokkal: István elveszett az összefüggéstelen rendszerekben; az orvosa nem tud pénzügyi válságáról, és a szociális munkás nem hallott a romló egészségi állapotáról. Annyiszor elismételte már a történetét, hogy most már gépiesen, reménytelenül meséli el. Az orvosi rendelések a hátfájására összpontosítanak, és soha nem érintik a szorongását vagy az álmatlan éjszakákat. Az adósságbehajtója többet tud az életéről, mint az egészségügyi szolgáltatói. A kapcsolat megszakadása azok között, akiknek segíteniük kellene neki, azt az érzést kelti benne, hogy senki sem látja a teljes képet.

Kompetencia-alapú irányadó kérdés:

Mit tehetünk annak érdekében, hogy javítsuk a kommunikációt István egészségügyi szolgáltatói, lakhatási támogatói, adósság tanácsadói és foglalkoztatási ügynökségei között, hogy közös képet alkossunk a szükségleteiről?

Esetleírás 2

Ruta

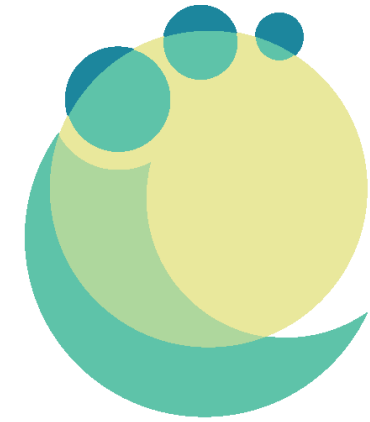
10.Együttműködés/kommunikáció a saját ágazaton és szervezeten kívüli szakemberekkel és szolgálatásokkal

Amikor Ruta esete végül eljutott egy helyi serdülőklinikaig, az iskola kevés információt osztott meg velük a jelenléti íven és az ájulásáról szóló feljegyzéseken kívül. A klinikát nem tájékoztatták a közösségi médiahasználatáról vagy a zaklatási incidensről, amely az állapotának romlását elindította. Teljes kép nélkül az egészségügyi szakemberek csak a fizikai tünetekre koncentráltak, és nem vették észre a szorongását kiváltó digitális és érzelmi rétegeket.

Kompetencia-alapú irányadó kérdés:

Hogyan tudom biztosítani, hogy minden érintett szakember, beleértve az egészségügyi szolgáltatókat és az ifjúsági szolgálatokat is, teljes képet kapjon Ruta helyzetéről, amely túlmutat a fizikai tüneteiben?

Előadás



EU-PROMENS

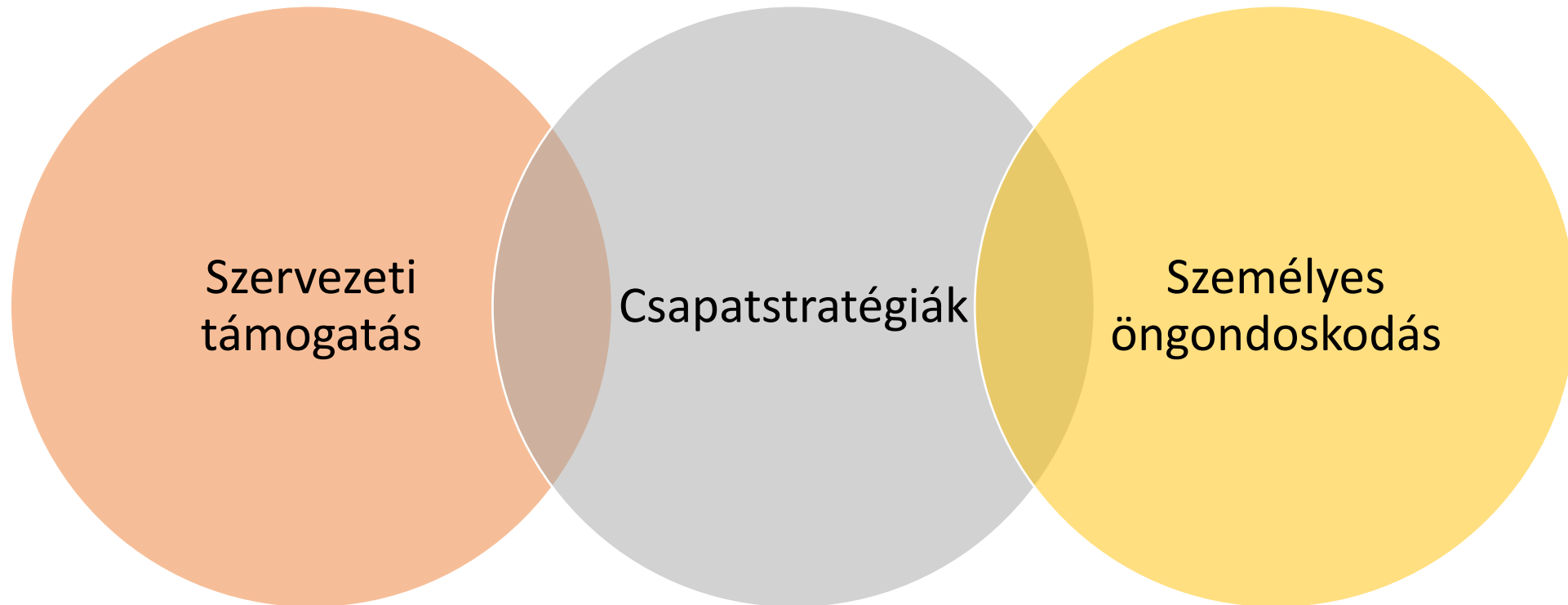
Elemezzünk és
gondolkodjunk együtt!

