



TRIADE 2.0

STARANJE IN MOTNJE V DUŠEVNEM RAZVOJU MNAM PLATFORMA: SMERNICE ZA VZGOJITELJE

Kako iz 64 vaj pridobiti največ



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

Agradecimientos:

Las fotografías utilizadas han sido obtenidas de pixabay.com bajo licencia gratuita

Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://arasaac.org>) que los distribuye bajo licencia Creative Commons (BY-NC-SA).



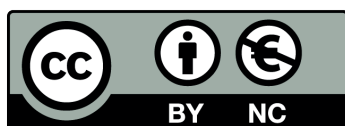
Contributors

María Sorzano Castellón. Instituto Valenciano de Atención Social-Sanitaria (IVASS) (Spain)
José Manuel Gil Guzmán. Instituto Valenciano de Atención Social-Sanitaria (IVASS) (Spain)
Johan Warnez. Groep Ubuntu x 8K (Belgium)
Joke Vandaele. Groep Ubuntu x 8K (Belgium)
Maria Goranova. National Association of Professionals working with Disabled People (NARHU) (Bulgaria)
Petya Grudeva. National Association of Professionals working with Disabled People (NARHU) (Bulgaria)
Ilse Goethals. Hogeschool Gent (HO Gent) (Belgium)
Eveline Breye. Sint Vincentius (Belgium)
Delphine Simoens. Familiehulp (Belgium)
Sigrid Smets. Familiehulp (Belgium)
Tina Kržišnik. RIC Novo Mesto (Slovenia)
Agnieszka Natalia Mravinec. RIC Novo Mesto (Slovenia)
Antonio Martínez Millana. Universitat Politècnica de València (UPV) (Spain)
Manuel Traver Salcedo. Universitat Politècnica de València (UPV) (Spain)
Angela Giacomini. European Network of Social Authorities (ENSA)
Gaya Ghezzi. European Network of Social Authorities (ENSA)

TRIADÉ 2.0 Erasmus+ project. 2018-1-ES01-KA204-050348

1st edition: August 2021

Website: <https://www.ivass.gva.es/Triade2.html>



This license lets others remix, adapt, and build upon your work non-commercially, and although their new works must also acknowledge you and be non-commercial, they don't have to license their derivative works on the same terms.



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea

The European Commission's 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.



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



Erasmus+



DEVELOPMENT
AND EDUCATION
CENTRE NOVO MESTO



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



GENERALITAT
VALENCIANA
Vicepresidència i Conselleria
d'Iguatallat i Politiques Inclusives



INSTITUT VALENCIÀ
D'ATENCIÓ
SOCIAL-SANITÀRIA

**HO
GENT**



GROEP
UBUNTU x8K
verder • sterker • anders



Sint Vincentius
Zorg van binnenuit



Familiehulp



ENSA

Gradivo ni lektorirano

Podpora Evropske komisije za izdelavo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, ki odraža stališča avtorjev, prav tako Komisija ne more biti odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.

POGLAVJA

1. Uvod	str. 4
2. Kako pedagoško uporabljati platformo	str. 6
3. Metodologija ocenjevanja in sklepi	str. 10
4. Kako razviti nove digitalno dostopne vsebine za platformo MNAM	str. 21
5. Izvedba, posplošitev in prenos pridobljenih kompetenc za situacije AAWID v resničnem življenju	str. 27
6. Priloga 1: Orodja za ocenjevanje	str. 34

POGLAVJE 1.

Uvod

TRIADE 2.0 je projekt na temo 'Sodelovanje za inovacije in izmenjavo dobrih praks', ki je bil razvit v okviru ključnega ukrepa izobraževanja odraslih v programu ERASMUS+.

Strateško partnerstvo oblikuje 9 partnerjev iz Belgije, Bolgarije, Italije, Slovenije in Španije. TRIADE 2.0 se sooča z izzivom izboljšanja socialne vključenosti in kakovosti življenja novega segmenta prebivalstva: starajočih se odraslih z motnjami v duševnem razvoju (v nadaljevanju AAWID).

Da bi izboljšali kompetence AAWID in strokovnjakov, ki jim zagotavljajo podporo, je TRIADE 2.0 razvil tri sklope učnih materialov za usposabljanje:

- 1) "Moja nova vključujoča služba": orodje za usposabljanje izobraževalcev AAWID.
- 2) MNAM interaktivna platforma za usposabljanje(<https://triade.webs.upv.es/t20/>) sestavljena iz 2 komplementarnih rezultatov:
 - a. 64 navdihujočih vaj in nabor virov, da se iz vaj pridobi največ.
 - b. NAVODILA ZA UPORABO MNAM PLATFORME ZA VZGOJITELJE(predstavljeno v tem dokumentu)**
- 3) Načrt usposabljanja: TRIADE 2.0 glavni načrt, kjer so pojasnjene 'kaj, kje, kdaj in kako' podrobnosti projektnega usposabljanja in učnih dejavnosti.

Cilj tega vodnika je pomagati vzgojiteljem in razvijalcem izobraževalnih vsebin: a) pridobiti največ iz 64 vaj, ki so vključene v platformi MNAM; in b) naučiti se kako pripraviti in oceniti nove pedagoške vaje.



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



Poleg uvoda je ta dokument sestavljen še iz 5 poglavij:

- Poglavje 2: Kako pedagoško uporabljati platformo MNAM: značilnosti vaj in priporočila za izvajanje
- Poglavje 3: Metodologija za ocenjevanje: postopek in orodja za ocenjevanje, ki jih je projekt razvil za načrtovanje in ocenjevanje vaj; in pridobitev pedagoških zaključkov
- Poglavje 4: Kako razviti nove digitalno dostopne vsebine za platformo
- Poglavje 5: Izvedba, posplošitev in prenos pridobljenih kompetenc za situacije AAWID v resničnem življenju
- Poglavje 6. Priloga 1: Orodja za ocenjevanje

Dodatne informacije o vseh poglavjih, vključenih v ta vodnik in vse TRIADE 2.0 rezultate najdete na spletni strani TRIADE 2.0 (<https://www.ivass.gva.es/es/Triade2.html>) in v zavihku 'viri za vzgojitelje' na platformi MNAM (<https://triade.webs.upv.es/t20/sl/viri-za-vzgojitelje/>)

POGLAVJE2.

Kako pedagoško uporabljati platformo

Platforma MNAM zagotavlja 64 vaj za pomoč vzgojiteljem pri izboljšanju socialne vključenosti in kakovosti življenja starajočih se odraslih z motnjami v duševnem razvoju (AAWID).

64 vaj je združenih v 14 didaktičnih enot (tem). Didaktične enote se osredotočajo na 3 dejavnike kakovosti življenja: dobro počutje, socialno vključevanje in neodvisnost. Vsaka didaktična enota obravnava posebno temo, ki je povezana s staranjem (zloraba, upravljanje proračuna, življenjski cilji, uporaba socialnih medijev, pravice itd.) in so sestavljene iz:

- a) Teoretičnih predstavitev teme in enote;
- b) Učnih rezultatov (znanje in spretnosti), ki naj bi bili doseženi ob koncu vaj;
- c) Navodil za vsako od vaj;
- d) Vaj, aktivnosti in materialov (delovni listi, predloge itd.), ki se prenesejo s platforme (v Word in PDF obliki).

So različnih oblik (igre, video posnetki, kvizi, uganke, igranje vlog, skupinske razprave itd.) in so vedno obogatene s fotografijami in poenostavljenimi slikami ter so različno dolge (od 5 minut do 1 ure). Vaje se lahko izvajajo z uporabo digitalnih zaslonov (table, računalniki ali tablični računalniki) s prenosom raznolikih pedagoških materialov in tiskanjem.

Vaje običajno prikazujejo resnično življenjsko zgodbo z eno ali več starajočimi se odraslimi osebami (Isabel, Maria, George itd.), ki so bile zasnovane tako, da je AAWID znano in jim pomaga prepoznati temo in razumeti naloge, ki jih je treba izpolniti. V prvi vaji 8. enote (upokožitev) je prikazana Isabelina zgodba; prednosti in

slabosti ženske v poznih petdesetih, ki razmišlja o upokojitvi. Ko je AAWID seznanjen z zgodbo in temo zgodbe, vaja predlaga številne naloge/aktivnosti, ki se navezujejo na zgodbo in temo. Te so bile oblikovane s končnim ciljem spodbujanja razvoja odsevnih procesov AAWID.

Slika 1.1. Vaja 8.1.: Isabelina zgodba

Razumevanje koncepta upokojitve

Začnite prvo vajo z zgodbo o Isabel (del I), medtem ko prikazujete slike (glejte tudi Prilogo 1 na platformi), ali jim pustite, da zgodbo preberejo sami.

Dodate lahko druge materiale / filme, ki raziskujejo položaj ljudi, ki odhajajo v pokoj. Vedno je najbolj koristno predvajati filme lokalnih primerov, če je le mogoče.

Zgodba o Isabel

Izabel gre v službo



To je Isabel. Več kot 20 let je hodila v službo na zaščiteno delovno mesto in vozila motor.

Izabel je zadela kap.

Toda pred dvema letoma, ko je bila Isabel stara 58 let, jo je zadela kap in je končala v bolnišnici. Nekaj časa je bila zelo bolna.



Po odhodu iz bolnišnice Isabel ni bila več ista kot prej. Počutila se je izredno utrujeno in zlahka razdražena, še posebej po dnevu v službi.



Isabel je zmanjšala količino dela

Isabel se je skupaj s svojimi mentorji odločila za zmanjšanje dela. Namesto, da bi odhajala v službo štiri dni v tednu, je nato šla samo dva dneva v tednu.



Slika 1.2. Vaja 8.1.: Aktivnosti 2 in 3

Dejavnost 2: Zakaj se ljudje upokojujejo? (Priloga 2 - 30 minut)

Najprej povejte skupini, da je ta dejavnost v tem, da razmišljajo o razlogih, zakaj se ljudje želijo upokojiti.

Vsaki skupini dajte list papirja za samostojno tablo, razdeljen na dve coni, eno zeleno in eno rdečo.



Skupini dajte paket slik (glejte Prilogo 2 na platformi) in jim recite, naj vzamejo po eno sliko, se pogovorijo o tem, kar piše, in se kot skupina odločijo, ali je to razlog, zakaj se ljudje upokojijo (**zeleno**) ali se ne upokojijo (**rdeče**).

Nato jih prosite, naj sliko postavijo v ustrezno območje na samostojni tabli.

Spodbudite skupino, da razpravljajo o tem, kaj je razlog za upokojitev in kaj ni.

Igra je končana, ko skupina zaključi razpravo in postavi vse slike na samostojno tablo.

Upošteвайте, da je večino kart mogoče postaviti v zeleno cono. Vse je odvisno od njihovih interpretacij. Na primer, večina ljudi še naprej dela, ker potrebujejo denar. Toda nekateri imajo morda dovolj prihrankov in se odločijo za predčasno upokojitev.

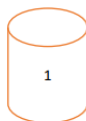
Dejavnost 3: Kateri je najpogostejši razlog za upokojitev? (10 minut)

Povejte skupini, naj vzame slike, ki so jih postavili v zeleni stolpec v 1. dejavnosti. Prosite jih, naj se odločijo, katere tri slike so najpogostejši razlogi, da se ljudje upokojijo.

Obrnite nov list na samostojni table in narišite tri korake (glejte spodaj).

Če je možno, naj ocenijo te 3 slike.

- | | |
|-----|-------------------------|
| 1 = | 1. najpogostejši razlog |
| 2 = | 2. najpogostejši razlog |
| 3 = | 3. najpogostejši razlog |



Študije so pokazale, da so zdravstvene težave ali bolezn najpogostejši razlog za upokojitev AAWID, čemur sledi utrujenost in želja po enostavnejšem življenju.

Upošteвайте, da vsi udeleženci ne bodo mogli razvrščati slik. V tej vaji se pogovorite o vprašanih, ki ustrezajo njihovi situaciji.

Vaje je treba izvajati s pomočjo vzgojitelja, ki bi moral biti prisoten pri učni dejavnosti. Prav tako bi naj vodil celoten proces in dejavnosti, čeprav jih lahko bolj samostojen AAWID uporablja tudi sam.

Za začetek izvajanja vaj se priporoča pogovor z AAWID z uporabo validacijskega vprašalnika¹ (glej naslednje poglavje) za oceno njihovih potreb in želja ter izbiro ustreznih vaj za posamezno osebo ali skupino. Za pomoč pri izboru vaj, platforma MNAM omogoča, da vzgojitelji najdejo določeno vajo z iskanjem po štirih ključnih merilih:

1. QOL dimenzija
2. Tip učenja(individualno ali v skupini)
3. Predvidena dolžina
4. Oblika vaj (PDF, video itd.)

Slika 1.3. Iskanje vaj po 4 merilih

The screenshot shows the MNAM Platform interface. At the top, there's a navigation bar with 'DEJAVNIKI', 'ENOTE', 'VAJE' (highlighted), and 'VIRI ZA VZGOJITELJE'. Below the navigation bar, a red banner says 'vaje'. The main content area shows 'Že imamo 64 razpoložljive vaje'. A grid of 12 exercise cards is displayed, each with a number and a title. On the right side, there are four filter sections: 'QoL dimenzija' (Quality of Life dimension) with checkboxes for various themes; 'Tip učenja' (Learning type) with checkboxes for individual and group; 'Oblika vaj' (Exercise format) with checkboxes for different media types; and 'Predvidena dolžina' (Estimated duration) with checkboxes for time ranges. A 'Uporabi filtre' (Apply filters) button is at the bottom of the filter section.

