

Burnout Free ECI materijali za trening -PRIRUČNIK ZA TRENERA-



Project No:2021-1-EL01-KA220-ADU-000035230



Co-funded by
the European Union



Title of Manual:
Burnout Free ECI Trainer's Manual

Editors:
Sonja Alimovic¹
Andrea Paulik¹

Chapter authors:
Vasiliki Krokou²
Agapi Papadaki²
Sasha Leone³
Maria Rosário Baetas⁴
Sónia Fontes⁴
Maria Papazafiri⁵
Magda Nikolarazi⁵
Vassilios Argyropoulos⁵

¹*Faculty of Education and Rehabilitation Sciences, Zagreb, Croatia*

²*Amimoni, Athens, Greece*

³*European Association of Service Providers for Persons with Disabilities (EASPD), Brussels, Belgium*

⁴*CECD Mira Sintra, Lisbon, Portugal*

⁵*University of Thessaly, Volos, Greece*



This project (No:2021-1-EL01-KA220-ADU-000035230) has been co-funded by ERASMUS+ 2021 Programme, KA220-ADU-Cooperation partnerships in adult education and managed by the Greek National Agency. The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Table of Contents

UVOD	1
A. METODOLOGIJA OBUKE	2
1 BITI DOBAR STRUČNJAK	3
1.1. MEKE VJEŠTINE	4
1.2. KOMUNIKACIJA	6
2 UPRAVLJANJE VREMENOM	10
2.VAŽNOST UPRAVLJANJA VREMENOM ZA STRUČNJAKE	10
2.2 TEHNIKE UPRAVLJANJA VREMENOM	11
3 UČENJE TEHNIKA ANGAŽMANA	13
3.1 UBRZAVANJE UČENJA	13
3.2 PIRAMIDA UČENJA	14
4 TEHNIKE OBUKE	17
4.1 NASTAVNA OKRUŽENJA	17
4.2 LEDOLOMCI	18
4.3 PREZENTACIJSKE TEHNIKE	22
4.4 APLIKACIJE ZA ONLINE UČENJE	28
5 CILJANE SKUPINE	31
6 PROCJENA POTREBA ZA TRENINGOM	33

Table of Contents

7 CILJEVI OBUKE	36
8 ISHODI OBUKE	38
9 FAZA RAZVOJA	40
9.1 RAZVOJ MATERIJALA I SADRŽAJA OBUKE	40
9.2 OSMIŠLJAVANJE SEKCIJA/RADIONICA OBUKE	41
10 ORGANIZACIJSKA PITANJA	42
10.1 RAZMATRANJE VREMENA I TRAJANJA	42
10.2 MJESTO ODRŽAVANJA	44
10.3 OPREMA I PRIBOR	46
10.4 TROŠKOVI/PRORAČUN	46
11 VREDNOVANJE OBUKE	47
B. DEFINICIJA KONTEKSTA	50
1. OBITELJI USMJERENA RANA INTERVENCIJA U DJETINJSTVU	52
2. SAGORIJEVANJE U OBITELJI USMJERENOJ RANOJ INTERVENCIJI U DJETINJSTVU	56
ALATI ZA PROCJENU	59
LITERATURA	60
DODATAK	64

UVOD

Priručnik za stručnjake sastoji se od metodologije, tematskih modula, smjernica o strategijama i tehnikama učenja koje će stručnjaci koristiti za dijeljenje i širenje znanja i prakse te za obuku drugih stručnjaka i roditelja. Priručnik za trenere je vrlo koristan izvor, osmišljen kako bi poboljšao znanje, vještine i kompetencije trenera i podržao njihovu misiju pružanja učinkovite obuke i motiviranja učenika.

Sastoji se od dva dijela:

A. Metodologija obuke

OVaj sveobuhvatni materijal predstavlja teorije učenja odraslih, zajedno s procesima razvoja i provedbe programa obuke. Njegova svrha je pružiti stručno vodstvo stručnjacima, bilo da su početnici ili iskusni profesionalci, omogućujući im kreiranje i izvođenje obuke koja je vrlo učinkovita, zanimljiva i intelektualno poticajna. Naposljetku je cilj osigurati da obuka daje dugotrajne i utjecajne rezultate.

B. Definicija konteksta

1. Obiteljska rana intervencija u djetinjstvu – ECI

2. Teorijski prikaz izgaranja

Predstavlja kratak pregled rane intervencije u djetinjstvu (ECI) i njezine važnosti, zajedno s ozbiljnošću izgaranja roditelja djece s teškoćama u razvoju (CwD) i stručnjaka u području invaliditeta.

Predlažemo da tijekom čitanja temeljito proučite Priručnik za stručnjake od početka do kraja. Zatim ga možete koristiti kao referencu za razvoj tečaja obuke.

A. METODOLOGIJA OBUKE

Vasiliki Krokou, Agapi Papadaki, Sasha Leone



1. Biti dobar stručnjak

Stručnjak je odgovoran osigurati da ljudi koje obrazuje prime i razumiju informacije koje su im potrebne. Dobar stručnjak može koristiti alternativne metode i tehnike podučavanja kako bi zadovoljio potrebe raznolike publike. Stručnjaci trebaju uočiti grupnu dinamiku, procijeniti napredak učenika i upravljati obukom. Nadalje, trebaju znati kako usmjeravati učenike kako bi postigli ciljeve obuke.



1.1 Meke vještine

Meke vještine odnose se na osobne kvalitete i osobine koje značajno utječu na vašu sposobnost učinkovite suradnje i komunikacije s drugima. Ovi atributi olakšavaju uspostavljanje jakih odnosa, potiču povjerenje i pouzdanost te omogućuju učinkovito podučavanje. Stručnost u osnovnim mekim vještinama kao što su rješavanje sukoba, upravljanje vremenom i suočavanje sa stresnim situacijama ključno je za trenere kako bi razumjeli i naučili kako bi biti uspješni u svojim ulogama u obuci (Što su meke vještine? (definicija, primjeri i savjeti za životopis) | Indeed.com).

● **Otpornost** je sposobnost brzog savladavanja izazova i oporavka od teških situacija. To ne podrazumijeva samo sposobnost učinkovite prilagodbe stresorima, već i održavanje vlastite psihološke dobrobiti kada se dogodi nevolja.

● **Pristupačnost** se odnosi na kvalitetu lako dostupnosti i prijemčivosti drugima. To je ključni atribut za trenere jer pomaže učenicima da se osjećaju opušteno kada komuniciraju i surađuju s njima.

Pitajte druge kako vas doživljavaju – tražite povratnu informaciju od svojih kolega o dojmu koji ostavljate na druge. Svatko od nas ima svoje subjektivno viđenje sebe, stoga je ključno shvatiti kako nas drugi doživljavaju. Ovo razumijevanje će vam omogućiti da identifikirate područja za napredak i poboljšate svoju pristupačnost, u slučaju da ona nedostaje.

Napravite prvi korak – pokažite pristupačnost vježbajući kako pristupate svojim kolegama i upuštate se u razgovore s njima, bez unaprijed definiranog dnevnog reda. Pokažite iskrenu znatiželju prema drugima i vježbajte aktivno slušanje jer ćete tako potaknuti druge da spremno razgovaraju s vama i spremnije vam priđu.

Obratite pozornost na svoj govor tijela – osobe koje su pristupačne često karakterizira njihov prijateljski osmijeh, pristupanje s entuzijazmom, kimanje kako bi potaknuli daljnji razgovor i održavanje pozitivnog kontakta očima kako bi pokazali svoje odobravanje.

Prilagodite svoj ton – ton vašeg glasa će vjerojatno odrediti hoće li vas drugi vidjeti kao pristupačnog ili ne. Oštro odgovaranje, kritiziranje ili davanje omalovažavajućih primjedbi stvorit će dojam ravnodušnosti i odgurnuti ljude. S druge strane, pretjerano prijateljstvo kada netko nije zainteresiran za razgovor također može imati negativan učinak.

Odgovorite, nemojte reagirati – umjesto impulzivne reakcije, preporučljivo je odgovoriti promišljeno. Ljudi se često smatraju nedostupnima kada postanu razdražljivi prema onima koji postavljaju pitanja, daju negativne povratne informacije ili predlažu nove ideje. Umjesto toga, važno je pažljivo slušati sve što je rečeno i odvojiti trenutak za razmišljanje prije nego što odgovorite. Aktivno slušanje posebno je korisno jer omogućuje treneru da u potpunosti shvati prenesene informacije i zatim formulira razuman i dobro promišljen odgovor.

● **Emocionalna samoregulacija** – uključuje razumijevanje i učinkovitu kontrolu vlastitog ponašanja i odgovora. Točnije, glavni fokus leži u upravljanju ometajućim emocijama i impulzivnim radnjama.

● **Deeskalacija** – Ovo je meka vještina koja omogućuje treneru da kombinira svoje vještine otpornosti, pristupačnosti, modeliranja dobre prakse i samoregulacije, kako bi spriječio eskalaciju sukoba. Evo nekoliko savjeta koji će vam pomoći da smanjite eskalaciju situacije među učenicima (20 načina za smirivanje emocionalnih situacija | Psihologija danas):

- **Pokažite suosjećanje i izbjegavajte osuđivanje** – suzdržite se od prosuđivanja ili zanemarivanja emocija koje doživljava pojedinac u stanju nevolje.

- Poštujte **osobne granice**.

- Zadržite **kontrolu nad svojim emocionalnim stanjem**.

- Usredotočite se na **emocije** i promovirajte **jasno i smireno** izražavanje tih emocija.

- Uspostavite **granice** jasnim definiranjem točke u kojoj je nešto premašilo prihvatljive granice i objasnite razlog za postavljanje tih ograničenja.

- Donosite promišljene odluke u vezi s onim za što se snažno **zalažete**, istovremeno promičući ideju pronalaženja sredine i **kompromisa**.

● **Rješavanje problema** – ova se vještina sastoji od fokusiranja na rješenje i kompromisu kako bi se riješio problem. Umjesto da brinete ako nešto pođe po zlu, pokušajte se smiriti i smislite način da se maknete iz te situacije.

Sve te meke vještine učinit će vas **pristupačnijim i empatičnijim stručnjakom**. Nitko ih neće moći savladati sve, a ako ne dođu prirodno, možda će biti potrebno vrijeme da se nauče. Važno je da Vi kao trener pokušate razumjeti te meke vještine kako biste poboljšali svoje podučavanje.

1.2 Komunikacija

Komunikacija je jedna od najvažnijih vještina koje možete imati kao stručnjak. Morate biti u mogućnosti komunicirati sa svojim učenicima, a oni moraju biti u mogućnosti komunicirati povratno kako bi pokazali razumijevanje. Ne postoji samo jedna tehnika koja će dovesti do učinkovite komunikacije. Dobar stručnjak mora biti u stanju uskladiti različite tehnike i prakse kako bi dobro komunicirao:



Aktivno slušanje ključni je prvi korak prema učinkovitoj komunikaciji. Odvojiti vrijeme za istinsko slušanje onoga što treba čuti je ključno.

Planiranje učinkovite komunikacije, koje može uključivati organizaciju prostora i mjesto održavanja, može uvelike pomoći stručnjacima u učinkovitom prenošenju svoje poruke tijekom sesije.

Jasno izražavanje može biti olakšano ako stručnjaci unaprijed isplaniraju što će reći. Jednostavan nacrt može pomoći organizirati misli i ideje. Ton glasa i govor tijela također su vrlo važni jer se lako mogu pogrešno protumačiti.