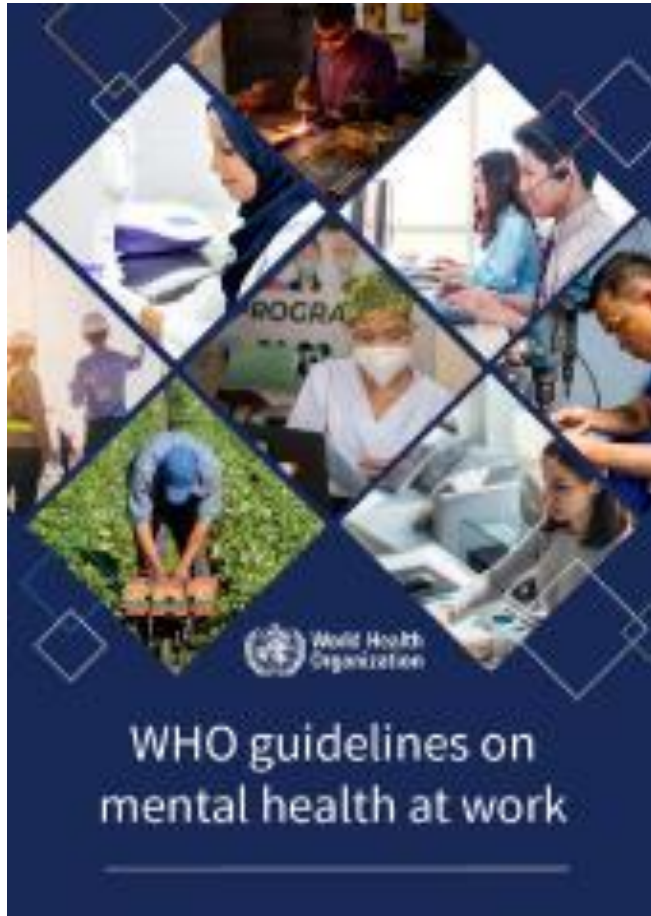


Haladó modul 4

Öngondoskodás és gondoskodás a kollégákról/személyzetről

A beavatkozások területei





- Szervezeti beavatkozásokra vonatkozó ajánlások
- Ajánlások a képzési vezetők számára
- A munkavállalók képzésére vonatkozó ajánlások
- Az egyes beavatkozásokra vonatkozó ajánlások
- Ajánlások a mentális egészségi állapottal összefüggő távollét után a munkába való visszatéréshez
- Ajánlások a rossz mentális egészségi állapottal élők munkavállalásához

Szervezeti beavatkozások



Egyetemes szervezeti beavatkozások	Célzott beavatkozások egészségügyi, humanitárius és sürgősségi dolgozók számára	Mentális egészségi problémával küzdő állapotú munkavállalók
A pszichoszociális kockázatok kezelése részvételi megközelítésekkel	A pszichoszociális kockázatok kezelése részvételi megközelítésekkel: Munkaterhelés, ütemezés és kommunikáció/csapatmunka javítása	Az emberi jogi elvekkel összhangban lévő ésszerű munkahelyi alkalmazkodás