QoL dimenzija	Tip učenja	Oblika vaj	Predvidena dolžina
☐ Samoodločba	☐ Individualno	☐ Slike/piktogrami/grafike z informacijami	☐ Od 15 do 30 minut
☐ Socialna vključenost	☐ V skupini	☐ Nepovezano	☐ Več kot 30 minut
☐ Materialna blaginja		☐ Predstavitev (powerpointi, PDF, dokumenti, ...)	☐ Do 15 minut
☐ Čustveno dobro počutje		☐ Video/audio	
☐ Medčloveški odnosi			
☐ Osebnostni razvoj			
☐ Telesno dobro počutje			
☐ Pravice			

Strokovnjaki in vzgojitelji lahko prosto uporabljajo vaje na najboljši način, ki ustreza potrebam njihovih strank. Lahko se odločijo, da bodo uporabili vse vaje, ki so vključene na platformi, in tako dajejo lekcije v istem zaporedju, v katerem so oštevilčene na platformi. Ali pa bi lahko uporabili eno vajo – ali nabor njih – neodvisno, da bi jo izvajali individualno ali po skupinah, da bi jo uporabili kot del individualne podpore ali pedagoških metodologij drugih udeležencev.

Poleg tega so vzgojitelji, ki so del metodologije za ocenjevanje, navedli, da je priročno, da se nekatere vaje prilagodijo sposobnostim in okoljem specifičnim udeležencem. V skladu s tem je mogoče vaje prenesti v Word formatu, da bi olajšali to prilagoditev.

Čeprav imajo vaje različne stopnje težavnosti, bi bilo mogoče navesti, da je ciljna skupina v povprečju:

Starajoči se odrasli z blago motnjo v duševnem razvoju, ki imajo nekaj samostojnosti pri dejavnostih v vsakdanjem življenju.

Glede na QOL model (model kakovosti življenja) so to AAWID, ki za polno življenje v skupnosti potrebujejo občasno podporo. Poleg tega je določena raven celovitega in izraznega jezika priročna za razumevanje vaj, sodelovanje pri dejavnostih ali odgovarjanje na vprašanja.

Nenazadnje, platforma ne vključuje nobenega posebnega orodja za oceno učnih rezultatov, ki ga pridobi AAWID, ampak bi lahko vzgojitelji za oceno učnega procesa uporabili ali prilagodili kazalnike in orodja, ki jih je projekt razvil za potrditev metodologije in vaj, ki so pojasnjene v naslednjem poglavju tega dokumenta.

POGLAVJE 3.

Metodologija ocenjevanja in sklepi

3.1. Uvod

V tem poglavju je obravnavana metodologija ocenjevanja vaj digitalne platforme MNAM. Glavni cilj platforme MNAM je podpreti proces socialnega učenja in usposabljanja AAWID. Končni rezultati usposabljanja so:

- AAWID ima več možnosti po usposabljanju za dostop do javnih dobrin in storitev (npr. javni prevoz, klubi upokojencev, večerni razredi, skupnostna združenja in storitve itd.).
- AAWID ima več možnosti za izboljšanje svojega družbenega omrežja z ljudmi, ki niso zaposleni, družinski člani ali druge osebe z motnjami v duševnem razvoju.

Za doseg te ciljev vključuje interaktivna učna platforma MNAM vaje in dejavnosti, ki izvajajo 2 vrsti izboljšav:

- Izboljšanje znanja o konceptih staranja: npr. zdravo staranje, aktivno staranje, vloge AAWID, zdrava prehrana, samostojno življenje in prosti čas.
- Izboljšanje spretnosti: Uporaba 8 dimenzij QOL (dajati največji pomen razsežnosti socialne vključenosti), kjer bodo vaje usmerjene v izboljšanje medosebnih spretnosti AAWID.

3.2. Konceptualni okvir, metodologija in orodja ocenjevanja

Za optimizacijo rezultatov usposabljanja platforme MNAM je projekt TRIADE 2.0 razvil konceptualni okvir, metodologijo za ocenjevanje ter orodja za trajnostno oblikovanje, izvajanje in izboljšanje 64 vaj platforme MNAM. Cilj tega okvirja je bil pomagati partnerjem pri:

- Dosegi soglasja o pogojih, kontekstu, vsebinskih dejavnikih in konceptu usposabljanja digitalne platforme MNAM.
- Opisu različnih faktorjev QOL (kakovosti življenja), MNAM enot in ustreznih učnih rezultatov.
- Olajšanju možganske nevihte za opredelitev specifične vsebine vaj v posameznih enotah.
- Upoštevanju smernic, ki so bile uporabljene kot temelj za ustvarjanje vaj MNAM.
- Pregledu in reviziji vaj MNAM.
- Ocenitvi in ovrednotenju pedagoške vrednosti vaj MNAM.

Konceptualni okvir in metodologija za ocenjevanje sta v celoti pojasnjena v poglavju platforme MNAM: viri za učitelje. Ob tem so najpomembnejša orodja, ki so uporabljena s strani partnerjev v pilotnem testiranju, na voljo v Prilogi 1 (dodatna orodja so na voljo tudi na platformi MNAM).

Na podlagi teh predpostavk, je TRIADE 2.0 razvil:

1. Teoretični okvir, usklajen s prvim intelektualnim rezultatom TRIADE 2.0 (IO1. Delovni zvezek za vzgojitelje), ki temelji na konceptu kakovosti življenja (tabela 3.1) skupaj s praktičnimi strategijami za: a) razvoj dostopnih vsebin (glej poglavje 4: kako razviti digitalno dostopne vsebine za platformo); in b) uspešen prenos in izvajanje vaj MNAM (glej poglavje 5: izvedba, posplošitev in prenos pridobljenih kompetenc).



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



Tabela 3.1: Konceptualni okvir kakovosti življenja (Schalock in Verdugo)

QOL FAKTOR	QOL DIMENZIJA	QOL INDIKATOR
Neodvisnost	Osebni razvoj	Status izobraževanja, osebne kompetence
	Samo-odločanje	Izbire, osebni nadzor, odločitve
Socialna vključenost	Medosebni odnosi	Prijateljstva socialnih omrežij, družinski odnosi
	Socialna vključenost	Vključevanje v skupnosti, družbene vloge
	Pravice	Človekove in temeljne pravice
Dobro počutje	Čustveno dobro počutje	Zadovoljstvo, pomanjkanje stresa
	Fizično dobro počutje	Zdravstveno in prehransko stanje
	Materialno dobro počutje	Finančno stanje, zaposlitev, premoženje
	Duhovnost/obstoj	Vera ali duhovnost, vprašanja obstoja

2. Metodologija ocenjevanja, sestavljena iz 8 korakov (slika 3.1) in orodja (priloga 1) za usmerjanje procesa ocenjevanja in pilotno testiranje ter določitev minimalnih standardov za oblikovanje 64 vaj.
3. Pilotno testiranje, izvedeno z 91 AAWID, ki pripada sodelujočim partnerjem, za oceno pedagoške vrednosti vaj in izboljšanje učinka projekta. Najpomembnejši zaključki pilotnega testiranja so predstavljeni v nadaljevanju.

Slika 3.1. Postopki metodologije ocenjevanja



Celotna obrazložitev METODOLOGIJE OCENJEVANJA je dostopna na platformi MNAM (<https://triade.webs.upv.es/t20/sl/viri-za-vzgojitelje/>)

3.3. Sklepi in priporočila

V tem poglavju so predstavljeni najpomembnejši zaključki metodologije ocenjevanja in pilotnega testiranja. Pri tem poskušamo odgovoriti na vprašanje raziskave: "Vpliv vaj MNAM na učni proces in splošno kvaliteto življenja AAWID".

Sledili smo trem ciljem. Prvi cilj je bil ugotoviti, katere vaje MNAM bodo izbrali udeleženci (to je AAWID in/ali skupaj z vzgojiteljem) za usposabljanje. Drugi cilj je bil opredeliti izkušnje udeležencev (AAWID in/ali njihovi vzgojitelji) o uporabi vaj platforme MNAM. Tretji cilj je bil ugotoviti, ali so vaje spodbujale učni proces in privedle do izboljšanja znanja in spretnosti udeležencev. V nadaljevanju bomo izpostavili glavne rezultate, oblikovali nekaj sklepov in oblikovali priporočila za prihodnja prizadevanja.

Upoštevajte, da sklepov iz te pilotne študije ni mogoče posplošiti. Tukaj je naštetih nekaj omejitev. Najprej smo nadzirali posebne demografske značilnosti udeležencev (npr. starost in spol AAWID, spol in leta strokovnega znanja vzgojitelja, njegov poklic), a nismo vključili nivoja komunikacije AAWID, niti nismo mogli odšteti, kdo je končal štiri vprašalnike (AAWID s svojim vzgojiteljem ali brez njega). Čeprav smo vzgojiteljem dali jasna navodila, naj pri izpolnjevanju vprašalnikov vključijo AAWID, te zahteve ne moremo potrditi. Kot drugo, kažejo analize surovih podatkov, da vsi udeleženci niso mogli končati 3 vaj, kot je bilo zahtevano. Medtem ko so nekateri udeleženci vadili z vajami in dejavnostmi iz 3 različnih enot, so lahko drugi na primer naredili le 2 vaji v enoti ali celo manj, le 2 do 3 aktivnosti v okviru ene vaje v enoti. To se kaže tudi v času, ki je bil potreben za dokončanje vaj (najmanj 10 in največ 180 minut).

Kot tretje smo opazili velike spremembe v načinu, kako so udeleženci registrirali informacije. Četrto, čeprav je bil naš cilj poiskati možna združenja, majhno velikost vzorca in omejeno število vaj, je bilo še posebej težko pripraviti zanesljive sklepe. Zato je potrebno rezultate previdno razlagati.

Kljub temu pa menimo, da smo se naučili zanimivih stvari, ki lahko pomagajo vzgojiteljem pri uporabi platforme in izboljšanju vaj digitalne platforme MNAM v prihodnosti.

Izbor MNAM vaj

Rezultati kažejo, da so udeleženci zaključili vaje, ki so predvsem spodbujale zdrav način življenja (torej telesno zdravje, zdrava živila ipd.) (enota 4), socialno povezanost (enoti 7 in 12) in socialno vključenost (enota 9). To kaže, da so strokovnjaki pilotne študije TRIADE 2.0 imeli aktivno staranje v mislih in vlagali zlasti v telesno dobro svojih udeležencev, hkrati pa prepoznali potrebo AAWID po povezovanju z drugimi v družbi. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO)(2007), je aktivno staranje 'proces optimizacije možnosti za zdravje, sodelovanje in varnost, da bi se izboljšala kakovost življenja, ko se ljudje starajo' (str. 12). Zdrava prehrana in vadba lahko pomagajo, da se AAWIDizogne več zdravstvenim težavam, kar odpira možnosti za družbene dejavnosti in sčasoma vodi v višje čustveno počutje in kakovost življenja (Svetovna zdravstvena organizacija, 2002).

Za AAWID presega aktivno staranje telesno aktivnost in socialno vključenost. Vključuje tudi krepitev vloge, učenje novih spretnosti in občutek varnosti (Buys in drugi, 2008). Udeleženci naše pilotne študije so izbrali manj teh vaj, to je le nekaj udeležencev je izbralo vaje, ki se osredotočajo na samoodločanje, kot je izbira lastnih življenjskih ciljev in aktivnosti (enota 12), ali bolj občutljive teme, kot je preprečevanje zlorab (enota 6), varna uporaba interneta ali družbenih medijev ter oskrba ob koncu življenja in paliativna oskrba (enota 14). Ta ugotovitev kaže, da so udeleženci naše pilotne študije morda imeli določeno omejitev za vključevanje v teme, ki so še vedno tabu ali manj enostavne za razčlenjevanje.

Ugotovili so, da so španski in bolgarski udeleženci pogosteje izbirali vaje, povezane s faktorjem dobrega počutja v kakovosti življenja, medtem ko so belgijski in slovenski udeleženci dajali prednost vajam, ki so povezane s socialno vključenostjo. Ta rezultat bi lahko pomenil, da v Španiji in Bolgariji potrebe po podpori ali vrzeli v znanju AAWID večinoma spadajo na področje blaginje, medtem ko v Belgiji in Sloveniji večina AAWID nima znanja o tem, kako se vključiti v družbo. Vendar je treba po mnenju vzgojiteljev rezultate razlagati na drugačen način, to je udeležencem (vzgojiteljem ali učečim) izbrane vaje, ki se ujemajo s trenutnim znanjem in veščinami AAWID, bodisi za preprečevanje nepotrebnih frustracij, bodisi za motivacijo AAWID pri izvajanju vaj. Na ta način bi lahko AAWID doživel uspeh in ne neuspeh. Večje številke so povezane tudi s tem, ali so bile vaje opravljene v skupini ali posamično. Kljub temu je drug razlog za izbiro posebnih vaj povezan s tem, ali so vaje ustvarili sami partnerji ali ne. Belgijski partnerji so bili na primer odgovorni za razvoj vaj za faktor QOL 'socialna vključenost' in so se tako lahko odločili za te vaje pred drugimi vajami.