Neverbalna komunikacija. Komunikacija nije ograničena samo na verbalno izražavanje. Pokreti tijela, pisani jezik i vizualni znakovi također prenose poruke. Neverbalna komunikacija obuhvaća nekoliko kategorija, uključujući izraze lica, geste, govor tijela, dodir, osobni prostor, kontakt očima i izgled. Ključno je uzeti u obzir kulturnu raznolikost budući da se neverbalna komunikacija može različito tumačiti u različitim kulturama.

Izrazi lica igraju značajnu ulogu u prenošenju neverbalne komunikacije. Zaista je nevjerojatno koliko se informacija može učinkovito prenijeti kroz jednostavan osmijeh. Ti izrazi lica imaju tendenciju da ostanu dosljedni u različitim jezicima, služeći kao univerzalni pokazatelj nečijih emocija i misli.

Geste su pokreti i signali koji služe kao značajno sredstvo komunikacije, omogućujući nam da prenesemo značenje čak i bez verbalnog jezika. Primjeri uobičajenih gesta uključuju mahanje, pokazivanje i korištenje prstiju za označavanje brojevnih količina. Osim toga, postoji praksa koja se zove gestikulacija, u kojoj se pretjerani pokreti koriste za izražavanje značenja umjesto oslanjanja isključivo na izgovorene riječi.

Govor tijela ima potencijal za prenošenje poruka koje su po prirodi delikatnije u usporedbi s drugim oblicima neverbalne komunikacije koje smo ranije spomenuli. Ne obuhvaća samo izraze lica i geste rukama, već uključuje i način na koji se naša tijela kreću i naše cjelokupno držanje. Na primjer, prekrizene ruke može signalizirati obrambeni stav, dok pogrbljena leđa mogu pokazati nedostatak interesa ili samopouzdanja. Način na koji postavljamo svoja tijela tijekom razgovora može otkriti naše emocije i našu razinu angažiranosti.

Izgled. Način na koji netko izgleda može utjecati na to kako ga drugi doživljavaju. Osim toga, fizički izgled također može utjecati na fiziološke reakcije, prosudbe i tumačenja. Korištenje različitih boja može izazvati različita raspoloženja, kao što je korištenje nježnih i neutralnih nijansi za stvaranje osjećaja mira. Nošenje prikladne odjeće može značajno promijeniti tuđu percepciju o pouzdanosti i profesionalnosti.

Sada kada ste ukratko upoznali različite komunikacijske tehnike i vještine, imat ćemo detaljniji uvid u jednu od najkorisnijih tehnika navedenih gore, aktivno slušanje. **Aktivno slušanje** bit će jedan od vaših najmoćnijih alata i pomoći će vam da svoju obuku učinkovitije prenesete svim učenicima.

Aktivno slušanje je umijeće pridavanja pune pozornosti i usredotočenosti nekome tko govori, pokazivanje razumijevanja sažimanjem i razmišljanjem o izgovorenom te suzdržavanje od prosuđivanja ili davanja savjeta. To uključuje aktivno sudjelovanje sa svojim sugovornikom na pozitivan način i odgovaranje na način koji poboljšava međusobno razumijevanje. Aktivno slušanje je posebna komunikacijska strategija koja od slušatelja zahtijeva da govorniku ponudi odgovor na povratnu informaciju, na temelju njihovog razumijevanja onoga što je rečeno. Ovih pet komponenti pomoći će vam da usavršite vještinu aktivnog slušanja:

Obraćanje pažnju uključuje usmjeravanje naše pažnje prema razumijevanju govornikove poruke, svjesnim filtriranjem svih konkurentskih izvora informacija. To nam omogućuje da izoliramo poruku i izbjegnemo zabunu od drugih dolaznih podražaja. Tijekom ove faze, naš fokus je isključivo na tome da čujemo poruku koja se prenosi.

Odgovaranje je čin slušatelja koji daje povratnu informaciju govorniku ili poruci, bilo verbalnim ili neverbalnim sredstvima. To podrazumijeva čin temeljitog ispitivanja pruženih informacija i uspostavljanja relevantnih veza, prema potrebi. Odgovori mogu uključivati različite oblike, poput pojašnjavanja i parafraziranja informacija, gesti poput kimanja glavom ili izražavanja potvrdnih verbalnih znakova.

Razumijevanje se odnosi na aktivno uključivanje u čin pažljivog razumijevanja teme o kojoj se raspravlja, umjesto zaokupljenosti formuliranjem vlastitog odgovora dok druga osoba govori. Tijekom tog procesa pravi značaj razgovora počinje se oblikovati i stjecati kontekstualnu relevantnost.

Ocjenjivanje. Kada netko procjenjuje, on stvara sudove o sadržaju poruke ili o samom govorniku. Kroz evaluaciju slušatelj može promatrati i govor tijela govornika, što može pridonijeti boljem razumijevanju razgovora.

Pamćenje. Čin pamćenja uključuje proces u kojem slušatelj kodira informacije u svoje dugoročno pamćenje ili ne uspijeva zadržati predstavljene informacije. Pamćenje započinje aktivnim slušanjem; ako se netko ne može prisjetiti nečega što je priopćeno, to znači da to možda nije učinkovito primio, što posljedično utječe na njihovo razumijevanje i procjenu.

Ovih indikativnih pet komponenti zajedno rade na formiranju procesa aktivnog slušanja. Neće svi biti savršeni u svakoj fazi; na primjer, slušatelj može:

- imati potrebu napisati natuknice kako se ne bi zaboravio razgovor
- nesvjesno početi oblikovati svoj odgovor dok sluša
- zaboraviti odgovoriti u odgovarajućim intervalima.

Aktivno slušanje može biti vještina koju je teško savladati, ali se može naučiti vježbom i strpljenjem. Biti stručnjak znači da ćete vi odraditi većinu govora, stoga biste trebali provjeriti slušaju li vaši učenici aktivno i razumiju što se govori (Aktivno slušanje: tehnike, prednosti, primjeri (verywellmind.com)).



2. Upravljanje vremenom

Upravljanje vremenom igra vrlo važnu ulogu ne samo u organizacijama nego i u našim osobnim životima.

Upravljanje vremenom uključuje:



2.1 Važnost upravljanja vremenom za stručnjake

Vještine upravljanja vremenom vrlo su važne kako bi stručnjak bio uspješan. Stručnjaci ne moraju biti savršeni u svakom dijelu upravljanja vremenom, ali trebaju biti svjesni različitih elemenata.

Osiguravanje pravovremene izvedbe obuke ključno je za svakog stručnjaka. Neiskusnim stručnjacima često je teško učinkovito upravljati vremenom tijekom svojih sesija.

Sasvim je uobičajeno izgubiti pojam o vremenu kada su sudionici angažirani i uživaju, ali posljedično, ne završi sve tako da se riješi tijekom obuke ili stručnjak može zaboraviti istaknuti ključne točke u procesu. Razvijanje vještina upravljanja vremenom pomoći će im da spriječe takve stvari.

2.2 Tehnike upravljanja vremenom

Nekoliko učinkovitih strategija za olakšavanje izvođenja obuke:

1. Strukturirajte svoje treninge u intervalima od 15 minuta, osiguravajući da se svaki segment fokusira na određenu temu.
2. Dajte prioritet sadržaju tako što ćete razlikovati bitne informacije koje je potrebno znati i dopunske informacije koje je dobro znati. Na taj način ćete osigurati da sudionici razumiju najvažnije pojmove.
3. Pripremite se za razne scenarije koji se mogu pojaviti tijekom obuke. Na primjer, korištenje opsežne količine materijala može dovesti do žurbe kroz ključne teme ili gubitka osjećaja za vrijeme. S druge strane, premalo materijala može dovesti do nedostatka sadržaja za pokrivanje sesije obuke. Pokušajte se pridržavati rasporeda i pobrinite se da obradite sav materijal u raspoloživom vremenu.
4. Pobrinite se da u prostoriji imate dostupan mjerač vremena koji će vama i polaznicima pomoći da ostanete na pravom putu tijekom sesije.
5. Praksa vodi do savršenstva. Vježbanje prije treninga poboljšat će upoznatost s predmetom i vašim stilom prezentacije te će vam omogućiti da identifikirate područja koja zahtijevaju daljnje usavršavanje.

6. Obogatite svoju prezentaciju relevantnim videozapisima povezanim sa sadržajem obuke, kao što je onaj koji je napravio Brad Aeon 'Ted Talk on Time Management' (TEDx Talks, 2017.) i IBCT MENA 'How Trainers Enhance Their Time Management Skills' (IBCT Sjedište MENA, 2017.).

Slijedenje ovih strategija poboljšat će učinkovitost i kvalitetu vaše obuke, osiguravajući angažman sudionika i bolje razumijevanje materijala za obuku.



3. Učenje tehnika angažmana

Preporuča se korištenje različitih tehnika učenja kako bi se privukla pozornost i interes sudionika te osigurala njihova uključenost u proces učenja.

3.1 Ubrzavanje učenja

Neke od najučinkovitijih i najčešćih tehnika učenja za ubrzavanje učenja su sljedeće:

<ul style="list-style-type: none">• Studije slučajeva• Predavanja• Mozganje• Demo• Daljnje čitanje• Dijeljenje iskustva• Male grupe	<ul style="list-style-type: none">• Simulacija• Vježbanje radeći• Vježbe• Grupna rasprava• Vrijeme za razmišljanje• Post-its
---	---

(AGENCIJA EUROPSKE UNIJE ZA MREŽNU I INFORMACIJSKU SIGURNOST, 2014.)



3.2 Piramida učenja

Istraživanje je pokazalo da uključivanje različitih tehnika učenja, metoda i materijala može značajno poboljšati razumijevanje polaznika, dugoročno pamćenje i cjelokupno iskustvo učenja. "Piramida učenja" pokazuje da se većina polaznika može prisjetiti samo 10% informacija koje pročitaju i samo 5% onoga što čuju tijekom predavanja. Međutim, 90% znanja se zadržava kada polaznici aktivno sudjeluju u podučavanju drugih (kao što je prikazano na slici 1). Koncept piramide učenja podrazumijeva da korištenje određenih tehnika učenja može dati bolje rezultate u usporedbi s korištenjem drugih tehnika, a prihvaćanjem raznolikosti u svom obrazovnom pristupu možete poticati temeljito učenje i olakšati dugoročno zadržavanje znanja.

(<https://www.educationcorner.com/the-learning-pyramid.html>).



SLIKA 1: PIRAMIDA UČENJA

Autor Jeffrey Anderson -

<http://www.edutechie.ws/2007/10/09/cone-of-experience-media/>, CC BY-SA 3.0,

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=37711912>

Prema "Piramidi učenja", najučinkovitije tehnike učenja su sljedeće:

1. **Podučavajte druge:** temeljni aspekt svladavanja predmeta leži u sposobnosti podučavanja drugih. Dok prenosite znanje drugima, svladat ćete temu i poboljšati razumijevanje i pamćenje. Piramida učenja sugerira da učenici mogu zadržati gotovo 90% informacija izravnom primjenom ili podučavanjem drugih.

2. **Vježbajte radeći:** sudjelovanje u praktičnim vježbama implementiranim u scenarijima iz stvarnog života omogućuje učenicima da poboljšaju svoje učenje. Nadalje, aktivna praksa omogućuje treneru da doda osobnu crtu materijalu, čineći ga značajnijim i utjecajnijim na polaznike.

