

4.2 Λύση και Στοχασμός

Εκπαιδευτικό Υλικό

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι, ωστόσο, μόνο του/των συγγραφέα/ων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Εκτελεστικού Οργανισμού Ευρωπαϊκής Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη γι' αυτές. Το παρόν έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0.



Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0.
Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας,
επισκεφθείτε τη διεύθυνση
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Παράρτημα 1 - Κάρτες Αναστοχασμού - Δραστηριότητα 1

Κάρτα 1 – Τι συνέβη;

- Περιγράψτε την κατάσταση.
- Πού και πότε έλαβε χώρα;
- Ποιος συμμετείχε;

Κάρτα 2 – Η Αντίδρασή μου

- Πώς αντιδράσατε;
- Τι είπες ή τι έκανες;
- Γιατί πιστεύεις ότι αντέδρασες με αυτόν τον τρόπο;

Κάρτα 3 – Αντίδραση Άλλου Ατόμου

- Πώς αντέδρασε το άτομο που λάμβανε φροντίδα;
- Τι είπαν ή τι έκαναν;
- Πώς ερμηνεύετε την αντίδρασή τους;

Κάρτα 4 – Στοχασμός

- Τι καταλαβαίνεις καλύτερα τώρα;
- Τι θα κάνατε διαφορετικά την επόμενη φορά;
- Τι μάθατε από αυτήν την εμπειρία;

Παράρτημα 2 - Κάρτες Μελέτης Περίπτωσης - Δραστηριότητα 2

Κάρτα 1 – Προσδιορίστε τη Δυσκολία

- Διαβάστε προσεκτικά τη μελέτη περίπτωσης.
- Ποια είναι η κύρια δυσκολία σε αυτή την περίπτωση;
- Τι καθιστά αυτή την κατάσταση δύσκολη;

Κάρτα 2 – Η οπτική γωνία του παραλήπτη φροντίδας

- Πώς μπορεί να νιώθει το άτομο που λαμβάνει φροντίδα;
- Τι συναισθήματα μπορεί να βιώσουν;
- Ποιες ανεκπλήρωτες ανάγκες μπορεί να έχουν;

Κάρτα 3 – Απάντηση Φροντιστή

- Τι έκανε ο φροντιστής σε αυτή την περίπτωση;
- Ήταν η αντίδραση αποτελεσματική;
- Γιατί ή γιατί όχι ;

Παράρτημα 2 - Κάρτες Μελέτης Περίπτωσης - Δραστηριότητα 2....

Κάρτα 4 – Εναλλακτικές Ενέργειες

- Τι θα μπορούσε να κάνει διαφορετικά ο φροντιστής ;
- Προτείνετε τουλάχιστον δύο εναλλακτικές προσεγγίσεις.
- Ποια προσέγγιση θα ήταν πιο υποστηρικτική;

Κάρτα 5 – Σεβασμός & Συνεργασία

- Πώς μπορούν να διατηρηθούν ο σεβασμός και η αξιοπρέπεια;
- Πώς μπορεί ο φροντιστής να εμπλέξει το άτομο στη λήψη αποφάσεων;
- Πώς θα έμοιαζε μια συνεργατική προσέγγιση;

Κάρτα 6 – Ομαδική Αναστοχασμός

- Τι αποφάσισε η ομάδα σας;
- Ποια λύση προτείνετε;
- Γιατί αυτή είναι η καλύτερη προσέγγιση;

Παράρτημα 3 - Κύκλος Στοχασμού – Δραστηριότητα 3

Αναστοχασμού 1 – Μάθηση

1. Τι μάθαμε σήμερα;
2. Ποια ήταν η πιο σημαντική γνώση που αποκομίσατε;

Προτροπή Αναστοχασμού 2 – Βελτίωση των Σχέσεων Φροντίδας

1. Ποια προσέγγιση θα μπορούσε να βελτιώσει τις σχέσεις φροντίδας;
2. Ποιες συμπεριφορές ή στάσεις είναι σημαντικές;

Προτροπή Αναστοχασμού 3 – Εφαρμογή στην Πράξη

1. Πώς μπορείτε να εφαρμόσετε όσα μάθατε σε πραγματικές καταστάσεις φροντίδας;
2. Τι θα κάνετε διαφορετικά από εδώ και στο εξής;

Προτροπή Αναστοχασμού 4 – Προσωπική Δέσμευση

1. Ποια είναι μια ενέργεια στην οποία δεσμεύεστε μετά από αυτή τη συνεδρία;
2. Πώς θα το θυμάστε και θα το εφαρμόζετε;

Παράρτημα 4 - Φόρμα Αξιολόγησης – Αναλογισμός Εμπειριών Φροντίδας

Μέρος 1 – Γρήγορη Ανατροφοδότηση (Προφορική)

- Ένα πράγμα που έμαθα σήμερα: _____
- Ένα πράγμα που βρήκα χρήσιμο: _____
- Ένα πράγμα που θα χρησιμοποιήσω στην πράξη:

Μέρος 2 – Γραπτή Ανατροφοδότηση

Βαθμολογήστε την συνεδρία (1–5):

1. Οι δραστηριότητες ήταν χρήσιμες ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
2. Ένιωσα αφοσιωμένος /η ☐ 1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
3. Έμαθα κάτι καινούργιο ☐ 1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
4. Ο εκπαιδευτής ήταν σαφής ☐ 1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5

Παράρτημα 4 - Φόρμα Αξιολόγησης – Αναλογισμός Εμπειριών Φροντίδας

Ανοιχτές ερωτήσεις:

- Τι σας άρεσε περισσότερο; _____
- Τι θα μπορούσε να βελτιωθεί; _____
- Τι θα εφαρμόσετε στην εργασία σας; _____
- **Μέρος 3 – Παρατήρηση Εκπαιδευτή (για εσωτερική χρήση)**
Συμμετοχή ☐ Επικοινωνία ☐ Συνεργασία ☐ Ικανότητα
αναστοχασμού ☐
- **Μέρος 4 – Ερώτηση Εξόδου**
Ποια ιδέα ή στρατηγική θα εφαρμόσετε στη μελλοντική σας
πρακτική φροντίδας;