Ne glede na prejšnje motive za (ne) izbiro posebnih vaj, menimo, da je za vzgojitelje nujno, da se teh motivov ves čas zavedajo. Še posebej, ko gre za teme, ki jih je težje obravnavati, kot je izbira stvari, ki jih je treba narediti po upokojitvi, kaj se zgodi, ko umrejo ožji družinski člani, kako obravnavati obstoječa vprašanja in skrb za konec življenja ... Ali se izogibamo tem, da zaščitimo AAWID? Ali čutimo, da ne bo razumel ali bil pripravljen za to? Ali pa mislimo, da AAWID ne bo motiviran za te vaje, ki bi lahko trajale preveč časa? Nihče ne mara govoriti o težavah, ki so za njih težko sprejemljive. Skrbi nas, kako bomo uvedli te teme, kako bi se udeleženci lahko odzvali na to in kako se bomo z reakcijami soočali. Ljudje z motnjami v duševnem razvoju že imajo veliko izkušenj pri ukvarjanju s spremembami in izgubami, nekateri pa so na njih zelo odporni. Vendar je tudi veliko ljudi z motnjami v duševnem razvoju, ki bodo potrebovali precejšnjo podporo za soočanje s temi težjimi temami.

Kako bomo to uredili? Najprej moramo poslušati mnenje udeleženca. Kaj je njegova želja po učenju? Koliko podpore bo potrebno? Ali vključimo več ljudi (npr. družinske

člane, prijatelje...), koliko časa potrebujemo (en dan, teden, mesec, leto ali nekaj let)?
Kako odkriti njihovo mnenje o tej temi?

Kot drugo, AAWID ima pravico do informacij. To je temeljna človeška pravica. Toda ali to pomeni, da moramo vedno povedati vse, tudi če oseba ne more razumeti informacij ali ni pripravljena na prejemanje informacij? Menimo, da ima vsakdo pravico do informacij, ki bi lahko vplivale na njihovo prihodnost. Vendar pa morajo ljudje imeti tudi pravico do zanikanja. Ne govoriti ali razmišljati o občutljivih temah je lahko pomemben mehanizem spoprijemanja. Nikoli ne sili informacij na nekoga, če ni (še) pripravljen na to.

Tretjič, če menimo, da je AAWID za to, pri izvajanju vaj upoštevamo 3 načela modela Univerzalni model oblikovanja za učenje (UDL):

1. Iščemo vaje, ki spodbujajo motivacijo in trajno navdušenje nad učenjem;
2. Predstavljamo informacije v manjših delih znanja za podporo dostopu in razumevanju;
3. Iščemo priložnosti, ki se jih lahko AAWID nauči in deli z drugimi.

Kako so udeleženci doživeli uporabo vaj MNAM?

Ne glede na začetne pomisleke partnerjev TRIADE 2.0 glede stopnje težavnosti, je večina vaj (78%) potrebovala malo ali nič prilagoditev, ki jih za AAWID ni bilo preveč težko dokončati (50%). Okoli 70% AAWID je uživalo pri vajah. Za tiste vaje, ki so potrebovale večjo prilagoditev ali so bile ocenjene kot pretežke za dokončanje, so kvalitativne in kvantitativne informacije, ki so jih dali udeleženci, pokazale, da so lahko povezane predvsem z ravniyo podpore, ki jo je AAWID potreboval.

Nadaljnje ugotovitve kažejo, da je bila večina vzgojiteljev zadovoljna z uporabnostjo vaj MNAM; to je večina vaj (60 do 100%) je bilo opredeljenih, kot da niso po nepotrebnem zapletene (81%), niti neprijetne (74%) ali neskladne (84%). Pravzaprav je okoli 79% udeležencem bilo te vaje enostavno uporabljati in se strinjajo, da bi se lahko drugi strokovnjaki hitro naučili, kako jih uporabiti (91%). Ob tem je okoli 84% vzgojiteljev izjavilo, da bi uporabili 60 do 100% vaj pogosto tudi v prihodnosti.

Poleg zgoraj navedenih pozitivnih ugotovitev so se pojavila še nekatera druga vprašanja, ki bi morda potrebovala posebno pozornost v prihodnosti. Najprej, približno 35% vzgojiteljev se ni počutilo dobro, ko so vaje izvajali s svojimi udeleženci, čeprav je le 5% vzgojiteljev poročalo, da ase morajo naučiti več stvari, da bi lahko nadaljevali z izbranimi vajami. Približno 47% vzgojiteljev je bilo malo ali pa ni bilo prepričanih, da so resnične življenjske zgodbe prepoznavne za AAWID. Nasprotno pa je večina udeležencev (73%) poročala, da so vaje pritegnile pozornost AAWID in da so pri 67% izobraževalcih vaje sprožile samo-refleksije pri AAWID.

Čeprav pri vseh ugotovitvah opazamo neskladja, so ta vprašanja v odzivih vzgojiteljev povzročila več nasprotovanja. Potrebni je več kvalitativnih raziskav, da bi ugotovili, kateri vidiki vaj se zdijo neprijetni in kaj je potrebno, da vzgojiteljem pomagamo pri premagovanju tega neprijetnega občutka. Prav tako bi nam pomagalo razčistiti, zakaj določene zgodbe niso sprožile identifikacije s strani AAWID. Je bila zgodba zaradi drugačnega kulturnega ozadja neprepoznavna? Ali ni mogoče prilagoditi zgodbe, da bi se ujemala s komunikativnimi/kognitivnimi kompetencami AAWID? Je AAWID dobil dovolj časa, da bi zgodbo razumel?

Ali usposabljanje vaj MNAM vpliva na učni proces AAWID?

Na podlagi sprememb povprečnih rezultatov pred in po testu, lahko skrbno zaključimo, da so vaje MNAM po mnenju udeležencev (vzgojitelja in/ali AAWID) spodbujale učni proces pri AAWID. Za vsako enoto MNAM smo ugotovili povečanje znanja in spretnosti udeležencev. Za enote, ki jih je izbralo več kot pet udeležencev, je ugotovljeno, da so povečanja pomembna. Ob tem se je večina vzgojiteljev strinjala, da vaje podpirajo in izboljšujejo kakovost življenja (77%) in spodbujajo socialno vključenost (65%) AAWID. Vzgojitelji (68%) so se strinjali tudi, da bi s potrebno podporo AAWID znanje prenesli v svoje vsakodnevne življenjske razmere.

Kljub tem pozitivnim rezultatom pa je treba priznati tudi, da je velika skupina udeležencev (18% to 26%) ostala nevtralnih o predhodno omenjenih rezultatih,

nekateri udeleženci pa so (4 to 15%) menili, da celo manjše število vaj podpira učni proces učečih. Našli smo nekaj dokazov, ki kažejo, da so bili vzgojitelji z manj kot enim letom izkušenj manj optimistični kot tisti z 2 do 5 leti izkušenj o možnostih vaj za spodbujanje socialne vključenosti ali spodbujanje prenosa znanja. Mlajši zaposleni so morda bolj kritični in menijo, da bo za vpeljavo učnega procesa v AAWID potrebno več. Ali pa nimajo dovolj znanja o kompetencah in spretnostih svojih strank. Še en verjeten razlog, zakaj so nekateri menili, da vaje niso spodbudile učnega procesa AAWID, so morda povezane z vrsto izbranih vaj ali aktivnosti. Večina vaj enot je bila razvita v skladu z naborom minimalnih standardov, na primer, dva od minimalnih standardov sta bila:

1. Vse vaje bi morale biti povezane s krovnim ciljem, ki izhaja iz delovnega zvezka TRIADE 2.0. Cilji TRIADE 2.0 so osredotočeni na povečanje ali ohranjanje kakovosti življenja odraslih z motnjami v duševnem razvoju.
2. Vsaka enota mora ciljati k vajam, ki vodijo do sprememb vedenja. To pomeni, da so nekatere vaje lahko na ravni znanja 'zna', medtem ko druge vaje zahtevajo vpogled ali razmislek udeležencev. Na koncu bi morala vsaj ena vaja pomagati AAWID pri prenosu tega, kar se je naučil v resničnih življenjskih situacijah (delati in/ali se vključiti v vsakodnevne življenjske situacije).

Udeleženci so morda lahko izbrali vaje ali dejavnosti, ki se ne osredotočajo na vprašanje socialne vključenosti, kakovosti življenja ali prenosa znanja.

Po drugi strani pa ne moremo izključiti, da bo treba nekatere vaje, ki so bile ustvarjene za projekt TRIADE 2.0, spremeniti, da se dosežejo cilji, ki so jih določili partnerji. Zato priporočamo, da se digitalna platforma MNAM ustvari kot odprto dostopna platforma, ki omogoča nenehno posodabljanje revidiranih materialov, novih idej in drugih orodij za nadgradnjo.

Zaključili bi lahko, da je TRIADE 2.0 razvil in vpeljal digitalno platformo MNAM, ki je bila uspešna. Platforma se je izkazala kot učinkovita metoda za vzgojitelje, ki poučujejo AAWID znanja in spretnosti, ki so ključne za dobro kakovost življenja. Vaje



na platformi so tudi dokaz, da so dostopne in uporabne za izobraževalce vseh starosti in poklicev. Prav tako dokazujejo, da je vsekakor vredno poučevati starajoče se odrasle z motnjami v duševnem razvoju novih znanj in spretnosti ter da imajo možnost, da se naučijo funkcionalno uporabljati pridobljene nove spretnosti in znanja.

POGLAVJE4.

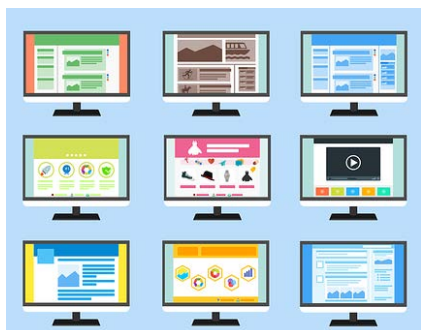
Kako razviti nove digitalno dostopne vsebine za platformo MNAM

Vsak državljan ima pravico do pridobivanja in izmenjave informacij (vsakič, ko ne povzroči kršitve zakona), glede na ciljnega uporabnika bo treba tem informacijam zagotoviti posebne značilnosti, ki bodo za njih dosegljive in razumljive. Dostopnost je opredeljena kot stopnja, do katere lahko vsi ljudje uporabljajo predmet, obiščejo fizično mesto ali dostopajo do storitve ne glede na kognitivne, fizične in tehnične zmogljivosti.

Nova agenda Združenih narodov o ciljih trajnostnega razvoja krepi zamisel o enakosti trajnostnega razvoja v cilju številka 4. Ob tem je v New Delhi deklaraciji ta izjava bolj očitna:

“Univerzalni dostop do informacij in znanja s tehnologijami informiranja in komuniciranja (IKT) in pomožnih tehnologij, v enakih pogojih z drugimi, je za osebe s posebnimi potrebami pravica neodtujljivega človeškega življenja in predpogoj za samostojno življenje ter polno in enakopravno sodelovanje v družbi.”

Razvoj dostopnih vsebin v izobraževalnem okviru je oblikovan po treh načelih:



- **Prikazovanje(Kaj):** Nanaša se na obrazec, v katerem so informacije prikazane uporabniku, kot so besedila, zvoki, sheme, slike itd.
- **Izražanje (Kako):** Omogoča uporabnikom interakcijo z informacijami in prikaže kaj so se naučili v skladu s svojimi zmožnostmi
- **Sodelovanje (Zakaj):** Razlog gradnje znanja ter aktivnega in sodelovalnega učenja.





Ta načela želijo povečati učne možnosti glede na dojemajoče značilnosti uporabnikov, zato se lahko vzgojitelj osredotoči na njihove prednosti, učne potrebe in možnosti sodelovanja. Vzgojitelj mora združiti tri načela in uporabiti razpoložljive vire na dinamičen in prilagodljiv način.



4.1. Razvoj dostopnih besedil

Izdelava besedil, dostopnih za vse udeležence, bi morala slediti naboru priporočil:

- Uporaba pisave Arial ali Verdana (brez serif). Velikost pisave 14 ali več, odvisno od vizualnih zmogljivosti uporabnikov.
- Pisava mora biti normalna (izogibajte se uporabi odebeljene, ležeče ali podčrtane pisave).
- Besedila morajo biti predstavljena s horizontalno usmeritvijo in brez utemeljitve.
- Razmik med vrsticami besedila mora biti 1.15 ali 1.5 pike.
- Za začetek stavka ali kratkih besed se priporočajo velike črke.
- Uporaba mehko rumenega ozadja s črnimi ali mornarsko-modrimi črkami. Belo ozadje ni priporočljivo, saj vrača svetlost.
- V primeru okvare vida ali težav z branjem je treba namesto tega uporabiti pomočnika za snemanje/branje.
- Uporaba ojačevalnih slik, povezanih s temo besedila, za poenostavitev razumevanja.