3. **Prepoznavanje različitih stilova učenja:** ključno je priznati da pojedinci imaju različite preferencije kada je u pitanju učenje. Postoje različiti stilovi učenja i bitno je koristiti različite tehnike za učinkovito prenošenje informacija i uključivanje svih polaznika. Optimalan protokol učenja mogao bi uključivati promatranje demonstracije, uvježbavanje novostečenog znanja, a potom podučavanje drugih.

Dodatno, možete pogledati video Piramida učenja https://www.youtube.com/watch?v=W_z4gdv7t8

Važno je napomenuti da ne uče svi pojedinci na isti način. Stoga korištenje kombinacije ovih tehnika može poboljšati iskustvo učenja i olakšati bolje stjecanje i zadržavanje znanja.

Imajte na umu da je ovdje ključna raznolikost. Izbjegavajte stvaranje pretpostavki samo na temelju naznaka piramide učenja da predavanje nije učinkovito za zadržavanje informacija, budući da ne umanjuje značaj predavanja. Predavanja i dalje imaju veliki značaj. Svaka tehnika učenja je bitna.

Preporučuje se korištenje raznih maštovitih, originalnih tehnika i metoda učenja koje potiču na razmišljanje kako biste ubrzali proces učenja i motivirali učenike. Pokušajte često mijenjati tempo i stil poučavanja, učinite učenje zabavnim i ugodnim te uvijek aktivno uključite učenike u obrazovni proces (<https://www.educationcorner.com/the-learning-pyramid.html>).



4. Tehnike obuke

Obuka je učinkovita samo ako kombinirate nastavno okruženje s odgovarajućim tehnikama prezentacije kako biste najbolje odgovorili na potrebe publike i specifikacije sadržaja obuke.

U nekim slučajevima, korištenje online aplikacije može znatno povećati sudjelovanje i angažman polaznika.

4.1 Nastavna okruženja

Osnovni elementi dobrog planiranja unutar razrednog okruženja su:

- Dizajniranje ugodnog i primamljivog okruženja koje je čisto i pravilno njegovano, a istovremeno imajte na umu utjecaj rasvjete, ventilacije i temperature.
- Planiranje iskorištavanja prostora i rasporeda sjedećih mjesta za promicanje produktivnosti i mobilnosti.
- Osiguravanje praktičnog pristupa osnovnim materijalima kao što su olovke, papir i računala, ako je potrebno.



4.2 Ledolomci

Iako su neki od vaših polaznika otvoreni i druželjubivi, važno je upamtiti da nisu svi takvi. Kako biste potaknuli bolje odnose među svojim polaznicima, preporučljivo je promovirati interakciju na način koji je općenito prihvatljiv. Budući da su svi polaznici u istoj situaciji, ledolomci služe kao brza i učinkovita metoda za stvaranje kohezivnog tima.

Zanimljive i ugodne aktivnosti probijanja leda mogu se iskoristiti za stvaranje ugodne atmosfere među sudionicima u grupama za obuku. Osim što služe kao uvodne vježbe tijekom treninga, ledolomci nude još nekoliko prednosti:

- Oni dodaju zabavu procesu, pružajući odmor od redovitih radnih aktivnosti
- Igre ledolomci mogu biti početna točka važnih sastanaka ili dugotrajnih treninga
- Omogućuju lakšu komunikaciju među vršnjacima
- Oni potiču interakcije koje se obično ne događaju tijekom uobičajenog dana

Igre ledolomci mogu se implementirati u osobnim i online postavkama obuke. Dostupne su razne igre koje se mogu prilagoditi mjestu i broju sudionika.

Iako neće svaka igra biti prikladna za svaku situaciju, što više eksperimentirate, to će sudionici u vašim grupama za obuku postati opušteniji. Prednosti dobro planirane i dobro izvedene igre ledolomca veće su od potencijalnih nedostataka. Oni pružaju puno ugodniju alternativu konvencionalnoj praksi jednostavnog navođenja podataka. Igre ledolomaca olakšavaju lakše prisjećanje imena i započinjanje razgovora. Kada se provedu na odgovarajući način, ledolomci njeguju osjećaj zajedništva, uspostavljaju ton za nadolazeću sesiju i daju polaznicima osjećaj vlasništva nad svojim postupkom učenja.



Neki korisni primjeri igara ledolomaca mogu se pronaći u članku 53 Igre ledolomci (Cserti, 2022.):

Igre imena

Započnite obuku korištenjem ove aktivnosti za probijanje leda kako biste pomogli svima da se upoznaju i nauče svačija imena. Rasporedite grupu u krug tako da svi vide jedni druge. Prva osoba se predstavlja navodeći svoje ime. Sljedeća osoba slijedi primjer, ali nakon što izgovore svoje ime, također ponavljaju ime prve osobe. Ovaj obrazac se nastavlja, pri čemu svaka sljedeća osoba ponavlja sva imena koja su prije spomenuta. Pred kraj, uvjerite sudionike da je sasvim u redu ako se bore sjetiti se svih imena i potaknite druge da uskoče i pomognu ako se netko osjeća izgubljeno. Kao dodatni korak, možete zamoliti prvu osobu koja je govorila da ponovi imena cijele grupe i potakne druge da također doprinesu.

Dvije istine, jedna laž

Tijekom prvog dana vaših treninga, postoji izvrsna prilika za sudionike da se brzo upoznaju jedni s drugima. Čim se svi sudionici okupe, potaknite ih da osmisle dvije tvrdnje koje su istinite o njima samima i jednu tvrdnju koja je lažna. Nakon toga će svaki pojedinac predstaviti svoje izmišljene izjave grupi. Slijedi igra pogađanja u kojoj svatko pokušava pronaći točan odgovor, što dovodi do dijeljenja intrigantnih anegdota o prošlim iskustvima iz života. Ova aktivnost ne samo da potiče zanimljive i ugodne razgovore, već služi i kao pametan ledolomac za procjenu svačijeg smisla za humor i osu zih procjenu svačiji smisao za humor i osobne granice.

“Whodunit” (tko je to učinio)?

Podijelite svoje sudionike u grupe (ili parove u slučaju malog razreda). Uputite svakog pojedinca da zapiše zanimljivo iskustvo koje je doživio na papirić. Potaknite ih da budu razigrani i maštoviti, kao što je spominjanje hodanja 30 km dnevno ili penjanje na planinski vrh itd. Nakon što svatko napiše svoja iskustva, sakupite njihove bilješke i stavite ih u kutiju. Zatim zamolite svaku osobu da odabere bilješku i pročita je.

Zadatak čitatelja je pogoditi osobu koja je napisala poruku i podijeliti svoje mišljenje o svom izboru. Ova aktivnost može pomoći sudionicima koji već znaju osnovne stvari jedni o drugima da se dodatno upoznaju.

Ledolomac od toaletnog papira

Ova aktivnost za probijanje leda priprema se bez napora u različitim okruženjima i zahtijeva samo jednu rolu toaletnog papira. Podijelite smotuljak i uputite svakoga da otkine količinu koju inače koristi. U početku se svi mogu osjećati pomalo posramljeno i ne razumjeti svrhu, možda pretpostavljajući da ste poludjeli. Nakon što svaka osoba ima nekoliko kvadrata, treba ih prebrojati. Broj kvadrata koji imaju odgovara broju zanimljivih i zabavnih činjenica koje bi trebali podijeliti o sebi. Međutim, budite oprezni jer je ova aktivnost najprikladnija za bezbrižne prilike i preporučljivo je imati nešto znanja o sudionicima prije nego što je provedete. Mogla bi to biti izvrsna igra za drugi ili čak zadnji dan treninga.

Igra šarade

Ova igra je prikladna i za veće i za manje grupe. Šarade se vrte oko umjetnosti izvedbe. Cilj je samo svojim glumačkim sposobnostima dočarati suštinu predmeta, filma, knjige ili pojedinca. Igru ćete najlakše igrati na sljedeći način:

1. Odredite jednu osobu da odabere riječ
2. Ovaj odabrani pojedinac će zatim izabrati drugog sudionika iz grupe i diskretno prenijeti riječ tako što će im je šapnuti na uho, zapisati na komad papira ili im poslati privatnu poruku
3. Odabrani sudionik zatim mora upotrijebiti svoje glumačke vještine kako bi prikazao ili izveo radnje koje nude suptilne naznake o riječi, dok ostali igrači pokušavaju zaključiti točan odgovor
4. Igrač koji uspješno pogodi riječ može odlučiti hoće li biti sljedeći na redu ili će imenovati nekog drugog da glumi.

Nadalje, ova se igra također može prilagoditi tako da uključuje crtanje slika umjesto glume, omogućujući sudionicima da odaberu kako žele komunicirati i sudjelovati u igri.

4.3 Prezentacijske tehnike

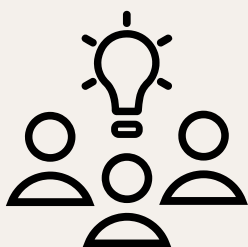
U skladu s Compass priručnikom za obrazovanje mladih o ljudskim pravima (Vijeće Europe, 2002.), voditelj se može definirati kao pojedinac koji donosi pozitivne rezultate, pruža podršku i motivira druge da poboljšaju svoje učenje i osobnu rast. Kroz facilitaciju se uspostavlja sigurna i poticajna atmosfera koja osobama omogućuje učenje kroz praktična iskustva, istraživanje i međusobnu razmjenu. Ne ovisi u potpunosti o jednoj osobi koja preuzima ulogu vođe ili "stručnjaka" koji prenosi znanje drugima.



Kako bi to bilo moguće, **COMPASS** preporuča sljedeće metode i tehnike:

- grupni rad
- oluju ideja (od engl. brainstorming)
- pisanje po zidu (od engl. wall writing)
- igre asocijacija

Grupni rad treba biti usmjeren na zadatak; potrebno je postaviti eksplicitno pitanje ili jasno izražen problem koji zahtijeva rješenja. Rad treba biti jasno definiran, a sudionici rade prema cilju koji od njih zahtijeva povratnu informaciju cijeloj grupi.

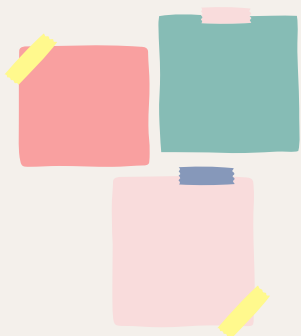


Oluja ideja (od engl. brainstorming) može pomoći u uvođenju nove teme i brzo generirati ideje. Može se koristiti za rješavanje određenog problema ili odgovor na pitanje.

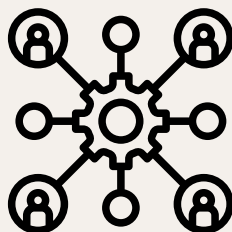
Voditelj bi trebao formulirati problem jednostavnim pitanjem ili izjavom, na velikom komadu papira ili ploči postavljenoj tako da ga svi mogu vidjeti. Potom će sudionici predstaviti svoje ideje, a voditelj ih zapisuje pojedinačnim riječima ili kratkim rečenicama te ih na kraju prezentira. Voditelj bi trebao poticati svakoga na doprinos, zapisati svaki novi prijedlog i obeshrabriti ponavljanje.



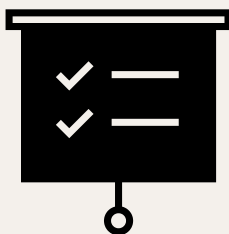
Pisanje po zidu (od engl. Wall writing) je oblik oluje ideja u kojem sudionici pišu svoje ideje na male papire (najčešće post-it) i potom ih samostalno lijepe na zid. Ova metoda daje sudionicima mogućnost vlastite refleksije s manjim utjecajem ostalih članova grupe.