<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/363177/9789240053052-eng.pdf?sequence=1>

Képzési ajánlások



Menedzserképzés	Munkavállalók képzése
<p>A vezetők képzését a munkavállalók mentális egészségének támogatása érdekében úgy kell megvalósítani, hogy javuljon a vezetők mentális egészséggel kapcsolatos tudása, hozzáállása és magatartása, valamint a munkavállalók segítségkereső magatartása.</p>	<p>A mentális egészséggel kapcsolatos ismeretek és tudatosság terén a munkavállalók képzése a gyakornokok mentális egészséggel kapcsolatos ismereteinek és munkahelyi attitűdjeinek - beleértve a stigmatizáló attitűdöket is - javítása érdekében végezhető.</p>



<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/363177/9789240053052-eng.pdf?sequence=1>

Egyéni beavatkozások



Egyetemes egyéni beavatkozások

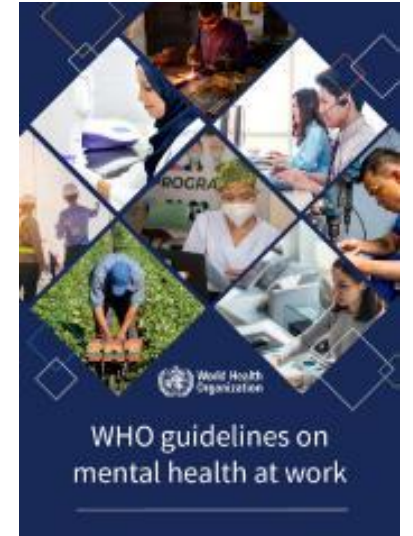
Általánosan alkalmazott pszichoszociális beavatkozások, amelyek célja a munkavállalók stresszkezelési készségeinek fejlesztése - mint például a tudatosság vagy a kognitív viselkedéses megközelítés - *figyelembe vehetők* a pozitív mentális egészség előmozdítása, az érzelmi válság csökkentése és a munka hatékonyságának javítása érdekében.

Lehetőségek a szabadidős fizikai aktivitásra - mint például az ellenállás- vagy erőnléti edzés, kardio edzés, séta vagy jóga - *..megfontolandók* a mentális egészség és a munkaképesség javítása érdekében.

Munkavállalók képzése

Az érzelmi problémákkal küzdő munkavállalók esetében a pszichoszociális beavatkozások - mint például a tudatosság, a kognitív viselkedéses megközelítések vagy a problémamegoldó tréningek - *megfontolandók* a tünetek csökkentése és a munka hatékonyságának javítása érdekében.

Fizikai testmozgás - például kardio edzés és súlyzós edzés - *figyelembe vehető* az érzelmi válság tüneteinek csökkentésére.



<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/363177/9789240053052-eng.pdf?sequence=1>



Visszatérés a munkába mentális egészséggel összefüggő távollét után

A mentális egészségi állapottal összefüggő távollét után munkába visszatérő személyek számára:

- **A lehetőség:** Munka által irányított gondozás *plusz* bizonyítékokon alapuló mentális egészségügyi klinikai ellátás
- **B lehetőség:** Bizonyítékalapú mentálhigiénés klinikai ellátás *egyedül*

Bármelyik megközelítés **megfontolandó** a mentális egészségügyi tünetek csökkentése és a távollét időtartamának lerövidítése érdekében.

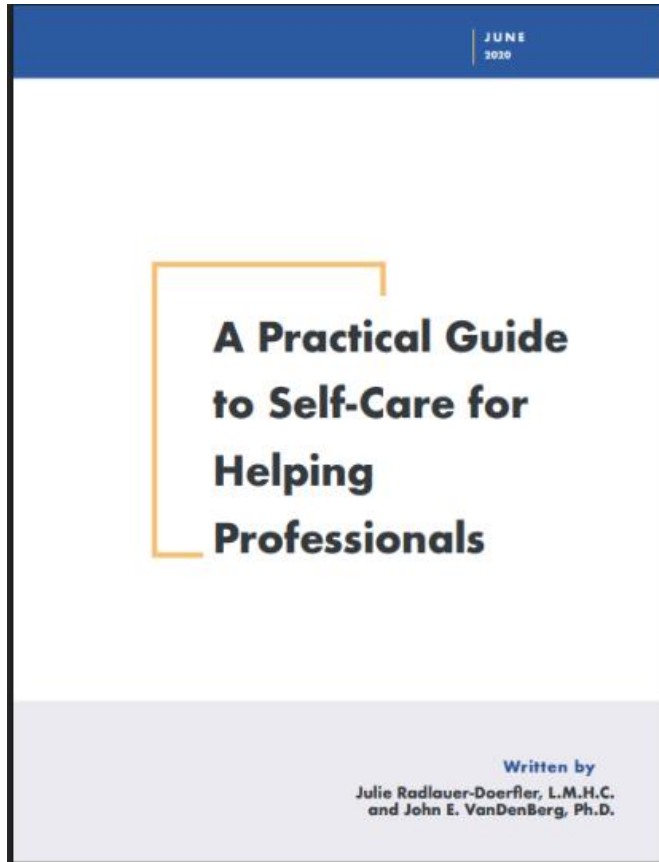
A mentális problémákkal, mentális betegséggel élők munkához jutása