4.2. Raziskovanje spleta

Nekatere dejavnosti lahko vključujejo iskanje informacij na internetu, brskanje po zanimivih portalih ali samo igranje. Kadar želi učitelj to uporabiti kot vir za učenje ali celo za prosti čas, je priporočeno uporabnikom vnaprej prikazati in raziskati spletna mesta.

- Usmerjajte uporabnike tako, da ponudite dve ali tri spletna mesta, kjer lahko pričnejo iskati informacije.
- Kadar je to mogoče, mora biti vzgojitelj skupaj z uporabnikom in si vzeti dovolj časa za analizo spletne strani, pri tem pa oceniti, ali je sposoben:
 - o Prebrati naslove/podnaslove spletnega mesta.
 - o Gledati slike in podobe na spletnem mestu.
 - o Opredeliti zahtevane informacije.
 - o Preveriti ustrezne multimedijske materiale.
- Igre so vedno priljubljen vir. Izobraževalec mora uporabnika med dejavnostjo usmerjati, da ostane znotraj izobraževalnega konteksta.

4.3. Dostopnost na spletu

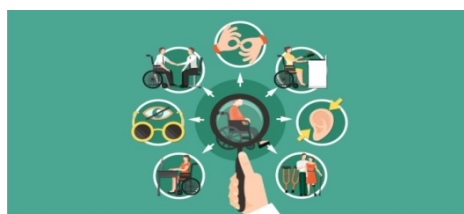
Spletna dostopnost je univerzalni dostop do spleta, ne glede na vrsto strojne in programske opreme, omrežne infrastrukture, jezika, kulture, geografske lokacije in zmogljivosti uporabnika.

Pobuda za spletno dostopnost(WAI), ki jo je razvil W3C, je mednarodna skupnost, ki razvija priporočila in spletne standarde. Cilj WAI je olajšati dostop osebam s posebnimi potrebami z razvojem smernic za dostopnost, izboljšanjem orodij za njihovo evalvacijo in popravilo, z izobraževalnim in ozaveščevalnim delom v povezavi s pomenom dostopnega oblikovanja spletnih strani.

Smernice za dostopnost vsebine določajo, da se morajo spletna mesta odzivati na štiri načela:

- Dojemljivost: informacije in komponente vmesnika so predstavljene na način, na katerega jih lahko dojemata, ne glede na njegove senzorske sposobnosti.
- Razumljivost: naša se na dejstvo, da morajo biti informacije in ravnanje z uporabniškim vmesnikom razumljivi.
- Delovanje: komponente vmesnika in navigacije morajo delovati tako, da lahko uporabnik nemoteno in neodvisno krmari po vsebini, ne glede na napravo ki jo uporablja in na hitrost uporabe.
- Robustnost: vsebina in delovanje spletne strani morata biti tako robustna, da si o lahko razlagajo različne naprave, vključno s pomožnimi tehnologijami.

Ta načela vključujejo vrsto smernic, ki nam omogočajo izboljšanje in odpravo elementov, ki blokirajo ali ovirajo dostop do spleta.



Viri:

- Smernice za dostopnost spletnih vsebin. <https://www.w3.org/WAI/standards-guidelines/wcag/>
- Smernice za izdelavo dostopnih digitalnih materialov. Ministrstvo za šolstvo. Vlada Argentine.
- Uvod v spletno dostopnost. Šola Chang. <https://pressbooks.library.ryerson.ca/iwacc/>
- Vodnik za dostopnost v spletu. Andersen, K., Hoss, H., Bridge, C. (ISBN 978-0-7334-3949-0) <https://www.homemods.info/resources/hminfo-research-publications/occasional/web-accessibility-guide>.

Celotna obrazložitev poglavja 4:

"KAKO RAZVITI NOVE DIGITALNO DOSTOPNE VSEBINE ZA PLATFORMO MNAM"

je dostopna na platformi MNAM (<https://triade.webs.upv.es/t20/sl/viri-za-vzgojitelje/>)

POGLAVJE 5

Izvedba, posplošitev in prenos pridobljenih kompetenc za situacije AAWID v resničnem življenju

Prizadevanja za učenje in poučevanje v formalnem položaju v učilnici imajo manj ali nič vrednosti, kadar se naučene spretnosti ne uporabljajo v resničnih življenjskih situacijah. Pravi izziv je povezati vrzel med pridobivanjem spretnosti in resničnim delovanjem, zlasti kadar gre za učno invalidnost, povezano z motnjami v duševnem razvoju. Veliko pogojev mora biti izpolnjenih, nekateri od njih pa se sklicujejo na dele izobraževalne strategije, ki jo izvaja izobraževalec. Ta dokument "IZVEDBA, POSPLOŠITEV IN PRENOS – od usposabljanja do izvedbe v resničnem življenju" opisuje pogoje in tehnike za spodbujanje prenosa, kot so lastnosti poučevanja in navodila ter načini za povabilo udeleženca k izvajanju tega, kar se bodo naučili v prihodnosti, pogosto manj 'varnih' razmer; ob tem bodo osebne lastnosti učečega, kot tudi kognitivne, dinamično-afektivne kot motivacijske značilnosti vplivale na uspešen prenos. V tem delu so vneseni splošni koraki za pripravo prenosa.

Prenos je enostavno opredeljen kot 'uporaba spretnosti, znanja in/ali odnosov, ki so bili naučeni v eni situaciji, v drugi situaciji' (Perkins, 1992). To se pogosto opredeljuje kot 'daljni' prenos, vendar ga pri tem nekako prekrivajo faze: izvedba in posplošitev ali 'bližnji' prenos. Posledica tega je, da je treba (daljni) prenos pripraviti že od samega začetka usposabljanja.

5. 1 Izvedba

Po informacijah, navodilih in demonstracijah, ki jih zagotovi vzgojitelj, je udeleženec povabljen k opravljanju spretnosti. V tej fazi – ko avtomatizem še ni pričakovan – se pogoji na strani vzgojitelja, učni kontekst in udeleženec nanašajo na: varno okolje, sprejemanje poskusov, napak in neuspehov, zagotavlja se konstruktivne procesno usmerjene povratne informacije, ki kažejo dokaze o rasti miselnosti in samozavesti. To je faza zgodnje prakse in preizkusov.

Mobilnost je ključnega pomena za številne vidike socialne udeležbe, zato je uporaba javnega prevoza lahko pomembna spretnost. Med usposabljanjem o tem znanju zagotavlja vzgojitelj prilagojene informacije, ponazarja, oblikuje pomen te kompetence in ustvarja priložnosti za prakso v varnem okolju ter vabi učenca, da izvede, kar je bil naučen, in doseže določen cilj po dobro opredeljeni poti in uporabo posebnega prevoznega sredstva. Vzgojitelj je ves čas prisoten in vodi postopek.

To je zelo preprosto, vendar je za mnoge osebe z motnjami v duševnem razvoju pomembno, da čutijo, da so sposobni izvajati to (novo) spretnost; vzgojitelj išče določeno raven samozavesti. Samo navodila ali pojasnila ne zadoščajo. V času, ko obstaja določena raven samozavesti, je prišel čas, da preizkusimo, kaj se je naučil brez pomoči vzgojitelja:

Udeleženec sledi popolnoma isti poti in uporablja ista prevozna sredstva za doseg istega cilja.

Vzgojitelj (ali nekdo drug) lahko pomaga pri izvajanju, vendar vključuje sistematično zmanjšanje pomoči in podpore, dokler udeleženec to ne stori sam 'samodejno'. Ta stopnja je praktično usposabljanje z živo prakso, vajo, avtomatizacijo, oceno... vendar se drži usposobljene spretnosti brez kakršne koli spremembe.

5. 2 Posplošitev

Posplošitev je lahko opredeljena kot široka uporaba naučenih spretnosti v različnih kontekstih, vendar vedno povezana z mobilnostjo.

Poleg izvajana spretnosti za uporabo avtobusa in po posebni poti za doseg delovnega mesta, lahko od udeleženca pričakujemo in ga spodbudimo, da z avtobusom doseže drugo destinacijo in obišče družino ali prijatelje ali uporabi drugo prevozno sredstvo za doseg cilja.

Posplošitev je naslednji korak k daljnemu prenosu in je lahko omejena ali obsežna, lahko vključuje gradacije v stopnji težavnosti ali zahtevnosti, kot je potovanje dlje ali dalj časa, uporaba javnega prevoza iz različnih razlogov, večkratna menjava vlaka ali avtobusa ali kombiniranje avtobusa in vlaka... vendar je spretnost uporabe javnega prevoza za doseg cilja in tudi vsebina vedno enaka.

Vzgojitelj mora razviti različne priložnosti za izvajanje spretnosti s pripravo sklopa nalog, vedno prilagojenih učečemu. To pomeni, da mora biti naloga v učnem območju proksimalnega razvoja (ni prelahko, ne pretežko, ampak vabljivo za nekaj učnega napora). Če je dodelitev enostavna ali težka, je odvisno od več parametrov; orodje – kognitivni zemljevid – je na voljo v celotnem dokumentu in pomaga vzgojitelju, da naredi spremembe na nalogah na prilagojen in napreden način, ob upoštevanju posebnih osebnih značilnosti udeleženca. Stil učenja lahko prikaže preference za vizualne ali zvočne naloge. Orodje lahko pomaga ustvariti naloge, ki obravnavajo kognitivne prednosti (ali obiti slabosti, kot so impulzivnost ali ne biti navajen samogovora).

Ta faza usposabljanja je pomembna priložnost za delo z udeležencem pri reševanju problemov. Vsako usposabljanje je namenjeno spodbujanju neodvisnosti. Usposabljanje praktičnih znanj ali spretnosti je le izhodišče. Neodvisnost je vidna, ko se lahko udeleženec ukvarja z nepredvidenimi situacijami ali problemi. Vsaka sprememba naloge, ki se razlikuje od sprva naučenega znanja, ustvarja novo situacijo in tako potrebuje refleksijo (meta-kognitivne narave).

Ali lahko uporabim že uporabljene spretnosti? Kako je ta situacija drugačna? Kaj je lahko težko? Kaj, če gre vse narobe?

Stopnja posploševanja je priložnost za razmislek o kognitivnih spretnostih, odnosih in motivacijskih vprašanjih, ki vplivajo na uspešno delovanje. Kognitivni del se nanaša na spretnosti reševanja problemov in osnovne kognitivne funkcije, kot so opredelitev problema, primerjava, načrtovanje, spremljanje itd. Pomembna pa so tudi ne-kognitivna vprašanja: Ali se počutim samozavestno? Mi bo uspelo? Zakaj je to pomembno? V celotnem dokumentu so opisani kognitivni procesi in način, kako se lahko izobraževalec – na medijski način- z udeležencem o vprašanjih glede 'procesa'; s sistematičnim načinom bodo razmišljanja postala samo-razmišljanja; delujejo kot samo-regulacijsko orodje, ki pomaga udeležencu postati neodvisen.

Celotna obrazložitev poglavja 5:

**"IZVEDBA, POSPLOŠITEV IN PRENOS PRIDOBLENIH
KOMPETENC ZA SITUACIJE AAWID V RESNIČNEM ŽIVLJENJU"**

je dostopna na platformi MNAM (<https://triade.webs.upv.es/t20/sl/viri-za-vzgojitelje/>)

5.3.Prenos

Kadar udeleženec pokaže nekaj začetnih spretnosti pri reševanju problemov in pri izvajanju usposobljene praktične spretnosti v več različnih situacijah, se izobraževalec lahko premakne v fazo prenosa: sedaj usposabljanje preide iz sprva naučene spretnosti in vsebine. Izobraževalec ne bo več poudarjal praktičnega znanja (npr. samo z avtobusom), temveč se bo ob tem osredotočil na 'proces' vožnje z avtobusom.

Vsebina je sestavljena iz vprašanj, kot so:

- 'Kdaj odide avtobus? Kje se avtobus ustavi? Koliko moram plačati za prevoz?'

in:

- 'Kaj upoštevate, ko...', za kaj je to pomembno? Boste prišli do cilja, ko boste...? Kaj je lahko izziv?'

To je procesno usmerjeno (samo) spraševanje in se nanaša na kognitivne, meta-kognitivne, transverzalne spretnosti, ki so koristne v mnogih situacijah, ko je treba v nekaj vložiti trud (učenje, razmišljanje, reševanje problemov itd.), jasno izven uporabe javnega prevoza.

Za vožnjo z avtobusom morate biti pripravljeni, obveščeni o časovnih tabelah, morate načrtovati, preveriti, nadzorovati ipd.

Prenos se bo zato vedno nanašal na prehode teh transverzalnih veščin v katero koli drugo področje vsebine ali situacijo, z veliko spremembo v stopnji, do katere so razmere podobne ali drugačne. In tako lahko obstaja majhna vrzel med posplošitvijo in prenosom.

To je lahko koristno, da se pripravite, preden greste v trgovino, kot je koristno, da se pripravite, preden greste na avtobus. Ali pa bi bilo koristno vedeti, kako se lahko ukvarjate z nepredvideno situacijo v času, ko želite plačati, kar ste kupili (pozabili denarnico), tako kot je koristno vedeti, kako se ukvarjati s situacijo, da avtobus zamuja ali pa ga ne bo.

Tri ravni – izvedba, posplošitev in prenos – so med seboj zelo tesno povezane; predstavljajo eno in isto realnost – in sicer presegajo dejanski kontekst učenja/poučevanja.