Igra asocijacija se može koristiti kao metoda za probijanje leda ili kao uvod u aktivnost, a sastoji se od toga da voditelj započne s izgovaranjem ključne riječi (povezane s temom/aktivnošću), a zatim svi ostali sudionici izgovaraju ključnu riječ, odsono prvu riječ koja im padne na pamet u vezi s tim.



Suradničko učenje, sudjelovanje i iskustveno učenje glavni su obrazovni pristupi koje Compass ističe. Ovi se pristupi mogu dodatno poboljšati korištenjem 58 različitih aktivnosti navedenih u priručniku OHCHR-a o metodologiji edukacije o ljudskim pravima, koje se mogu prilagoditi individualnim potrebama (OHCHR, 2000.).



Prezentacije su vrlo važne za dijeljenje znanja s polaznicima. Stil predavanja vrlo je važan za učinkovite prezentacije. Dobro strukturirana prezentacija trebala bi sadržavati uvod, glavni dio s najvažnijim točkama, primjere iz stvarnog života, zaključak i sažetak.

Kako biste pojačali ključne točke i povećali angažman sudionika, trebali biste koristiti kombinaciju vidnih pomagala (prezentacije slajdova, tabele, bijele/školske ploče, videozapisi, slike, grafikoni...).



Uvijek obratite pozornost na svoj glas i govor tijela. Održavajte kontakt očima s polaznicima. Izbjegavajte pretjerano čitanje bilješki i pokušajte imati prirodan ton, govoreći jasno, čujno, s entuzijazmom.

U Priručniku OHCHR-a o metodologiji obraovanja o ljudskim pravima postoje druge tehnike koje se mogu koristiti u edukaciji (OHCHR, 2000.), kao što su:

Panel prezentacija

Panel prezentacija uključuje stručnjake koji predstavljaju različite aspekte zajedničke teme kako bi pružili sveobuhvatno znanje i iskustvo.

Studija slučaja

Studija slučaja uključuje predstavljanje problema iz stvarnog života za raspravu. Ovo omogućuje sudionicima da bolje razumiju temu i daju svoja razmišljanja i prijedloge/rješenja na tu temu.

Debata

Tijekom debate, polaznici iznose suprotna stajališta o određenoj temi i od njih se traži da obrane svoje mišljenje strukturiranim argumentima. Ova aktivnost poboljšava kritičko mišljenje, pregovaračke i komunikacijske vještine.

Demonstracija

U demonstraciji, trener izvodi aktivnost kako bi polaznicima pomogao da uče na primjeru, poboljšavajući njihovo znanje o temi.

Slagalica

Slagalica je tehnika učenja koja rastavlja veći problem na manje dijelove. Svakoj skupini dodijeljena je određena komponenta ili dio slagalice, zajedno s potrebnim alatima za stjecanje stručnosti u ovom određenom području. Ovi pojedinačni dijelovi vješto su kombinirani pomoću vizualnih pomagala i metoda olakšavanja, stvarajući sveobuhvatno razumijevanje cijelog problema ili slagalice.

Metaproces

Sudionici u okruženju suradnje nastoje postići konsenzus uključivanjem u strukturirani proces. Prvo, zajednički rade na pronalaženju odgovora na određeno pitanje. Zatim formiraju manje grupe u kojima pažljivo odabiru odgovore s kojima se najviše slažu. Ovi odabrani odgovori zapisani su na samoljepljive ceduljice. Tijekom plenarne sjednice svaka grupa stavlja svoje ljepljive ceduljice na flipchart ili ploču. Kao rezultat toga, bilješke se u konačnici okupljaju oko sličnih popularnih odgovora, tvoreći klastere konsenzusa.

Vršnjačka rasprava

Pojedinci surađuju jedni s drugima, s namjerom razmjene osobnih uvida i stjecanja znanja od svojih vršnjaka.

Praksa/primjena nakon tečaja

Unaprijed dogovorene aktivnosti osmišljene tijekom trajanja tečaja koje polaznicima omogućuju primjenu znanja i vještina koje su stekli u svojim profesionalnim okruženjima nakon završetka programa osposobljavanja.

Pitanja i odgovori/rasprava na forumu

Nakon prezentacije, postoji određeno razdoblje tijekom kojeg se sudionici potiču da postavljaju pitanja ili podijele svoje komentare. Ovo vrijeme omogućuje interaktivnu razmjenu između voditelja i publike.

Kviz/upitnik

Sudionicima se nudi niz pitanja u vezi s određenom temom, s otvorenim ili višestrukim odgovorima. Kvizovi služe različitim ciljevima, kao što je procjena sudionikovog razumijevanja zadane teme kao i poticanje introspekcije.

Igranje uloga

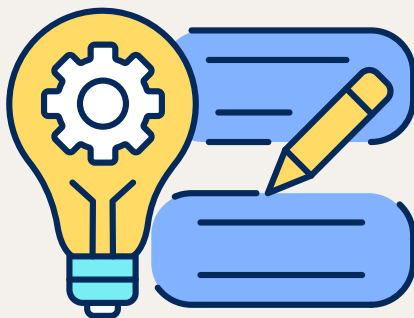
Sudionici moraju preuzeti različite uloge i uključiti se u dramaturgiju problema ili situacije. Nakon igranja uloga slijedi rasprava. Tijekom igranja uloga od učenika se očekuje da ne odstupe od svoje uloge.

Simulacija

Polaznici sudjeluju u praktičnoj vježbi koja točno replicira izvorno okruženje u kojem je potrebno primijeniti osnovne vještine.

Pričanje priče

“Pripovjedač” dijeli značajnu i dojmljivu osobnu priču koja prepričava njegova/njezina iskustva. Nakon toga slijedi zanimljiv razgovor sa sudionicima.



4.4 Aplikacije za online učenje



Edukacija se može održati osobno i online. Online trening može biti lakše i jeftinije organizirati i omogućiti sudjelovanje ljudi iz cijelog svijeta.

Međutim, učinkovita online edukacija zahtijeva pažljivo planiranje jer sudionicima može biti vrlo teško ostati usredotočen ispred ekrana. Kako bi edukacija bila zanimljivija, važno je ponuditi prilike za različite vrste interakcije i angažmana. Treneri bi trebali uključiti vidne elemente poput slajdova gdje je to moguće i razmotriti različite načine učenja, korištenjem grupa (engl. break rooms”), iskustvenih igara i brzih anketa kako bi pomogli uključiti grupu.

Evo nekoliko aplikacija koje se mogu koristiti za pokretanje online treninga:

Zoom je jedno od najpopularnijih rješenja za video konferencije. Ljudi se mogu povezati s bilo kojeg mjesta i pomoću bilo kojeg uređaja. To pružateljima obuke olakšava korištenje za online obuke.

✓**Sobe za grupe (engl. breakout rooms):** Baš kao u tradicionalnoj učionici, voditelj može podijeliti publiku u fiktivnu izdvojenu skupinu i pridruživati se svakoj naizmjenično

✓**Chat:** omogućuje privatno pisanje skupini korisnika ili jednom korisniku pomoću alata za chat. Mogu razgovarati s domaćinom sami, sa svima javno, sa svima javno i privatno ili mogu potpuno onemogućiti značajku chata. Sudionici mogu postavljati svoja pitanja u značajci chata kako bi na njih mogli odgovoriti uživo tijekom webinara, dodavati relevantne poveznice i druge detalje ili čak dijeliti datoteke.

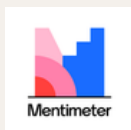
✓**Ankete:** anketna pitanja s jednim ili višestrukim izborom omogućuju sudionicima da odgovore u stvarnom vremenu pomoću alata za ankete. Da biste utvrdili koliko vaši sudionici slušaju i uče, možete provesti ankete o temi koju ste obradili.

✓**Bijela ploča:** to je digitalno platno koje sudionici mogu koristiti za razmišljanje i suradnju.

● **Mural** je vrhunska internetska platforma dizajnirana za poticanje vizualne suradnje između udaljenih timova. Preslikavanjem dinamike radionica iz stvarnog života, Mural nudi širok raspon interaktivnih alata kao što su virtualne ploče, ljepljive bilješke i mogućnost izrade popisa, grafikona i dijagrama. Ovaj inovativni vizualni pristup olakšavanju ne samo da povećava učinkovitost timske suradnje, već također promiče aktivno sudjelovanje svih članova. Štoviše, Mural pruža centralizirani radni prostor, omogućujući vam da skladno radite sa svojim udaljenim sudionicima u jednom zajedničkom okruženju.



● **Mentimeter** pruža jednostavnu mrežnu aplikaciju koja omogućuje korisnicima da generiraju različite vrste pitanja, uključujući pitanja s višestrukim izborom. Ovim pitanjima sudionici mogu bez napora pristupiti putem svojih mobilnih uređaja, što im omogućuje da jednostavno podijele svoje odgovore. Ljepota Mentimetra leži u njegovoj sposobnosti da prikaže svačija mišljenja u stvarnom vremenu, potičući osjećaj angažiranosti među sudionicima.



● **Stormz** je aplikacija posebno izrađena za vješte voditelje. Njegov glavni cilj je osnažiti vas u osmišljavanju i provođenju sesija kolektivne inteligencije, što u konačnici dovodi do pojave revolucionarnih ideja. Štoviše, Stormz olakšava proces odabira koncepata koji najviše obećavaju, pretvarajući ih u opipljiva rješenja i donoseći dobro informirane odluke. Uz Stormz, imate mogućnost bez napora tražiti mišljenje sudionika o različitim pitanjima koja se generiraju unutar same aplikacije. Ova interaktivna platforma omogućuje korisnicima generiranje ideja i zajedničko donošenje odluka, a sve iz pogodnosti svog prijenosnog računala, tableta ili mobilnog telefona.



● **Miro** služi kao web platforma za bijelu ploču koja služi timovima koji rade na daljinu. Ovaj alat omogućuje korisnicima da bez napora učitavaju slike, zapisuju bilješke i slobodno crtaju u različitim bojama i veličinama. Obuhvaća sve potrebne značajke za olakšavanje pomno planiranog tijeka rada unutar virtualnog okruženja. Uz to, aplikacija se može pohvaliti opsežnom bibliotekom predložaka, što korisnicima omogućuje jednostavno otkrivanje savršenog okvira za njihove potrebe.



● **SessionLab** posebno je izrađen kako bi vam pomogao u izradi strategije i skiciranju vaših radionica i sastanaka s najvećom učinkovitošću. Ova sveobuhvatna platforma obuhvaća opsežan repertoar više od 1000 specijaliziranih tehnika facilitacije, osiguravajući da imate pristup raznolikom rasponu resursa za stvaranje dojmljivih sesija. Štoviše, SessionLab nudi mnoštvo pažljivo odabranih predložaka, opremljenih svim potrebnim značajkama, što vam omogućuje da brzo i neprimjetno pokrenete svoj proces planiranja.



5. Ciljane skupine

Identificiranje ciljnih skupina igra ključnu ulogu u uspjehu programa edukacije. Ciljne skupine su one kojima je trening namijenjen. Uspješan odabir ciljnih skupina izravno je povezan s postignućima različitih aktivnosti u koje su uključene tijekom Programa osposobljavanja.