A szakmai és gazdasági integrációt elősegítő, helyreállítás-központú stratégiákat - mint például **(kiterjesztett) támogatott foglalkoztatás-elérhetővé kell tenni** a súlyos mentális egészségi állapotú, többek között pszichoszociális fogyatékossgal élő személyek számára, hogy segítsék a foglalkozás megszerzését és fenntartását.



<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/363177/9789240053052-eng.pdf?sequence=1>

Stratégiák



Forrás: Microsoft könyvtár

- Idő szentelése naponta a pihenésre és a pozitívumokra való gondolkodásra
- Egy napi ütemterv vagy rutin létrehozása a struktúra megteremtése érdekében
- Határok szabása a munka és a magánélet egyensúlyának megteremtése érdekében
- Tájékozódás, de a válságról szóló hírek hallgatására szánt idő korlátozása
- Támogató hálózatainak erősítése
- Naponta testmozgás vagy sport
- Alvás kezelése
- Kapcsolat tartása a közösséggel (önkéntes)

Gyakorlati útmutató az öngondoskodáshoz segítő szakemberek számára Írta Julie Radlauer-Doerfler, L.M.H.C. és John E. VanDenBerg, Ph.D.



Öngondoskodás és gondoskodás a kollégákról/személyzetről



Tegyük azt, ami stresszes időkben is fontos

kérjük, látogasson el a <https://dwmatters.eu/> weboldalra



Beszéljük meg



- *Mit tesz az öngondoskodásért?*
- *Mit tesz az Ön szervezete az Ön támogatására?*
- *Mit szeretne, mit tegyen a szervezet, hogy támogatást nyújtson a munkatársainak?*
- *Vannak-e nemzeti/közösségi programok a munkahelyi mentális egészség érdekében?*

Gyakoroljunk

Az 1. csoport azon fog dolgozni, hogy a szakemberek hogyan tudnak vigyázni magukra. A feladat az, hogy legyen egy lista a megvalósítható és praktikus, könnyen használható eszközökről.

A 2. csoport a szervezeti szinten fog dolgozni: hogyan tudja egy szervezet támogatni a szakembereit? Ismét megvalósítható stratégiákat és gyakorlati javaslatokat kell kidolgoznia a szervezetek vezetése számára.

A 3. csoport azon fog dolgozni, hogyan lehetünk támogatóbbak a kollégáinkkal szemben, hogyan lehetünk érzékenyebbek, és hogyan lehetünk ott a kollégáink mellett.

A 4. csoport az érdekérvényesítéssel fog foglalkozni: hogyan tudunk mi, szakemberek a mentális egészségünk fontossága mellett érvelni, és hogyan tudjuk meggyőzni a vezetést és a hatóságokat, hogy a munkahelyet mentális egészséget támogató környezetté alakítsák át?



EU-PROMENS

Előadás





EU-PROMENS

Elemezzünk és
gondolkodjunk együtt!



Elmélkedés és összefoglaló



Képzés utáni értékelés - Haladó képzés (POST-ADV)

<https://eu-promens.limesurvev.net/367829?lang=hu>



Elfogadhatósági,
Megvalósíthatósági és
Megfelelőségi Skála (AFAS)

<https://eu-promens.limesurvey.net/411347?lang=hu>



Kvalitatív visszajelzési űrlap
képzésben résztvevők számára
(QUALY)_HU

<https://eu-promens.limesurvey.net/341524?lang=hu>

Köszönjük!

www.eu-promens.eu