Podpora prenosu ni lahka, saj se ob tem pojavijo številni izzivi. Vzgojitelj mora razumeti, da pridobitev spretnosti ali strategij ni dovolj, da bi lahko pričakovali uspešnost (in zagotovo ne prenos). Prav tako mora vzgojitelj upoštevati, da je praktično usposabljanje spretnosti le izhodišče, vendar – zagotovo – potrebno izhodišče. Dodatna prizadevanja od samega začetka in še pred začetkom usposabljanja bodo potrebna za uresničevanje izvedbe, posplošitve in prenosa. Poučevanje in učenje za prenos nista ločeni aktivnosti, temveč sta sestavna dela celotnega procesa poučevanja in učenja.

Glavni izziv je lahko, da se sposobnost posplošitve in prenosa pogosto ne domneva pri osebah z motnjami v duševnem razvoju. Obstaja veliko dokazov o nasprotnem, brez navedbe, da bo vzgojitelj (in učeč udeleženec) vedno uspešen. Prenosne in transverzalne spretnosti so glavni izziv za osebe z motnjami v duševnem razvoju, zato bo treba izvajati poseben pristop z orodji in metodologijo. Poudariti je treba, da ima učenje za prenos izhodišče na samem začetku učnega procesa in tudi preden se je ta učni proces začel. Prenos se zgodi po usposabljanju; učenje prenosa se zgodi med (in tudi pred) usposabljanjem.



Dodatne informacije, vključno z: a) praktične izobraževalne strategije za izboljšanje spretnosti; b) kritični vidiki za uspešen prenos in naravo kognitivnih izzivov; in c) praktični primeri strategij za zapiranje vrzeli med usposabljanjem in resničnim življenjem, lahko najdete in prenesete na spletni strani TRIADE 2.0. (<https://www.ivass.gva.es/es/Triade2.html>) in v oddelku 'viri za vzgojitelje' na platformi MNAM (<https://triade.webs.upv.es/t20/sl/viri-za-vzgojitelje/>).



PRILOGA 6

Priloga 1: Orodja za ocenjevanje

NAVODILA ZA OCENJEVANJE VAJ TRIADE 2.0 DIGITALNE PLATFORME MNAM ZA VZGOJITELJE

Za vzgojitelje, ki vaje izvajajo

Zdaj, ko ste zaključili tečaj usposabljanja TRIADE 2.0 in izvedeli več o uporabi MNAM digitalne platforme, bi radi da preizkusite nekaj vaj iz platforme z enim (ali več) AAWID.

Prosili bi vas, da preizkusite najmanj **3 različne naloge na udeleženca**. Vendar upoštevajte, da se večina vaj stopnjuje v različnih aktivnostih, nekatere pa imajo lahko več kot 6 aktivnosti. Odvisno od tega, koliko časa morate porabiti za vaje, se lahko odločite, da končate le 2 namesto 3 vaje.

Glavni cilj vaj na digitalni platformi MNAM je podpora procesu socialnega učenja in usposabljanja AAWID. Za doseg te ciljev, so bile vaje razvite med izvajanjem 2 vrst izboljšav:

- **Izboljšanje znanjao** konceptih staranja: to je zdravo staranje, aktivno staranje, vloge AAWID, zdrava prehrana, samostojno življenje in prosti čas.
- **Izboljšanje spretnosti**: Z uporabo 8 razsežnosti QOL (dajanje največ pomena razsežnosti socialne vključenosti) vaje bodo usmerjene v izboljšanje medosebnih spretnosti AAWID.

Za ocenjevanje vsebine in uporabe vaj in učnega procesa AAWID je TRIADE 2.0 razvil naslednje štiri validacijske vprašalnike:

- o **1. QOL-AAWID** – intervju z AAWID o QOL.
- o **2. Pred in po ocenaznanja** in spretnosti AAWID.
- o **3. Postopek izvedbe** MNAM vaj/aktivnosti za AAWID.
- o **4. Splošno zadovoljstvo uporabnikov** pri vajah/aktivnostih MNAM.

Najprej vas bomo na vsakem od vprašalnikov prosili, da podate nekaj splošnih informacij o udeležencu in o vas kot vzgojitelju. Na primer, začetnice ali koda, starost, spol, poklic, ipd.

1. Prvi vprašalnik **QOL-AAWID** je konceptualiziran kot odprt razgovor o temah, ki so posebej pomembne za starajoče se odrasle z motnjami v duševnem razvoju. Vprašalnik temelji na osmih dimenzijah kakovosti življenja (ki sta ga razvila Schalock in Verdugo) in dimenzijio 'obstoynosti/duhovnosti'.

V idealnem primeru je treba ta vprašalnik opraviti **preden izberete vaje** na digitalni platformi MNAM. Celoten vprašalnik QOL-AAWID lahko enostavno vzame 1 do 2 uri, zato so se partnerji TRIADE 2.0 strinjali, da ta vprašalnik ni obvezen. Lahko se odločite, da boste vprašalnik v celoti preskočili ali boste obravnavali le nekaj vprašanj ali dimenzij QOL.



Za v prihodnje pa močno predlagamo, da pred izbiro vaj MNAM uporabite ta QOL-AAWID vprašalnik. Najprej boste opazili, da se z vprašalnikom pridobi nova znanja in spoznanja o željah in potrebah vaših starajočih se udeležencev. Kot drugo vam ta vprašalnik lahko zagotovi boljše razumevanje o posebnih vrzelih v znanju in/ali manjkajočih spretnostih udeležencev. To vam bo pomagalo pripraviti usposabljanje z njimi tako, da **izberete** tiste vaje, ki ustrezajo željam vaših udeležencev in/ali vrzelim v znanju.

2. Drugi vprašalnik pred in po ocenjevanje znanja in spretnosti starajočih se odraslih. Ta vprašalnik boste za vsakega od udeležencev izpolnili **v dveh trenutkih:**

- pred izbiro ustreznih vaj,
- ko so vaje končane.

Na strani 2 in 3 vas najprej prosimo, da navedete, katere vaje ste izbrali za usposabljanje z vašim udeležencem. Na naslednjih nekaj straneh boste našli pregled učnih rezultatov na enoto (znanja in spretnosti, ki jih je treba z vajami doseči).

Za vsakega od učnih rezultatov najprej ocenite trenutno raven spretnosti in znanja vašega udeleženca. Po usposabljanju jih ponovno ocenite. Raven nadzora je ocenjena na lestvici sestavljeni iz petih točk od 'sploh ne' do 'popolnoma'.

To morate storiti samo za enote (vaje), ki ste jih prej izbrali (glej zgoraj).

3. Tretji vprašalnik o postopku izvajanja je treba izpolniti enega na udeležencem ali takoj po usposabljanju.

Ta vprašalnik je sestavljen iz 10 zaprtih vprašanj in 2 odprtih vprašanj.

Za vsako od 10 zaprtih vprašanj boste morali izpolniti oceno za vsako od aktivnosti, ki ste jih naredili z udeležencem.

Na primer, izbrali ste:

- Enota 2/vaja 2.1 (2 aktivnosti) + vaja 2.2 (2 aktivnosti)
- Enota 8/vaja 8.1. (4 aktivnosti)



Ali je udeleženec užival pri izvajanju (prilagojenih) vaj/aktivnosti? (To vprašanje zastavite svojemu udeležencu po vsaki vaji ali aktivnosti)

Številka enote	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 = No	1 = Malo	2 = Da	Ne vem
2	2.1	1			x	
	2.1	2		X		
2	2.2	1			x	
	2.2	2	x			
8	8.1	1			x	
Itd.	8.2	2		X		

**Po potrebi dodajte vrstice*

4. Končni vprašalnik je o splošnem **zadovoljstvu udeležencev o MNAM vajah**. Ta vprašalnik je sestavljen iz 10 vprašanj z uporabo 5-točkovne Likertove lestvice. Prosimo, da izpolnite ta vprašalnik **ob koncu usposabljanja** udeležencev.

Zahvaljujemo se vam za sodelovanje pri ocenjevanju projekta TRIADE 2.0!

Validacijski vprašalnik 1

QOL-AAWID

Ta vprašalnik je bil razvit, da bi imeli odprt intervju o **'Kakovost življenja starajočih se odraslih z motnjami v duševnem razvoju'** (QOL – AAWID). Ta vprašalnik/intervju obsega osem dimenzij QOL, ki sta jih razvila Shalock in Verdugo, ter dodatno dimenzijo o področju obstoja/duhovnosti.

Vsaka dimenzija QOL je sestavljena iz tem in nekaterih primerov vprašanj, ki so specifična za starajoče se odrasle. Informacije pridobljene iz tega intervjuja morajo biti zapisane v kvadratih. Še posebej informacije o vprašanjih, ki so znotraj kvadratov, so pomembne za registracijo. Na podlagi teh informacij pomagajte udeležencu odgovoriti na zadnji dve vprašanji za vsako od dimenzij.

Ta vprašalnik vam bo dal idejo o tem, kaj je pomembno za vašega starajočega se odraslega. Prav tako vam bo dal znak za vrzeli v znanju vaše stranke ali manjkajoče spretnosti. To vam bo pomagalo, da se odločite, katere vaje na digitalni učni platformi MNAM so trenutno morda najbolj primerne za vašega udeleženca.

Pri tem vprašalniku imejte v mislih naslednje smernice

1. Prepričajte se, da pogovor poteka v sobi, ki je udobna in zagotavlja zasebnost in zaupnost. Dejanski pogovor o življenjskih dimenzijah bi se moral zgoditi potem, ko se porabijo nekaj časa 'da se med seboj bolje spoznate'. Ta čas pred pogovorom se lahko uporabi za pogovor o temah (npr. o hobijih osebe ali družinskem življenju), ki so za osebo zanimive. Povejte tudi nekaj o sebi. To bo ustvarilo odprto vzdušje, ki vodi v večjo zaupnost.
2. Družinski član ali druga oseba, ki dobro pozna AAWID, je lahko prisotna med pogovori, da pomaga pri razjasnitvi določenih vprašanj. V tem primeru bi se moral prispevek te osebe osredotočiti na dajanje primerov in pomoč pri razjasnitvi vprašanja, NE odgovarjati namesto AAWID. Poleg tega bi morali med pogovorom

imeti neposredno linijo vida posameznika, tako da se lahko med pogovorom osredotočite na posameznika.

3. Prepričajte se, da boste o cilju ali namenu pogovora komunicirali jasno in mu zagotovili, da pogovor ni preizkus. V bistvu je faza pojasnitve izboljšati QOL osebe ob upoštevanju njegovih lastnih prednostnih nalog. Vendar je bolje vse razložiti že na začetku, tako tudi proces načrtovanja in vrednotenja.

→ *Preprosto povedano je to pogovor o procesu staranja, v katerem pojasnjuje svoje želje za prihodnost. Na voljo bodo konkretne vaje, da bi delali na željah za prihodnost.*

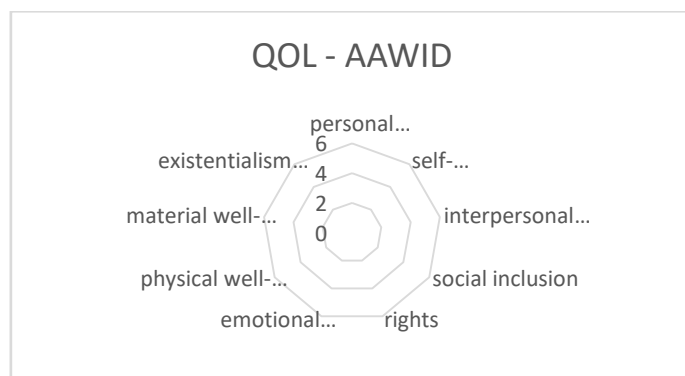
4. Če je točka težka ali pa posameznik ne odgovarja, je najboljši postopek, da se kasneje vrnemo k njej in ponovno postavimo vprašanje.

5. Ne oklevajte pri potrditvi odgovorov z dodatnimi podvprašanji, še posebej, ko niste prepričani, da je podan odgovor natančen.

6. Obstaja 3-točkovna lestvica (1 = nikoli; 2 = včasih; 3 = vedno), ki je na voljo pri dveh vprašanjih v zadnjem polju vsake od dimenzij. Da bi bili prepričani, da se to lestvico razume, lahko uporabite ta primer, ali pa uporabite emotikone ali druga orodja, ki jih običajno uporabljate za podporo udeležencu pri izbiranju.



Ko boste odgovorili na vprašanja z lestvice, lahko naredite vsoto vsakega odgovora od njih za vsako dimenzijo in tako prikažete rezultate vprašalnikov po dimenziji z uporabo diagrama na strani 20.





7. Če se posamezniku pogovor zdi stresen ali prosi, da odide, potem je najboljši postopek, da se mu da nekaj časa počitka ali pa naj se vrne kasneje.
8. Potrudite se, da bo vaš jezik jasen in preprost, pogosto pa preverite, ali oseba razume o čem govorite. Bodite potrpežljivi.