Neki od ključnih aspekata koje treba uključiti određivanje ciljnih skupina su sljedeći:

- 1) Procjena njihove sadašnje razine znanja, vještina i kompetencija
- 2) Identificiranje očekivanih nedostataka u njihovim znanjima, vještinama i kompetencijama
- 3) Određivanje znanja, vještina i kompetencija koje trebaju steći
- 4) Procjena broja osoba kojima je potrebno unapređenje znanja, vještina i kompetencija
- 5) Identificiranje broja pojedinaca, ako ih ima, kojima je potrebna posebna podrška i navođenje odgovarajućih mjera koje treba poduzeti, poput prilagodbe radnog vremena, jezičnih zahtjeva ili pružanja specijalizirane opreme.



Primjer identifikacije ciljnih skupina:

Primjeri pitanja

1. Kojoj publici je namijenjen ovaj program edukacije?

2. Na kojoj razini je njihovo znanje o ovoj temi?

3. Je li program edukacije vrijedan za sve sudionike ili samo dio polaznika?

Kako će se donijeti odluka o onima kojima je potrebna edukacija?

4. Koja ograničenja povezana s putovanjem, vremenom ili proračunom treba uzeti u obzir tijekom planiranja edukacije?

5. Postoje li neki preduvjeti koje treba ispuniti?

6. U kojim okruženjima će sudionici primijeniti znanja stečena ovim programom edukacije?

TABLICA 1: PRIMJER IDENTIFIKACIJE CILJNE SKUPINE

6. Procjena potreba za treningom

Procjena potreba za obukom je proces potreban za razvoj materijala za obuku koji učinkovito odgovara ciljevima i željenim ishodima određenog programa.

Štoviše, procjena potreba za obukom utjecat će na odluke koje se odnose na razvoj sadržaja, metode, tehnike i trajanje programa obuke. Procjena potreba za obukom omogućuje temeljito razumijevanje karakteristika i potreba polaznika, osiguravajući da će osmišljeni tečaj obuke najbolje odgovoriti na jedinstvene zahtjeve i potrebe sudionika (Ujedinjeni narodi, 2000.).



A. Provođenje procjene okoline

Procjena okoline omogućuje razvoj učinkovitih strategija obuke. Sastoji se od:

1. **Analize neposrednog konteksta:** Ispituje se organizacijsko i društveno okruženje u kojem pripravnik radi ili živi.
2. **Analize zadatka:** usredotočuje se na rad, dužnosti i odgovornosti pripravnika.



B. Izrada profila polaznika

Profil polaznika ima presudnu ulogu u donošenju odluka o razini i organizaciji programa osposobljavanja, kao i o njegovom trajanju. Profil polaznika sastoji se od raznih važnih komponenti, uključujući:

1. **Demografski podaci:** Prikupljanje informacija o dobi, spolu i kulturološkom podrijetlu polaznika daje vrijedan uvid u njegove specifične potrebe i sklonosti.
2. **Jezična i kulturološka razmatranja:** Razumijevanje polaznikovog(ih) jezika i kulturnog porijekla pomaže u prilagođavanju programa obuke kako bi se osigurala učinkovita komunikacija i učenje.



3. Problemi s invaliditetom, ako postoje, kako bi se nastavilo s odgovarajućim prilagodbama i prilagodbama, osiguravajući jednako sudjelovanje za sve.

4. Specifična uloga i razina odgovornosti u organizaciji ili zajednici.

5. Obrazovna pozadina.

6. Znanje, vještine, kompetencije, stavovi i iskustva

7. Motivacija. (United Nations, 2000.).

Temeljito poznavanje profila polaznika omogućuje trenerima stvaranje privlačnih i relevantnih programa obuke koji zadovoljavaju individualne težnje i potrebe polaznika.



7. Ciljevi obuke

Nakon identifikacije ciljnih skupina i potreba polaznika, sljedeći ključni korak je postavljanje ciljeva obuke. Utvrđene potrebe treba uzeti u obzir prilikom postavljanja ciljeva, pazeći da su usklađeni s općim ciljevima i željenim ishodima programa obuke. Bitno je da ciljevi obuke budu specifični, mjerljivi, dostižni, relevantni, vremenski ograničeni i nedvosmisleni. Ciljevi obuke navode očekivane promjene koje bi trebale voditi vaš dizajn obuke, jer su oni stupovi programa obuke.

Umjesto da se fokusiramo na teme koje treba pokriti, ključno pitanje je *što bi polaznici trebali cijeniti, razumjeti ili biti u stanju učiniti s predstavljanim informacijama?* Eksplicitno navedeni ciljevi također omogućuju polaznicima jasno razumijevanje onoga što se od njih očekuje. Polaznici stječu osjećaj usmjerenja i odgovornosti kada priznaju svoju odgovornost za svoje ishode učenja. Omogućuje im da aktivno sudjeluju u programu obuke umjesto da ga jednostavno pohađaju kao pasivni sudionici (Silberman & Biech, 2015.).



Definiranje i jasno navođenje ciljeva obuke od samog početka ključno je iz nekoliko razloga:

1. Pregled nastavnog plana i programa i sadržaja: Identificiranje ciljeva obuke je učinkovit način da se pregleda nastavni plan i program i osigura da je usklađen s planiranim ishodima programa obuke.
2. Dizajniranje alata za procjenu i evaluaciju: Jasno definirani ciljevi pomažu u dizajniranju odgovarajućih alata za procjenu i evaluaciju napretka polaznika i učinkovitosti obuke.



3. Razumijevanje potreba polaznika: Poznavajući ciljeve obuke, treneri mogu bolje razumjeti specifične potrebe polaznika i prilagoditi obuku u skladu s tim.

4. Evaluacija učinkovitosti poučavanja: Jasno postavljeni ciljevi omogućuju trenerima da procijene učinkovitost svojih metoda poučavanja i izvrše sve potrebne prilagodbe/izmjene.

5. Izbjegavanje dvosmislenosti: Jasno definirani ciljevi eliminiraju svaku dvosmislenost budući da polaznici znaju što se od njih očekuje da nauče, čime se promiče fokusiranije i učinkovitije iskustvo učenja.

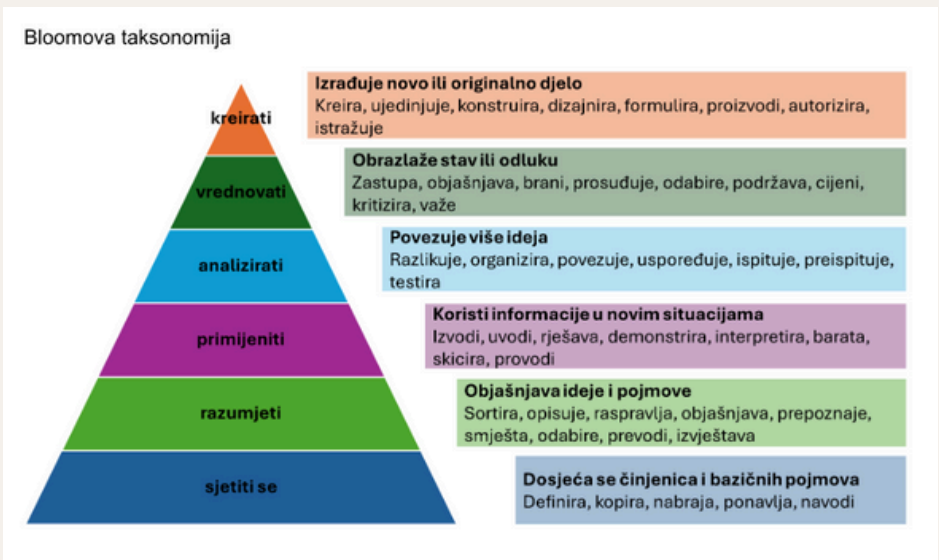
6. Poticanje odgovornosti: Kada polaznici znaju što se od njih očekuje da rade i standarde koje očekuju da postignu, preuzimaju više odgovornosti za vlastito putovanje učenja.

Zaključno, uspostavljanje jasnih i dobro definiranih ciljeva obuke ključno je za uspjeh bilo kojeg programa obuke. Ovi ciljevi ne samo da usmjeravaju kreiranje i izvođenje obuke, već također osnažuju polaznike da preuzmu vlasništvo nad svojim učenjem i teže postizanju željenih rezultata.

8. Ishodi obuke

Nakon postavljanja ciljeva obuke, sljedeći ključni korak je određivanje ishoda učenja. Ishodi učenja su kratke, mjerljive izjave koje opisuju što se od polaznika očekuje da nauče (znaju, razumiju, mogu učiniti) do kraja obuke. Oni su alati koji vode i trenere i polaznike do željenih rezultata programa obuke.

Bloomova taksonomija naširoko se koristi za klasifikaciju obrazovnih ishoda učenja u razine složenosti i specifičnosti. Ilustracija prikazuje rastuću razinu vještina, kompetencija i znanja od najniže razine na dnu do najviše razine na vrhu.



SLIKA 2: IZVOR: [BLOOMS' TAXONOMY, CENTER FOR TEACHING VANDERBILT UNIVERSITY, CC BY 2.0](https://www.oercommons.org/browse?f.keyword=bloom-s-taxonomy)

[HTTPS://WWW.OERCOMMONS.ORG/BROWSE?F.KEYWORD=BLOOM-S-TAXONOMY](https://www.oercommons.org/browse?f.keyword=bloom-s-taxonomy)

Točke za razmatranje

Važno je razviti ishode učenja koji su jasni, mjerljivi i dostižni. Bloomova taksonomija nudi vrijedan uvid u proces učenja i može biti koristan alat u izradi ovih rezultata. Koncept iza Bloomove taksonomije je jednostavan:

- 1) Dajte prioritet razumijevanju i zadržavanju informacija,
- 2) Primijenite znanje nakon što ga shvatite,
- 3) Analizirajte proces prije ocjenjivanja.



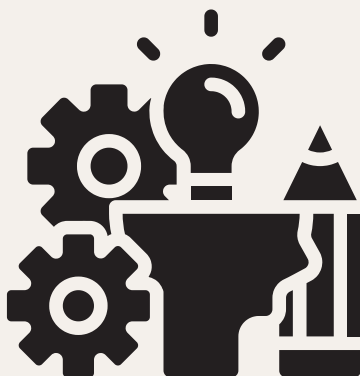
Prednosti ishoda učenja za polaznike	Prednosti ishoda učenja za trenere
<ol style="list-style-type: none">1. Ishodi učenja pomažu polaznicima u odabiru najprikladnijeg tečaja2. Dobro definirani ishodi učenja eliminiraju rizik od gubljenja vremena na nebitan materijal3. Ishodi učenja smanjuju nepotreban stres polaznicima pružajući jasnoću o tome što će naučiti ili postići do kraja tečaja, čak i prije njegova početka.	<ol style="list-style-type: none">1. Ishodi učenja pomažu trenerima u učinkovitom planiranju lekcija2. Ishodi učenja pružaju jasno razumijevanje što i koliko poučavati, omogućujući trenerima da planiraju u skladu s tim3. Ishodi učenja pomažu trenerima u učinkovitijem dizajniranju svojih nastavnih materijala i odabiru odgovarajućih tehnika i metoda za podučavanje
(Mahajan & Singh, 2017)	

9. Faza razvoja

9.1 Razvoj materijala i sadržaja obuke

Prilikom izrade materijala i sadržaja obuke, ključno je uzeti u obzir rezultate dobivene procjenom potreba za obukom. Time se osigurava da je materijal prikladan i usklađen sa specifičnim zahtjevima ciljane publike. Dodatno, jamči da ih sadržaj oprema osnovnim znanjem, vještinama i kompetencijama potrebnim za postizanje željenih ishoda učenja.

