

# CURRICULUM DEVELOPMENT USING VR TECHNOLOGY TO ENHANCE EMPATHETIC COMMUNICATION SKILLS IN FUTURE HEALTH CARE PROFESSIONALS



## ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 3: ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ: ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΙΟ3Α1 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ (ΕΕΚ - EQF ΕΠΙΠΕΔΟ 5)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect 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.



## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΡΓΟΥ

<b>Πρόγραμμα:</b>	Erasmus+
<b>Βασική Δράση:</b>	Cooperation for innovation and the exchange of good practices
<b>Τίτλος έργου:</b>	Curriculum Development using VR technology to enhance empathetic communication skills in future health care professionals
<b>Ακρωνύμιο έργου:</b>	EmpathyInHealth
<b>Αριθμός σύμπραξης έργου:</b>	2019-1-CY01-KA203-058432
<b>Ημερομηνία έναρξης:</b>	01/09/2019
<b>Ημερομηνία λήξης:</b>	31/08/2022

## ΕΤΑΙΡΟΙ ΕΡΓΟΥ



This project has been funded with support from the European Commission. The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect 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.



## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΣΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ	5
ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ	5
ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΕΠΕΠ 5	7
ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΟΝΤΩΝ (ΕΠΕΠ)	7
ΕΠΙΠΕΔΟ 5	8
ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ	9
ΟΜΑΔΑ - ΣΤΟΧΟΣ	10
ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΟΝΤΩΝ	11
ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ	13
περιγραφή ενότητων	15
ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ	15
ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	15
λίστα θεμάτων:	16
ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ	16
ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:	16
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:	16
ενότητα 2: EMPATHY IN RELATIONSHIPS AND INFORMATION EXCHANGES IN DIFFERENT Caregiving CONTEXTS/ENVIRONMENTS	18
2.1 κατανόηση της ενσυναίσθησης στις σχέσεις και τις ανταλλαγές πληροφοριών σε διαφορετικά περιβάλλοντα/ περιβαλλον φροντίδας	18
ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ αποτελεσματα	18
λίστα θεμάτων:	19
ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ	19
ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:	19
ενότητα 3: ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ σε διαφορετικά περιβάλλοντα και ξεπερνώντας εμπόδια/ προκλήσεις στην ενσυναίσθηση	21



ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	21
λιστα θεματων:	22
ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ	22
ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:	22
ενότητα 3: επιδειξη ενσυναίσθησης σε διαφορετικά περιβαλλοντα και ξεπερνώντας εμποδια/ προκλήσεις στην ενσυναίσθηση	23
<b>3.2 προκλήσεις της ενασυναίσθησης στην φροντιδα και πως να ξεπεραστουν</b>	23
μαθησιακα αποτελεσματα	23
λιστα θεματων:	24
ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ	24
ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:	24
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΚΑΙΠΔΕΥΣΗΣ	25
ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ	26
ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	26
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	27
ΔΙΑΛΕΞΗ	27
ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ	27
ΒΙΝΤΕΟ ΕΙΚΟΝΙΚΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ	28
• ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ	28
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	30



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΣΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

### ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

Η επικοινωνία με ενσυναίσθηση μεταξύ των επαγγελματιών υγείας/ φροντιστών/κοινωνικών λειτουργών και των αποδεκτών της περίθαλψης είναι απαραίτητη, καθώς βοηθά στην οικοδόμηση μιας σχέσης εμπιστοσύνης, στη μείωση του άγχους και στη δημιουργία αξιοπρέπειας. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της φροντίδας είναι πιο ευχαριστημένοι με την εργασία τους όταν η σχέση με τον παραλήπτη της φροντίδας περιλαμβάνει κατανόηση και φροντίδα, ενώ βελτιώνεται η κατανόηση του παραλήπτη της φροντίδας, η δεκτικότητα στη φροντίδα και η συμφωνία με τη θεραπεία κατά την λήψη φαρμάκων. Οι ίδιοι οι ασθενείς υπογραμμίζουν ότι η ενσυναισθητική επικοινωνία είναι απαραίτητη για να νιώθουν ότι λαμβάνουν φροντίδα με σεβασμό, αλλά αναφέρουν ότι συχνά βιώνουν δυσαρέσκεια ή ακόμα και ασεβή επικοινωνία από τους παρόχους υγειονομική περίθαλψης / κατ' οίκον φροντίδας. (Lukasse, Schroll et al. 2015; Bernardo, Cecilio-Fernandes et al. 2019). Επιπλέον, αν και πολλοί φροντιστές αναφέρουν τα συναισθήματα ενσυναίσθησης για τους ηλικιωμένους ή τα άτομα που υποφέρουν ως ένα από τα κίνητρά τους για να επιλέξουν το επάγγελμα τους, και παρά το γεγονός ότι συνήθως βιώνουν συναισθήματα ενσυναίσθησης και κατανόησης στην καθημερινή τους πρακτική, συχνά αποτυγχάνουν να δείξουν ενσυναίσθηση. (Strandberg, Eklund et al. 2012). Σε κάθε περίπτωση, η ανάπτυξη δεξιοτήτων ενσυναίσθησης είναι σημαντική και δεν πρέπει να αποτελεί μόνο μέρος της διδακτικής διαδικασίας των φοιτητών υγείας και κοινωνικής περίθαλψης, αλλά και το αντικείμενο της δια βίου και συνεχούς εκπαίδευσης των επαγγελματιών (Moudatsou, Stavropoulou et al.).

Στόχος αυτού του εκπαιδευτικού προγράμματος είναι να εκπαιδεύσει και να εξοπλίσει τους φροντιστές, τους κοινωνικούς λειτουργούς και άλλους επαγγελματίες υγείας με τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες για να αναπτύξουν και να διατηρήσουν ενσυναισθητικές αλληλοεπιδράσεις με τους αποδέκτες φροντίδας.

Το πρώτο μέρος του προγράμματος εστιάζει στο να μπορέσουν οι εκπαιδευόμενοι να κατανοήσουν τη θεωρία και την έρευνα πίσω από την ενσυναίσθηση καθώς και τις ικανότητες που είναι απαραίτητες για



την οικοδόμηση και τη διατήρηση της ενσυναίσθητης επικοινωνίας μέσω της χρήσης διαδραστικών μαθησιακών δραστηριοτήτων και εποικοδομητικής ανατροφοδότησης.

Το δεύτερο μέρος του εκπαιδευτικού προγράμματος επικεντρώνεται στην ενσυναίσθηση στις σχέσεις και στην ανταλλαγή πληροφοριών σε διαφορετικά πλαίσια και περιβάλλοντα υγειονομικής περίθαλψης/φροντίδας. Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα εστιάζει στις δεξιότητες που είναι απαραίτητες για την ανάπτυξη μιας σχέσης που προωθεί και καλλιεργεί την ενσυναίσθηση και την εμπιστοσύνη, αλλά και για την ενίσχυση της επικοινωνίας με επίκεντρο τον παραλήπτη φροντίδας.