Nasveti:

- ✓ *Uporabite izraze, ki jih vaš posameznik razume. Kaj storiti, če ima oseba različne razlage o določenih konceptih. Na primer, koncept denarja – oseba lahko ima pozitivno izkušnjo o svojih financah, v resnici pa je v dolgovih. Pomembno je ugotoviti, da ni pravih ali napačnih odgovorov pri ocenjevanju QOL osebe.*
- ✓ *Če oseba ne želi govoriti o določeni temi, tudi v prisotnosti posrednika, spoštujte njegovo željo po zasebnosti.*
- ✓ *Upoštevajte vse pomembne informacije in pustite osebi, da vidi kaj zapisujete. Če je mogoče in samo z odobritvijo osebe, posnamete pogovor (glasovni ali video snemalnik).*

1. Osebni razvoj

“Priložnost, da se svobodno vključite v notranje pomembne aktivnosti lastnega izbora”

Hobiji/aktivnosti v prostem času:

- Kaj počnete med prostim časom? Kako pogosto to počnete? Vam je všeč, da delate te aktivnosti? Imate še druge hobije, o katerih mi lahko kaj poveste?

So vam všeč stvari, ki jih počnete med prostim časom? Se vam zdi, da te aktivnosti delate prepogosto ali premalo pogosto? Ali želite narediti ali se naučiti drugih dejavnosti? Kakšne so tvoje sanje in upanja? Ali včasih sanjate o aktivnosti, ki je še niste poskusili?

Zapišite odgovore AAWID tukaj:

Delovne/dnevne aktivnosti:

- Ali čez dan še vedno delate ali delate druge dejavnosti? Kako pogosto? Vam je všeč?
- Ste zadovoljni z nivojem in intenzivnostjo dela/aktivnosti? Se vam zdi, da vam ni ostalo časa za sprostitev ali preveč časa za sprostitev?

Ali želite ustaviti ali zmanjšati trenutne delovne aktivnosti ali dnevne aktivnosti? Imate idejo o drugih delovnih ali dnevnih aktivnostih, ki bi jih radi naredili? Kakšne so vaše sanje in upanja?

Odgovori:





Upokojitev:

Ali veste, kaj je upokojitev? Lahko podate primer? Ste upokojeni iz službe ali dnevnih aktivnosti ali razmišljate o upokojitvi? Bi se še malo pogovorila o tem?

Odgovori:

V zadnjem letu ...

Imel sem priložnost narediti aktivnosti, ki sem jih rad delal (delo, hobiji itd.) in doseči nove stvari, ko sem tako želel.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

Sem vesel (zadovoljen) glede nivoja in intenzivnosti svojega dela/dejavnosti ter o (novih) stvareh, ki jih dosegam v življenju.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)



2. Samo-odločanje

“Osebni nadzor, načrtovanje in cilji, sprejemanje vsakodnevnih izbir in sprejemanje odločitev”

Vsakodnevne življenjske odločitve:

- Ali ste svobodni, da se sami odločite o tem:
 - o Kako okrasiti svojo sobo/hišo?
 - o Kaj, kje in kdaj jesti?
 - o Kdaj se zbudite in kdaj greste spat?
 - o Koga povabite na obisk?

Bi radi spremenili stvari in se več odločali? Pojasnite.

Odločitve o prihodnosti:

- Ali se sami odločate o tem:
 - o Kje želite živeti (staranje na trenutnem mestu ali preselitev)?
 - o Katere aktivnosti želite narediti ali ne?

Kakšne so vaše želje za prihodnost?

Spoštovanje lastnih odločitev:

Se vam zdi, da ljudje okoli vas (družina, negovalci, prijatelji) spoštujejo vse vaše izbire?

V zadnjem letu ...

Čutil sem nadzor nad svojim življenjem, lahko bi se odločil, kako hočem živeti svoje življenje.

47

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

Sem vesel (zadovoljen) z nivojem nadzora, ki ga imam nad svojim življenjem.

3. Medosebni odnosi

“Osebni odnosi z družino, prijatelji, osebami na socialnem omrežju in podporo, ki jo dajejo”



Družina:

- Mi lahko poveste kaj o vaši družini?
- Kje vaša družina živi v povezavi z vami?
- Kako pogosto imate stik z družinskimi člani (obisk, klic, klepet itd.)?
- Ali ste z leti zgubili stik z nekaterimi družinskimi člani?

Ste zadovoljni s tem, kako pogosto vidite svojo družino ali bi radi imeli več stikov (ali se ponovno povežete) z družinskimi člani, ki so vam pomembni?

Prijatelji:

- Koliko dobrih prijateljev imate? (vprašajte, kaj je to 'dober' prijatelj)
- Kako pogosto ste v stiku s prijatelji (obisk, klic, klepet itd.)
- Ste z leti izgubili stik s prijatelji?

Ste zadovoljni s tem, kako pogosto se vidite s prijatelji ali bi radi imeli več stikov (ali ponovno povezavo) s prijatelji (ali prijateljem), ki so za vas pomembni?

Strokovna podporna mreža:

- Kdo so vaši podporni delavci?
- Ali imate dober stik z delavci, ki so tam, da vas podpirajo?
- Ali obstaja kakšen podporni delavec, ki vam je res všeč, a ste z njim izgubili stik v preteklih letih?

Ste zadovoljni s tem, kako pogosto vidite te podpirne delavce? Bi radi imeli več stikov z enim ali več podpornimi delavci, o katerih smo se pogovarjali?

V zadnjem letu ...

Zdelo se mi je, da imam dober stik z družino, prijatelji ali podpornim delavcem, ki me podpirajo, ko to potrebujem.

4. Socialna vključenost

“Raven vključevanja in udeležbe v skupnosti, vloga, ki jo igrate znotraj skupnosti in podpora, ki jo ob tem prejmete”



Vključevanje v skupnosti:

- Imate stik z ljudmi iz vaše soseske ali z drugimi člani skupnosti, ki tam ne stanujejo?

Ali si želite imeti več stikov?

Sodelovanje v družbenih dejavnostih:

- Ali se ukvarjate z dejavnostmi za prosti čas v organizacijah skupnosti, torej klubih upokojencev, športnih klubih itd.
- Kako pogosto hodite v bar, restavracijo, kino, trgovine, na glasbene dogodke itd. v mesto?
- Kolikokrat počnete (rekreativne) aktivnosti skupaj z ostalimi (nerezidenčnimi) udeleženci skupnosti?

Ali si želite sodelovati v več aktivnostih v skupnosti?

Družbene vloge:

- Ali občasno pomagata drugim (npr. sosedom, prijateljem itd.), ko potrebujejo vašo pomoč?
- Ali kje delate kot prostovoljec?

Bi radi pomagali ljudem v vašem okolišu z delanjem majhnih stvari zanje? Ali bi radi bili prostovoljec?



V zadnjem letu ...

Sem živel družbeno vključujoče življenje (imel stike z ljudmi, redno sem delal v skupnosti itd.)

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

Sem vesel (zadovoljen) glede svojega trenutnega družbenega življenja.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

5. Pravice

“Človekove pravice (spoštovanje, dostojanstvo in enakost) in temeljne pravice (državljanstvo, dostopnost, enako obravnavanje itd.)



Človekove pravice:

- Imate občutek, da ljudje vedno ravnaajo z vami s spoštovanjem in dostojanstvom?
- Se vam zdi, da se včasih kršijo vaše pravice?
- Se vam zdi, da imate pravico do zasebnosti? (fizično in prostorsko)

Ali veste, kakšne so vaše pravice?

Ostale pomembne pravice:

- Ali vam ljudje povejo vse informacije o vas ali vašem življenju (npr. rezultati pregleda zdravnika, kaj storiti, ko ste starejši itd.)
- Ste vključeni ali obveščeni o možnostih upokojitve in odločitvi o koncu življenja?

Bi želeli več informacij o teh stvareh?

V zadnjem letu ...

Sem občutil, da so me drugi spoštovali.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

Sem vesel (zadovoljen) nad načinom, kako me obravnavajo drugi (spoštljivost in dajanje informacij).

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)



6. Čustveno dobro počutje

“Biti zadovoljen, samozavest, izogniti se stresu, duševno zdravje”



Biti zadovoljen:

- Ste srečna oseba (niste žalostni ali depresivni)?
- Ko se zjutraj zbudite, ali ste srečni (kljub možnim zdravstvenim težavam)?
- Ste zadovoljni s sabo in s tem, kar ste storili v svojem življenju do sedaj?

Kaj bi vas (celo) bolj osrečilo v tem trenutku?

Varnost:

- Se počutite varno v vašem okolju? (npr. brez nadležnega hrupa, ljudi, ki vstopajo v prostor brez dovoljenja, nasilja ipd.)
- Kdo so ljudje, ki jim zaupate in se nanje zanašate, ko stvari postanejo težke? S kom govorite?
- Vas preteklost ali prihodnost skrbita? (negativne pretekle izkušnje, kaj po upokojitvi, kje naj živim, ko odrastem, kaj se bo z mano zgodilo, ko bodo moji starši umrli itd.)

Kaj bi v vas zbudilo (celo) večji občutek varnosti?

Osamljenost:

Se občasno počutiš osamljeno?

V zadnjem letu ...

Počutil sem se varno, sproščeno in srečno s sabo in s svojim življenjem.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

52

Na splošno sem vesel (zadovoljen) s sabo in s tem, kaj se dogaja v mojem življenju.



7. Fizično dobro počutje

“Vprašanja v zvezi z zdravjem in zdravstvom, mobilnost, sposobnost skrbeti zase.”



Splošno zdravje:

- Kako bi opisali svoje splošno zdravje? Ste dovolj zdravi, da lahko počnete vse kar želite?
- Ali vas vaše zdravje omejuje, da skrbite zase? (mobilnost, sluh, vid, okušanje itd.)
- Kako pogosto se vam pojavi bolečina ali kako pogosto ste bolni?
- Morate jemati zdravila?

Kaj bi radi spremenili glede svojega zdravja, če bi bilo to mogoče?

Fizično zdravje:

- Imate dovolj časa za počitek ali sprostitev?
- Ste sposobni skrbeti zase (umivanje, oblačenje, prehranjevanje itd.).
- Katere telesne vadbe izvajate?

Ali veste, kako sprejeti zdrav način življenja, ko se starate?

Zdrava prehrana:

- Se zdravo prehranujete? (Kaj je zdrava prehrana?)
- Ali morate biti na dieti?

Ali veste, kako sestaviti meni z zdravo hrano za en dan?

V zadnjem letu ...

Počutil sem se energično in zdravo, prevzel sem zdrav način življenja (naredila nekaj vadbe, športa ali telovadbe, jedla zdravo hrano itd.)

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)



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





8. Materialno dobro počutje

“Finančna sredstva, nastanitve, lastnina itd.”



Finančna sredstva:

- Veste kaj o denarju, ki ga imate?
- Ali sami poskrbite za svoj denar?
- Lahko kupite vse življenjsko pomembne stvari? (npr. hrana, pijača, oblačila itd.)
- Lahko s svojim denarjem počnete rekreativne stvari? (obisk kina, dnevni izlet, restavracija itd.)

Vas skrbi za finančna sredstva? Imate dovolj denarja za upokožitev? Ali veste, koliko prihodkov imate in koliko stroškov?

Nastanitev:

- Ali vam finance omogočajo, da živite tam, kjer želite živeti?
- Ali imate dovolj sredstev za plačilo oskrbe in podpore, ki jo potrebujete?

Če bi imeli denar, bi radi živeli drugje? Ali bi sanjali o drugih storitvah za nego in podporo?

Lastnina:

- Si lahko privoščite nakup lepih stvari? Stvari, ki jih imate radi (npr. pametni telefon, TV, knjige itd.)

Ali imate vse stvari, ki jih želite imeti?

V zadnjem letu ...

Sem lahko kupil in plačal vse, kar sem potreboval.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)



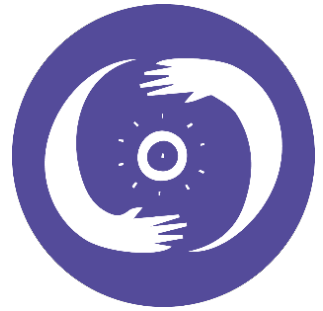
Co-funded by the Erasmus+
Programme of the European Union





9. Duhovnost/obstoj in dobro počutje

“Vera, duhovnost, vprašanja obstoja”



Vera/duhovnost:

- Ste verna ali duhovna oseba?
- Kako praznujete svojo vero/duhovnost? (prazniki, obiski cerkva itd.)
- Ali čutite, da vera daje pomen življenju?

Ali se vam zdi, da je treba več govoriti o vaši veri/duhovnosti z drugimi ljudmi? Ali želite narediti več dejavnosti ali doživeti več stvari, ki so povezane z vašo vero/duhovnostjo?

Vprašanja obstoja:

- Razmišljate o staranju? O tem, kdo bi radi bili, ko odrastete?
- Razmišljate o tem, kaj se zgodi, ko ljudje umrejo (ali ko ste res bolni)?
- Se bojite umiranja? Ali občasno razmišljate o tem?

Ali ste razmišljali o drugih vprašanjih obstoja?

V zadnjem letu ...