Razvoj materijala i sadržaja obuke uključuje određivanje tematskih modula, pisanje sadržaja, stvaranje predloženih aktivnosti, vježbi, točaka za raspravu i postavljanje smjernica i vremenskih okvira. Također bi trebao uključivati različite tehnike i alate koji će se koristiti tijekom izvođenja obuke.



9.2 Osmišljavanje sekcija/ radionica obuke

Kako bi se osigurali optimalni rezultati u zadanom vremenskom roku, nužno je svaku sekciju ili radionicu detaljno isplanirati. Ako cijeli tečaj obuke zamislimo kao slagalicu, svaka sekcija postaje vitalni dio koji pridonosi cjelovitoj slici. Planovi za te sekcije ili radionice trebaju uključivati sljedeće bitne detalje:

1. Treneri: Identificirajte specifične trenere odgovorne za vođenje svake sekcije ili radionice.

2. Polaznici: Jasno definirajte ciljanu publiku ili sudionike za program obuke.

3. Ciljevi obuke: Odredite specifične ciljeve i ciljeve za svaku sekciju, osiguravajući njihovu usklađenost s općim ciljevima programa obuke.

4. Ishodi učenja: Definirajte željena znanja, vještine i kompetencije koje bi polaznici trebali usvojiti, koristeći Bloomovu taksonomiju kao okvir.

5. Predložena metodologija poučavanja / tehnike učenja:

Predstavite sveobuhvatan popis preporučenih metoda poučavanja i tehnika učenja za učinkovito izvođenje obuke.

6. Sadržaj: Navedite predmet ili specifične teme koje će se pokriti tijekom sekcije ili radionice, obuhvaćajući i teoretske i praktične aspekte.

7. Vrijeme/redoslijed: Navedite detaljnu raščlambu načina na koji će raspoloživo vrijeme za sekciju ili radionicu biti raspoređeno, osiguravajući logičan slijed aktivnosti.

8. Oprema i materijali: Odredite potrebne resurse i materijale potrebne za učinkovito izvođenje sekcije, uzimajući u obzir odabranu metodologiju.

9. Alati za ocjenjivanje: Procjena znanja, vještina i kompetencija stečenih nakon obuke (zadaci, upitnici, ispiti itd.)



10. Organizacijska pitanja

Organiziranje i provedba programa osposobljavanja vrlo je zahtjevan zadatak. Adekvatno planiranje unaprijed je imperativ za rješavanje raznih organizacijskih pitanja. Neka od najvažnijih organizacijskih pitanja navedena su u nastavku.

10.1 Razmatranje vremena provođenja i trajanja

Prilikom planiranja i pripreme programa treninga, vrijeme je ključno. Vremenska razmatranja odnose se na sljedeće:

1. **Datumi tečaja:** Preporučljivo je odrediti datume tečaja puno unaprijed kako bi se omogućila pravilna priprema i osiguralo da svi sudionici mogu planirati u skladu s tim. Uvijek pokušajte uzeti u obzir državne praznike, školske praznike i radno vrijeme.
2. **Dostupnost trenera:** Preporučljivo je potvrditi dostupnost trenera što je prije moguće.



3. Organizacija putovanja: ključno je pravodobno organizirati putovanja, ako je potrebno.

4. Dokumenti i materijali za tečaj: Provjerite jesu li svi odgovarajući materijali pripremljeni unaprijed, uzimajući u obzir i potrebu za prevođenjem tekstova ili njihovim pretvaranjem u alternativne formate (npr. Braille, veliki tisak ili audio) kako bi se susreli s različitim sudionicima potrebe.



10.2 Mjesto održavanja

Za odabir mjesta održavanja tečaja potrebno je uzeti u obzir sljedeće kriterije:

- **Lokacija:** razmislite o pristupu mjestu događaja korištenjem javnog prijevoza i osigurajte sigurne mogućnosti prijevoza. Nekim sudionicima može biti važna dostupnost čuvanja djece.
- **Dovoljno prostora:** Mjesto održavanja treba osigurati dovoljno prostora za sudionike. Osobito se pobrinite da prostor dopušta slobodu kretanja za pse vodiče, invalidska kolica, ako je potrebno. Također bi trebao osigurati prostor za drugo osoblje kao što su prevoditelji znakovnog jezika ili simultani prevoditelji.
- **Oprema za obuku:** Oprema za obuku poput računala i projektoru trebala bi biti dostupna.
- **Break-out sobe:** Važno je imati mogućnost podjele većeg prostora na manje dijelove kako bi se olakšao rad manjih grupa tijekom treninga.



- **Udobno sjedenje i fleksibilni namještaj:** važno je osigurati udobno sjedenje te lako pomični namještaj za sve kako bi se izbjegle smetnje i umor.
- **Dobra kvaliteta zvuka i uvjeti osvjetljenja.**
- **Mjesta za osvježenje:** Mjesto za ručak i pauze za kavu mora biti lako dostupno unutar mjesta.
- **Prikladnost za specifične potrebe:** Mjesto bi trebalo zadovoljiti specifične potrebe sudionika, kao što je pristupačnost za osobe s invaliditetom, dostupnost soba za molitvu ili soba za dojilje.

Uzimajući u obzir ove kriterije, odabir mjesta održavanja tečaja može se izvršiti na način koji osigurava udobnost, praktičnost i ukupnu učinkovitost programa obuke. (United Nations, 2000)



10.3 Oprema i pribor

Oprema i pribor za provođenje obuke mogu sadržavati:

Oprema	Pribor
Ploča s velikim papirima (Flipchart)	Papir za veliku ploču (Flipchart papir)
Bijela ploča	Markeri za bijelu ploču u raznim bojama
Računalo/laptop	Ljepilo i pribadače
Projektor	Kartice s imenima
USB memorijski stick	Samoljepljivi papiri i obojane kartice raznih oblika
Ekрани	Bilježnice / papiri za pisanje
Žice i adapteri	Olovke
Kamera (foto i video) i stalak	Mape za papire
Pisači	Škare
Mikrofon	Spajalice
Asistivna tehnologija	(United Nations, 2000)

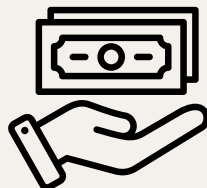
TABLICA 2: OPREMA I PRIBOR ZA PROVOĐENJE OBUKE

10.4 Troškovi / proračun

Sva organizacijska planiranja trebaju uzeti u obzir proračunska ograničenja, ako postoje.

Važno je unaprijed znati raspoloživi iznos. Proračun i troškovi će utjecati na sve glavne organizacijske odluke:

- Broj polaznika
- Mjesto
- Potrebna oprema
- Trajanje treninga
- Mogućnost online sudjelovanja
- Broj i specijalizacija trenera
- Putni troškovi
- Troškovi povezani s dostupnošću sadržaja polaznika (podrška na znakovnom jeziku, tumačenje itd.)



11. Vrednovanje obuke

Vrednovanje je vrlo važan element svih aktivnosti obuke, jer pomaže u procjeni njihovog utjecaja i poboljšanju njihove učinkovitosti. Ono je vitalni element u cijelom postupku, osiguravajući kontinuirano poboljšanje programa obuke.

Postoji nekoliko dostupnih alata vrednovanja za mjerenje učinkovitosti obuke.

- Zapažanja,
- Ocjene,
- Kvizovi nakon treninga,
- Intervjui s učenicima,
- Obrasci za povratne informacije o obuci/upitnici o zadovoljstvu korisnika,
- Ankete,

<https://elearningindustry.com/how-to-evaluate-the-effectiveness-of-training-programs>



Kirkpatrickov model

Kirkpatrickov model, poznat kao Kirkpatrickove četiri razine evaluacije obuke, ističe se kao iznimno moćan okvir za vrednovanje programa obuke. Široko je priznat zbog svoje učinkovitosti u procjeni formalnih i neformalnih treninga, bez obzira na korišteni stil treninga.

Kirkpatrickov model sastoji se od 4 razine:

- **reakcija**
- **učenje**
- **ponašanje**
- **rezultati**

(<https://www.valamis.com/hub/kirkpatrick-model>)



SLIKA 3: KIRKPATRICKOV MODEL

Razina 1: Reakcija

Ova razina mjeri u kojoj mjeri sudionici doživljavaju obuku kao ugodnu, zadivljujuću i značajnu.

- Upotrijebite online upitnik za prikupljanje povratnih informacija od učenika
- Dodijelite određeno vrijeme učenicima da ispune anketu
- Uključite prostor za pisane odgovore uz mogućnosti višestrukog izbora
- Obratite veliku pozornost na verbalne povratne informacije tijekom treninga
- Obavijestite učenike na početku sesije da će morati ispuniti upitnik, dopuštajući im da pažljivo razmotre svoje odgovore i daju detaljnije odgovore.

Razina 2: Učenje

Na ovoj razini procjenjujemo u kojoj mjeri polaznici svojim angažmanom u obuci stječu predviđena znanja, vještine, kompetencije, stavove, samopouzdanje i predanost.

- Provođenje ocjenjivanja kako bi se steklo sveobuhvatno razumijevanje stečenog znanja
- Ocjenjivanje može imati različite oblike, kao što su ispiti, intervjui ili evaluacije
- Jasno definirajte i uspostavite proces bodovanja unaprijed kako biste smanjili nedosljednosti
- Osigurajte da su strategije ocjenjivanja usklađene s ciljevima programa obuke.

Razina 3: Ponašanje

Fokus ove razine je odrediti u kojoj mjeri sudionici primjenjuju ono što su naučili tijekom obuke kada se vrate na svoje radne uloge.

- Ovu razinu implementirajte u roku od 3 do 6 mjeseci nakon završetka obuke. Evaluacije provedene prerano možda neće dati pouzdane podatke
- Upotrijebite kombinaciju promatranja i intervjua za procjenu promjena u ponašanju
- Minimizirajte ili izbjegavajte opažanja temeljena na mišljenju kako biste spriječili pristanost u rezultatima
- U početku pokrenite suptilne procjene i promatranja kako biste procijenili promjenu. Nakon što promjena postane primjetna, upotrijebite eksplicitnije alate za procjenu poput intervjua ili anketa
- Jasno definirajte željenu promjenu i specificirajte vještine koje učenici trebaju primijeniti. Dodatno, odredite kako će se demonstrirati vladanje ovim vještinama.

Razina 4: Rezultati

Na završnoj razini procjenjujemo u kojoj su mjeri postignuti željeni ishodi kao izravan rezultat obuke i pružene podrške.
<https://www.kirkpatrickpartners.com/the-kirkpatrick-model/>

- Prije početka procesa vrednovanja osigurajte jasno razumijevanje specifičnih ishoda koje treba mjeriti i priopćite te informacije svim sudionicima
- Ostavite dovoljno vremena sudionicima da učinkovito ugrade novostečene vještine prije provođenja završne evaluacije
- Ključno je provoditi odgovarajuća promatranja, a promatrači bi trebali dobro razumjeti vrstu obuke i željene rezultate

Na svakoj razini Kirkpatrickovog modela rezultati se mogu jasno promatrati i mjeriti, što omogućuje prilagodbe puta učenja i bolje razumijevanje međupovezanosti između svake razine obuke. U konačnici, ti će naponi dovesti do poboljšanog i učinkovitijeg programa obuke.

[\(https://www.valamis.com/hub/kirkpatrick-model/\)](https://www.valamis.com/hub/kirkpatrick-model/).

Za dodatne informacije možete posjetiti
<https://www.kirkpatrickpartners.com/the-kirkpatrick-model>

B. DEFINICIJA KONTEKSTA

**Maria Rosário Baetas, Sónia Fontes
Maria Papazafiri , Magda Nikolarazi,
Vassilios Argyropoulos**



Uvod

Cilj ovog poglavlja je ukratko predstaviti kontekst rane intervencije u djetinjstvu (ECI od engl. Early Childhood Intervention) i fenomena izgaranja. Vi, kao budući treneri tečaja Burnout Free ECI Training, opremljeni ste potrebnim vještinama i ključnim kompetencijama dobrog trenera i znanjem o općim razmatranjima koja je potrebno poduzeti kako bi mogli pripremiti učinkovit materijal za obuku, odnosno učinkovit program obuke.

Sljedeće poglavlje pružit će sve potrebne informacije o kontekstu kako bismo imali sveobuhvatan pristup problemu sagorijevanja, koji se susreće u uslugama rane intervencije u djetinjstvu .

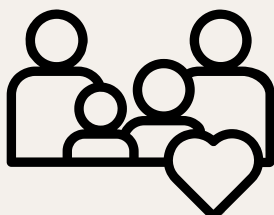


1. Obitelji usmjerena rana intervencija u djetinjstvu

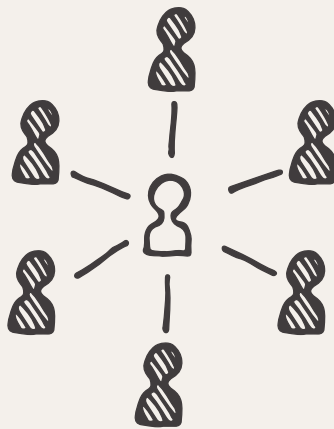


Rana intervencija u djetinjstvu postala je značajno područje proučavanja u Europi, privlačeći pozornost i iz područja obrazovanja i rehabilitacije. Ova je tema opsežno istražena iz teorijske, političke i praktične perspektive. Različiti autori, polazeći od različitih teorijskih stajališta, pridonijeli su razvoju koncepata i praksi u ovom području. Njihovi zajednički napori rezultirali su u dva značajna aspekta:

- Prvo, formulirali su sveobuhvatno razumijevanje rane intervencije u djetinjstvu koje integrira zdravlje, obrazovanje i društvene znanosti, posebice psihologiju. Ovo označava promjenu u odnosu na prošlost, gdje su ti sektori bili relativno neovisni i nedostajala im je međusobna povezanost.
- Drugo, naglasili su pomak fokusa s intervencija koje su prvenstveno usmjerene na dijete na holistički pristup koji obitelj i zajednicu smatra ključnim čimbenicima.



Trenutno je ekološko–sistemski pristup široko rasprostranjen i može se smatrati referentnim modelom u ranoj intervenciji u djetinjstvu. Pojavljuje se kao promjena paradigme u ciljevima intervencije, priznajući da je to višestruki proces koji se ne bi trebao usredotočiti samo na dijete, već uzeti u obzir njegovu neposrednu okolinu. Ekološko–sistemski pristup nudi strukturiranu metodu za ispitivanje, razumijevanje i dokumentiranje iskustava djece i adolescenata, kao i njihovih obitelji, u širem društvenom okviru. Kako obitelj nije izolirana cjelina, potrebno ju je smatrati otvorenim sustavom uklopljenim u širi društveni sustav s kojim održava stalnu razmjenu s uzajamnim učincima. Bronfenbrenner (1989), pridonosi pojašnjenju ovog pristupa konceptualizacijom i operacionalizacijom različitih konteksta koji će utjecati na djetetov razvoj, u sustavu koncentričnih struktura raspoređenih u četiri razine: mikro, mezo, egzo i makrosustav. Te različite razine sukcesivno odgovaraju djetetovim uobičajenim kontekstima, međudodnosima koji se među njima uspostavljaju, najudaljenijim kontekstima, ali utjecajem na djetetov život i velike vrijednosti i norme društva u kojem dijete živi.



European Agency for Special Needs and Inclusive Education, predlaže sljedeću definiciju rane intervencije u djetinjstvu:

Rana intervencija u djetinjstvu se sastoji od multidisciplinarnih usluga koje se pružaju djeci od rođenja do pete godine života. Glavni ciljevi su: promicanje zdravlja i dobrobiti djece; poboljšanje kompetencija; minimiziranje kašnjenja u razvoju; saniranje postojeće ili novonastale nedostatke; sprječavanje funkcionalnog pogoršanja; promicanje adaptivnog roditeljstva i cjelokupnog funkcioniranja obitelji.

Rana intervencija u djetinjstvu obuhvaća niz sveobuhvatnih usluga i podrške usmjerenih na zadovoljavanje potreba dojenčadi i male djece, kao i njihovih obitelji, tijekom određenog razdoblja njihova života. Ove se usluge nude na zahtjev i usmjerene su na rješavanje bilo kakvih posebnih zahtjeva koje dijete može imati. Primarni ciljevi rane intervencije u djetinjstvu uključuju njegovanje i jačanje djetetovog rasta, osnaživanje obitelji jačanjem vlastitih vještina i sposobnosti te poticanje socijalne integracije i djeteta i obitelji. Ključno je da se ove intervencije odvijaju u prirodnom okruženju djeteta, po mogućnosti unutar lokalne zajednice, uz suradnički pristup koji daje prioritet obiteljskim vrijednostima i višedimenzionalnom timskom radu.



Uzimajući u obzir sve karakteristike i principe koji čine konceptualni temelj rane intervencije u djetinjstvu, dva su različita aspekta koja izdvajaju ovo područje od ostalih razdoblja odgoja i obrazovanja djeteta. Ti aspekti su mlada dob djeteta i zamršena i višestruka priroda uključenih zadataka. Kombinacija ovih čimbenika zahtijeva sljedeće:

- a. Suradnja stručnjaka iz različitih područja**
- b. Interakcija između različitih pojedinaca uključenih u proces**
- c. Suradnja svih nadležnih službi**
- d. Izravna uključenost i sudjelovanje roditelja (kao i ostalih članova obitelji).**

Samo učinkovitom integracijom djelovanja i intervencije mogu se postići pozitivni rezultati u intervenciji usmjerenoj na malu djecu. U skladu s izvješćima i studijama koje su provele europske agencije, diljem Europe mogu se pronaći brojni primjeri dobro promišljenih i na dokazima temeljenih praksi rane intervencije u djetinjstvu. Ove prakse naglašavaju zajedničku posvećenost i ambiciju stručnjaka za rano građansko obrazovanje da djeci pruže poticajno okruženje, što se postiže kroz suradnju s obiteljima. Stručnjaci za rano obrazovanje pomažu obiteljima u donošenju informiranih odluka, utvrđivanju potrebne podrške i usluga, smanjenju međuljudskog stresa, smanjenju financijskih opterećenja koja mogu ometati funkcioniranje obitelji i osiguravanju da se roditelji osjećaju sigurni u svoje roditeljske uloge. Upravo u tim trenucima rana intervencija u djetinjstvu uistinu blista.

2. Sagorijevanje u obitelji usmjerenoj ranoj intervenciji u djetinjstvu

Sagorijevanje je stanje emocionalne, mentalne i fizičke iscrpljenosti koje je posljedica produljenih razdoblja pretjeranog stresa, prekomjernog rada ili kroničnih stresora, često povezanih s nečijim poslom ili obvezama skrbi. Karakteriziraju ga osjećaji iscrpljenosti, cinizma ili odvojenosti od posla ili odgovornosti te smanjeni osjećaj osobnog postignuća ili učinkovitosti. Izgaranje može negativno utjecati na dobrobit pojedinca, produktivnost i ukupnu kvalitetu života (Claponea i Iorga, 2023.). Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji, fenomen izgaranja može se definirati kao: „sindrom koji je konceptualiziran kao posljedica kroničnog stresa na radnom mjestu s kojim se nije uspješno upravljalo“ (WHO, 2019.). Sagorijevanje je evidentno u raznim domenama života, kao što su obrazovanje, društveni odnosi, zdravlje, sport, kao i među stručnjacima i roditeljima (Maslach et al. 2001.).



Profesionalno sagorijevanje u ranoj intervenciji u djetinjstvu

Profesionalno sagorijevanje je najpoznatiji tip sagorijevanja. Najčešće karakteristike uključuju a. emocionalna iscrpljenost, tijekom koje se osoba osjeća emocionalno iscrpljeno i nesposobna nositi se sa stresorima povezanim s poslom, b. depersonalizacija (cinizam), tijekom koje se razvijaju negativni i cinični stavovi prema kolegama, te klijentima ili kupcima, c. smanjeno osobno postignuće, tijekom kojeg se osjeća nisko samopoštovanje i smanjen osjećaj radne učinkovitosti (Maslach, & Leiter, 2016.).

U kontekstu rane intervencije u djetinjstvu, stručnjaci doživljavaju takve osjećaje (Frosch, et al., 2019.) kao dio njihove uloge, od njih se traži suočavanje s različitim izazovima u vezi s obitelji (npr. nasilje, siromaštvo) i posebno s djecom (npr. invaliditet, komunikacijske potrebe, adaptivno ponašanje). Njihov posao je zahtjevan i emocionalno stresan s mnogim i preklapajućim odgovornostima uključujući puno papirologije što sveukupno može rezultirati rješavanjem potreba obitelji. Dodatno ih mogu opterećivati organizacijski izazovi kao što su financiranje, papirologija i broj predmeta (Bernstein, & Edwards, 2012; Frosch, et al., 2019; Watson & Neilsen Gatti, 2012). Ograničeno istraživanje o stručnjacima koji rade s malom djecom s teškoćama u razvoju pokazalo je da oni mogu doživjeti povišene razine depresije u usporedbi sa širom populacijom stručnjaka (Faulkner, et al., 2016.). Također, u literaturi se ističe da je najstresniji čimbenik za stručnjake u ranoj intervenciji u djetinjstvu odnos s roditeljima, posebno tijekom stručnih posjeta u domu obitelji (Barford & Whelton, 2010.). Neki stručnjaci navode da osjećaju manjak kvalifikacija ili da nemaju odgovarajuću podršku za upravljanje obiteljskim potrebama, zahtjevima i očekivanjima (Faulkner, et al., 2016.). Sve navedeno ima jasan utjecaj na kvalitetu skrbi. Stručnjaci sa simptomima sagorijevanja manje su učinkoviti u pružanju podrške djeci i obiteljima. Jasno je da ovi stručnjaci trebaju podršku, superviziju i povratne informacije od svojih kolega (Frosch, et al., 2018.) kao i druga različita poboljšanja (O'Rourke, 2011.).

Roditeljsko sagorijevanje u ranoj intervenciji u djetinjstvu

Roditeljsko sagorijevanje koje doživljavaju roditelji često prati nekoliko faza (Abramson, 2021.): Roditelji mogu a. doživjeti iscrpljenost, b. držati se podalje od djeteta dok pokušavaju sačuvati svoju energiju, c. osjećati slabu ispunjenost, i d. osjećati sram i krivnju. (Mikolajczak i sur., 2019.). U programima rane intervencije u djetinjstvu često se susreće sagorijevanje roditelja (Sadziak i sur., 2019). Roditelji s malom djecom s teškoćama u razvoju često imaju visoku razinu kroničnog stresa (Ashworth, et al., 2019; Hsiao, 2018). Ova vrsta stresa ima jasan utjecaj na mentalno zdravlje i dobrobit roditelja (Coldwell, et al., 2006.). Roditelji djece s teškoćama u razvoju moraju se nositi s različitim situacijama, počevši od trenutka postavljanja dijagnoze. Moraju se nositi sa svojim osjećajima i svojim očekivanjima (Gupta, et al., 2012.), tražiti informacije, prilagođavati se u svakodnevnom životu (Hsiao, 2018.). Štoviše, moraju upravljati svim uslugama koje mogu koristiti i pronaći financijska sredstva kako bi zadovoljili povećane potrebe skrbi svog djeteta (Gupta, et al., 2012.). Medicinske usluge i posjeti bolnici još su jedan čimbenik koji pojačava roditeljski stres (Mbatha i Mokwena, 2023.). Prepoznavanje roditeljskog stresa značajno je za dobrobit i razvoj djeteta, mentalno zdravlje roditelja, obiteljske odnose, povezanost između djeteta i roditelja, prevenciju sagorijevanja, učinkovitu podršku te razvoj politika i programa usmjerenih na podršku obiteljima (Plaza, et al., 2020.). (vidi Modul 1, materijal za obuku roditelja)

Alati procjene



1. Dopuni rečenicu:

Dvije glavne meke vještine koje značajno utječu na vašu sposobnost suradnje i komunikacije s drugima su _____ i _____.

2. Navedite dva primjera igara Ledolomac i objasnite ih.

3. Dopuni rečenicu

COMPASS predlaže četiri tehnike i metode koje mogu poboljšati vaše prezentacijske vještine. To su grupni rad, _____, _____ i igra asocijacija.

4. Poveži definiciju s njezinim karakteristikama.

RODITELJSKO SAGORIJEVANJE	Najčešće karakteristike uključuju a. emocionalna iscrpljenost, tijekom koje se osoba osjeća emocionalno iscrpljeno i nesposobna nositi se sa stresorima povezanim s poslom, b. depersonalizacija (cinizam), tijekom koje se razvijaju negativni i cinični stavovi prema kolegama, te klijentima ili kupcima, c. smanjeno osobno postignuće, tijekom kojeg se osjeća nisko samopoštovanje i smanjen osjećaj radne učinkovitosti (Maslach, & Leiter, 2016.).
PROFESIONALNO SAGORIJEVANJE	a. Mogu osjetiti iscrpljenost, b. držati se podalje od djeteta dok pokušavaju sačuvati svoju energiju, c. osjećati slabu ispunjenost, i d. osjećati sram i krivnju. (Mikolajczak i sur., 2019.).

REFERENCES

1. Abramson, A. (2021). The impact of parental burnout. What psychological research suggests about how to recognize and overcome it. *American Psychological Association*, 52(7), 36. Retrieved from: <https://www.apa.org/monitor/2021/10/cover-parental-burnout>
2. Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. Longman.
3. Ashworth, M., Palikara, O., & Van Herwegen, J. (2019). Comparing parental stress of children with neurodevelopmental disorders: The case of Williams syndrome, Down syndrome and autism spectrum disorders. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 32(5), 1047-1057. doi: 10.1111/jar.12594
4. Barford, S. W., & Whelton, W. J. (2010, August). Understanding burnout in child and youth care workers. *Child & Youth Care Forum*, 39, 271-287. Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10566-010-9104-8>
5. Bernstein, V. J., & Edwards, R. C. (2012). Supporting early childhood practitioners through relationship-based, reflective supervision. *NHSA Dialog*, 15(3), 286-301. <https://doi.org/10.1080/15240754.2012.694495>
6. Bronfenbrenner, U. (1989). *Ecological System Theory*. *Annals of Child Development*, 6, 187-249
7. Carpenter, B.; Scholoeser, J. and Egerton, J. (2009). *European Developments in Early Childhood Intervention*. Eurlayid – The European Association on Early Intervention
8. Claponea, R. M., & Iorga, M. (2023). The Relationship between Burnout and Wellbeing Using Social Support, Organizational Justice, and Lifelong Learning in Healthcare Specialists from Romania. *Medicina*, 59(7), 1352.
9. Coldwell, J., Pike, A., & Dunn, J. (2006). Household chaos--links with parenting and child behaviour. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 47(11), 1116-1122. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01655.x>
10. Council of Europe. (2002). *Compass: Manual for Human Rights Education with Young People*. Manual for Human Rights Education With Young People. <https://www.coe.int/en/web/compass>.
11. Cserti, R. (2022). 53 Ice Breaker Games. <https://www.sessionlab.com/blog/icebreaker-games/>

12. European Agency for Development in Special Needs Education, (2010). *Early Childhood Intervention – Progress and Developments 2005–2010*. Odense, Denmark: European Agency for Development in Special Needs Education
13. European Union Agency for Network and Information Security. (2014). *Good Practice Guide on Training Methodologies. How to become an effective and inspirational trainer*. Retrieved from ENISA (europa.eu) www.enisa.europa.eu.
14. Faulkner, M., Gerstenblatt, P., Lee, A., Vallejo, V., & Travis, D. (2016). Child care providers: Work stress and personal well-being. *Journal of Early Childhood Research*, 14(3), 280–293. <https://doi.org/10.1177/1476718X14552871>
15. Frosch, C. A., Mitchell, Y. T., Hardgraves, L., & Funk, S. (2019). Stress and coping among early childhood intervention professionals receiving reflective supervision: A qualitative analysis. *Infant Mental Health Journal*, 40(4), 443–458. [10.1002/imhj.21792](https://doi.org/10.1002/imhj.21792)
16. Frosch, C. A., Varwani, Z., Mitchell, J., Caraccioli, C., & Willoughby, M. (2018). Impact of reflective supervision on early childhood interventionists' perceptions of self-efficacy, job satisfaction, and job stress. *Infant Mental Health Journal*, 39(4), 385–395. <https://doi.org/10.1002/imhj.21718>
17. Gupta, V. B., Mehrotra, P., & Mehrotra, N. (2012). Parental stress in raising a child with disabilities in India. *Disability, CBR & Inclusive Development*, 23(2), 41–52. [10.5463/dcid.v23i2.119](https://doi.org/10.5463/dcid.v23i2.119)
18. Hsiao, Y. J. (2018). Parental stress in families of children with disabilities. *Intervention in school and clinic*, 53(4), 201–205. <https://doi.org/10.1177/1053451217712956>
19. Mahajan, M., & Singh, M. K. S. (2017). Importance and benefits of learning outcomes. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 22(03), 65–67. Retrieved from https://www.researchgate.net/profile/Manvender-Kaur-Sarjit-Singh/publication/315637432_Importance_and_Benefits_of_Learning_Outcomes/links/599c40d1aca272dff12b6eec/Importance-and-Benefits-of-Learning-Outcomes.pdf
20. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry*, 15(2), 103–111.
21. Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
22. Mbatha, N. L., & Mokwena, K. E. (2023). Parental Stress in Raising a Child with Developmental Disabilities in a Rural Community in South Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3969. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053969>

23. McCawley, P. F. (2009). Methods for conducting an educational needs assessment. University of Idaho, 23(6-14). Retrieved from http://cmedbd.com/cmed-admin/upload/reading_materials/articles/M3_TL1_Article.pdf
24. Merriam, S. B., Caffarella, R. S., & Baumgartner, L. M. (2007). Learning in adulthood: A comprehensive guide (3rd ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
25. Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Lindahl Norberg, A., & Roskam, I. (2020). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptoms?. *Clinical Psychological Science*, 8(4), 673-689. <https://doi.org/10.1177/2167702620917447>
26. O'Rourke, P. (2011). The significance of reflective supervision for infant mental health work. *Infant Mental Health Journal*, 32(2), 165-173. <https://doi.org/10.1002/imhj.20290>
27. Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights. (OHCHR). (2000). From Planning to Impact - A Manual on Human Rights Training Methodology. <https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/training6en.pdf>
28. Plaza, J. C., Rico, G. M., & Grau-Sevilla, M. D. (2020). Coping strategies of fathers in early intervention services and parenting stress levels. *Journal of Psychological and Educational Research*, 28(2), 119-145.
29. Sadziak, A., Wilinski, W., & Wieczorek, M. (2019). Parental burnout as a health determinant in mothers raising disabled children. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11(3), 77-89. [10.29359/BJHPA.11.3.08](https://doi.org/10.29359/BJHPA.11.3.08)
30. Silberman, M. L., & Biech, E. (2015). Active training: A handbook of techniques, designs, case examples, and tips. John Wiley & Sons. Retrieved from <http://elearning.fit.hcmup.edu.vn/~longld/References%20for%20TeachingMethod&EduTechnology%Handbook.pdf>
31. Simeonsson, R. (1998). Exceptional Child Development. Porto: Seminário de Mestrado de Intervenção Precoce. Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto.
32. Soriano, V. and Kyriazopoulou M. (2010). , European Agency for Development in Special Needs Education
33. Watson, C., & Neilsen Gatti, S. (2012). Professional development through reflective consultation in early intervention. *Infants & Young Children*, 25, 109-121. <https://doi.org/10.1097/IYC.0b013e31824c0685>
34. World Health Organization (2019). Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>

Online sources/Websites/Tools

<https://www.indeed.com/career-advice/resumes-cover-letters/soft-skills?from=careerguide-autohyperlink-en-US>

20 Ways to De-Escalate Emotional Situations | Psychology Today

<https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343>

<https://www.educationcorner.com/the-learning-pyramid.html>

By Jeffrey Anderson - <http://www.edutechie.ws/2007/10/09/cone-of-experience-media/>, CC BY-SA 3.0,

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=37711912>

Mentimeter: <https://www.mentimeter.com/>

Miro: <https://miro.com/>

Mural: <https://mural.co/>

Stormz: <https://stormz.me/en>

Videos

IBCT MENA Headquarters. (2017, April 28). How Trainers Enhance Their Time Management Skills! [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=UO4KOWF9E34>.

TED. (2010, April 22). Build a tower, build a team | Tom Wujec [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=HO_yKBitO8M.

TEDx Talks. (2017, December 19). The Philosophy of Time Management | Brad Aeon | TEDxConcordia [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=WXBA4eWskrc>.

https://www.youtube.com/watch?v=W_z4gdv7t8

ANNEX

Alati procjene – odgovori

1. Dopuni rečenicu:

Dvije glavne meke vještine koje značajno utječu na vašu sposobnost suradnje i komunikacije s drugima su **otpornost** i **pristupačnost**.

2. Navedite dva primjera igara Ledolomac i objasnite ih.

3. Dopuni rečenicu

COMPASS predlaže četiri tehnike i metode koje mogu poboljšati vaše prezentacijske vještine. To su grupni rad, brainstorming, pisanje po zidu i igra asocijacija.

4. Poveži definiciju s njezinim karakteristikama.

RODITELJSKO SAGORIJEVANJE	Najčešće karakteristike uključuju a. emocionalna iscrpljenost, tijekom koje se osoba osjeća emocionalno iscrpljeno i nesposobna nositi se sa stresorima povezanim s poslom, b. depersonalizacija (cinizam), tijekom koje se razvijaju negativni i cinični stavovi prema kolegama, te klijentima ili kupcima, c. smanjeno osobno postignuće, tijekom kojeg se osjeća nisko samopoštovanje i smanjen osjećaj radne učinkovitosti (Maslach, & Leiter, 2016.).
PROFESIONALNO SAGORIJEVANJE	a. Mogu osjetiti iscrpljenost, b. držati se podalje od djeteta dok pokušavaju sačuvati svoju energiju, c. osjećati slabu ispunjenost, i d. osjećati sram i krivnju. (Mikolajczak i sur., 2019.).