Το τρίτο μέρος του εκπαιδευτικού προγράμματος ασχολείται με τη σημασία της διαπολιτισμικής ικανότητας στις αλληλοεπιδράσεις μεταξύ των φροντιστών και των αποδεκτών φροντίδας και στη συνεργασία με συναδέλφους από διάφορα πολιτιστικά και κοινωνικά υπόβαθρα. Η επίδειξη διαπολιτισμικών δεξιοτήτων θα πρέπει να θεωρείται ως μέρος μιας «βέλτιστης πρακτικής» στην παροχή φροντίδας με ενσυναίσθηση. Προκειμένου να αναπτυχθεί η διαπολιτισμική ικανότητα, το άτομο θα πρέπει να αποκτήσει γνώσεις, στάσεις, δεξιότητες και συμπεριφορές που σχετίζονται με τον πολιτισμό, τη γλώσσα και την επικοινωνία.

Το τελευταίο μέρος του εκπαιδευτικού προγράμματος εστιάζει στο να δώσει στους εκπαιδευόμενους την δυνατότητα να κατανοήσουν την σύνθετη σχέση μεταξύ ενσυναίσθησης και επαγγελματικής εξουθένωσης στους τομείς της υγείας και της παροχής φροντίδας. Για την αντιμετώπιση των υψηλών επιπέδων επαγγελματικής εξουθένωσης των επαγγελματιών υγείας, τα οποία μπορούν να επηρεάσουν τις ικανότητες ενσυναίσθησης των επαγγελματιών, καθώς και την ψυχική και συναισθηματική υγεία τους, το εκπαιδευτικό πρόγραμμα στοχεύει στο να μπορούν οι εκπαιδευόμενοι να εφαρμόσουν μεθόδους που αποτρέπουν ή ανακουφίζουν τα συμπτώματα της επαγγελματικής εξουθένωσης.



## ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΕΠΕΠ 5

### ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΟΝΤΩΝ (ΕΠΕΠ)

Αυτό το σχέδιο εκπαιδευτικού προγράμματος βασίζεται στο Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων (ΕΠΕΠ), ένα πλαίσιο με 8 επίπεδα αναφοράς που βασίζεται στα μαθησιακά αποτελέσματα. Το ΕΠΕΠ έχει σχεδιαστεί για όλους τους τύπους επαγγελματικών προσόντων και χρησιμεύει ως μηχανισμός μετατροπής μεταξύ των διαφόρων εθνικών πλαισίων επαγγελματικών προσόντων. Ο κύριος στόχος του ΕΠΕΠ είναι να καταστήσει τα προσόντα συγκρίσιμα και κατανοητά σε όλες τις χώρες και ιδρύματα, υποστηρίζοντας έτσι τη διασυνοριακή κινητικότητα φοιτητών και εργαζομένων και τη δια βίου μάθηση σε όλη την Ευρώπη. Η χρήση των μαθησιακών αποτελεσμάτων καθιστά σαφές τι γνωρίζει, τι κατανοεί και τι είναι σε θέση να κάνει ένα άτομο. Το επίπεδο αυξάνεται ανάλογα με το επίπεδο επάρκειας, το επίπεδο 1 είναι το χαμηλότερο και το επίπεδο 8 το υψηλότερο επίπεδο.

Επιπλέον, τα μαθησιακά αποτελέσματα ταξινομούνται ως προς τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την υπευθυνότητα και την αυτονομία (δείτε [Description of the eight EQF levels](#)).

Τα μαθησιακά αποτελέσματα που αναφέρονται στη γνώση περιγράφουν τι γνωρίζει ένα άτομο (γνώσεις θεωρητικές ή/και αντικειμενικές), ενώ εκείνα που αναφέρονται σε δεξιότητες περιγράφουν γνωστικές δεξιότητες (χρήση λογικής, διαισθητικής και δημιουργικής σκέψης) και πρακτικές ικανότητές (που αφορούν τη χειρωνακτική επιδεξιότητα και τη χρήση μεθόδων, υλικών, εργαλείων και οργάνων). Τα μαθησιακά αποτελέσματα που αναφέρονται στην υπευθυνότητα και την αυτονομία αφορούν την ικανότητα του διδασκόμενου να εφαρμόζει γνώσεις και δεξιότητες αυτόνομα και με υπευθυνότητα.

Υπευθυνότητα και αυτονομία: Στο πλαίσιο του ΕΠΕΠ υπευθυνότητα και η αυτονομία περιγράφεται ως η ικανότητα του εκπαιδευόμενου να εφαρμόζει τις γνώσεις και τις δεξιότητες του αυτόνομα και με υπευθυνότητα. Είναι πολύ κοντά στον όρο «ικανότητα» που σημαίνει την αποδεδειγμένη ικανότητα χρήσης γνώσεων, δεξιοτήτων προσωπικών, κοινωνικών ή/και μεθοδολογικών ικανοτήτων στους τομείς της εργασίας ή σπουδών και σε επαγγελματική και προσωπική ανάπτυξη. Η κοινοπραξία του έργου αποφάσισε να χρησιμοποιήσει τον όρο «ικανότητες» σε αυτό το εκπαιδευτικό πρόγραμμα επειδή υποδηλώνει την κοινωνική και προσωπική διάσταση που έχει η ενσυναίσθηση στον τομέα της υγείας ([European Parliament Council 2008](#)).



## ΕΠΙΠΕΔΟ 5

Αυτό το εκπαιδευτικό πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με το Επίπεδο 5 του ΕΠΕΠ. Τα μαθησιακά αποτελέσματα για το επίπεδο 5 του ΕΠΕΠ αντιστοιχούν στον περιγραφικό δείκτη για τον σύντομο κύκλο σπουδών <https://www.ehea.info/page-three-cycle-system>

Οι διδασκόμενοι που έχουν ολοκληρώσει ένα τέτοιο πρόγραμμα:

- έχουν επιδείξει γνώση και κατανόηση σε ένα πεδίο σπουδών που ακολουθεί τη γενική δευτεροβάθμια εκπαίδευση και είναι συνήθως σε επίπεδο που υποστηρίζεται από προηγούμενα σχολικά βιβλία. Αυτές οι γνώσεις παρέχουν τη βάση για έναν τομέα εργασίας, προσωπική ανάπτυξη και περαιτέρω σπουδές για την ολοκλήρωση του πρώτου κύκλου

- μπορούν να εφαρμόσουν τις γνώσεις και την κατανόησή τους σε επαγγελματικά πλαίσια
- έχουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν και να χρησιμοποιούν δεδομένα για να διατυπώνουν απαντήσεις σε συγκεκριμένα αλλά και αόριστα προβλήματα
- μπορούν να επικοινωνήσουν σχετικά με την κατανόηση, τις δεξιότητες και τις δραστηριότητές τους, με τους συναδέλφους τους, τους προϊστάμενους τους και πελάτες
- έχουν τις μαθησιακές δεξιότητες για να προχωρήσουν σε περαιτέρω σπουδές με κάποια αυτονομία

Αυτά τα μαθησιακά αποτελέσματα αναφέρονται στα [μαθησιακά αποτελέσματα Επιπέδου 5 του ευρωπαϊκού πλαισίου προσόντων](#) που είναι:

- Ευρύ φάσμα γνωστικών και πρακτικών δεξιοτήτων που απαιτούνται για την εξεύρεση δημιουργικών λύσεων σε αφηρημένα προβλήματα
- Άσκηση διαχείρισης και επίβλεψης στο πλαίσιο δραστηριοτήτων εργασίας ή σπουδής όπου συμβαίνουν απρόβλεπτες αλλαγές
- Αξιολόγηση και ανάπτυξη της προσωπικής απόδοσης και της απόδοσης άλλων ατόμων





## ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η ενσυναίσθηση είναι το κλειδί για την αποτελεσματική επικοινωνία μεταξύ ασθενών/ αποδεκτών φροντίδας και φροντιστών υγείας (Halpern, 2001) και έχει αποδειχθεί ότι επηρεάζει θετικά την υγεία και τον βαθμό ικανοποίησης των ασθενών, αλλά και βελτιώνει την ασφάλεια των ασθενών (Derksen, Bensing et al. 2013). Αν και η επικοινωνία με τους ασθενείς/ παραλήπτες φροντίδας είναι κεντρικής σημασίας για την υγειονομική περίθαλψη/παροχή φροντίδας, η εκπαίδευση στις δεξιότητες επικοινωνίας σε προπτυχιακά προγράμματα στον τομέα της υγείας δεν είναι δεδομένη και η αξιολόγηση των διαπροσωπικών ικανοτήτων συχνά δεν είναι αξιόπιστη ούτε συνεπής (Kurtz et al 2005). Ομοίως, η εκπαίδευση στις δεξιότητες επικοινωνίας και ενσυναίσθησης σχεδόν ποτέ δεν παρέχεται σε φροντιστές, αν και σχετικές κατευθυντήριες γραμμές τους προσφέρονται από κέντρα φροντίδας.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα “Ενσυναίσθηση στους τομείς της υγείας και φροντίδας” στοχεύει να καλύψει αυτό το κενό στα προγράμματα σπουδών στον τομέα της υγείας. Βασικός στόχος του εκπαιδευτικού προγράμματος είναι να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να επικοινωνούν με ενσυναίσθηση με τους ασθενείς/ αποδέκτες φροντίδας, τις οικογένειές τους και τους συναδέλφους τους σε διαφορετικές καταστάσεις, καθώς και να εντοπίσουν τις προκλήσεις και τα εμπόδια που παρουσιάζονται στην εφαρμογή ενσυναίσθησης, συμπεριλαμβανόμενης της επαγγελματικής εξουθένωσης και του στρες. Το πρόγραμμα έχει ως στόχο να δώσει την δυνατότητα στους εκπαιδευόμενους να:

- Κατανοήσουν τη θεωρία και την σημασία της ενσυναίσθησης στην υγειονομική περίθαλψη
- Να έχουν ενσυναίσθηση στις σχέσεις τους σε διαφορετικά πλαίσια υγειονομικής περίθαλψης με έμφαση στην παροχή της δυνατότητας ανταλλαγής πληροφοριών με ενσυναίσθηση
- Δείχνουν ενσυναίσθηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα και να είναι σε θέση να ξεπεράσουν κοινά εμπόδια και προκλήσεις στην ενσυναίσθηση στον τομέα της υγείας



## ΟΜΑΔΑ - ΣΤΟΧΟΣ

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε επαγγελματίες στον τομέα της φροντίδας, όπως επαγγελματίες φροντιστές και κοινωνικούς λειτουργούς. Δηλαδή, οι συμμετέχοντες στην εκπαίδευση θα πρέπει να είναι έμπειροι ή λιγότερο έμπειροι επαγγελματίες που φροντίζουν ή στηρίζουν ηλικιωμένους, άτομα με προβλήματα υγείας ή άτομα με ειδικές ανάγκες. Το πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί για να παρέχεται από κέντρα ΕΚΚ σε επαγγελματίες που εργάζονται σε γηροκομεία, στον δημόσιο τομέα, ως κοινωνικοί λειτουργοί σε ιδιωτικούς οργανισμούς που παρέχουν κατ' οίκον φροντίδα κλπ. Είναι σημαντικό για τους εκπαιδευόμενους να έχουν τουλάχιστον κάποια εμπειρία στην παροχή φροντίδας, ώστε να μπορούν να συζητήσουν τις εμπειρίες τους και να εφαρμόσουν άμεσα ό,τι έμαθαν, με αποτέλεσμα την αυξημένη ικανοποίηση του αποδέκτη της φροντίδας, τη βελτίωση της ποιότητας της περίθαλψης καθώς και τη δική τους ικανοποίηση από την εργασία τους. Γενικά, είναι σημαντικό οι πάροχοι φροντίδας να αναγνωρίζουν τη σημασία της ενσυναίσθησης στην παροχή φροντίδας και τη θετική επίδραση που έχει πέρα από τις ατομικές αλληλοεπιδράσεις στην κουλτούρα που επικρατεί στους ανάλογους χώρους.

## ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΟΝΤΩΝ

	Ενότητα 1	Ενότητα 2	Ενότητα 3
<b>Γνώσεις</b>	<p>Ο εκπαιδευόμενος γνωρίζει διαφορετικούς τρόπους ενσυναίσθησης, μπορεί να περιγράψει διαφορετικές προσεγγίσεις όταν ερευνά την ενσυναίσθηση, είναι σε θέση να περιγράψει σχετικά ευρήματα της έρευνας για την ενσυναίσθηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα φροντίδας, γνωρίζει και ορίζει τις ικανότητες που είναι απαραίτητες για ενσυναίσθηση.</p>	<p>Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να ορίσει τις σχέσεις με επίκεντρο τον ασθενή, να περιγράψει τα χαρακτηριστικά μιας σχέσης που καλλιεργεί ενσυναίσθηση και εμπιστοσύνη, μπορεί να περιγράψει σχετικά ευρήματα της έρευνας σχετικά με τη σημασία των σχέσεων με ενσυναίσθηση στα αποτελέσματα υγείας του αποδέκτη φροντίδας σε διαφορετικά πλαίσια/ περιβάλλοντα φροντίδας, είναι σε θέση να περιγράψει τις δεξιότητες που είναι απαραίτητες κατά τις αλληλεπιδράσεις με τους παραλήπτες φροντίδας.</p>	<p>Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να ορίσει την διαπολιτισμική ικανότητα, τις επιπτώσεις της στα αποτελέσματα υγείας του αποδέκτη φροντίδας, να σκιαγραφήσει τις διαφορετικές θεωρητικές προσεγγίσεις για την πολιτιστική ικανότητα, να σκιαγραφήσει ευρήματα της έρευνας σχετικά με τη σημασία της διαπολιτισμικής ικανότητας στην εργασία με τους παραλήπτες φροντίδας και συναδέλφους από διάφορα πολιτισμικά και κοινωνικά υπόβαθρα, γνωρίζει τις προκλήσεις στην εφαρμογή ενσυναίσθησης στον τομέα της υγείας και γνωρίζει εργαλεία για την επαγγελματική εξουθένωση και τις σχετιζόμενες με το άγχος καταστάσεις, καθώς και μεθόδους για την πρόληψη ή/και τη θεραπεία της επαγγελματικής εξουθένωσης.</p>
<b>Δεξιότητες</b>	<p>Οι εκπαιδευόμενοι είναι σε θέση να αναστοχαστούν και να αυτοαξιολογήσουν το επίπεδο στο οποίο πρέπει να βελτιωθούν στην καθημερινότητά τους στο θέμα της ενσυναίσθησης.</p>	<p>Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να χρησιμοποιήσει τεχνικές για να αναπτύξει ενσυναίσθηση κατά τις αλληλεπιδράσεις με τους αποδέκτες φροντίδας και άλλους επαγγελματίες στον τομέα της φροντίδας.</p>	<p>Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να χρησιμοποιήσει τεχνικές όπως αναφέρονται παρακάτω για να αναπτύξει ενσυναίσθηση κατά τη διάρκεια των αλληλεπιδράσεων με παραλήπτες φροντίδας και άλλους επαγγελματίες από</p>



	Ενότητα 1	Ενότητα 2	Ενότητα 3
	Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να χρησιμοποιήσουν αποτελεσματικές τεχνικές για την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης σε προσωπικό επίπεδο.		<p>διάφορα πολιτισμικά και κοινωνικά υπόβαθρα</p> <p>Χρησιμοποιεί τον αυτοστοχασμό για να αναγνωρίζει συμπτώματα επαγγελματικής εξουθένωσης</p> <p>Χρησιμοποιεί κατάλληλα εργαλεία/πόρους για να ελέγξει τα συμπτώματα της επαγγελματικής εξουθένωσης</p> <p>Εφαρμόζει τεχνικές για τη μείωση του στρες και της εξάντλησης</p> <p>Ζητάει την κατάλληλη βοήθεια</p>
<b>Ικανότητες</b>	Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να αξιολογήσει την ανατροφοδότηση από τους συναδέλφους και τους παραλήπτες φροντίδας σχετικά με το επίπεδο ενσυναίσθησης του/της και μπορεί να διαχειριστεί τρόπους βελτίωσης ή προσαρμογής της ενσυναίσθησης του/της στις ανάγκες του αποδέκτη φροντίδας.	Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να αξιολογήσει την ανατροφοδότηση από τους συναδέλφους, τους παραλήπτες φροντίδας για να προσαρμόσει την ενσυναίσθητική συμπεριφορά του/της στις ανάγκες του αποδέκτη φροντίδας και άλλων φροντιστών.	<p>Ο εκπαιδευόμενος μπορεί να αξιολογήσει την ανατροφοδότηση από τους συναδέλφους, τους παραλήπτες φροντίδας και το περιβάλλον VR σχετικά με το επίπεδο ενσυναίσθησης του/της και μπορεί να βρει τρόπους βελτίωσης σε διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα και με διαφορετικούς ανθρώπους</p> <p>Προσαρμόζει την ενσυναίσθητική συμπεριφορά του/της στις ανάγκες των παραληπτών φροντίδας και των άλλων φροντιστών από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα</p>



	Ενότητα 1	Ενότητα 2	Ενότητα 3
			<p>Σχεδιάζει και προάγει μεθόδους προσωπικής φροντίδας</p> <p>Ενισχύει την αυτοπεποίθησή του και την προσωπική φροντίδα σε αγχώδεις καταστάσεις</p> <p>Ακολουθεί μια θετική, ήρεμη και ενσυναίσθητική προσέγγιση σε αγχώδεις καταστάσεις</p>

## ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

<b>Συνολική διάρκεια προγράμματος (30 ώρες)</b>	15ώρες Διδασκαλία στην τάξη 4ώρες Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση
<b>Προϋποθέσεις για συμμετέχοντες/ομάδες-στόχους</b>	Επαγγελματίες στον τομέα της φροντίδας Κοινωνικοί λειτουργοί
<b>Ενότητες / Δομή Μαθημάτων</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Γενική επισκόπηση της ενσυναίσθησης (4.5 ώρες)</li><li>2. Ενσυναίσθηση στις σχέσεις και ανταλλαγές πληροφοριών σε διαφορετικά πλαίσια/ περιβάλλοντα φροντίδας (4.5 ώρες)</li><li>3. Δείχνοντας ενσυναίσθηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα και ξεπερνώντας τα εμπόδια/ προκλήσεις στην ενσυναίσθηση (10 ώρες)</li></ol>
<b>Μέθοδοι εκπαίδευσης</b>	Διδασκαλία στην τάξη, Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση



<b>Τεχνικές εκπαίδευσης</b>	Διάλεξη, Παιχνίδια ρόλων, Εικονογραφημένα Βίντεο (VR), Εκπαιδευτικά βίντεο
<b>Δίπλωμα</b>	Πιστοποιητικό παρακολούθησης
<b>Βιβλιογραφία</b>	Συμπεριλαμβάνεται στον οδηγό διδασκαλίας και στο τέλος του παρόντος εγγράφου



## ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΕΝΟΤΗΤΩΝ

### ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ (4.5Ω)

#### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<b>Γνώσεις</b>	<p>Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Απαριθμεί τρία διαφορετικά είδη ενσυναίσθησης (γνωστική, συναισθηματική, φιλοκοινωνική – prosocial)</li><li>2. Περιγράφει διαφορετικές προσεγγίσεις όταν συζητάει για την ενσυναίσθηση</li><li>3. Περιγράφει τα ευρήματα της έρευνας σε σχέση με την ενσυναίσθηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα παροχής φροντίδας</li></ol>
<b>Δεξιότητες</b>	<p>Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Αναστοχάζεται και να αξιολογεί τον βαθμό ενσυναίσθησης που κατέχει ο ίδιος/η ίδια</li></ol> <p><b>Χρησιμοποιεί τεχνικές όπως τις παρακάτω για να αναπτύξει/επιδείξει ενσυναίσθηση κατά τη διάρκεια της συναναστροφής με το άτομο/τα άτομα που φροντίζει:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>5. Επιδεικνύει ειλικρινές ενδιαφέρον και σεβασμό προς το άλλο άτομο</li><li>6. Εφαρμόζει την ενεργητική ακρόαση</li><li>7. Χρησιμοποιεί λεκτικά και μη λεκτικά μηνύματα επικοινωνίας με τρόπο που διευκολύνει/ενισχύει την ενσυναίσθηση</li><li>8. Χρησιμοποιεί κατάλληλες τεχνικές διασαφήνισης/ ερωτήσεων</li><li>9. Θέτει επικεφαλίδες στη λεκτική επικοινωνία</li><li>10. Χρησιμοποιεί την ανακεφαλαίωση</li><li>11. Επιτρέπει στο άτομο το οποίο φροντίζει να εκφραστεί</li></ol>



	<p>12. Αναγνωρίζει, αποδέχεται και επιβεβαιώνει (RAV – Recognise, Acknowledge and Validate) τις ανησυχίες και τα συναισθήματα του ατόμου που φροντίζει</p> <p>13. Παρέχει ενσυναισθητική υποστήριξη επιδεικνύοντας ενδιαφέρον, κατανόηση, προθυμία να βοηθήσει, αναγνωρίζοντας την προσπάθεια που καταβάλλει το άτομο για διαχείριση της κατάστασης</p> <p>14. Διαχειρίζεται με ευαισθησία λεπτά θέματα</p>
<b>Ικανότητες</b>	<p>Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:</p> <p>15. Αξιολογεί την ανατροφοδότηση από συναδέλφους και προσομοιωμένους ασθενείς σε σχέση με τον βαθμό στον οποίο επιδεικνύει ενσυναίσθηση και εντοπίζει τρόπους για βελτίωση της ενσυναίσθησής του/της</p> <p>16. Προσαρμόζει τη ενσυναισθητική του συμπεριφορά στο άτομο που φροντίζει</p>

## ΛΙΣΤΑ ΘΕΜΑΤΩΝ:

### ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ

- Γενική επισκόπηση της ενσυναίσθησης
- Έρευνα για την ενσυναίσθηση
- Δεξιότητες ενσυναίσθησης

### ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διδασκαλία στην τάξη
- Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση
- Αυτο-καθοδηγούμενη μάθηση

### ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διάλεξη
- Παιχνίδι ρόλων





Εικονογραφημένα Βίντεο (VR)

Εκπαιδευτικά Βίντεο



## ΕΝΟΤΗΤΑ 2: EMPATHY IN RELATIONSHIPS AND INFORMATION EXCHANGES IN DIFFERENT CAREGIVING CONTEXTS/ENVIRONMENTS (4.5Ω)

### 2.1 ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ ΣΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΑΝΤΑΛΛΑΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ/ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

#### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<b>Γνώσεις</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	<p>17. Δίνει τον ορισμό της σχέσης που έχει στο επίκεντρο τον ασθενή/παραλήπτη φροντίδας</p> <p>18. Περιγράφει τα χαρακτηριστικά μιας σχέσης που ενισχύει και καλλιεργεί την ενσυναίσθηση και την εμπιστοσύνη</p> <p>19. Περιγράφει τα ευρήματα της έρευνας σχετικά με τη σημασία της ενσυναισθητικής σχέσης μεταξύ φροντιστή υγείας και του ατόμου που λαμβάνει φροντίδα σε ό,τι αφορά την υγεία του ατόμου</p> <p>20. Περιγράφει τις δεξιότητες που χρειάζονται κατά τη διάρκεια της αρχικής και της συνεχιζόμενης επικοινωνίας με τον παραλήπτη της φροντίδας</p>
<b>Δεξιότητες</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	<p>21. Αναστοχάζεται και αξιολογεί τον βαθμό ενσυναίσθησης που κατέχει ο ίδιος/η ίδια στις σχέσεις του/της και την επικοινωνία του/της στην καθημερινότητα.</p> <p><b>Χρησιμοποιεί τεχνικές όπως τις παρακάτω για να αναπτύξει/επιδείξει ενσυναίσθηση κατά τη διάρκεια της επικοινωνίας με το άτομο/τα άτομα που φροντίζει:</b></p> <p>22. Μοιράζεται τις σκέψεις του/της με το άτομο που φροντίζει</p> <p>23. Αξιολογεί την κατάσταση της υγείας του ατόμου που φροντίζει</p> <p>24. Χρησιμοποιεί τις απαντήσεις του ατόμου που φροντίζει ως οδηγό για το πώς να προχωρήσει</p> <p>25. Ελέγχει την κατανόηση του άλλου ατόμου</p>



	<p>26. Εκμαιεύει τα ICE (Ideas, Concerns and Expectations – ιδέες, ανησυχίες, προσδοκίες) του ατόμου που φροντίζει</p> <p>27. Συζητά το είδος της φροντίδας που χρειάζεται το άλλο άτομο</p> <p>28. Διαπραγματεύεται με το άτομο που φροντίζει για να αποφασίσουν για ένα κοινώς αποδεκτό σχέδιο/ρουτίνα φροντίδας</p> <p>29. Παρέχει πρόγραμμα: εξηγεί στο άτομο που φροντίζει τα επόμενα βήματα (π.χ. θα σε βοηθήσω να σηκωθείς από το κρεβάτι, θα σε βοηθήσω να πάρεις τα φάρμακά σου, θα σε βοηθήσω να κάνεις μπάνιο, θα πάρω τα φάρμακά σου από το φαρμακείο κλπ.)</p>
<b>Ικανότητες</b>	<p>Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:</p> <p>30. Αξιολογεί την ανατροφοδότηση από τους λήπτες φροντίδες, όσον αφορά το επίπεδο της ενσυναίσθησης που επιδεικνύει και σε σχέση με την ανταλλαγή πληροφοριών αλλά και πιθανούς τρόπους βελτίωσης</p>

## ΛΙΣΤΑ ΘΕΜΑΤΩΝ:

### ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ

- Ενσυναίσθηση στις σχέσεις – Να γίνεις ενσυναίσθητος φροντιστής
- Συγκέντρωση και ανταλλαγή πληροφοριών
- Εξάσκηση

### ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διδασκαλία στην τάξη
- Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση
- Αυτο-καθοδηγούμενη μάθηση

### ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διάλεξη
- Παιχνίδι ρόλων



Εικονογραφημένα Βίντεο (VR)

Εκπαιδευτικά βίντεο



### ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ ΚΑΙ ΞΕΠΕΡΝΩΝΤΑΣ ΕΜΠΟΔΙΑ/ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ (10Ω)

#### ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3.1: ΔΕΙΧΝΟΝΤΑΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ (5Ω)

##### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<b>Γνώσεις</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	<p>31. Ορίζει την διαπολιτισμική δεξιότητα εφαρμοσμένη σε διάφορα πολιτισμικά και κοινωνικά περιβάλλοντα και την επίδρασή της στην υγεία και ευημερία του αποδέκτη φροντίδας</p> <p>32. Περιγράφει διαφορετικές προσεγγίσεις στη διαπολιτισμική δεξιότητα</p> <p>33. Περιγράφει ευρήματα της έρευνας για τον σημαντικό ρόλο της διαπολιτισμικής δεξιότητας στον τομέα της υγείας και της παροχής φροντίδας, κυρίως όταν κανείς εργάζεται με άτομα από διαφορετικά πολιτισμικά και κοινωνικά περιβάλλοντα</p>
<b>Δεξιότητες</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	<p>34. Αναστοχάζεται και να αξιολογεί τον βαθμό ενσυναίσθησης που κατέχει ο ίδιος/η ίδια σε διαφορετικά περιβάλλοντα</p> <p><b>Χρησιμοποιεί τεχνικές όπως αναφέρονται παρακάτω για να αναπτύξει ενσυναίσθηση κατά την επαφή με τα άτομα που υποστηρίζει:</b></p> <p>35. Επιδεικνύει ειλικρινές ενδιαφέρον και περιέργεια για τα πολιτισμικά πιστεύω του αποδέκτη της φροντίδας ή του συναδέλφου</p> <p>36. Αποφεύγει να κάνει υποθέσεις</p> <p>37. Αποφεύγει τα στερεότυπα</p> <p>38. Αντιμετωπίζει με ευαισθησία θέματα σεξουαλικότητας, τη δυσκολία στην αποδοχή φυσικής επαφής/παροχής φροντίδας, τη χρήση και κατάχρηση αλκοόλ ή άλλων ουσιών</p>



<b>Ικανότητες</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	39. Αξιολογεί την ανατροφοδότηση από συναδέλφους και αποδέκτες φροντίδας σε σχέση με τον βαθμό στον οποίο επιδεικνύει ενσυναίσθηση και εντοπίζει τρόπους για βελτίωση της ενσυναίσθησης του/της με ανθρώπους από διαφορετικά περιβάλλοντα 40. Προσαρμόζει τη ενσυναισθητική του συμπεριφορά στο άτομο που φροντίζει και σε συναδέλφους από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα

### ΛΙΣΤΑ ΘΕΜΑΤΩΝ:

#### ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ

- Γενική επισκόπηση της πολιτιστικής και κοινωνικής πολυπολιτισμικότητας
- Έρευνα για τις διακρίσεις και την υγειονομική περίθαλψη
- Θεωρητικό υπόβαθρο πολιτιστικής ικανότητας
- Δεξιότητα πολιτισμική ικανότητα
- Εξάσκηση

#### ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διδασκαλία στην τάξη
- Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση
- Αυτο-καθοδηγούμενη μάθηση

#### ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διάλεξη
- Παιχνίδι ρόλων
- Εικονογραφημένα Βίντεο (VR)
- Εκπαιδευτικά βίντεο



### ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ ΚΑΙ ΞΕΠΕΡΝΩΝΤΑΣ ΕΜΠΟΔΙΑ/ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

#### 3.2 ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΝΑΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΠΩΣ ΝΑ ΞΕΠΕΡΑΣΤΟΥΝ (5Ω)

##### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<b>Γνώσεις</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	41. Προσδιορίσει και να επισημάνει τις προκλήσεις για την ενσυναίσθηση στην φροντίδα
	42. Ορίσει την επαγγελματική εξουθένωση και να περιγράψει την σχέση μεταξύ ενσυναίσθησης και εξουθένωσης
	43. Προσδιορίσει και να επισυνάψει εργαλεία που βασίζονται σε τεκμήρια για την αξιολόγηση την επαγγελματικής εξουθένωσης και των συνθηκών που σχετίζονται με το άγχος σε επαγγελματίες φροντίδας
	44. Προσδιορίσει και να επισημάνει μεθόδους για την πρόληψη ή/και την θεραπεία της επαγγελματικής εξουθένωσης
<b>Δεξιότητες</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	45. Χρησιμοποιήσει την αυτοκριτική για να αναγνωρίσει συμπτώματα ότι μπορεί να έχει εξουθενωθεί
	46. Χρησιμοποιήσει κατάλληλους πόρους για τον έλεγχο των συμπτωμάτων της εξουθένωσης
	47. Εξασκηθεί σε τεχνικές για την μείωση του στρες και τα εξάντλησης
	48. Μάθει τι να κάνει σε περίπτωση εξουθένωσης
<b>Ικανότητες</b>	Μετά το πέρας της εκπαίδευσης, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:
	49. Υποστηρίξει και εφαρμόσει συμπεριφορές αυτό-φροντίδας



	50. Αυξήσει την αυτοπεποίθηση στην φροντίδα του εαυτού του/της κάτω από αγχωτικές καταστάσεις
	51. Εφαρμόσει μια θετική, ήρεμη και συνειδητή προσέγγιση όταν αντιμετωπίζει αγχωτικές καταστάσεις

### ΛΙΣΤΑ ΘΕΜΑΤΩΝ:

#### ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ

- Προκλήσεις για ενσυναίσθηση στην φροντίδα και την συναισθηματική εργασία
- Εξουθένωση – ορισμοί και συνέπειες
- Ενσυναίσθηση αγωνίας
- Παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της εξουθένωσης
- Εξάσκηση

#### ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διδασκαλία στην τάξη
- Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση
- Αυτο-καθοδηγούμενη μάθηση

#### ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Διάλεξη
- Παιχνίδι ρόλων
- Εικονογραφημένα Βίντεο (VR)
- Εκπαιδευτικά βίντεο





## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Το μάθημα θα διδαχθεί με ένα δομημένο τρόπο, χρησιμοποιώντας τομείς εργασίας που έχουν προκύψει από την αρχική έρευνα που διεξήχθη στο έργο.

Κάθε Τομέας Εργασίας εστιάζει σε μια σημαντική πτυχή της ενσυναίσθησης στην υγειονομική περίθαλψη και την παροχή φροντίδας. Ξεκινώντας με μια γενική εισαγωγή στην ενσυναίσθηση, οι εκπαιδευόμενοι εμβαθύνουν στην συνέχεια τις ικανότητές τους, εστιάζοντας στην ενσυναίσθητική επικοινωνία και αντιμετωπίζοντας διαπολιτισμικές καταστάσεις και απειλές για την ενσυναίσθητική συμπεριφορά.

Με έμφαση στις πρακτικές ασκήσεις που διευκολύνονται χρησιμοποιώντας τεχνικές εικονικής πραγματικότητας ή παιχνίδια ρόλων, οι συμμετέχοντες βιώνουν τις ικανότητές τους στην ενσυναίσθηση άμεσα και λαμβάνουν ανατροφοδότηση από τους συνομήλικούς τους – αυτό τους επιτρέπει να βελτιώσουν τις ικανότητές ενσυναίσθησης τους ατομικά ή ομαδικά.

Η γνώση θα μεταδοθεί σε διδασκαλία στην τάξη μέσω διαλέξεων και με την εκπαίδευση των εκπαιδευόμενων να εκτελούν διαδραστικές ασκήσεις σε ζευγάρια ή τριάδες, για να προωθήσουν τη μάθηση και να εξασκήσουν τις στοχευμένες δεξιότητες. Η δομή της τάξης έχει επιλεγεί λόγω της κοινωνικής πτυχής της ενσυναίσθησης και της σημασίας της μη-λεκτικής και λεκτικής επικοινωνίας, που είναι δύσκολο να πραγματοποιηθεί σε ψηφιακό περιβάλλον.

Σύμφωνα με την έννοια της αντίστροφης τάξης, όπου οι θεωρητικές πτυχές διδάσκονται πρώτα μέσω της Ασύγχρονης Ηλεκτρονικής Μάθησης και στη συνέχεια συζητούνται και εξασκούνται στην τάξη, η Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση σε αυτό το μάθημα θα χρησιμοποιηθεί για να τονίσει στα σημεία της ενσυναίσθησης και να παρακινήσει τους μαθητές πριν την έναρξη του μαθήματος.

Η αυτο-καθοδηγούμενη μάθηση επιτρέπει στους εκπαιδευόμενους να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους και να σχηματίσουν το δικό τους μαθησιακό πλάνο. Θα παρασχεθεί μια επιλογή άρθρων και βιβλίων, ενώ οι εκπαιδευόμενοι θα είναι επίσης ελεύθεροι να κάνουν τη δική τους έρευνα και να συνδεθούν με την μαθησιακή κοινότητα.

Η χρησιμοποίηση ενός πλάνου που αντιστοιχεί σε 1 διδακτική μονάδα ECTS θα επιτρέψει την ομαλότερη εισαγωγή του προγράμματος σε διάφορα προγράμματα διδασκαλίας στον τομέα της Υγείας, καθιστώντας το με αυτό τον τρόπο διαθέσιμο σε ένα ευρύτερο κοινό. Μπορεί επίσης να εισαχθεί ως ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα, στα πλαίσια δραστηριοτήτων στη δια βίου μάθηση.



## ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ

Σε αυτό το μάθημα, η διδασκαλία στην τάξη επιλέχθηκε για να δώσει τη δυνατότητα στους εκπαιδευόμενους να εξασκήσουν τις ικανότητες ενσυναίσθησης και επικοινωνίας με τους συνομήλικους και τον εκπαιδευτή τους, μέσω παιχνιδιών ρόλων και ασκήσεων εικονικής πραγματικότητας, αμέσως μετά από μια θεωρητική εισαγωγή. Η διδασκαλία στην τάξη επικεντρώνεται στην άμεση μεταφορά από τη θεωρία στην πράξη.

Το θεωρητικό περιεχόμενο θα παρουσιαστεί χρησιμοποιώντας αρχεία παρουσιάσεων PowerPoint. Στη συνέχεια, χρησιμοποιώντας ασκήσεις αναστοχασμού, ομαδικές εργασίες και βιωματικές ασκήσεις (παιχνίδια ρόλων, εικονική πραγματικότητα - VR) ο εκπαιδευτής θα διαβεβαιώσει ότι οι εκπαιδευόμενοι είναι σε θέση να μεταφράσουν την θεωρία και τη γνώση σε δεξιότητες που μπορούν να μεταφερθούν άμεσα στα επαγγέλματά τους. Με άλλα λόγια, οι μαθητές θα έχουν επιτύχει το επιθυμητό μαθησιακό αποτέλεσμα, δηλαδή να ενεργούν με ενσυναίσθηση στο επάγγελμά τους.

## ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

Η Ασύγχρονη Ηλεκτρονική Μάθηση περιγράφει τη δυνατότητα έναρξης στοχευμένων διαδικασιών μάθησης σε εικονικούς χώρους μάθησης, μέσω ψηφιακών μέσων, ατομικά ή ομαδικά, συγχρονισμένα ή ασύγχρονα. Οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν πρόσβαση διαδικτυακά, επιτρέποντας τη δυνατότητα επικοινωνίας με δασκάλους και άλλους εκπαιδευόμενους (Arnold, Kilian, Thillosen, & Zimmer, 2018).

Σε αυτό το μάθημα, η διαδικτυακή πλατφόρμα μάθησης θα περιέχει μαθησιακό περιεχόμενο, ακριβείς άσκησης για την προετοιμασία για τη διδασκαλία στην τάξη και τη δυνατότητα επικοινωνίας με άλλους εκπαιδευόμενους και εκπαιδευτές.



## ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

### ΔΙΑΛΕΞΗ

Οι διαλέξεις πραγματοποιούνται χρησιμοποιώντας μια παρουσίαση PowerPoint για τη δημιουργία μιας βάσης γνώσεων στις 3 ενότητες.

**E 1:** Κατανόηση της ενσυναίσθησης και των ικανοτήτων που είναι απαραίτητες για την ενσυναίσθηση

**E 2:** Ενσυναίσθηση στις διαπροσωπικές σχέσεις και την παροχή πληροφοριών

**E 3-1:** Δείχνοντας ενσυναίσθηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα

**E 3-2:** Ξεπερνώντας τις προκλήσεις στην ενσυναίσθηση

### ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ

Τα παιχνίδια ρόλων χρησιμοποιούνται σε όλες τις ενότητες για να ενθαρρύνουν τους εκπαιδευόμενους να εξασκήσουν τις δεξιότητες που έχουν μάθει σε μια ομάδα και να δίνουν και να λαμβάνουν ανατροφοδότηση σχετικά με την ενσυναισθητική συμπεριφορά που επιδεικνύουν. Τα παιχνίδια ρόλων επικεντρώνονται στα ακόλουθα θέματα:

#### E1:

- Θάνατος νεαρού ατόμου: Ανακοινώντας δυσάρεστα νέα σε μέλη της οικογένειας (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Ηλικιωμένο άτομο με άνοια: Προκλήσεις στην επικοινωνία με θυμωμένο/ μπερδεμένο άτομο (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Νεαρό άτομο με αναπηρία: Αντιμετωπίζοντας προκλήσεις με δύσκολους ασθενείς (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)

#### E2:

- Θάνατος νεαρού ατόμου: Ανακοινώντας δυσάρεστα νέα σε μέλη της οικογένειας (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Ηλικιωμένο άτομο με άνοια: Προκλήσεις στην επικοινωνία με θυμωμένο/ μπερδεμένο άτομο (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)



- Νεαρό άτομο με αναπηρία: Αντιμετωπίζοντας προκλήσεις με δύσκολους ασθενείς (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)

### **E 3.1:**

- Παρέχοντας φροντίδα σε ΛΟΑΤΚΙ άτομο (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό/ Φυσιοθεραπευτής)
- Ηλικιωμένος σε γηροκομείο: Αντιμέτωπη διαφορετικών πολιτισμικών πεποιθήσεων και εμποδίων που προκύπτουν από αυτές (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό/ Φυσιοθεραπευτής/ Εκπαιδευτής Επαγγελματικής Κατάρτισης)

### **E 3.2:**

- Φροντιστής με εξουθένωση (Παραϊατρικό προσωπικό/ Φυσιοθεραπευτής/ Εκπαιδευτής Επαγγελματικής Κατάρτισης)

## **ΒΙΝΤΕΟ ΕΙΚΟΝΙΚΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**

Χρησιμοποιείται ένα βίντεο Εικονικής Πραγματικότητας, ούτως ώστε να είναι σε θέση οι εκπαιδευόμενοι ΕΕΚ να εξασκήσουν την ενσυναισθητική επικοινωνία στην παροχή φροντίδας σε ασθενείς και άτομα τρίτης ηλικίας. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν ως σημεία αναφοράς τα τρία βίντεο που αναπτύχθηκαν για φοιτητές στον τομέα της Υγείας.

- Ηλικιωμένοι με άνοια στο γηροκομείο: αντιμετώπιση άρνησης αποδοχής βοήθειας και προβλημάτων επικοινωνίας (ΕΕΚ)
- Παροχή φροντίδας με επίκεντρο τη γυναίκα κατά τον τοκετό (Μαιευτικό προσωπικό /Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Νεαρός ασθενής με χρόνια μυοσκελετικό πόνο: κοινή λήψη αποφάσεων με ασθενή κα οικογένεια (διεπαγγελματική)
- Νέος/α με νέα διάγνωση καρκίνου: η διαδικασία κοινοποίησης κακών ειδήσεων (Ιατρός)
- **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ**

Τέσσερα εκπαιδευτικά βίντεο έχουν αναπτυχθεί και μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε κάθε ενότητα για να ενθαρρύνουν τους εκπαιδευόμενους να εξασκήσουν τις δεξιότητες που έχουν μάθει σε μια ομάδα και να δίνουν και να λαμβάνουν ανατροφοδότηση σχετικά με την ενσυναισθητική συμπεριφορά που επιδεικνύουν. Τα εκπαιδευτικά βίντεο επικεντρώνονται στα ακόλουθα θέματα:



- Εκπαιδευτικό βίντεο για την ενσυναίσθηση (Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό/ Φυσιοθεραπευτής/ Μαιευτικό προσωπικό/ Εκπαιδευτής Επαγγελματικής Κατάρτισης)
- Εγγραφή για τοκετό και συζήτηση του σχεδίου τοκετού με πελάτη που μετανάστευσε πρόσφατα (Μαιευτικό προσωπικό/ Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Πολιτισμική Διαφορετικότητα, συνεργασία με μεταφραστή/ρια: Μετανάστης ασθενής με μόλυνση στους πνεύμονες (Φυσιοθεραπευτής/ Ιατρός/ Παραϊατρικό προσωπικό)
- Λήψη Ιατρικής Συμβουλευτικής Αγωγής: ασθενής με υψηλό ρίσκο για καρδιαγγειακές παθήσεις (Ιατρός)



## BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Arnold, P., Kilian, L., Thillosen, A., & Zimmer, G. M. (2018). Handbuch E-Learning: Lehren und Lernen mit digitalen Medien (Vol. 4965). UTB.

Bernardo, M. O., Cecilio-Fernandes, D., Lima, A. R. A., Silva, J. F., Ceccato, H. D., Costa, M. J., & de Carvalho-Filho, M. A. (2019). Investigating the relation between self-assessment and patients' assessments of physicians-in-training empathy: a multicentric, observational, cross-sectional study in three teaching hospitals in Brazil. *BMJ Open*, 9(6), e029356. doi:10.1136/bmjopen-2019-029356

Derksen, F., Bensing, J., & Lagro-Janssen, A. (2013). Effectiveness of empathy in general practice: a systematic review. *The British Journal of General Practice*, 63(606), e76-e84. doi:10.3399/bjgp13X660814

Halpern, J. (2001). *From detached concern to empathy-humanizing medical practice*. New York: Oxford University Press.

Kelm, Z., Womer, J., Walter, J. K., & Feudtner, C. (2014). Interventions to cultivate physician empathy: a systematic review. *BMC Medical Education*, 14(1), 219. doi:10.1186/1472-6920-14-219

Kurtz S, Silverman J, Draper J (2005). *Teaching and Learning Communication Skills in Medicine*. 2 edition. Oxford: Radcliffe Publishing.

Lukasse, M, Schroll, A. M., Karro, H., Schei, B., Steingrimsdottir, T., Van Parys, A. S., . . . the Bidens Study, G. (2015). Prevalence of experienced abuse in healthcare and associated obstetric characteristics in six European countries. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 94(5), 508-517. doi:10.1111/aogs.12593

Moudatsou M, Stavropoulou A, Philalithis A., Koukouli S. "The Role of Empathy in Health and Social Care Professionals". *Healthcare (Basel)* 8.1: (2020), 26.

Neumann M, Edelhäuser F, Tauschel D, Fischer MR, Wirtz M, Woopen C, et al. (2011) Empathy decline and its reasons: A systematic review of studies with medical students and residents. *Acad Med* (86) 996-1009.



Pattillo, R. E. (2013). How Are Your "Soft Skills"? *NURSE EDUCATOR*, 38(2), 80-80.  
doi:10.1097/NNE.0b013e3182829cfc

Silverman J, Kurtz SM, Draper J. (2013) Skills for Communicating with Patients. 3rd ed. London: Radcliffe Publishing.

Strandberg T, Eklund J, Manthorpe J. "Promoting empathy in social care for older people", *Working with Older People* 16.3 (2012): 101-110.

Veroff, D., Marr, A., & Wennberg, D. E. (2013). Enhanced support for shared decision making reduced costs of care for patients with preference-sensitive conditions. *Health Affairs*, 32(2), 285-293.

Ward, J., Cody, J., Schaal, M., & Hojat, M. (2012). The empathy enigma: an empirical study of decline in empathy among undergraduate nursing students. *J Prof Nurs*, 28(1), 34-40.  
doi:10.1016/j.profnurs.2011.10.007