Počutil sem se podprto pri doživljanju svoje vere/duhovnosti in sem lahko govoril z nekom o različnih bivstvenih vprašanjih.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

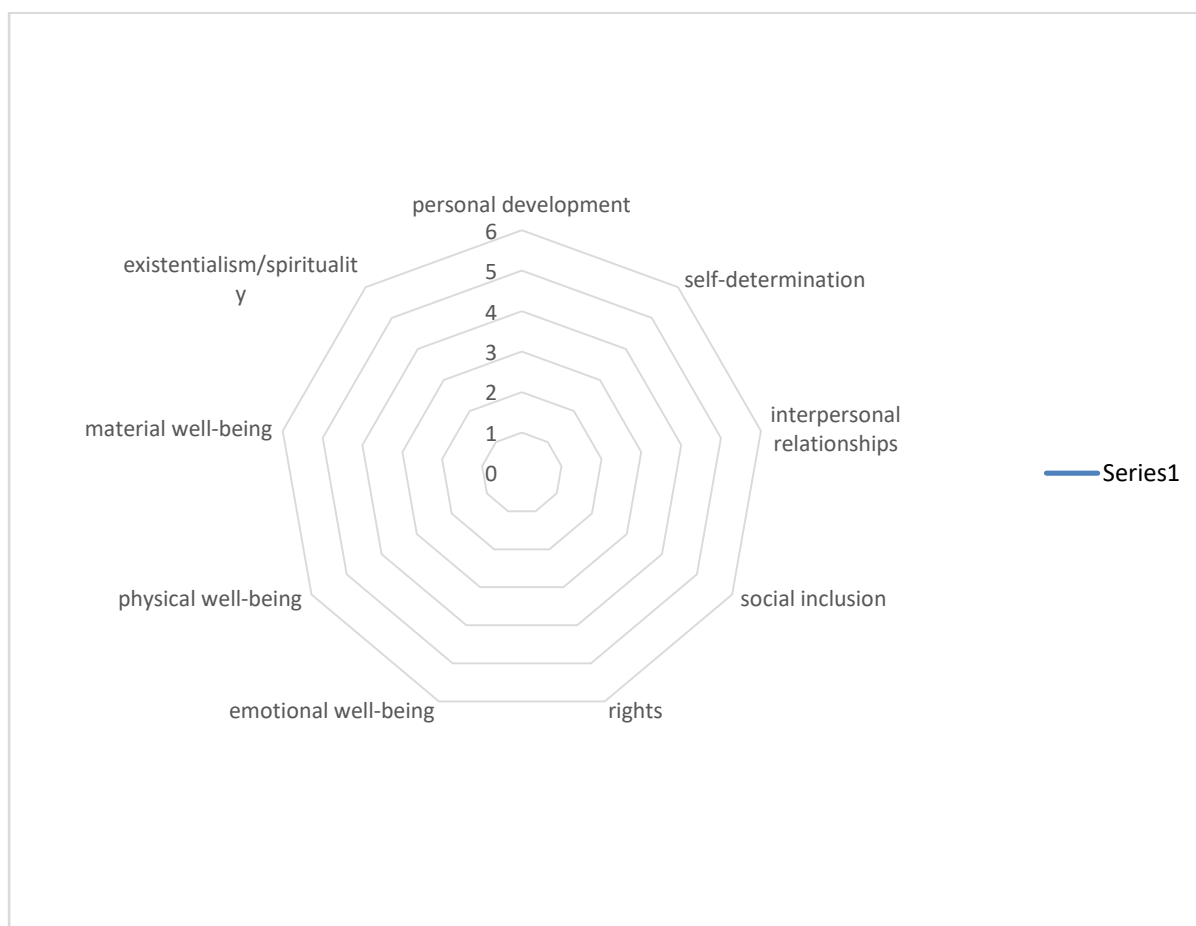
Sem vesel (zadovoljen) s tem, kako izkusim svoje versko/duhovno in obstojno dobro počutje.

Nikoli (1)

Včasih (2)

Vedno (3)

Prikazana naj bo vsota dveh lestvic za vsako dimenzijo in naj ima navedbo o QOL.



Validacijski vprašalnik 2

Pred in po ocenjevanje znanja in spretnosti AAWID

Cilj tega vprašalnika je oceniti, v kolikšni meri vaje objavljene na platformi MNAM TRIADE 2.0, podpirajo proces usposabljanja in socialnega učenja AAWID. Natančneje, ali te vaje izboljšujejo njihovo znanje in spretnosti glede na vidike, ki so posebej povezani s področji kakovosti življenja za AAWID.

NAVODILA

Ta vprašalnik mora trener izpolniti za vsakega udeleženca. Prosimo vas, da:

1. Izberite vaje (s platforme za e-učenje MNAM), ki se osredotočajo na vadbene potrebe vašega udeleženca.
2. Naredite predhodno in naknadno oceno znanja in veščin udeleženca (samo za izbrane vaje).

Da bi zajeli spremembe v znanju in spretnostih, vas prosimo, da izpolnite ta drugi vprašalnik pred in po izvedbi vaj.

1. Splošne informacije o udeležencu

- Začetnice ali koda udeleženca:.....
- Starost:.....
- Spol: Moški/ženski

2. Splošne informacije o trenerju

- Začetnice ali ime trenerja:.....
- Starost:
- Spol: Moški/ženski
- Poklic:
- Število let dela z AAWID:
- Država:.....

Tukaj je seznam 14 vaj, ki so objavljene na spletni platformi MNAM. Izberite tiste vaje, ki jih boste vadili z udeležencem med pilotnim študijem TRIADE 2.0.

Enota	Izbor	Vaje
1.		
		1.1. Selitev drugam
		1.2. Kaj moramo upoštevati pri odločanju, kje bomo živeli, ko bomo starejši?
		1.3. Kakšne so prednosti posameznih stanovanjskih možnosti?
		1.4. Katera stanovanjska možnost najbolj ustreza mojim interesom in potrebam? (Moje prihodnje prebivališče).
		1.5. Prilagajanje doma. Katera je najboljša možnost.
2.		
		2.1. Težave v vsakdanjem življenju.
		2.2. Prilagojena okolja.
		2.3. Moji podporni izdelki (sprehajalci, slušni aparati,...)
		2.4. Pomoč Mariji pri izbiri svojih izdelkov za podporo.
		2.5. Ujemanje podporne tehnologije z njeno uporabnostjo.
		2.6. Pravilna/neppravilna vprašanja o prilagoditvi, podpornih izdelkih in podporni tehnologiji.
3.		
		3.1. Kakšne nove potrebe imajo starejši ljudje?
		3.2. Kaj me skrbi glede denarja?
		3.3. Moj dohodek
		3.4. Moji stroški
		3.5. Moje stanje
		3.6. Moji dolgovi
		3.7. Zmanjšanje stroškov
		3.8. Organiziranje mojih dokumentov
4.		
		4.1. Izboljšanje zdravja
		4.2. Prehranjevalna piramida
		4.3. Telesne dejavnosti in koristi
		4.4. Zdravo staranje
5.		
		5.1. Kaj za vas pomeni staranje?
		5.2. Kaj se zgodi, ko se staramo?
		5.3. Odnos koncepti staranje
		5.4. Kviz o spremembah pri staranju
		5.5. Odprta razprava o psihosocialnih spremembah
6.		
		6.1. Pojem in vrste zlorab
		6.2. Fizična zloraba
		6.3. Psihološka zloraba
		6.4. Gospodarska zloraba



	6.5. Spolna zloraba
	6.6. Zloraba pravic
	6.7. Kako se odzvati na nasilne situacije
7.	7.1. Kdo je pomemben v mojem življenju?
	7.2. Načini ponovnega srečanja ali ohranjanja stikov.
	7.3. Moj načrt za ponovno srečanje ali ohranjanje stikov.
8.	8.1. Upokojitev
	8.2. Delo in prosti čas
	8.3. Moj sanjski pokojninski načrt
9.	9.1. Imeti družbeno vlogo
	9.2. Mali pomočnik
	9.3. Meni pomembne družbene vloge
10.	10.1. Uporaba interneta in/ali socialnih medijev?
	10.2. Iskanje informacij na internetu
	10.3. Varna uporaba internet in družabnih medijev
11.	11.1. Kakšne so moje pravice?
	11.2. Kaj storiti, ko so pravice kršene?
	11.3. Ukrepi za zaščito mojih pravic.
	11.4. Kako moje pravice delujejo zame?
12.	12.1. Moja družina in sorodniki
	12.2. Moja prijateljstva
	12.3. Moji kolegi
	12.4. Krogi
13.	13.1. Kaj pomeni življenjski cilj
	13.2. Začne se dogajati
	13.3. Načrt je pripravljen
	13.4. Moj življenjski cilj delovni list
14.	14.1. Paliativna oskrba in konec življenja
	14.2. Aktivna vloga v paliativni oskrbi
	14.3. Izбира paliativne oskrbe in konca življenja
	14.4. Prvi koraki pri izbiri paliativne oskrbe
	14.5. Zaporedje pri izbiri paliativne oskrbe



Na naslednjih nekaj straneh boste našli najbolj relevantne učne izide vsake enote (znanje in veščine, ki jih je treba doseči z vajami).

Za vsak učni izid najprej ocenite trenutno raven spretnosti in znanja udeleženca. Po usposabljanju jih ponovno ocenite. Stopnja nadzora se ocenjuje na petstopenjski lestvici od “sploh ne” do “popolnoma”.

To morate storiti za enote (vaje), ki ste jih izbrali prej (glejte tabelo na prejšnjih straneh).

ENOTA 1	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna in razume koncept selitve drugam.										
pozna in prepozna različne možnosti bivanja, ki so mu na voljo, ko se stara.										
razmišlja o konceptu in pomembnosti selitve drugam.										
opredeli pomembne dejavnike, ki jih je treba upoštevati pri selitvi v drug kraj (npr. stopnja neodvisnosti, bližina družine in prijateljev, potrebna podpora...).										
je seznanjen z najpomembnejšimi (ne) prednostmi vsake stanovanjske možnosti.										
opredeli značilnosti vsake stanovanjske možnosti, ki najbolj ustreza lastnim interesom in potrebam.										
opredeli nekatere značilnosti, kako prilagoditi dom/sobo: dostopnost, varnost, oprema.										

ENOTA 2	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
ugotavlja težave, ki bi se lahko pojavile v vsakdanjem življenju zaradi procesa staranja.										
prepoznava najpomembnejše vire, ki so na voljo v njihovem okolju.										
zna prositi za pomoč za lažje obvladovanje težav v svojem vsakdanjem življenju.										
opredeljuje najpomembnejše značilnosti prilagojenega okolja.										
podaja ideje o najpomembnejših spremembah, ki jih je mogoče narediti v njihovem domačem okolju za izboljšanje svoje avtonomije.										
pozna nekatere podporne izdelke (npr. očala, slušni aparat, invalidski voziček...), ki so lahko pomembni pri staranju.										
razmišlja o podpornih izdelkih in podporni tehnologiji, ki bi lahko bili zanj pomembni v prihodnosti.										
je seznanjen s tem, kako pravilno vzdrževati podporne izdelke.										

ENOTA 3	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
ugotavlja težave, ki bi se lahko pojavile v vsakdanjem življenju zaradi procesa staranja.										
opredeljuje potrebe in prednostne naloge, povezane z upravljanjem denarja, ki se lahko pojavijo kot posledica staranja.										
opredeli fiksne dohodke, ki so na voljo tedensko/mesečno.										
prepozna občasne dohodke, ki so na voljo ob določenih letnih časih (rojstni dan, novo leto,...).										
razvršča dohodke glede na to, ali so nespremenljivi ali spremenljivi.										
določa stalne tedenske/mesečne stroške.										
ugotavlja občasne tedenske/mesečne stroške.										
razvršča odhodke glede na to, ali so stalni ali spremenljivi.										
identificira svojo plačo.										
zna zmanjšati svoje stroške.										
prepozna dolgove.										
ve, kako prihraniti denar.										
identificira različne dokumente, povezane s svojimi prihodki in odhodki.										
pozna svojo pravico do porabe/prihranka denarja.										
identificira različne vrste podpor, ki mu lahko pomagajo organizirati svoje finančne dokumente.										

ENOTA 4	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna različne dejavnosti, ki vodijo do zdravega staranja.										
razlikuje zdravo hrano od nezdrave.										
zna ustvariti zdrav jedilnik.										
razlikuje različne vrste hrane in delež, v katerem										

naj bodo vključene v zdrav meni.										
pozna telesne dejavnosti, ki so primerne za starajoče se ljudi.										
zna razlikovati primerne od manj primernih telesnih dejavnosti.										
zna razlikovati primerne od manj primernih telesnih dejavnosti.										
pozna različne dejavnosti, ki vodijo do zdravega staranja.										

ENOTA 5	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
razume pomen staranja.										
pozna najpomembnejše značilnosti staranja.										
pozna najpomembnejše posledice staranja.										
pozna spremembe, povezane s staranjem.										
prepozna fizične razlike med mladimi in starejšimi.										
ve, katere dejavnosti lahko upočasni proces staranja.										
zna preprečiti ali spremeniti psihosocialne težave, povezane s staranjem.										

ENOTA 6	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna pomen pojma "zloraba".										
opredeljuje različne vrste zlorabe (fizično, spolno, psihološko, ekonomsko ...).										
prepozna, kako se kažejo različne vrste zlorab.										
ve, kako se odzvati na nasilje.										

