

PROGRAM USPOSABLJANJA ZA STROKOVNE DELAVCE V SOCIALNEM VARSTVU – Modul 2

1. SREČANJE V JESEN 2025 (9:00 – 17:00)

9:00 – 9:30 Uvodni pozdrav, namen in pomen usposabljanja

Uvod bo namenjen predstavitvi programa, ciljev usposabljanja in poteka srečanj. Sledila bo kratka predstavitev udeležencev z navedbo organizacije in področja dela, kar nam bo omogočilo, da primere kasneje bolj smiselno prilagodimo dejanskemu delovnemu okolju ter oblikujemo učinkovite delovne skupine.

9:30 – 10:20 Duševno zdravje med otroci, mladostniki in mladimi odrasli

V sklopu bo definirano duševno zdravje in predstavljene druge pomembne informacije, ki pomagajo pri ozaveščanju (npr. epidemiološki podatki, tudi specifično iz slovenskega okolja). Naslovljeni bodo ključni izzivi za duševno zdravje med mladimi (razvojna vprašanja, šolski in socialni pritiski, spremembe v odnosih in izzivi v digitalnem svetu) in strategije za krepitev duševnega zdravja (ozaveščanje, dostop do storitev, podpora družine, šole, skupnosti, preventivni programi).

10:20 - 10:40 Praktična vaja: »Moje zaznavanje znakov stiske«

Udeleženci bodo v manjših skupinah analizirali in zapisovali vedenjske, čustvene ter socialne indikatorje stiske pri mladostnikih, ki jih najpogosteje zaznavajo v svoji praksi. Vaja bo temeljila na izmenjavi izkušenj in opazovanj iz vsakdanjega dela.

10:40 – 11:00 Odmor

11:00 – 12:30 Predstavitve problematike samomorilnosti med mladimi

Predstavili bomo pojem, proces in pojavnost samomora s pregledom epidemioloških podatkov in drugih informacij, ki pomagajo pri ozaveščanju te problematike v naši državi. Obravnavali bomo pogoste mite o samomoru, ki so prisotni v našem prostoru za prepoznavo napačnih prepričanj v okolju in spodbujanje odprtega dialoga o stiski in samomorilnem vedenju. Predstavili bomo načine prepoznavanja stiske pri mladih in ustrezne pristope za obravnavo otroka, mladostnika oziroma mladega odraslega v stiski.

12:30 – 13:30 Odmor za kosilo

13:30 – 14:45 Ključne komponente učinkovite strokovne pomoči in koraki ukrepanja – pristop v 5 korakih

Ključne komponente učinkovite strokovne pomoči zajemajo več temeljnih principov in praks, ki zagotavljajo kvalitetno podporo in pomoč posameznikom v stiski. Izpostavljene bodo empatija in sočutje, strokovnost in znanje, komunikacijske veščine, zasebnost in zaupnost, individualiziran pristop, sodelovanje in med-disciplinarnost. Posebno pozornost bomo namenili tudi izzivom, ki se pojavljajo pri delu na ruralnih območjih ter pri delu z mladostniki iz manjšinskih skupnosti. Poudarili bomo pomen kulturne občutljivosti, gradnje zaupanja v okoljih z omejenimi viri, ter upoštevanje različnih oblik marginalizacije, ki lahko vplivajo na dostopnost in učinkovitost pomoči.

14:45 – 15:00 Odmor

15:00 – 16:00 Moja vloga pri skrbi za duševno zdravje in preprečevanje samomora med mladimi

"Moj načrt skrbi za duševno zdravje in preprečevanje samomora med mladimi" je orodje, ki bo strokovnjake spodbudilo k aktivni refleksiji in oblikovanju strategij za izboljšanje duševnega zdravja in preprečevanje samomora med mladimi (v resorju, v katerem so zaposleni ter regiji, iz katere prihajajo). Strategije se bodo navezovala na razvijanje veščin za zgodnjo prepoznavo stiske, uporabo tehnik, ki vzpostavljajo zaupen odnos, oblikovanje varnostnega načrta in spremljanja ter krepitev sistemov podpore znotraj organizacije, resorja in med resorji ipd.

16:00 – 16:30 Zaključek in povezovanje strokovnih delavcev

V zaključku bomo povzemali ključna spoznanja prvega dne. Predstavljena bo domača naloga, ki vključuje izpolnitev individualnega varnostnega načrta z enim mladostnikom ali pripravo opisa realnega primera (anonimizirano), skupaj z refleksivnim dnevnikom. Gradiva bodo udeleženci oddali, analizirali pa jih bomo v drugem delu usposabljanja. Poleg tega bodo prejeli priročnika Pogovor o samomoru in Samomorilno vedenje mladostnikov, prav tako bodo usmerjeni na zaščiteno spletno stran na zivziv.si, kjer bodo dostopna dodatna gradiva in informacije.

2. SREČANJE V JANUARJU 2026 (9:00 – 17:00)

9:00 – 9:30 Uvodni pozdrav, namen, pomen usposabljanja

Drugi del usposabljanja se bo pričel z uvodnim nagovorom in kratkim povzetkom vsebin prvega dela. Sledila bo skupinska refleksija domače naloge, ki so jo udeleženci opravili med srečanjema – obravnavali bomo, kaj je pri delu z mladostnikom ali pripravi primera delovalo, s kakšnimi težavami so se srečali ter kaj jih je pri izvedbi najbolj obremenilo ali spodbudilo. Skupna izmenjava bo ustvarila podlago za nadgradnjo znanja v nadaljevanju.

9:30 – 10:30 Prepoznati in se pogovoriti z otrokom/mladostnikom/mladim odraslim, ki razmišlja o samomoru (teoretični del)

V tem sklopu bo poudarek na postopkih ukrepanja ob zaznavi stiske pri otroku, mladostniku oziroma mladem odraslem. Podani bodo načini prepoznavanja in ukrepanja ob sumu na samomorilno ogroženost mlade osebe.

10:30 – 10:45 Odmor

10:45 – 11:45 Prepoznati in se pogovoriti z otrokom/mladostnikom/mladim odraslim, ki razmišlja o samomoru (igra vlog)

Strokovni delavci se bodo preko igre vlog preizkusili v pripravi na in izvedbi pogovora s posameznikom v tiski. Primeri bodo prilagojeni situacijam, ki so jim strokovni delavci lahko priča na svojem delovnem mestu. Sledila bo skupinska diskusija.

11:45 – 12:45 Odmor za kosilo

12:45 – 14:15 Koraki ukrepanja po opravljenem pogovoru, delo s starši

V tem sklopu bo izpostavljeno delo in koraki, ki sledijo po opravljenem pogovoru z mladostnikom in identifikaciji resnosti situacije – od prvega odziva strokovnjaka, do vključevanja drugih deležnikov in načrtovanja nadaljnje podpore. Sledila bo vsebina vezana na delo s starši, ki minimalizirajo pomen samopoškodovalnega vedenja ali izražajo odpor do sodelovanja. Zadnji del sklopa bo namenjen vodeni vaji v parih, kjer se bodo udeleženci preizkusili v pogovoru s staršem. Aktivnost bo namenjena krepitevi

veščin, kot so ohranjanje mirnosti, izražanje skrbi in oblikovanje zaveznitva s starši, ki pogosto ne prepoznajo resnosti otrokove stiske.

14:15 – 14:45 Diskusija, vprašanja, nejasnosti glede lastnih vsebine in (preteklih) lastnih primerov s prakse

Sklop bo namenjen odprti diskusiji, vprašanjem, dvomom ali nejasnostim, ki so se pojavile med dosedanjim potekom programa. Poseben poudarek bo na povezovanju teoretičnega znanja z lastnimi primeri iz prakse.

14:45 – 15.00 Odmor

15:00 – 16:00 Analiza izbranih primerov

Na podlagi domače naloge bodo izbrani trije primeri, ki jih bodo udeleženci predhodno pripravili (anonimizirani opisi primerov). Primeri bodo obravnavani v manjših skupinah, kjer bodo udeleženci izvedli oceno tveganja, izdelali načrt ukrepanja in reflektirali lastne odzive ter skrbi. Vsaka skupina bo svoj primer predstavila tudi širši skupini, sledila pa bo skupna diskusija o možnostih in mejah delovanja v realnih pogojih. Sklop bo prispeval k prenosu znanja v prakso in izmenjavi konkretnih rešitev.

16:00 – 16:45 Skrb za lastno duševno zdravje

V tem sklopu bo poudarek na skrbi za lastno duševno zdravje in rezilientnost. Naslovljen bo pomen dobrega duševnega zdravja za strokovnega delavca, vzročna povezava med duševnim zdravjem strokovnjaka in kakovostjo nudene podpore, znaki, ki kažejo na stisko strokovnjaka, strategije krepitev duševnega zdravja, pomen dobre medsebojne podpore.

16:45 – 17:00 Zaključek in povezovanje strokovnih delavcev

Dogovor o nadaljnjih mesečnih supervizijah ter predstavitev zaščitene spletne strani, kje najdejo gradiva (delovni listi, protokoli, varnostni načrti).