ENOTA 7	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna in prepozna pomembne družinske člane in prijatelje.										

ve, kako redno se srečuje s temi družinskimi člani in prijatelji.										
izbere, kako pogosto bi rad slišal ali se srečal z ljudmi, ki so mu pomembni.										
opredeljuje možne načine za ohranjanje stikov ali srečanje z družino in prijatelji.										
pozna možne načine za ponovno povezavo z družino in prijatelji.										
zna izbrati orodja, ki mu omogočajo stik z družino ali prijatelji.										
razvije načrt za ohranjanje stikov ali ponovno vzpostavitev stika z družino ali prijatelji.										

ENOTA 8	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna in razume koncept upokojitve.										
pozna in razmišlja o razlogih, zakaj se ljudje upokojijo.										
razmišlja o tem, kaj ljudje počnejo, ko se upokojijo.										
prepoznava in razmišlja o možnih prednostih in slabostih upokojitve.										
razmišlja o svojem osebnem pokojninskem načrtu.										
določa svoj tempo pokojninskega načrta.										
zna razlikovati delovne dejavnosti od pristočasnih.										
ve in razume, kaj so delovne in pristočasne dejavnosti.										
razmišlja o lastnem delu, pristočasnih dejavnostih.										
razume razliko med delovnimi in prostovoljnimi delovnimi aktivnostmi.										
opredeljuje in razmišlja o upokojitvenih (prostovoljnih) delovnih dejavnostih ali pristočasnih dejavnostih.										
določa hitrost, s katero se želi vključiti v te dejavnosti.										
razmišlja o spretnostih, potrebnih za izvajanje dejavnosti po upokojitvi v skupnosti.										

[illegible]

ENOTA 9	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
razmišlja o pojmu prevzema novih družbenih vlog po upokojitvi.										
je sposoben definirati nekatere družbene vloge.										
prepozna družbene vloge.										
prepozna svoje trenutne družbene vloge.										
prepozna dejavnosti, ki jih najraje počne v prihodnosti.										
pozna svoje talente.										
razmišlja o tem, kako lahko prispeva k družbi.										
ve, kako lahko pomaga drugim (sosedu, znancem).										

ENOTA 10	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
ve, kaj je internet.										
ve, kaj so družbeni mediji.										
razmišlja o razlogih za uporabo interneta.										
ve, da je za uporabo socialnih medijev potrebna internetna povezava.										
ve, kdaj ni internetne povezave.										
ve, kam iti po internetno povezavo.										
je sposoben iskati določene informacije na internetu.										
prepozna varnostne ukrepe pri uporabi interneta.										
pozna nekaj zlatih pravil o varni uporabi interneta.										
ENOTA 11	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				

Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma		Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
opredeljuje pomembne strokovnjake in kako lahko prispevajo k večji neodvisnosti pri vsakodnevnih življenjskih dejavnostih.											
lahko loči pravice od želja.											
zna povezati človekove pravice s konkretnimi ponudniki socialnih storitev.											
zna razlikovati področja dejavnosti različnih ponudnikov socialnih storitev.											
zna vprašati in poiskati upravno pomoč.											
je sposoben prepoznati imena in logotipe različnih ustanov na področju zaščite pravic in zagotavljanja socialnih storitev.											
opredeli pomembne strokovnjake in kako lahko prispevajo k večji neodvisnosti pri vsakodnevnih življenjskih dejavnostih.											
je sposoben prepoznati imena in logotipe različnih ustanov na področju zaščite pravic in zagotavljanja socialnih storitev.											

ENOTA 12	Pred usposabljanjem						Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma		Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
prepozna pomembne ljudi, ki lahko prispevajo k samostojnosti pri delu in vsakodnevnih dejavnostih.											
zna razlikovati ljudi, ki spadajo v različne družbene kroge.											
avtonomno uporablja pravila formalnih in neformalnih interakcij.											
je sposoben prilagoditi svoja pričakovanja do človeka v skladu z njegovo družbeno vlogo, ki jo ima v svojem življenju.											
zna razlikovati prijateljstvo od poznanstva.											
ve, da je za doseg njegovih ciljev pomembno											

sodelovanje z drugimi.											
prepozna pomembne ljudi, ki lahko prispevajo k samostojnosti pri delu in vsakodnevnih dejavnostih.											
zna razlikovati ljudi, ki spadajo v različne družbene kroge.											

ENOTA 13	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
zna ločiti sanje od življenjskih ciljev.										
razmišlja o življenjskih ciljih.										
izkaže sposobnosti samorefleksije in samoocenjevanja.										
je sposoben oblikovati svoj življenjski cilj.										
dokazuje sposobnost samostojnega odločanja v okviru konceptov življenjskih ciljev.										
ustvari začetni načrt za doseganje ciljev.										

ENOTA 14	Pred usposabljanjem					Po usposabljanju				
Udeleženec...	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma	Sploh ne	Zelo malo	Nekoliko	Zelo	Popolnoma
pozna pojme, kot sta paliativna oskrba in prenehanje življenjske dobe.										
razmišlja o temah o koncu življenja.										
zna ločiti strokovnjake, ki delajo na področju paliativne oskrbe.										
zna razlikovati med različnimi vrstami paliativnih storitev in storitev ob koncu življenja.										
zna opisati postopek izbire storitev paliativne oskrbe.										
izkazuje sposobnost odločanja v zvezi s svojo pravico do izbire storitev ob koncu življenja in paliativne oskrbe.										
identificira ljudi iz lastne podporne mreže, ki bi jo želel vključiti, če bi se moral odločiti za varstvo ob koncu življenja.										

V imenu vseh TRIADE 2.0 partnerjev, se vam zahvaljujemo za sodelovanje!



Validacijski vprašalnik 3

Postopek izvajanja vaj/aktivnosti MNAM za AAWID

Navodila

S tem vprašalnikom želimo oceniti postopek izvajanja vaj in dejavnosti, ki ste jih uporabili za usposabljanje udeleženca.

Prosimo, izpolnite ta vprašalnik za vsakega udeleženca posebej.

Najprej vas prosimo, da odgovorite na nekaj splošnih informativnih vprašanj:

1. Demografski podatki o udeležencu

- Začetnice ali koda AAWID:.....
- Starost:.....
- Spol: Moški/ženski

2. Demografski podatki trenerja

- Začetnice ali ime trenerja:
- Starost:
- Spol: Moški/ženski
- Poklic:
- Število let sodelovanja s to stranko:



VPRAŠANJA

1. Ali ste morali vajo prilagoditi kognitivnim in/ali komunikacijskim potrebam udeleženca?

0 = brez prilagoditev

1 = majhne prilagoditve (npr. sprememba fotografije ali imena osebe; manjše spremembe zgodbe; sprememba vrstnega reda dejavnosti; razčlenitev nekaterih vaj/aktivnosti v koščke znanja; sprememba imena organizacije, kot je na primer nacionalni urad za zaposlovanje)

2 = srednje prilagoditve (npr. sprememba nosilcev materialov, ki v državi niso dostopni ali smiselni; razčlenitev večine materialov na manjše enote,...)

3 = obsežne prilagoditve (npr. za odpravo pomembnih delov vaje ali celotne aktivnosti,...)

4 = zelo obsežne prilagoditve (npr. sprememba celotne vaje, kar je navdih za novo vajo, ki temelji na prvotni)

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Brez prilagoditev	1 Majhne prilagoditve	2 Srednje prilagoditve	3 Obsežne prilagoditve	4 Zelo obsežne prilagoditve

*Po potrebi dodajte vrstice

2. Koliko časa je udeleženec potreboval za izvedbo vaj?

Številka enote	Številka vaje	Številka aktivnosti	Minute

*Po potrebi dodajte vrstice



3. Ali je udeleženec užival pri izvajanju (prilagojenih) vaj/aktivnosti? (To vprašanje zastavite svojemu udeležencu po vsaki vaji ali aktivnosti)

Številka enote	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 = Ne	1 = Malo	2 = Da	Ne vem

**Po potrebi dodajte vrstice*

4. Ali so bile udeležencu (prilagojene) vaje/aktivnosti pretežke? (To vprašanje zastavite udeležencu po vsaki vaji ali aktivnosti)

Številka enote	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 = Ne	1 = Malo	2 = Da	Ne vem

**Po potrebi dodajte vrstice*

Ali lahko opišete eno situacijo, ki kaže, da je bilo za udeleženca – kljub potrebni podpori in prilagoditvam – vaje/aktivnosti težko izvesti. (Če je mogoče v angleščini)



5. Za vsako vajo/aktivnost navedite, v kolikšni meri se strinjate s trditvijo:

***"S potrebno podporo bo stranka lahko prenesla
naučeno v resnične življenjske situacije."***

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam

**Po potrebi dodajte vrstice*

Ali lahko opišete en primer, kako ste opazili to, da je udeleženec, s potrebno podporo in prilagoditvami, pridobil novo znanje in spretnosti z uporabo vaj/aktivnosti? (Če je mogoče v angleščini)



6. V kolikšni meri se strinjate, da vaje/aktivnosti pomagajo ohranjati ali povečevati kakovost življenja AAWID?

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam

7. V kolikšni meri se strinjate, da vaje/aktivnosti spodbujajo socialno vključenost AAWID?

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam

8. V kolikšni meri se strinjate, da so bile vaje/aktivnosti mikavne za AAWID?

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam

9. V kolikšni meri se strinjate, da so bile zgodbe uporabljene pri vajah/aktivnostih, prepoznavne za AAWID, da so se lahko identificirali z zgodbami?

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam



10. V kolikšni meri se strinjate, da je uvedba težkih konceptov s pomočjo zgodbe omogočila razmislek s strani AAWID?

0 = se popolnoma ne strinjam

1 = se ne strinjam

2 = niti niti

3 = se strinjam

4 = se popolnoma strinjam

Enota	Številka vaje	Številka aktivnosti	0 Se popolnoma ne strinjam	1	2	3	4 Se popolnoma strinjam

V primeru, da ste spremenili vaje, za katere menite, da so lahko koristne za druge udeležence in za projekt TRIADE 2.0, bi bili zelo počaščeni, če bi jih lahko delili tudi z nami, da jih naložimo na spletno platformo TRIADE 2.0 MNAM kot primer dobre prakse. Lahko jih pošljete na elektronsko pošto: sorzanno_marcas@gva.es

V imenu vseh TRIADE 2.0 partnerjev, se vam zahvaljujemo za sodelovanje!



Validacijski vprašalnik 4

Splošno zadovoljstvo uporabnikov trenerjev pri vajah/aktivnostih MNAM

Navodila

Spodaj je 10 vprašanj o uporabnosti vaj/aktivnosti MNAM s strani trenerja.

Glede na dejavnosti, ki ste jih opravili s stranko, bi radi vedeli, kako zadovoljni ste z njimi.

Na 10 vprašanj boste odgovorili s petstopenjsko lestvico od *se popolnoma strinjam* do *se popolnoma ne strinjam*.

Upoštevajte, da so nekatera vprašanja oblikovana negativno.

- Izberite ***se popolnoma strinjam***, če menite, da je izjava pravilna za približno **80% do 100%** vaj.
- Izberite ***se strinjam***, če menite, da je izjava pravilna za približno **60% do 80%** vaj.
- Izberite ***'niti niti'***, če menite, da je izjava pravilna za približno **40% to 60%** vaj.
- Izberite ***se ne strinjam***, če menite, da je izjava pravilna za približno **20% do 40%** vaj.
- Izberite ***se popolnoma ne strinjam***, če menite, da je izjava pravilna za **0% do 25%** vaj.

Preden odgovorite na 10 vprašanj, izpolnite tudi naslednje:

Demografski podatki trenerja:

- Starost:
- Spol: Moški/ženski
- Poklic:
- Država:
- Meseci ali leta izkušenj pri delu z AAWID:



VPRAŠANJA

1. Menim, da so vaje/aktivnosti enostavne za uporabo.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

2. Menim, da navodila za trenerje o uporabi vaj/aktivnosti niso bila jasna.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

3. Menim, da je vsaka enota stremela k vajam/aktivnostim, ki kažejo jasno zgradbo. Nekatere vaje se razume na ravni dosedanjega znanja, druge pa zahtevajo vpogled ali razmislek udeležencev. Vsaj ena vaja/aktivnost je bila na ravni početja.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

4. Vaje/aktivnosti se mi zdijo po nepotrebnem zapletene.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

5. Menim, da je bilo med vajami/aktivnostmi preveč neskladnosti.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

6. Predstavljam si, da se večina vzgojiteljev lahko zelo hitro nauči uporabljati vaje/aktivnosti.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

7. Pri izvajanju vaj/aktivnosti z udeleženci sem se počutil zelo samozavestno.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

8. Veliko stvari sem se moral naučiti, preden sem se lahko lotil vaj.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

9. Mislim, da so bile vaje/aktivnosti neprijetne.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------



10. Menim, da bom vaje/aktivnosti pogosto uporabljal.

se popolnoma strinjam	se strinjam	niti niti	se ne strinjam	se popolnoma ne strinjam
--------------------------	----------------	-----------	-------------------	-----------------------------

V imenu vseh TRIADE 2.0 partnerjev, se vam zahvaljujemo za sodelovanje!

Leading Organisation:



Partners:

