



MODEL PODPORE ZA NEFORMALNE OSKRBOVALCE IN ORODJE ZA OCENJEVANJE USPOSABLJANJA

Koordinatorjska organizacija
INSTITUT VALENCIANO DE SERVICIOS SOCIALES (IVASS)



Akronim projekta: RESIL4CARE
Koda projekta: 2021-1-IT02-KA220-ADU-000035220
Celoten naslov projekta: RESIL.ience za neformalne oskrbovalce



Koordinacija in glavni avtor:

José Manuel Gil Guzmán IVASS

(INSTITUTO VALENCIANO DE SERVICIOS SOCIALES)

Avtorji:

Maria Sorzano Castellón

IVASS (INSTITUTO VALENCIANO DE SERVICIOS SOCIALES)

María Luisa Tormo Garcia

IVASS (INSTITUTO VALENCIANO DE SERVICIOS SOCIALES)

Sodelavci (-ke):

Zoi Asimakopoulou

FRODIZO

Kadio Kakiou

FRODIZO

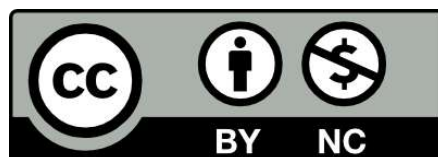
1. izdaja: januar 2024.

ISBN: 978-84-09-58118-4

EU DISCLAIMER

The European Commission support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Reference: 2021-1-IT02-KA220-ADU-000035220



The ownership of this document is of RESIL4CARE project. Remind that this document is protect by Creative Commons Licenses (CC). This license lets others remix, tweak, 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.

If you need the word version of this document, please send an email to the Innovation & Development Department of Istituto per Servizi di Ricovero e Assistenza agli Anziani – ISRAA (Italy): faber@israa.it

PODPORNI MODEL RESIL4CARE IN ZBIRKA ORODIJ ZA OCENJEVANJE

VSEBINA

1.	Uvod.....	4
2.	Pilotni test Resil4care	7
2.1.	Uvod: utemeljitev in opredelitev pilotnega preizkusa	7
2.2.	Udeleženci pilotnega preizkusa (ciljne skupine).....	8
2.3.	Dejavnosti pilotnega testiranja.....	10
2.4.	Uporabljena metoda vrednotenja	13
2.4.1.	Uvod	13
2.4.2.	Izvedene dejavnosti vrednotenja	13
2.4.3.	Razvita orodja za ocenjevanje.....	14
2.5.	Orodja za končno vrednotenje.....	27
3.	Študije primerov (IAT, FRODIZO, ISRAA in IVASS)	48
3.1.	SLOVENSKA ŠTUDIJA PRIMERA: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.	49
3.2.	GRŠKA ŠTUDIJA PRIMERA: Družba za pomoč in oskrbo starejših in invalidov - FRODIZO.....	58
3.3.	ITALIJANSKA ŠTUDIJA PRIMERA: Istituto per Servizi di Ricovero e Assistenza agli Anziani - ISRAA.....	66
3.4.	ŠPANSKA ŠTUDIJA PRIMERA. IVASS - Instituto Valenciano de Servicios Sociales.....	74
4.	Predlog vrednotenja izobraževalnega pristopa.	82
4.1.	Uvod.....	82
4.2.	Dejavnosti ocenjevanja.....	84
4.2.1.	Faza 1: vrednotenje dejavnosti učenja in poučevanja (orodja 1, 2, 3 in 8)....	84
4.2.2.	Faza 2: ocenjevanje skupine na Facebooku (orodja 4, 5, 6, 7 in 9)	85
5.	Sklepi in priporočila.	86
5.1.	Delni zaključki (zaključki po dejavnostih vrednotenja)	86
5.2.	Pridobljene izkušnje in končni sklepi.....	93
6.	Literatura.....	95
	PRILOGA 1. Izvirno orodje 4 pred statistično analizo.....	96

1. Uvod

Resilience for Informal Caregivers (Resil4Care) je projekt, razvit v okviru ključnega ukrepa KA220-ADU, partnerstva za sodelovanje v izobraževanju odraslih. Projektne partnerje vodi italijanski partner ISRAA (Istituto per Servizi di Ricovero e Assistenza Agli Anziani), konzorcij pa sestavlja še pet partnerjev iz štirih držav: Interactive 4D (Francija), FRODIZO (Grčija), Las Naves in IVASS (Španija) ter IAT (Slovenija). Več informacij o partnerjih in o projektu bralec lahko najde na spletni strani projekta: <https://resil4care.eu/>.

Cilj projekta Resil4care je izboljšati odpornost neformalnih oskrbovalcev z uporabo platform družbenih medijev, zlasti z ustanovitvijo štirih nacionalnih spletnih podpornih skupin na Facebooku (Italija, Grčija, Slovenija in Španija) in pripravo izobraževalnih vsebin, povezanih z odpornostjo in upravljanjem skupin na Facebooku, kot sta npr.: a) usposabljanje za izboljšanje odpornosti neformalnih oskrbovalcev (PR2) in b) Resil4Care zbirka IKT orodij za usposabljanje (PR3).

Zato je bil v okviru projekta Resil4care pripravljen celoten izobraževalni nabor virov:

- a) Za posameznike, ki bodo usposabljali moderatorje za upravljanje podporne skupine na Facebooku.
- b) Za neformalne oskrbovalce, ki bodo lahko z aktivnim sodelovanjem v skupini na Facebooku izboljšali svoje kompetence in s tem izboljšali svojo odpornost.

Poleg tega so štirje partnerji projekta Resil4care eno leto izvajali pilotno aktivnost (IAT, ISRAA, FRODIZO in IVASS), ki je skupaj z vrednotenjem, izvedenim s tem izdelkom, služil **oblikovanju in izvajanju tega izobraževalnega vira za vrednotenje** ter zbiranju informacij za oblikovanje končnega izobraževalnega pristopa, ki bo predstavljen v PR2.

Ti pilotni preizkusi so se začeli z usposabljanjem v Sloveniji (C1), kjer so partnerske organizacije ustvarile podporne skupine na Facebooku¹. Nadaljevalo se je z razširjanjem in postopkom izbire neformalnih oskrbovalcev, ki so sodelovali v podpornih skupinah na Facebooku. Za upravljanje skupine so se izvajala redna srečanja ožje skupine (nacionalne in usmerjene v upravljanje) in podporne skupine (nacionalne in usmerjene v oskrbovalce). Nazadnje je bilo v pilotne preizkuse v štirih državah vključenih več kot 900 neformalnih oskrbovalcev, ki so "teoretično" izboljševali svoje kompetence in odpornost s pomočjo:

- a) Informacij, ki so jih na Facebooku objavili moderatorji (ožja skupina).
- b) Izmenjavo informacij in izkušenj med neformalnimi oskrbovalci, ki sodelujejo v skupini.

a) ¹ Poglobljeno analizo štirih nacionalnih skupin Facebooka najdete v tem dokumentu v razdelku 3: študije primerov.

Model Resil4care (samo za namene ocenjevanja):

Enoletni izobraževalni pristop, ki ga sestavljata kombinacija usposabljanja in oblikovanja štirih nacionalnih podpornih skupin na Facebooku, s ciljem izboljšanja odpornosti neformalnih oskrbovalcev. Te skupine na Facebooku, ki so ključni izobraževalni ukrepi pilotnega ukrepa, so delovale na dveh različnih ravneh vodenja projekta: a) koordinacija (transnacionalna ožja skupina) in b) širša nacionalna podporna skupina. V neposredni povezavi s tem izobraževalnim procesom je projekt Resil4care pripravil tudi dva pedagoška izdelka, ki nudita potrebno teoretično podporo izobraževalnemu pristopu Resil4care: a) priročnik za usposabljanje (PR2) in b) zbirko orodij za usposabljanje na področju IKT (PR3).

V tem delovnem okviru je predstavljeno naslednje izobraževalno gradivo (PR4): "Model podpore za neformalne oskrbovalce in orodje za ocenjevanje usposabljanja", ki ima naslednje cilje:

- a) Oceniti ključne elemente pilotnega preizkusa (1 leto), ki ga sestavljata dejavnost usposabljanja in podporna skupina na Facebooku. Njegov cilj je izboljšati končne rezultate 2 in 3 projekta Resil4care.
- b) Partnerstvu, zainteresiranim stranem in izobraževalni skupnosti ponuditi model evalvacije (otipljiv rezultat izobraževanja) z možnostjo prenosa na druge izobraževalne projekte ali dejavnosti usposabljanja.

Zato je namen tega gradiva zagotoviti, da je razviti izobraževalni pristop izvedljiv, zbrati ustrezne informacije za izboljšanje končnega izdelka in ponuditi skupnosti metodološko oceno, ki jo je mogoče prenesti v druga različna izobraževalna okolja (razširjanje).

Da bi lahko doseglo te cilje, je partnerstvo v okviru tega PR4 uporabilo mešano metodo vrednotenja:

- a) Oblikovanje posebne metode in orodij za ocenjevanje.
- b) Izvedba 5 dejavnosti ocenjevanja.
- c) Pridobivanje sklepnih ugotovitev za pomoč pri oblikovanju projektnega izobraževalnega pristopa.

Za začetek postopka vrednotenja so se partnerji dogovorili, da bodo metodologijo utemeljili na dveh ključnih stebrih: a) razvoj osnutka modela (izobraževalnega pristopa), na podlagi katerega se bo izvajalo vrednotenje, in b) vzpostavitev okvira za vrednotenje na podlagi kompetenc.

V zvezi s prvim stebrom metodologije vrednotenja je treba poudariti, da je **bil ta model (izobraževalni pristop, predstavljen v tem dokumentu) oblikovan le za namene vrednotenja**. Njegov namen je služiti oblikovanju končnega izobraževalnega pristopa, ki bo predstavljen v PR2 (usposabljanje za izboljšanje odpornosti neformalnih oskrbovalcev).

Drugi steber te metodologije ocenjevanja je bil določitev okvira za oblikovanje orodij za ocenjevanje, zlasti dveh najpomembnejših (orodje 4 in 5). Ta okvir se bo uporabljal za

opredelitev in oceno kompetenc, ki jih bodo neformalni oskrbovalci pridobili s sodelovanjem v pilotnih aktivnostih (podpornih skupinah na Facebooku), ter za vzpostavitev trdne povezave med temi pridobljenimi kompetencami in izboljšanjem odpornosti.

Poudariti je treba, da sta ti dve ključni orodji za vrednotenje medsebojno povezani:

- **vprašalnik o odpornosti (orodje 4),**
- **orodje za ocenjevanje usposobljenosti (orodje 5).**

sta najpomembnejši orodjo, ki jih ta izobraževalni vir ponuja. V tem dokumentu sta dve posebni poglavji (2.4.3.1 in 2.4.3.2) namenjeni jasni razlagi njunih utemeljitev.

Kar zadeva orodje 5 (**ocenjevanje kompetenc**), to temelji na dveh evropsko priznanih konceptualnih okvirih: a) LifeComp (Sala et al., 2020) in b) Digitalni okvir kompetenc za državljane (Vuorikari et al., 2022). Poleg tega ta dva okvira priznavata pomen pridobivanja ključnih kompetenc za posameznika kot ustreznega pogoja za izboljšanje njegove odpornosti, s čimer zagotavljata podlago za oblikovanje **vprašalnika o odpornosti** (orodje 4).

Poleg tega je treba poudariti, da je v tem dokumentu cel razdelek (3. Študije primerov) namenjen poglobljeni analizi štirih podpornih skupin na Facebooku (študije primerov), ki so jih partnerji med letom razvili na nacionalni ravni. Vsaka študija primera je razdeljena na 2 dela:

- **Pregled primerov:** z izbranimi ustreznimi dejavnostmi in rezultati vsakega nacionalnega primera.
- **Študija primera:** popoln opis nacionalnega primera.

Poleg zgoraj navedenega to izobraževalno gradivo vsebuje tudi **predlog evalvacije, ki ga je** mogoče prenesti v druge izobraževalne kontekste (poglavje 4), ter zaključke in priporočila na podlagi izvedenih evalvacijskih dejavnosti, izdelanih študij primerov (poglavje 3) in oblikovanih orodij (poglavje 5).

2. Pilotni test Resil4care

2.1. Uvod: utemeljitev in opredelitev pilotnega preizkusa

Opredelitev pilotnega testa (pilotiranja ali preizkušanja) ni enotna. Odvisna je od področja ali potrebe študije. Kljub temu bi ga lahko opredelili kot "majhno ali kratko študijo izvedljivosti in uspešnosti, ki se izvaja za preizkušanje metodoloških vidikov večjega obsega ali kompleksnosti" (Muñoz, 2020). Pilotno izvajanje novih intervencij zagotavlja, da je metodološki pristop zanesljiv in izvedljiv (Lancaster, 2015). Poleg tega je pilotno testiranje v izobraževalnih projektih pomembno, saj "poučevanje raziskovanja zajema vse vidike raziskovalnega procesa, ki vključujejo pilotne študije" (Muñoz, 2020).

Zato je Resil4care načrtoval pilotni preizkus, da bi zagotovil izvedljivost razvitega izobraževalnega pristopa, zbral ustrezne informacije za izboljšanje končnega izdelka in skupnosti ponudil metodološko oceno, ki bi jo bilo mogoče prenesti v druge različne izobraževalne kontekste (razširjanje).

Glede na vse to bi lahko pilotni preizkus Resil4care opredelili kot **enoletni izobraževalni pristop, ki ga sestavljata kombinirana dejavnost usposabljanja (C1) in ustanovitev štirih nacionalnih podpornih skupin na Facebooku s ciljem izboljšati odpornost neformalnih oskrbovalcev**. Te skupine na Facebooku, ki so ključne izobraževalne dejavnosti pilotnega preskusa, so delovale na dveh različnih ravneh vodenja projekta: a) koordinacija (ožja skupina) in b) podporna skupina. Kot je bilo navedeno zgoraj, je bil **ta izobraževalni model, predstavljen v tem PR4, zasnovan le za evalvacijske namene; kot pomoč drugim izobraževalcem pri izvajanju metodologije evalvacije in orodij, razvitih v tem PR4 (potencialna prenosljivost)**.

Poleg tega sta bila v okviru projekta, ki je neposredno povezan s tem izobraževalnim procesom, pripravljene tudi dve pedagoški gradivi, ki nudita potrebno teoretično podporo izobraževalnemu pristopu Resil4care: a) priročnik za usposabljanje (PR2) in b) zbirka orodij za usposabljanje na področju IKT (PR3).

2.2. Udeleženci pilotnega preizkusa (ciljne skupine)

Najpomembnejše ciljne skupine v tem pilotnem preizkusu so:

- a) Člani "ožje skupine", ki so odgovorni za načrtovanje, izvajanje, spremljanje in nadzor podpornih skupin na Facebooku.
- b) Neformalni oskrbovalci (ciljna skupina, ki je imela koristi od tega izobraževalnega pristopa).

a) Ožja skupina.

Mednarodno ožjo skupino vodi koordinator Resil4Care usposabljanja, sestavlja pa jo 8 moderatorjev (2 na državo in partnerja). Vsi so poklicni strokovnjaki na področju neformalne oskrba.

Osrednja skupina ima v okviru pilotnega preskusa dvojni namen. Vodja in 8 moderatorjev so hkrati **udeleženci učne dejavnosti (spletno učenje) in transnacionalne vodstvene strukture pilotnega preizkusa**. Povedano drugače, udeleženci ožje skupine se učijo z upravljanjem skupine na Facebooku (**učenje skozi prakso**). Ožja skupina je odgovorna za zagotavljanje homogenega in nemotenega delovanja štirih nacionalnih skupin na Facebooku. So most med splošnimi cilji projekta (transnacionalnost) in nacionalnimi dejavnostmi (Facebook).

Vloga koordinatorja:

- Omogočanje dejavnosti ožje skupine.
- Iskanje novih tem, ki so za oskrbovalce zanimive.
- Zagotavljanje delovnih listov z novimi temami, idejami, nasveti o negi in skrbi zase.

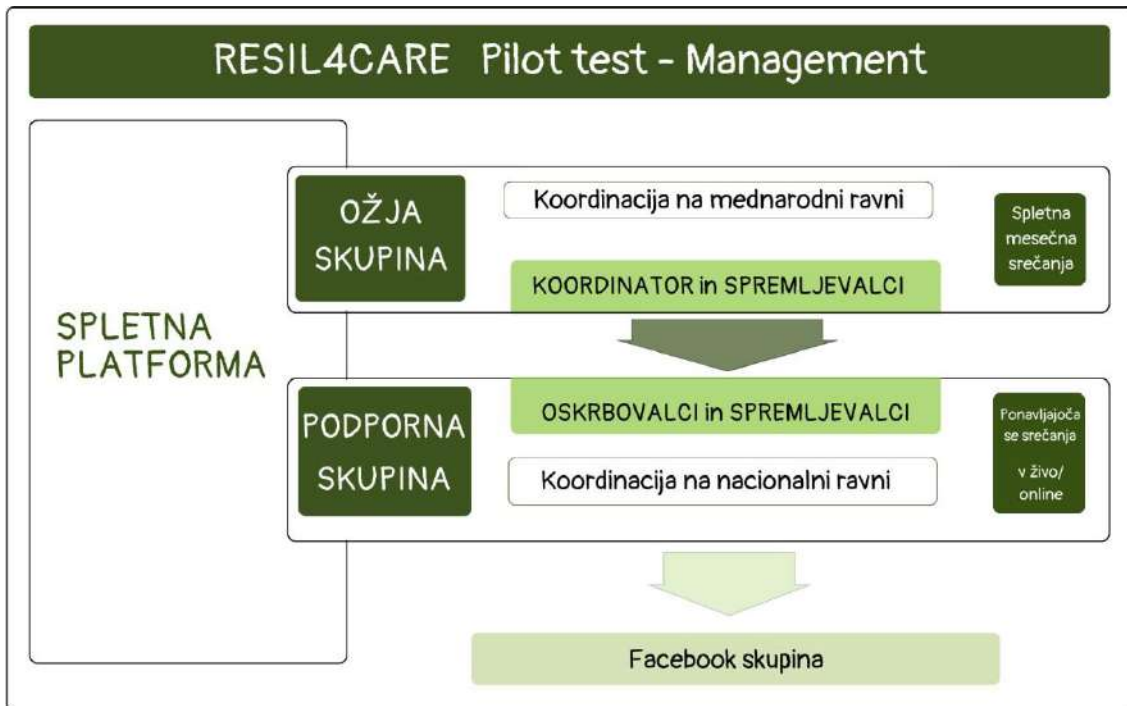
Poleg učenja skozi prakso je torej ožja skupina odgovorna tudi za:

- Oblikovanje začetnega delovnega načrta: priprava pilotnega urnika.
- Določitev zaporedja dejavnosti.
- Opredelitev in razvoj tem, ki bodo objavljene v skupini na Facebooku..
- Uskladitev rezultatov s preostalimi izdelki projekta Resil4care.
- Vodenje in ohranjanje motivacije udeležencev skupine na Facebooku (neformalnih oskrbovalcev).
- Stalna komunikacija med udeleženci.
- Predstavitve rezultatov Facebooka usmerjevalnemu odboru.
- Zbiranje in analiza podatkov iz Facebooka.
- Razvoj metodologije vrednotenja (ta dokument), orodij in priprava poročil o vrednotenju.

Poleg tega dva nacionalna koordinatorja redno sodelujeta na nacionalni ravni z dvema neformalnima oskrbovalcema, ki sta prav tako sodelovala pri dejavnosti usposabljanja v živo (C1). Sestavljajo "ožjo podporno skupino", ki je zadolžena za krepitev nacionalne skupine na Facebooku z izvajanjem smernic, o katerih se je dogovorila "osnovna skupina" (glej sliko 1).

Slika 1. Dve ravni upravljanja in učenja: osnovna skupina in podpodna skupina.

Vir: lastna izdelava.



b) Neformalni oskrbovalci.

To je ključna ciljna skupina projekta Resil4care. Končni cilj skupine na Facebooku je izboljšati ključne kompetence neformalnih oskrbovalcev in tako povečati njihovo odpornost. **Skupina na Facebooku je izobraževalno orodje, s katerim se neformalni oskrbovalci učijo** iz informacij, ki jih objavlja "ožja skupina", ter iz interakcije in izkušenj drugih udeležencev podpodne skupine (drugih neformalnih oskrbovalcev).

Zato je profil, ki se išče za sodelovanje v skupini na Facebooku, oseba z lastnimi izkušnjami družinskega neformalnega oskrbovalca, ki želi aktivno sodelovati v nacionalni podpodni skupini na Facebooku.

Glede na informacije, zbrane in analizirane za izdelavo orodja 4 (vprašalnik o odpornosti), v katerem je 161 udeležencev v 4 nacionalnih podpodnih skupinah na Facebooku odgovorilo na 6 demografskih vprašanj, je profil udeleženca ženska (81,4 %) srednjih let (68,4 % ima starost med 40 in 60 let) s stopnjo študija terciarne izobrazbe (60,9 %). Glede kraja, kjer živijo neformalni oskrbovalci, jih je 62,7 % navedlo, da živijo z družino, le 14,3 % pa jih živi pri osebi, za katero skrbijo. Nazadnje je 64 % anketirancev navedlo, da skrbijo za mater, očeta ali oba.

Profil neformalnega oskrbovalca: ženska v petdesetih letih, dobro izobražena, uporabnica Facebooka, ki ne živi z osebo, za katero skrbi (običajno oče in/ali mati).

2.3. Dejavnosti pilotnega testiranja

Kot je bilo opisano zgoraj in prikazano na sliki 2, je bil pilotni preizkus izveden z izvajanjem dveh prepletenih in okrepljenih ključnih dejavnosti:

- a) Mešano poučevanje in učenje.
- b) Skupina na Facebooku.

Slika 2. Dejavnosti pilotnega preizkusa Resil4care.

Vir: lastna izdelava.



a) Dejavnost poučevanja in usposabljanja (C1)

To kombinirano usposabljanje je sestavljeno iz dveh faz:

1. teoretično usposabljanje (24 ur) (3 dni).
2. praktično usposabljanje (36 ur) (11/12 mesecev)

a) Teoretično usposabljanje (1. faza)

V prvi fazi (usposabljanje v živo) je bila C1 izvedena v obliki neposrednega usposabljanja, ki ga je gostil slovenski partner (Inštitut Antona Trstenjaka) in je tri dni potekalo v Ljubljani (Slovenija).

V prvi fazi usposabljanja je bilo obravnavanih več ključnih projektnih tem (odpornost, psihološki in oskrbovalni dejavniki, IKT, varnost na socialnih omrežjih, skupina na Facebooku ...). Metodologija poučevanja je večinoma temeljila na delavnicah, ki so jih vodili nacionalni koordinatorji. Te teme so bile podlaga za prihodnjo pripravo PR2 in PR3. V zadnjem delu usposabljanja v Ljubljani je bila vsaka nacionalna skupina zadolžena za vzpostavitev računa na Facebooku, ki ga bo pozneje upravljala nacionalna "podporna skupina" (2 moderatorja in 2 neformalna oskrbovalca). V trenutku, ko je podporna skupina na Facebooku začela delovati, se je začela druga faza pilotnega preskusa.

Udeleženci te dejavnosti usposabljanja in poučevanja v živo so bili 4 osebe iz vsake sodelujoče države (Italije, Slovenije, Grčije in Španije), ki so bile pozneje zadolžene za upravljanje nacionalnih podpornih skupin na Facebooku. Vsako nacionalno ožjo skupino sta sestavljala vsaj 2 moderatorja z profesionalnimi izkušnjami in vsaj 2 neformalna oskrbovalca. Udeleženci (neformalni oskrbovalci) torej ne pridobivajo spretnosti le s sodelovanjem v izobraževalni dejavnosti, temveč projektu dodajo tudi svoje izkušnje kot **družinski/neformalni oskrbovalci**. Dva nacionalna moderatorja in dva neformalna oskrbovalca redno sodelujeta na nacionalni ravni in tvorita "**podporno ožjo skupino**", ki je odgovorna za izvajanje rezultatov osnovne skupine na nacionalni ravni (skupina na Facebooku).

b) Praktično usposabljanje (2. faza)

Druga faza usposabljanja traja 11 mesecev in se izvaja z združevanjem virtualnih in fizičnih metodologij. Sodelujeta dve skupini: osrednja skupina (nacionalni organ, ki se redno sestaja prek spleta) in podporna skupina (nacionalni organ, ki združuje fizična in virtualna srečanja). To usposabljanje se je začelo, ko sta bili ustanovljeni nacionalni skupini na Facebooku, ravno ob koncu fizične dejavnosti usposabljanja (C1).

Kot smo že omenili, je bilo to praktično usposabljanje sestavljeno iz učenja skozi prakso. Vloga moderatorjev (osrednja skupina) v tem učnem procesu je bila načrtovanje, izvajanje, nadzor in spremljanje skupin na Facebooku; vloga neformalnih oskrbovalcev in moderatorjev (podporna skupina) pa je bila izvajanje in oživljanje nacionalne skupine na Facebooku.

V naslednjem razdelku sta podrobno pojasnjena delovanje in struktura nacionalnih skupin na Facebooku.

c) Nacionalne skupine v Facebooku.

Ko so se z oblikovanjem nacionalnih skupin na Facebooku končale dejavnosti predhodnega usposabljanja, je morala nacionalna "podporna skupina" skrbnikov na Facebooku (2 moderatorja in 2 neformalna oskrbovalca) pridobiti najmanj 80 neformalnih oskrbovalcev, ki so

želeli aktivno sodelovati v skupini na Facebooku. Da bi postali člani skupine na Facebooku, so morali udeleženci sprejeti pravila skupine in bili povabljeni k izpolnitvi vprašalnika o odpornosti (orodje 4).

Kot je navedeno v prejšnjih odstavkih, je glavni cilj tega izobraževalnega orodja (in projekta Resil4care) izboljšati odpornost članov skupine na Facebooku (neformalnih oskrbovalcev).

V zvezi z nadzorom in spremljanjem skupine na Facebooku je Resil4care zasnoval pristop upravljanja na dveh ravneh:

1. Osrednja skupina: usklajevanje na nadnacionalni ravni.
2. Podporna skupina: usklajevanje na nacionalni ravni.

Prva je najvišja **raven koordinacije**, ki jo sestavljajo vodja (slovenski partner) in 8 moderatorjev (2 iz vsake države). Na tej ravni so imeli sestavni deli skupine mesečna spletna srečanja, na katerih so predlagali in razvijali nove teme, dajali nasvete, razpravljali o novih situacijah in vse, kar pomaga razvijati trajnost in dobro vzdušje v podporni skupini na Facebooku. Poleg tega so na teh usklajevalnih sestankih dobili nasvete, kako sodelovati z 2 neformalnima oskrbovalcema na nacionalni ravni (podporna skupina)

Druga stopnja je **podporna ožja skupina**. To skupino sestavljata dva moderatorja in dva neformalna oskrbovalca, ki sta prej sodelovala v skupini C1. Njuna vloga je bila nacionalna vloga **skrbnikov podporne skupine na Facebooku**. Skrbniki in moderatorji so imeli tudi ponavljajoča se srečanja, da bi ohranili ustrezno vzdušje, razvijali nove zamisli za objave v skupini, povečali udeležbo v skupini na Facebooku ter ustvarili spodbudno okolje.

Pri tem je ključnega pomena, da informacije, objavljene v skupini na Facebooku (s strani administratorjev in članov), pomagajo ustvariti bogato informacijsko okolje, ki spodbuja izmenjavo izkušenj med udeleženci. Pričakovati je bilo, da bo ta izmenjava informacij med moderatorji in neformalnimi oskrbovalci udeležencev izboljšala nekatere ključne kompetence in tako povečala odpornost udeležencev, kar je končni cilj projekta.

Če povzamemo, lahko rečemo, da je uspeh skupine na Facebooku odvisen od dveh dejavnikov:

- a) kakovost vsebine, ki jo objavijo skrbniki podporne skupine na Facebooku.
- b) interakcija/udeležba neformalnih oskrbovalcev, ki si izmenjujejo osebne izkušnje.

2.4. Uporabljen metoda vrednotenja.

2.4.1. Uvod

Kot je bilo opredeljeno že v uvodu tega dokumenta, ima ta izobraževalni vir naslednja dva cilja:

- c) Oceniti ključne elemente pilotnega preizkusa (1 leto), ki ga sestavljata dejavnost usposabljanja in skupina na Facebooku. Njegov cilj je izboljšati končne rezultate 2 in 3 projekta Resil4care.
- d) Partnerstvu, zainteresiranim stranem in izobraževalni skupnosti ponuditi model evalvacije (otipljiv rezultat izobraževanja) z možnostjo prenosa na druge izobraževalne projekte ali dejavnosti usposabljanja.

Da bi lahko dosegli te cilje, je rezultat tega projekta (PR₄):

- d) Oblikovanje posebne metode ocenjevanja in 9 orodij.
- e) Izvedba petih dejavnosti ocenjevanja.
- f) Pridobitev ugotovitev za pomoč pri oblikovanju projektnega izobraževalnega pristopa.

Za doseg teh ciljev je bilo v tem izobraževalnem viru (PR₃) uporabljeno raziskovanje z mešano metodo, ki je vključevalo pet različnih dejavnosti vrednotenja.

Metodo lahko povzamemo kot kombinacijo kvantitativnih in kvalitativnih metod, ki so bile uporabljene za oblikovanje orodij, izvajanje dejavnosti vrednotenja in pridobivanje zaključkov vrednotenja (poglavji 5.1 in 5.2). Poseben način, izbran za kombinacijo kvantitativnega in kvalitativnega raziskovanja, bi lahko opredelili kot "popolnost", s katero *lahko* s to mešano metodo "*raziskovalec pride do celovitejšega opisa področja raziskovanja*" (Bryman, 2016).

2.4.2. Izvedene dejavnosti vrednotenja.

Kot je navedeno zgoraj, je bilo pri tem izdelku izvedenih 5 dejavnosti vrednotenja:

1. Vrednotenje dejavnosti usposabljanja C1 za udeležence: (orodja 1, 2 in 3) ter skupinska razprava ob koncu dejavnosti.
2. 1 izvod vprašalnika o odpornosti (orodje 4), ki so ga izpolnili udeleženci, ki so sodelovali v skupini na Facebooku.
3. V procesu prilagajanja metodologije in priprave orodij (vprašalnika o odpornosti in orodja za ocenjevanje usposobljenosti) je sodelovalo 20 strokovnjakov (intervjuji in skupinske razprave).
4. 1 fokusna skupina, ki so jo oblikovali projektni partnerji, odgovorni za nacionalne skupine na Facebooku.
5. 1 študija primera na državo: Slovenija, Italija, Grčija in Španija.

2.4.3. Razvita orodja za ocenjevanje.

Za zbiranje kvantitativnih podatkov je projekt Resil4care razvil štiri orodja (2, 4, 5 in 6), za zbiranje kvalitativnih informacij pa dve orodji (7 in 9). Poleg tega sta bili razviti dve orodji za zbiranje mešanih informacij (1, 3 in 8).

Prva tri orodja so bila zasnovana za ocenjevanje dejavnosti usposabljanja v živo, razvite v okviru usposabljanja v Sloveniji. Orodja 4, 5, 6 in 7 so bila namenjena ocenjevanju različnih elementov pilotnega preizkusa (skupine na Facebooku). Orodje 8 je bilo zasnovano za ocenjevanje razsežnosti IKT platforme za usposabljanje Resil4care (PR3). In končno, zadnje orodje (9) je bilo zasnovano tako, da je s pomočjo študije primera razvijalo 4 pilotne teste, izvedene za partnerje.

Tabela 1.a (naslednja stran) vsebuje opis, vrsto in cilj vsakega orodja, razvitega v okviru projekta Resil4care.

Poleg tega oddelek 2.5. vključuje vsa orodja za ocenjevanje, razvita v okviru projekta, s kratkim opisom vsakega od njih. Pripravljena so za uporabo (ali prilagoditev/izboljšanje) v izobraževalni skupnosti.

Pri oblikovanju in razvoju večine orodij, ki so nastala v okviru tega vira (1, 2, 3, 6, 8 in 9), je bila uporabljena metoda neakademskega pristopa, ki na splošno temelji na naslednjih korakih:

1. Pregled literature o metodah in orodjih iz podobnih evropskih projektov; izobraževalne spletne strani, akademski dokumenti (Scopus)...
2. notranje informacije sodelujočih organizacij (procesi, mnenja strokovnjakov, orodja, zaključki, dokumenti in artefakti).
3. Predstavitve in razprava s partnerstvom o predlogu delovne metode.
4. Razvoj in izvajanje metodologije in orodij.

Ta pristop velja za zelo koristnega, kadar je namenjen razvoju praktičnih in enostavno izvedljivih orodij za vrednotenje, ki bodo prispevala k doseganju ciljev projekta in jih bodo pozneje uporabljali (ali spreminjali) pedagoški delavci v različnih okoljih.

Po drugi strani pa je izdelava orodja 4 (vprašalnik o odpornosti) in orodja 5 (orodje za ocenjevanje kompetenc) potekala po posebni akademski metodi, ki jo je treba temeljito pojasniti v naslednjem razdelku.

Resil4care je za pripravo vprašalnika o odpornosti in orodja za ocenjevanje kompetenc uporabil strogo akademsko metodo, ki je v celoti razložena v poglavjih: 2.4.3.1. in 2.4.3.2.

TABELA 1.a Orodja za ocenjevanje, ki jih je razvil Resil4care (PR4). Vir: lastna ocena.

Orodje		Cilj	Tip	Ciljna skupina
1	Informacije o udeležencih usposabljanja.	Zbiranje informacij o udeležencih usposabljanja. Prilagoditev dejavnosti usposabljanja potrebam in interesom udeležencev.	Vprašalnik. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
2	Vrednotenje znanja o dejavnosti usposabljanja.	Ocena zmogljivost dejavnosti usposabljanja za doseganje ciljev, določenih za dejavnost usposabljanja.	Vprašalnik. Likertova lestvica. Zbiranje kvantitativnih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
3	Vprašalnik o zadovoljstvu z dejavnostmi usposabljanja.	Mnenje udeležencev o dejavnosti usposabljanja. Izboljšanje končnega PR2.	Vprašalnik. Likertova lestvica in odprta vprašanja. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
4	Vprašalnik o odpornosti.	Ocena izboljšanja odpornosti udeležencev, ki so sodelovali v pilotnem preizkusu. (skupina na Facebooku).	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
5	Vprašalnik za oceno usposobljenosti.	Ocena kompetenc (digitalne, osebne, socialne in učenje učenja) udeležencev, ki so sodelovali v pilotnem preizkusu. (skupina na Facebooku)	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
6	Vprašalnik o zadovoljstvu.	Mnenje udeležencev o skupini na Facebooku. Izboljšanje končnega PR2.	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
7	Predloga za fokusne skupine.	Strateška ocenjevanje veljavnost modela Resil4care (dejavnost usposabljanja + Facebook)	Kvalitativni vprašalnik. Navdihujoča vprašanja.	Koordinatorji pilotnega projekta.
8	IKT razsežnosti platforme. Zadovoljstvo.	Oceniti zadovoljstvo udeležencev s platformo za usposabljanje.	Vprašalnik. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri učnih dejavnostih na platformi (PR3).
9	Študija primera.	Raziskovanje in analiza 4 resničnih okolij za oblikovanje okvira.	Vprašalnik z odprtimi vprašanji	Koordinatorji pilotnih projektov.

2.4.3.1. Vprašalnik o odpornosti (orodje 4)

Uvod. Pojem odpornosti.

Od sedemdesetih let prejšnjega stoletja je koncept odpornosti sprožil ogromno raziskav o posameznikih (Coronado, 2017) in praktičnem delu (dejavnosti, vaje, vodniki ...). Zaradi tega sta se razumevanje in opredelitev odpornosti razvila in postala pomemben element na številnih področjih (Southwick et al., 2014). Zato se lahko glede na področje dela, s katerega se prožnost obravnava, opredelitev ali koncept nekoliko razlikujeta. V preglednici 2 je prikazanih več konceptov odpornosti iz ustreznih člankov s področja izobraževanja (ključno za pobudo Erasmus+) in področja dela neformalnih oskrbovalcev (ključno za projekt Resil4care). Te opredelitve in pristop, uporabljen v člankih, so bili ključni za oblikovanje teoretičnega okvira vprašalnika, ki je pojasnjen v naslednjem razdelku.

Preglednica 2. Pomembni koncepti odpornosti za projekt Resil4care.

Vir: lastna izdelava iz različnih virov.

Avtor/i	Naslov članka	Opredelitev pojma odpornost
Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Bernard J.	Kratka lestvica odpornosti: ocenjevanje zmožnosti ponovnega vzpona.	Sposobnost, da se po stresu vrnemo nazaj ali si opomoremo, da se prilagodimo stresnim okoliščinam, da ne zbolimo kljub velikim težavam in da kljub stresu ali težavam delujemo nad normo.
Glennie EJ.	Spoprijemanje in odpornost. Nekognitivne veščine v razredu: Nove perspektive edukacijskega raziskovanja.	Odpornost se nanaša na "pozitivno prilagajanje" kot odziv na hude nesreče.
Dias R, Santos RL, Sousa MFBD, et al.	Odpornost oskrbovalcev oseb z demenco: Sistematični pregled bioloških in psihosocialnih dejavnikov.	Pozitivna sposobnost prilagajanja na nesreče, prilagodljivost, psihološko dobro počutje, moč, zdravo življenje, breme, socialna mreža in zadovoljstvo s socialno podporo.
Simon MA, Gunia B, Martin EJ et al.	Pot do ekonomske odpornosti za družinske oskrbovalce: S tem se bo zmanjšala prikrajšanost gospodinjstev in hkrati zmanjšalo pomanjkanje kadrov v zdravstvu.	Ekonomska odpornost je opredeljena kot sposobnost, da se po gospodarski stiski vrnemo na finančno raven pred boleznijo.

Zasnova vprašalnika: metoda.

1. Razvoj teoretičnega okvira in temeljnih konstruktov.

Oblikovanje vprašalnika se je začelo z raziskavo, ki je bila zaključena z uporabo več virov informacij:

- a) Ključne ugotovitve, vključene v PR1 (Metodološki okvir in pripravljalna analiza).
- b) Rezultate evalvacije projekta C1 (Skupno usposabljanje osebja), ki je v Sloveniji potekal oktobra 2022.
- c) Ugotovitve, pridobljene s pregledom literature, opravljenim konec leta 2022 (analiziranih je bilo 24 akademskih in praktičnih dokumentov, osredotočenih na izboljšanje odpornosti s pomočjo IKT).
- d) 6 intervjujev s psihologi IVASS.

Na podlagi tega je bil opredeljen teoretični okvir koncepta odpornosti, ki je bil uporabljen za pripravo prvega sklopa postavk, ki so sestavljale vprašalnik.

Glede na ugotovitve zgoraj omenjene raziskave je bilo ugotovljeno, da sta v ozadju koncepta odpornosti Resil4care dva močna temeljna konstrukta:

1. Psihološka odpornost (glej pojme v preglednici 2)
2. Digitalna odpornost: sposobnost osebe, da se izboljša z vključevanjem v digitalne izkušnje.

Prvi konstrukt je bil sestavljen iz šestih dimenzij, povezanih s psihološkim konceptom odpornosti (anksioznost, vztrajnost, prepričanja, samoučinkovitost, pozitivizem in prilagodljivost).

Drugi konstrukt (digitalna odpornost) so tvorili elementi, povezani z izboljšanjem odpornosti s pridobivanjem dveh digitalnih kompetenc (sodelovanje in komunikacija).

Raziskovalna skupina je menila, da se bo pri oblikovanju prvega orodja (vprašalnika o odpornosti) osredotočila le na prvo dimenzijo (psihološka odpornost), digitalno dimenzijo pa bo prepustila orodju 5 (orodje za ocenjevanje kompetenc), saj je razumela, da dve digitalni kompetenci, ki tvorita ta konstrukt, bolje ustrezata ciljem orodja za ocenjevanje kompetenc.

2. Razvoj vprašalnika Likertove lestvice.

Projekt Resil4care se je odločil za pripravo 5-stopenjskega Likertovega vprašalnika, saj meni, da je to najboljši način za oceno izboljšanja odpornosti tako velikega števila neformalnih oskrbovalcev (več kot 500), ki sodelujejo v projektu (skupina na Facebooku).

Druga faza se je začela z opredelitvijo predhodnih postavk, ki so sestavljale prvi vprašalnik. Izvedena je bila fokusna skupina s šestimi psihologi IVASS, ki je našla skupno 77 postavk, povezanih s konstruktom odpornosti (tesnoba: 14; vztrajnost: 11; prepričanja: 11; samoučinkovitost: 13; pozitivizem: 16; in prilagodljivost: 12)

Nato je 9 zunanjih strokovnjakov razvrstilo elemente. Raziskovalna skupina je rezultate statistično analizirala in izbrala najpomembnejše. Izveden je bil pilotni preizkus s štirimi neformalnimi oskrbovalci, da bi ocenili jasnost navodil in značilnosti postavk (besedilo, jasnost, estetika, zaporedje in odzivni čas). To predkončno orodje (glej Prilogo 1) je bilo sestavljeno iz naslednjih 29 postavk:

1. Zlahka se razdražim.
2. Izogibam se novim situacijam.
3. Zlahka se odklopim od težav.
4. Imam dobro kakovost življenja.
5. Rad delim svoje težave.
6. Imam dovolj časa zase.
7. Skrbi me za mojo prihodnost.
8. Skrbim zase.
9. Moje družabno življenje bi se lahko izboljšalo.
10. Težave rešujem, če vložim potreben trud.
11. Ko se soočim s težavo, ostanem miren.
12. Najdem različne rešitve za težave.
13. Lahko se prilagajam spremembam.
14. Moja prihodnost me ne zanima.
15. Sem samozavestna oseba.
16. Verjamem, da je moja prihodnost odvisna od usode.
17. Ponosen sem na svoje dosežke.
18. Neprijetno se počutim, ko se v mojem okolju zgodijo spremembe.
19. Moja družina me podpira.
20. Tehnologija mi pomaga pri komunikaciji z drugimi ljudmi.
21. Občutek imam, da sem preobremenjen s skrbmi, ki jih povzroča skrb za osebo.
22. Spremembe pri osebi, za katero skrbim, me vznemirjajo.
23. Sprejemam spremembe, ki se v mojem življenju zgodijo zaradi skrbi za drugo osebo.
24. Usposobljen sem za opravljanje nalog neformalnega oskrbovalca.
25. Moje obveznosti neformalnega skrbnika zmanjšujejo kakovost mojega življenja.
26. Sposoben sem razumeti potrebe osebe, za katero skrbim.
27. Manjka mi energije.
28. Imam veščine za obvladovanje stresa.
29. Prilagajam se zahtevam osebe, za katero skrbim.

Na koncu je bilo vključenih 11 demografskih vprašanj. Vprašanja so bila prevedena v grščino, italijanščino, slovenščino in španščino. Vprašalnik je bil naložen v 4 nacionalne skupine na Facebooku, kjer so ga izpolnjevali neformalni oskrbovalci, ki so sodelovali v projektu.

3. Statistična analiza

Vir podatkov (n=161)

Spletni vprašalnik je izpolnilo 161 neformalnih oskrbovalcev, ki so sodelovali v nacionalnih skupinah na Facebooku. Med njimi je bilo 81,4 % žensk in 16,8 % moških. Večina jih je bila oskrbovalcev srednjih let (68,4 % jih je bilo starih med 40 in 60 let) s terciarno izobrazbo (60,9 %). Glede kraja, kjer neformalni oskrbovalci živijo, jih je 62,7 % navedlo, da živijo pri družini, le 14,3 % pa jih živi pri osebi, za katero skrbijo. Nazadnje je 64 % anketirancev navedlo, da skrbijo za mater, očeta ali oba.

Analiza

Analiza komponent je bila izvedena kot tehnika za zmanjšanje števila spremenljivk. Za vključitev elementa v 7 dobljenih faktorjev je bila uporabljena faktorska obremenitev $> ,50$. V končni vprašalnik je bilo vključenih 16 postavk.

Zanesljivost: Za preverjanje notranje zanesljivosti 29 postavk Likertove lestvice je bil izveden Cronbachov test alfa. Test je pokazal rezultat 0,83, kar se šteje za "dobro". V zvezi s končnim vprašalnikom, ki ga sestavlja 16 postavk, se je Cronbachova alfa zmanjšala na 0,75, kar velja za "sprejemljivo" (preglednica 3).

Preglednica 3. Cronbachova alfa končnega vprašalnika (16 postavk).

Vir: lastna izdelava na podlagi vzorčnih podatkov.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.75	16

Na 29 postavkah Likertove lestvice je bila izvedena faktorska analiza glavnih komponent. Čeprav je test pokazal 7 dejavnikov, sta bila ohranjena le prva dva, ki sta bila uporabljena za pripravo končnega vprašalnika. Ta dva faktorja sta pojasnila 41 % variance (preglednica 4), kar velja za zelo dober odstotek.

Preglednica 4. Skupna pojasnjena varianta.

Vir: lastna izdelava na podlagi vzorčnih podatkov.

Varianza Total Explicada

	Valores propios Iniciales			Sumas de Pesos al Cuadrado de la Extracción			Rotación: Sumas de Pesos al Cuadrado		
	Total	% de Varianza	% Acumulado	Total	% de Varianza	% Acumulado	Total	% de Varianza	% Acumulado
1	7.04	24.3%	24.3%	7.04	24.3%	24.3%	5.91	20.4%	20.4%
2	4.85	16.7%	41.0%	4.85	16.7%	41.0%	3.14	10.8%	31.2%
3	1.81	6.2%	47.3%	1.81	6.2%	47.3%	2.71	9.4%	40.6%
4	1.60	5.5%	52.8%	1.60	5.5%	52.8%	1.81	6.3%	46.8%
5	1.24	4.3%	57.1%	1.24	4.3%	57.1%	1.57	5.4%	52.2%
6	1.06	3.6%	60.7%	1.06	3.6%	60.7%	1.89	6.5%	58.8%
7	1.01	3.5%	64.2%	1.01	3.5%	64.2%	1.52	5.3%	64.0%
8	.97	3.3%	67.5%						
9	.85	2.9%	70.4%						
10	.76	2.6%	73.1%						
11	.74	2.5%	75.6%						
12	.68	2.3%	77.9%						
13	.64	2.2%	80.1%						
14	.60	2.1%	82.2%						
15	.57	2.0%	84.2%						
16	.53	1.8%	86.0%						
17	.47	1.6%	87.6%						
18	.42	1.5%	89.1%						
19	.42	1.4%	90.5%						
20	.38	1.3%	91.8%						
21	.37	1.3%	93.1%						
22	.34	1.2%	94.3%						
23	.31	1.1%	95.4%						
24	.29	1.0%	96.4%						
25	.26	.9%	97.3%						
26	.24	.8%	98.1%						
27	.21	.7%	98.8%						
28	.18	.6%	99.4%						
29	.16	.6%	100.0%						

Na podlagi te analize je bilo v končni vprašalnik vključenih 16 postavk z obremenitvijo, višjo od 0,50. Za določitev dejavnikov in vanje vključenih postavk je bila potrebna rotacija. Kot je razvidno iz preglednice 5, je bilo v končni vprašalnik vključenih 10 postavk iz prvega faktorja in 6 postavk iz drugega faktorja.

Preglednica 5. Rotirana matrika komponent. 16 elementov z obremenitvijo, višjo od .50.

Vir: lastna izdelava na podlagi vzorčnih podatkov.

Matriz Rotada de Componentes

	Componente						
	1	2	3	4	5	6	7
Item1	.02	.29	.26	-.10	.64	.24	-.19
Item2	.24	.31	.10	.21	-.04	.61	-.21
Item3	.38	.28	.25	.03	.43	-.10	.27
Item4	.06	.04	.58	.22	-.05	.18	.52
Item5	.39	.00	.27	-.05	-.64	.05	-.12
Item6	.13	.06	.83	.05	.07	.03	-.02
Item7	-.11	.74	-.06	.10	.02	.03	.22
Item8	.26	.04	.80	-.05	.06	.09	.14
Item9	-.08	.74	-.16	-.01	.06	-.05	-.25
Item10	.65	-.19	.26	-.15	-.04	.10	.20
Item11	.60	.00	.06	-.13	.14	.49	.21
Item12	.77	-.03	.14	-.16	-.07	.05	.08
Item13	.73	.06	.06	.09	-.08	.12	.23
Item14	.02	-.04	.19	.83	-.09	-.01	-.16
Item15	.70	.03	.22	.27	.00	-.01	.07
Item16	-.10	.15	-.10	.72	.06	.12	.19
Item17	.55	-.02	.40	.18	-.12	-.32	.16
Item18	-.19	.22	-.07	.45	.27	.56	.11
Item19	.33	.06	.15	-.01	.04	-.05	.69
Item20	.49	-.34	.23	.06	-.05	-.20	.07
Item21	-.15	.58	.26	.16	.43	.16	.13
Item22	-.25	.58	.09	.02	.39	.32	-.13
Item23	.61	-.33	-.03	.10	.21	-.11	.20
Item24	.74	-.15	.06	-.06	-.14	-.01	-.10
Item25	-.18	.64	.34	.03	.06	.26	.21
Item26	.75	-.22	.01	-.07	-.09	.05	-.07
Item27	-.05	.53	.28	.07	.06	.52	.06
Item28	.38	-.04	.34	-.17	-.01	.42	.29
Item29	.78	-.07	-.04	-.13	-.02	.01	.02

Po mnenju raziskovalne skupine ta dva dejavnika predstavljata dva različna konstrukta (preglednica 6):

- Dejavnik kompetenc: kaj menim, da lahko dosežem s svojimi sposobnostmi (pozitiven pristop).
- Pomanjkanje kakovosti življenja: negativni občutki, povezani z odpornostjo (negativni pristop).

Preglednica 6. 16 postavk končnega vprašalnika, razčlenjenih po dejavnikih.

Vir: lastna izdelava na podlagi vzorčnih podatkov.

Dejavnik 1: dejavnik usposobljenosti. Usmerjenost postavk: pozitivna.	Dejavnik 2: pomanjkanje kakovosti življenja. Usmerjenost postavk: negativna.
10. Težave rešim, če vložim potreben trud.	7. Skrbi me moja prihodnost.
11. Ko se soočim s težavo, ostanem miren.	9. Moje družabno življenje bi se lahko izboljšalo.
12. Poiščem različne rešitve problema.	21. Čutim se preobremenjenega zaradi skrbi, ki jih povzroča skrb za osebo
13. Sposoben sem se prilagoditi spremembam.	22. Spremembe pri osebi, za katero skrbim, me vznemirjajo.
15. Sem samozavestna oseba.	25. Moje obveznosti kot neformalnega skrbnika zmanjšujejo kakovost mojega življenja.
17. Ponosen sem na svoje dosežke.	27. Manjka mi energije.
23. Sprejemam spremembe, ki se v mojem življenju zgodijo zaradi skrbi za drugo osebo.	
24. Imam sposobnosti za opravljanje nalog neformalnega skrbnika.	
26. Sposoben sem razumeti potrebe osebe, za katero skrbim.	
29. Prilagajam se zahtevam osebe, za katero skrbim.	

2.4.3.2. Orodje za ocenjevanje kompetenc (orodje 5).

Uvod: konceptualni okvir orodja.

Za začetek to kompetenčno orodje sledi **"priporočilu Evropskega parlamenta in Sveta o ključnih kompetencah za vseživljenjsko učenje, ki podpira razvoj v kompetence usmerjenega poučevanja in učenja ..."** (Vuorikary et al., 2022) in se osredotoča na ocenjevanje izboljšav udeležencev (v tem primeru neformalnih oskrbovalcev) prek učnih rezultatov, doseženih v posebnem digitalnem kontekstu, v primeru Resil4care: skupine na Facebooku.

V skladu s tem se je projekt Resil4care dogovoril o razvoju orodja za ocenjevanje kompetenc na podlagi dveh evropsko priznanih konceptualnih okvirov: a) LifeComp (Sala et al., 2020) in b) kompetenc digitalnega okvira za državljane (Vuorikari et al., 2022).

Obe publikaciji sta poročili o znanstveni politiki Skupnega raziskovalnega središča (JRC), službe Evropske komisije za znanost in znanje, s ciljem zagotavljanja znanstvene podpore procesu oblikovanja evropskih politik na podlagi dokazov. Poleg tega ta dva konceptualna okvira sledita Priporočilu Sveta o ključnih kompetencah za vseživljenjsko učenje, 22. maj 2018, ST 9009 2018 INIT.

Na ta način projekt Resil4care **ne uporablja le okvirov, ki jih priznava Evropska unija, temveč tudi raziskuje, kako jih prilagoditi in uporabiti v različnih kontekstih ter pridobiti zaključke, kot je predlagano v dokumentu:** "... razvijalce pobud, da prilagodijo referenčni okvir svojim potrebam, ko prilagajajo intervencije (npr. razvoj učnih načrtov) posebnim potrebam ciljnih skupin" (DigComp, str. 4).

Na eni strani Evropski okvir za osebne, socialne in učne ključne kompetence (LifeComp) zagotavlja konceptualni okvir za poučevanje in učenje "osebnih, socialnih in učnih kompetenc". Svet meni, da so te kompetence ključne, saj evropskim državljanom omogočajo uspešno obvladovanje izzivov na osebem področju, pri delu in v družbi. LifeComp navaja, da je pomemben kot podlaga za razvoj učnih načrtov in učnih dejavnosti. Kot je razvidno iz slike 3, ima LifeComp 9 kompetenc (samoregulacija, prožnost, dobro počutje, empatija, komunikacija, sodelovanje, miselna rast, kritično mišljenje in upravljanje učenja) s po tremi deskriptorji, ki so opisani z uporabo modela "zavedanje, razumevanje, delovanje", ki prikazuje več vidikov uvajanja".

Slika 3. Ključne komponente in deskriptorji kompetenc LifeComp (Sala et al. 2020).

Vir: M. K: Vir: LifeComp.

AREA	COMPETENCES	DESCRIPTORS
PERSONAL	P1 Self-regulation Awareness and management of emotions, thoughts and behaviour.	P1.1 Awareness and expression of personal emotions, thoughts, values, and behaviour
		P1.2 Understanding and regulating personal emotions, thoughts, and behaviour, including stress responses
		P1.3 Nurturing optimism, hope, resilience, self-efficacy and a sense of purpose to support learning and action
	P2 Flexibility Ability to manage transitions and uncertainty, and to face challenges	P2.1 Readiness to review opinions and courses of action in the face of new evidence
		P2.2 Understanding and adopting new ideas, approaches, tools, and actions in response to changing contexts
		P2.3 Managing transitions in personal life, social participation, work and learning pathways, while making conscious choices and setting goals
	P3 Wellbeing Pursuit of life satisfaction, care of physical, mental and social health; and adoption of a sustainable lifestyle	P3.1 Awareness that individual behaviour, personal characteristics and social and environmental factors influence health and wellbeing
		P3.2 Understanding potential risks for wellbeing, and using reliable information and services for health and social protection
		P3.3 Adoption of a sustainable lifestyle that respects the environment, and the physical and mental wellbeing of self and others, while seeking and offering social support
SOCIAL	S1 Empathy The understanding of another person's emotions, experiences and values, and the provision of appropriate responses	S1.1 Awareness of another person's emotions, experiences and values
		S1.2 Understanding another person's emotions and experiences, and the ability to proactively take their perspective
		S1.3 Responsiveness to another person's emotions and experiences, being conscious that group belonging influences one's attitude
	S2 Communication Use of relevant communication strategies, domain-specific codes and tools, depending on the context and content	S2.1 Awareness of the need for a variety of communication strategies, language registers, and tools that are adapted to context and content
		S2.2 Understanding and managing interactions and conversations in different socio-cultural contexts and domain-specific situations
		S2.3 Listening to others and engaging in conversations with confidence, assertiveness, clarity and reciprocity, both in personal and social contexts
	S3 Collaboration Engagement in group activity and teamwork acknowledging and respecting others	S3.1 Intention to contribute to the common good and awareness that others may have different cultural affiliations, backgrounds, beliefs, values, opinions or personal circumstances
		S3.2 Understanding the importance of trust, respect for human dignity and equality, coping with conflicts and negotiating disagreements to build and sustain fair and respectful relationships
		S3.3 Fair sharing of tasks, resources and responsibility within a group taking into account its specific aim, eliciting the expression of different views and adopting a systemic approach
LEARNING TO LEARN	L1 Growth mindset Belief in one's and others' potential to continuously learn and progress	L1.1 Awareness of and confidence in one's own and others' abilities to learn, improve and achieve with work and dedication
		L1.2 Understanding that learning is a lifelong process that requires openness, curiosity and determination
		L1.3 Reflecting on other people's feedback as well as on successful and unsuccessful experiences to continue developing one's potential
	L2 Critical thinking Assessment of information and arguments to support reasoned conclusions and develop innovative solutions	L2.1 Awareness of potential biases in the data and one's personal limitations, while collecting valid and reliable information and ideas from diverse and reputable sources
		L2.2 Comparing, analysing, assessing, and synthesising data, information, ideas, and media messages in order to draw logical conclusions
		L2.3 Developing creative ideas, synthesising and combining concepts and information from different sources in view of solving problems
	L3 Managing learning The planning, organising, monitoring and reviewing of one's own learning	L3.1 Awareness of one's own learning interests, processes and preferred strategies, including learning needs and required support
		L3.2 Planning and implementing learning goals, strategies, resources and processes
		L3.3 Reflecting on and assessing purposes, processes and outcomes of learning and knowledge construction, establishing relationships across domains

Eno od vprašanj, ki jih je treba poudariti, da bi upravičili uporabo tega okvira v projektu Resil4care, je pomen, ki ga ima LifeComp za pridobitev te ključne kompetence, da bi evropski državljani postali bolj "odporni", kar je prav najpomembnejši cilj projekta Resil4care.

Ta ključna kompetenca je bila tako označena kot "osebna, socialna in učna sposobnost učenja" in je opredeljena kot "sposobnost razmišljanja o sebi, učinkovitega upravljanja časa in informacij, konstruktivnega sodelovanja z drugimi, **ohranjanja odpornosti** ter upravljanja lastnega učenja in kariere". (LifeComp, stran 11)

Po drugi strani pa orodje za ocenjevanje kompetenc, ki ga je razvil Resil4care, temelji na drugem okviru: Okviru digitalnih kompetenc za državljane (DigComp 2.2). Ta okvir zagotavlja skupno razumevanje za opredelitev in opis ključnih področij digitalnih kompetenc in je bil v praksi uporabljen na ravni Evropske unije pri nalogah, kot sta oblikovanje kazalnikov digitalnih spretnosti ali vključitev v življenjepis Europass. DigComp sestavlja naslednjih pet kompetenc: Informacijska in podatkovna pismenost; komunikacija in sodelovanje; ustvarjanje digitalnih vsebin; varnost; in reševanje problemov (slika 4).

Slika 4. Konceptualni referenčni model DigComp.

Vir: Digcomp 2.2.



Zasnova vprašalnika: metoda.

Izhodišče za izdelavo orodja za ocenjevanje kompetenc je bilo ugotoviti, katere kompetence so ključne za projekt v okviru dveh izbranih konceptualnih okvirov: LifeComp in Digcomp. V skupinski razpravi, v kateri je sodelovalo 10 strokovnjakov iz sodelujočih organizacij v projektu, je bilo določeno, da mora orodje za ocenjevanje kompetenc ocenjevati 7 ključnih kompetenc:

- a) 4 kompetence iz okvira LifeComp:
 - a. **Komunikacija:** uporaba ustreznih komunikacijskih strategij, področnih kod in orodij glede na kontekst in vsebino.
 - b. **Sodelovanje:** vključevanje v skupinske dejavnosti in timsko delo, priznavanje in spoštovanje drugih.
 - c. **Miselnost za rast:** verjamemo v lasten potencial in potencial drugih, da se nenehno učimo in napredujemo.
 - d. **Upravljanje učenja:** načrtovanje, organiziranje, spremljanje in preverjanje lastnega učenja.
- b) 3 kompetence iz okvira DigCom:
 - a. **Komunikacija in sodelovanje:** interakcija, komunikacija in sodelovanje prek digitalnih tehnologij ob upoštevanju kulturne in generacijske raznolikosti.
 - b. **Ustvarjanje digitalnih vsebin:** izboljšanje in vključevanje informacij in vsebin v obstoječe znanje ob hkratnem razumevanju uporabe licenc za avtorske pravice.
 - c. **Varnost:** varovanje fizičnega in psihološkega zdravja ter zavedanje digitalnih tehnologij za družbeno dobro počutje in socialno vključenost.

Sledilo je bibliografsko iskanje in pregled literature (Scopus in ScienceDirect), da bi preverili prisotnost obstoječih orodij za kompetence, povezanih z izbranimi okvirjema. Poleg tega so bila iskana orodja, povezana z ocenjevanjem 7 ključnih kompetenc. Ta analiza je omogočila opredelitev več podkonstruktov, povezanih z izbranimi kompetencami, in vrednostnih meril za ocenjevanje konstruktov.

Tako je raziskovalni skupini uspelo oblikovati 104 predpostavke. Te postavke je raziskovalna skupina analizirala in prilagodila ciljni skupini (neformalni oskrbovalci) ter tako oblikovala začetni vprašalnik z 92 postavkami. Izvedeni sta bili dve neodvisni fokusni skupini s strokovnjaki s področja izobraževanja odraslih, da bi določili prednost in potrdili postavke; za vsako kompetenco je bilo izbranih pet postavk (7 kompetenc x 5 postavk = 35 postavk).

Na koncu je bil opravljen pilotni preizkus s tremi vzgojitelji, da bi ocenili jasnost navodil in značilnosti elementov (besedilo, jasnost, estetika, zaporedje in odzivni čas).

Končno orodje 5 in druga ocenjevalna orodja, ki jih je izdelal ta izdelek PR₄, so na voljo v naslednjem razdelku (2.5.).

2.5. Orodja za končno vrednotenje.

V tem poglavju so predstavljena končna orodja za ocenjevanje, razvita v okviru projekta Resil4care. Ključni elementi vsakega orodja (cilj, vrsta in ciljna skupina) so prikazani v preglednici 1b na naslednji strani. Poleg tega je v tem razdelku naveden kratek opis vsakega orodja.

Ocenjevalna orodja so običajno predstavljena z navodili, ki jim sledijo kvantitativna in/ali kvalitativna vprašanja. Med pilotnim preizkusom so bili skoraj vsi podatki zbrani anonimno. Zaradi tega in z namenom, da se orodjem zagotovi enotna oblika, so bila demografska vprašanja odstranjena iz tistih orodij, ki so jih prvotno vsebovala.

Če pa jih želite vključiti, je v spodnji preglednici 7 na voljo primer več demografskih vprašanj, ki bi jih lahko vključili v številna od 9 orodij za ocenjevanje, ki so predstavljena v nadaljevanju.

Preglednica 7. Primer demografskih vprašanj.

Vir: lastna izdelava.

DEMOGRAPHIC INFORMATION	
Name:	
Gender:	<input type="checkbox"/> Female <input type="checkbox"/> Male <input type="checkbox"/> Other
Profession:	
Country:	<input type="checkbox"/> Greece <input type="checkbox"/> Italy <input type="checkbox"/> Slovenia <input type="checkbox"/> Spain
Age:	<input type="checkbox"/> 20-30 <input type="checkbox"/> 31-40 <input type="checkbox"/> 41-50 <input type="checkbox"/> 51-60 <input type="checkbox"/> 61-70 <input type="checkbox"/> + 70
Residence:	<input type="checkbox"/> I live alone <input type="checkbox"/> I live only with my relative cared <input type="checkbox"/> I live with my family <input type="checkbox"/> I live with my family and my relative cared
Education	<input type="checkbox"/> Primary school <input type="checkbox"/> Secondary school <input type="checkbox"/> Tertiary Education
Relationship:	<input type="checkbox"/> Mother/Father <input type="checkbox"/> Spouse <input type="checkbox"/> Child <input type="checkbox"/> Mother/Father-in-law <input type="checkbox"/> Brother/Sister <input type="checkbox"/> Other person
I am a Facebook user	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No

TABELA 1.b Orodja za ocenjevanje, ki jih je razvil Resil4care (PR4). Vir: lastna ocena.

Orodje		Cilj	Tip	Ciljna skupina
1	Informacije o udeležencih usposabljanja.	Zbiranje informacij o udeležencih usposabljanja. Prilagoditev dejavnosti usposabljanja potrebam in interesom udeležencev.	Vprašalnik. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
2	Vrednotenje znanja o dejavnosti usposabljanja.	Ocena zmogljivost dejavnosti usposabljanja za doseganje ciljev, določenih za dejavnost usposabljanja.	Vprašalnik. Likertova lestvica. Zbiranje kvantitativnih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
3	Vprašalnik o zadovoljstvu z dejavnostmi usposabljanja.	Mnenje udeležencev o dejavnosti usposabljanja. Izboljšanje končnega PR2.	Vprašalnik. Likertova lestvica in odprta vprašanja. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri usposabljanju.
4	Vprašalnik o odpornosti.	Ocena izboljšanja odpornosti udeležencev, ki so sodelovali v pilotnem preizkusu. (skupina na Facebooku).	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
5	Vprašalnik za oceno usposobljenosti.	Ocena kompetenc (digitalne, osebne, socialne in učenje učenja) udeležencev, ki so sodelovali v pilotnem preizkusu. (skupina na Facebooku)	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
6	Vprašalnik o zadovoljstvu.	Mnenje udeležencev o skupini na Facebooku. Izboljšanje končnega PR2.	Kvantitativni vprašalnik. Likertova lestvica.	Neformalni oskrbovalci.
7	Predloga za fokusne skupine.	Strateška ocena veljavnost modela Resil4care (dejavnost usposabljanja + Facebook)	Kvalitativni vprašalnik. Navdihujoča vprašanja.	Koordinatorji pilotnega projekta.
8	IKT razsežnosti platforme. Zadovoljstvo.	Ocena zadovoljstva udeležencev s platformo za usposabljanje.	Vprašalnik. Zbiranje mešanih informacij.	Udeleženci, ki sodelujejo pri učnih dejavnostih na platformi (PR3).
9	Študija primera.	Raziskovanje in analiza 4 resničnih okolij za oblikovanje okvira.	Vprašalnik z odprtimi vprašanji	Koordinatorji pilotnih projektov.

ORODJE 1. INFORMACIJE O UDELEŽENCIH DEJAVNOSTI USPOSABLJANJA.

To je vprašalnik, ki ga izpolnijo udeleženci dejavnosti usposabljanja v živo. Gre za mešani vprašalnik, ki vključuje:

- a) demografska vprašanja (ime, spol, starost, poklic in država).
- b) vprašanja odprtega tipa (motivacija, pomen in pričakovanja dejavnosti usposabljanja).
- c) vprašanja zaprtega tipa (vrsta oskrbe, odnos z oskrbovano osebo in instrumentalne dejavnosti, ki jih opravlja oskrbovalec).

Njegov cilj je zbrati informacije pred začetkom usposabljanja (en teden), da se usposabljanje čim bolj prilagodi zahtevam in pričakovanjem udeležencev. Poleg tega je lahko zelo koristno, da se med delavnicami v prostoru oblikujejo homogene delovne skupine.

TOOL 1		TRAINING ACTIVITY PARTICIPANTS INFORMATION	
Instructions:	This is a questionnaire whose main objective is to collect key information about you as participant in the training activity, as well as to adapt the training activity to your needs and interests.		
		YES	NO
Are you nowadays actively providing care for someone?:			
Did you actively provide care for someone in the past?:			
If you answered any of the above question yes, answer the following questions:			
Who do/did you care for?			
For how long?	_____ months/years		
<p>What kind of care do / did you provide:</p> <p>1. I help/helped with one or more activities of daily living:</p> <p> <input type="checkbox"/> Grooming/personal hygiene <input type="checkbox"/> Transferring/ambulating <input type="checkbox"/> Toileting/continence <input type="checkbox"/> Dressing <input type="checkbox"/> Eating <input type="checkbox"/> Others </p> <p>2. I help/helped with one or more instrumental activities:</p> <p> <input type="checkbox"/> Using of the phone (this includes answering and calling others) <input type="checkbox"/> Shopping for groceries <input type="checkbox"/> Planning <input type="checkbox"/> Heating or serving meals <input type="checkbox"/> Managing the medications (this includes refilling them when needed and taking them correctly) <input type="checkbox"/> Cleaning of the house or apartment <input type="checkbox"/> Getting around (for example driving around by car or accompanying by taxi or public transport) <input type="checkbox"/> Managing the money and paying the bills </p>			
What motivates you to help (other) family carers?			
What do you think is most important working with (other) family carers?			
What would you like to learn in this course?			
What are your course expectations?			

ORODJE 2. ORODJE ZA VREDNOTENJE ZNANJA O DEJAVNOSTI USPOSABLJANJA

Cilj tega orodja je oceniti, v kolikšni meri so udeleženci po končanem usposabljanju pridobili cilje znanja, določene v učnih dejavnostih.

Orodje 2 je Likertov vprašalnik, ki se uporablja sam, sestavljen iz 16 vprašanj zaprtega tipa, razdeljenih v 5 ločenih tematskih sklopov:

- I. Erasmus+ program,
- II. Oskrba,
- III. Motivacija,
- IV. Socialna podpora,
- V. Facebook.

Postavke so bile opredeljene kot teoretični učni izidi, ki naj bi jih udeleženci izboljšali s sodelovanjem v učni dejavnosti. Stopnja napredka je ocenjena na petstopenjski lestvici od "popolnoma se ne strinjam" do "popolnoma se strinjam".

Vprašalnik je predstavljen tako, da ga je mogoče izpolniti anonimno, da se zagotovi, da bodo udeleženci odgovarjali iskreno. Zato je treba za pridobitev rezultatov izvesti skupinsko analizo. Če želimo spremljati učni proces določene osebe ali podskupine, lahko vprašalnik dopolnimo z dodajanjem demografskih vprašanj iz preglednice 7.

Da bi dosegli cilj, je zelo priporočljivo, da ta vprašalnik izpolnite dvakrat: pred začetkom (pred začetkom dejavnosti usposabljanja) in po koncu (po končani dejavnosti).

ORODJE 3. VPRAŠALNIK O ZADOVOLJSTVU Z DEJAVNOSTJO USPOSABLJANJA

To je še en vprašalnik na papirju, ki je bil pripravljen za ugotavljanje zadovoljstva udeležencev usposabljanja v živo in zbiranje njihovih povratnih informacij za morebitne izboljšave v prihodnosti. Ta vprašalnik je treba izpolniti po končani dejavnosti usposabljanja.

Sestavljata ga dva dela. Prvi vključuje 10 postavk Likertove lestvice z lestvico od "močno se ne strinjam" do "močno se strinjam". Postavke raziskujejo stopnjo zadovoljstva z elementi, kot so organizacija, uporabnost tem ali jasnost gradiva. Drugi razdelek vsebuje 3 odprta vprašanja, s katerimi so udeleženci povabljeni, da izrazijo svoje splošno mnenje o dejavnosti usposabljanja in o tem, kako jo izboljšati za prihodnja usposabljanja.

TOOL 3		TRAINING ACTIVITY SATISFACTION QUESTIONNAIRE				
Instructions:		The main objective of this questionnaire is to know your satisfaction as participant about the training course and collect your feedback for possible improvements in the future. This questionnaire should be completed after finishing the training activity.				
Please, tick the square to indicate how much you agree with the following sentences:		Strongly disagree	Disagree	Neither agree nor disagree	Agree	Strongly agree
1.	The course was well-organized.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Topics are useful to me.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Given contents were suitable for my level of knowledge.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Topics were easy to understand.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	The time devoted to the practical lessons (working in groups and working with the Facebook) was adequate.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Topics were presented clearly.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	The trainer encouraged active participation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Materials were well prepared and sufficient.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	I am satisfied with the training course.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	The next steps and responsibilities after the training course are clear to me.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Open questions						
What is your general impression on the training course?						
What would you like to include or learn in future training courses like this one?						
What are your suggestions for improvement of the course?						

ORODJE 4. VPRAŠALNIK O ODPORNOSTI

Cilj tega vprašalnika je oceniti, v kolikšni meri je neformalni oskrbovalec usklajen s konceptom odpornosti, ki je bil posebej razvit v okviru projekta Resil4care.

To je Likertov vprašalnik s 16 postavkami, ki je bil pripravljen kot rezultat kvantitativne raziskovalne metode, ki se je v okviru projekta izvajala pet mesecev in je pojasnjena v poglavju 2.4.3.1 tega dokumenta. Postavke se nanašajo na osebna mnenja, povezana s konstruktom odpornosti Resil4care; 10 postavk je pozitivno usmerjenih, 6 pa negativno (obratno).

Navodila za ocenjevanje:

Postavke 1, 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 14 in 16 so pozitivno usmerjene in ocenjene. Postavke 3, 5, 8, 10, 12 in 15 imajo obratno vrednost (negativno).

Za pozitivne postavke (1, 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 14 in 16) je priporočena ocena:

Popolnoma se strinjam:	5 točk.
Strinjam se:	4 točke.
Niti se strinjam niti se ne strinjam:	3 točke.
Ne strinjam se	2 točki.
Zelo se ne strinjam:	1 točka.

Pri negativnih postavkah (3, 5, 8, 10, 12 in 15) je rezultat obraten:

Popolnoma se strinjam:	1 točka.
Strinjam se:	2 točki.
Niti se strinjam niti se ne strinjam:	3 točke.
Ne strinjam se	4 točke.
Zelo se ne strinjam:	5 točk.

Višji kot je seštevek skupnih točk, bolj je oseba teoretično ocenjena kot "odporna" v skladu s konstruktom odpornosti, opredeljenim v projektu Resil4care.

ORODJE 5. VPRAŠALNIK ZA OCENJEVANJE KOMPETENC

Cilj tega vprašalnika je oceniti, kakšne kompetence in v kolikšni meri so neformalni oskrbovalci pridobili s sodelovanjem v podporni skupini na Facebooku.

To je Likertov vprašalnik s 35 točkami, ki je nastal kot rezultat kvalitativne raziskovalne metode, ki se je v okviru projekta izvajala štiri mesece in je pojasnjena v poglavju 2.4.3.2 tega dokumenta.

Elementi so razvrščeni v 7 vrst kompetenc. V skladu s projektom Resil4care so bile naslednje kompetence zelo pomembne za projekt:

- 4 kompetence iz okvira LifeComp (komunikacija, sodelovanje, miselnost za rast in upravljanje učenja);
- 3 kompetence iz okvira DigComp (komunikacija in sodelovanje, ustvarjanje digitalnih vsebin in varnost).

Po ugotovitvi pomembnosti teh sedmih kompetenc je raziskava začela zbirati informacije, da bi na koncu dobila 35 postavk (vsaka za posamezno kompetenco), ki so sestavljale končni vprašalnik.

35 elementov je pozitivnih. Navodila za točkovanje:

Popolnoma se strinjam: 5 točk.

Strinjam se: 4 točke.

Niti se ne strinjam niti se ne strinjam: 3 točke.

Ne strinjam se 2 točki.

Zelo se ne strinjam: 1 točka.

Višji kot je seštevek skupnih točk, bolj je oseba teoretično izboljšala svoje kompetence. Informacije je mogoče analizirati, pri čemer se osredotočimo le na določeno število kompetenc.

TOOL 5		COMPETENCE EVALUATION QUESTIONNAIRE				
Instructions:		The main objective of this questionnaire is to evaluate your competences after participating on the Facebook group within the RESIL4CARE project.				
Please, tick the square to indicate how much you agree with the following sentences to the Facebook group.		Strongly disagree	Disagree	Neither agree nor disagree	Agree	Strongly agree
COMMUNICATION: The use of relevant communication strategies, domain-specific codes and tools, depending on the context and content.						
1.	I manage interactions and conversation on the Facebook context.					
2.	I know the systems of rules (codes) that allows to communicate a message on Facebook.					
3.	I listen to others engaging in the group conversations.					
4.	I am able to say no in an assertive way to someone without making them feel bad.					
5.	I ask appropriately for information and clarifications without being intrusive.					
COLLABORATION: Engagement in group activity and teamwork acknowledging and respecting others.						
6.	I know the Facebook group rules and activities.					
7.	I share information and digital content with the other members of the Facebook group.					
8.	I construct respectful interactions with the other member of the Facebook group.					
9.	I feel entitled to express their own opinions constructively when it goes against the group.					
10.	I am aware that digital tools can create new opportunities for participation in society for vulnerable groups (example: elderly people, people with special needs)					
GROWTH MINDSET: The believe in one's and others' potential to continuously learn and progress.						
11.	I monitor my own learning process.					
12.	I believe on my own potential to improve.					
13.	I seek out challenges as an opportunity to help others.					
14.	I learnt strategies to take care of myself.					
15.	I am aware about the benefits of reinforcing my social network.					

MANAGING LEARNING: The planing organising, monitoring and reviewing of one's own learning.					
16.	I participate actively on the Facebook group activities and information posted by the group administrator.				
17.	I demonstrate an attitude of openness towards learning with and from others.				
18.	I apply appropriate strategies to achieve my own goals.				
19.	I reflect on the identification of possible learning process errors.				
20.	I recognise that what is learnt can be transferred and applied across different areas.				
COMMUNICATION AND COLABORATION: To interact, communicate and collaborate through digital technologies while being aware of cultural and generational diversity					
21.	I am able to manage one's feeling when texting with other people on the Facebook group.				
22.	I am aware that it is necessary to respect the rules within digital context.				
23.	I understand that it is important to respect the views of people on the Facebook groups with different cultural affiliations, backgrounds, beliefs, values, opinions, and personal circumstances.				
24.	I am aware of accessibility requirements when communicating in social media context so that communication is inclusive and accessible for all users as for example: people with intellectual disabilities, older people ...				
25.	I take into account keeping one's own and others' personal information private (example: vacations or birthday photos; religious or political comments).				
DIGITAL CONTENT CREATION: To improve and integrate information and content into an existing body of knowledge while understanding how copyright and licenses are to be applied.					
26.	I know how to select the appropriate format for digital content according to its purpose (uploading a document).				
27.	I am able to create something new from existing digital content (example: creating a new post).				
28.	I am able to identify and select digital content for downloading or uploading legally (example: download free of use images or content).				
29.	I choose the most appropriate rules that apply copyright and licenses to data, digital information, and content.				
30.	I know how to develop new ideas to the topic working with to support one's own ideas and opinions.				

SAFETY: To protect physical and psychological health, and to be aware of digital technologies for social well-being and social inclusion.					
31	I know that using different strong passwords for different online services are a way to mitigate the negative effects or an account being compromised.				
32	I know how to block a contact who is sending disturbing messages to the group.				
33	I know what strategies to use in order to control, manage or delete data that is collected by online social network (example: keeping track of services used, listing online accounts).				
34	I am able to detect scams.				
35	I know that Facebook can use my sensitive and personal information to use for commercial purposes				
In name of all Resil4care partners, we would like to thank you for your participation!					

ORODJE 6. VPRAŠALNIK O ZADOVOLJSTVU

Cilj tega orodja za ocenjevanje je zbrati informacije o mnenju udeležencev o več ključnih elementih podporne skupine na Facebooku (naložene informacije, zaznavanje izboljšav, splošno zadovoljstvo ...).

To je Likertov vprašalnik s 13 točkami. V njem je na voljo 5 odgovorov (od zelo se ne strinjam do zelo se strinjam), pri čemer morajo anketiranci izraziti, koliko se strinjajo ali ne strinjajo z vsako od 13 trditev.

ORODJE 7. PREDLOGA ZA FOKUSNO SKUPINO

Cilj te fokusne skupine je strateško oceniti potencial pilotnega preskusa z vidika spodbujevalcev, pri čemer je treba upoštevati, da ti strokovnjaki spadajo v dve najpomembnejši skupini za upravljanje pilotnega preskusa: osnovno skupino in podporno skupino.

V tem primeru smo se odločili za analizo SWOT (Adeola et al, 2016). SWOT pomeni prednosti, slabosti, priložnosti in nevarnosti. Čeprav se ta tehnika pogosto uporablja za načrtovanje organizacijskih procesov, je v literaturi veliko primerov, ko je bila analiza SWOT uporabljena za ocenjevanje konkretnih pobud ali projektov v organizaciji, kot v primeru tega pilotnega preizkusa.

V nadaljevanju je predstavljena predloga, o kateri so udeleženci fokusne skupine razpravljali in jo pozneje izpolnili. Vključuje navdihujoč primer, ki je bil uporabljen za začetek razprave. Pridobljene ugotovitve so prikazane v nadaljevanju tega dokumenta (oddelek 5.1. Delne ugotovitve).

TOOL 7	FOCUS GROUP TEMPLATE
Instructions:	The objective of this focus group is to strategically assess the potential of the pilot test from the point of view of the manager participants in the program, eliciting information of some topics of interest related to the strengths, weaknesses, opportunities, and threats of the program.

STRENGTHS	WEAKNESSES
What do we do extremely well compare to others?	What barriers we have encountered to implement the pilot test?
OPPORTUNITIES	THREATS
Is the number of users using this training methodology increasing?	Are there other digital training methodologies competing with the Resil4care approach?

ORODJE 8. RAZSEŽNOST IKT PLATFORME, ZADOVOLJSTVO.

Kot je bilo že omenjeno v tem dokumentu, je Resil4care pripravil dva pedagoška vira, ki nudita potrebno teoretično podporo izobraževalnemu pristopu Resil4care: a) priročnik za usposabljanje (PR2) in b) zbirka orodij za usposabljanje na področju IKT (PR3).

Cilj ocenjevalnega orodja 8 je oceniti zadovoljstvo udeležencev, ki so uporabljali učni komplet IKT (PR3).

To je še en vprašalnik na papirju, ki je bil pripravljen z namenom ugotoviti zadovoljstvo udeležencev z uporabo platforme za usposabljanje Resil4care (PR3) in zbrati njihove povratne informacije za morebitne izboljšave v prihodnosti. Ta vprašalnik je treba izpolniti po končani dejavnosti usposabljanja.

Sestavljata ga dva dela. Prvi vključuje 17 postavk Likertove lestvice z lestvico od "močno se ne strinjam" do "močno se strinjam". Postavke preučujejo stopnjo zadovoljstva z elementi, kot so etična vprašanja, notranja skladnost, vmesnik, navodila, podporna skupina.... Drugi razdelek vsebuje 2 odprti vprašanja, s katerima so udeleženci pozvani, da izrazijo uporabnost dejavnosti v vsakdanjem življenju in kako izboljšati tečaj.

TOOL 8		ICT DIMENSIONS OF THE PLATFORM. SATISFACTION.				
Instructions:		Thanks for your recent participation in the Resil4care digital platform course. The project would be grateful if you could share a few minutes to complete the following 3 sets of questions to help us to improve the course in the future.				
Please, could you indicate how satisfied or dissatisfied are you with the Resil4care course?. Please, mark, according to your opinion, the more appropriate square.		Strongly disagree	Disagree	Neither agree nor disagree	Agree	Strongly agree
1.	The course considers the ethical issues: gender language, inclusive language, security, privacy, and confidentiality measures.					
2.	The instructions of the course are clear.					
3.	The learning platform has an easy-to-use interface.					
4.	The course contents have quality.					
5.	The different elements of the course have internal coherence.					
6.	The course has added value compared with a non-digital course.					
7.	I have achieved the set objectives.					
8.	The course has been difficult.					
9.	I am satisfied with what I have learnt in the course.					
10.	I have learned a lot.					
11.	I would recommend this course to other informal caregivers or professionals.					
12.	The section on Mindfulness' technique is interesting					
13.	Mindfulness technique can be useful and help me in my role as an informal carer.					
14.	I will continue to listen to Mindfulness audios in the future.					
15.	I think I will join my country's Resil4care support group on Facebook					
16.	I will join an online support group on Facebook					
17.	I will create an online support group on Facebook					
Finally, could you give to us your opinion about the two following open questions?						
What aspects of this course will be more useful for your daily life?						
How would you improve this course?						

Thanks for your information!

ORODJE 9. ŠTUDIJE PRIMEROV

Zadnja od ocenjevalnih dejavnosti je priprava opisne nacionalne študije primera s strani vsakega partnerja, ki je sodeloval v pilotnem preskusu (Italija, Slovenija, Grčija in Španija).

Cilj teh študij primerov je obogatiti končne ugotovitve tega dokumenta (oddelek 5.2) z informacijami iz resničnih okolij in pomagati pri oblikovanju projektnega okvira za lažje izvajanje prihodnjih projektov in njihovo vrednotenje.

Na naslednji strani je priložena predloga, ki jo je izpolnila vsaka organizacija. Štiri študije primerov so v celoti opisane v naslednjem razdelku (3. Študije primerov).

ORODJE 9. ŠTUDIJE PRIMEROV

TOOL 9	METHODOLOGY TO EVALUATE THE VALIDITY OF THE C ₁ AND PILOTS
Instructions:	<p>The main intention of the case study is to collect and analyse the information from the key contents of each Fb created by partners involved on running the Facebook group. Please, fill out as closely as you can about the asked information in each of the sections.</p> <p>In addition, to enrich the case study, you could add some pictures of carers meetings, and the most important/viewed posts or whatever other one you consider important to this part of the project.</p>

CASE STUDY TEMPLATE			
ORGANIZATION CHARACTERISTICS			
1. Name of the organisation			
2. Number of employees			
3. Number of clients/users			
4. Social object of the organization / relevant characteristics of the organization.			
5.	Please, provide as much information as possible about the types of target groups of the organization (informal carers, person interested in carer, participants in events...).		
FACEBOOK GROUP CHARACTERISTICS			
1. Number of participants		2. Number posts	
3. Number of comments		4. Number of reactions	
5. Visualisations			
6.	Number of informal carers, type/profile of informal carers participating in the Facebook group of RESIL4CARE project.		
7.	Please, describe the different ways by which you have connected to them.		

8.	How was it done the selection of the participants?
9.	Please, might you list and describe at least 4 of the most important topics? Please, consider those with more reactions/comment/visualizations of your national Facebook group
1.	
2.	
3.	
4.	
10.	Could you tell us why these topics are the most important, have more reactions, comments, or visualizations? Any other comments related to these topics are very welcome.
11.	Could you describe the most important positives aspects of your Facebook Group? What your organization has obtained from the development of this Facebook Group?
12.	Could you describe the most important barriers or difficulties?
13.	Can you describe the most important features of the meetings with the participants in C1? Working, number of meetings, place, objectives, issues deal, satisfaction...



RESIL4CARE

14.	Can you describe an inspiring history (success example) of one of the group participants? Profile, problems to improve, skills learnt...
15.	Were other activities organised and carried out in the support group besides the sharing of posts (Facebook directories, face-to-face meetings ...)?
16.	What will be the future of the Facebook group? If and how will you continue to feed it?

3. Študije primerov (IAT, FRODIZO, ISRAA in IVASS)

Na naslednjih straneh je predstavljena poglobljena analiza štirih skupin na Facebooku (študije primerov), ki so jih partnerji v enem letu razvili na nacionalni ravni:

- Slovenija (IAT): "*Družinski oskrbovalci*".
- Grčija (FRODIZO): "*za tiste, ki jim ni vseeno*".
- Italija (ISRAA): "*Držimo se za roke*".
- Španija (IVASS): "*Pomagati tistim, ki oskrbujejo*".

Vsak primer je razdeljen na dva dela:

- **Pregled primerov:** z izbranimi ustreznimi dejavnostmi in rezultati vsakega nacionalnega primera.
- **Študija primera:** celovit opis nacionalnega primera, ki vsebuje naslednje dele:
 - A. Organizacijski kontekst.
 - B. Skupina na Facebooku:
 1. Udeleženci
 2. Dinamika skupine: teme in dejavnosti.
 3. Navdihujoča zgodba.
 4. Upravljanje skupin na Facebooku.
 5. Pridobljene izkušnje.
 6. Pogled v prihodnost: trajnost.

Imena in drugi zasebni podatki so bili spremenjeni, da bi ohranili zasebnost udeležencev projekta.

3.1. SLOVENSKA ŠTUDIJA PRIMERA: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.



Družinski oskrbovalci

PREGLED SLOVENSKEGA PRIMERA

December 2023

PREDSTAVITEV

Cilj Erasmus+ projekta Resil4Care je izboljšati odpornost neformalnih oskrbovalcev z uporabo podpornih skupin na Facebooku, ki so bile razvite v štirih sodelujočih državah (Grčija, Italija, Španija in Slovenija). Resil4care Facebook podporne skupine predstavljajo nov izobraževalni pristop, v katerem si podpora skupina (administratorji) in njeni udeleženci (neformalni oskrbovalci) izmenjujejo znanje in izkušnje pri soočanju s podobnimi situacijami ter postavljajo vprašanja. Končni cilj je premagovanje ovir in izboljšanje odpornosti udeležencev skupin.

ORGANIZACIJA

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje - IAT je majhna slovenska ustanova (10 zaposlenih), ki združuje praktično delo, prostovoljstvo, raziskovanje in svetovanje na področju staranja, družine in neformalnih oskrbovalcev.

FACEBOOK SKUPINA

UDELEŽENCI

Gre za odprto skupino na Facebooku brez dodatnih meril za priključitev. Prizadeva si predvsem za večjo prepoznavnost družinskih in drugih neformalnih oskrbovalcev ter ljudi in organizacij, ki jih ta tema zanima.

UPRAVLJANJE

FACEBOOK SKUPINE

Administratorji Facebook posporne skupine (ožja skupina) se srečujejo dvakrat mesečno (enkrat v živo in enkrat prek spleta). Izkušnje si izmenjujejo z uporabo metodologije "skupinskega socialnega učenja". Zadnji del srečanj je namenjen podpori članov skupine pri uporabi IKT.

NAVDIHUJOČA ZGODBA: "EMA"

Ema, ki doma skrbi za svojega moža, se počuti izčrpano. Primanjkuje ji prostega časa in trenutkov samo zase. Po dolgem času se je vseeno odločila, da si vzame čas samo zase in za dober teden sama odpotuje v Španijo. Ob povratku domov presenečena spozna, da je njen mož veliko bolj samostojen, kot si misli; tudi on in njegovi otroci lahko prevzamejo več odgovornosti, kot so jih imeli pred njenim potovanjem. Zgodba prikazuje pomen skrbi zase, ki krepi odpornost družinskih oskrbovalca in jim pomaga pri kvalitetni skrbi.

REZULTATI



Udeleženci

501



Vizualizacije

150



Objave

125



Komentarji

81



Odzivi

1.218

<https://www.facebook.com/groups/druzinskioskrbovalci>



AKTIVNOSTI

Skupina na Facebooku je integrirana v organizacijo pri aktivnostih, kot je Usposabljanje za družinske in druge neformalne oskrbovalce ali objavljane gradiv za javne dogodke.

OBJAVE

- ZGODBE
- VIDEO POSNETKI
- CITATI
- PRAKTIČNE INFORMACIJE
- VABILA
- DELJENE OBJAVE

GLAVNE TEME

Demenca je v skupini prepoznana kot ena najpomembnejših tem. Družinski oskrbovalci si želijo informacij o tem, kako učinkovito pomagati sorodniku z demenco in kako z njim ustrezno komunicirati.



SPOZNANJA

Velika možnost uporabe in prenosa. Uporabno orodje za ugotavljanje potreb neformalnih oskrbovalcev. Aktivno sodelovanje članov skupine.



POGLED NAPREJ IN RAZVOJ

Ohraniti dve objavi v skupini na teden. Izboljšati interakcijo med udeleženci. Sodelovati z drugimi organizacijami.

Naslov podporne skupine na Facebooku: Družinski oskrbovalci.

A. KONTEKST: ORGANIZACIJA (IAT)

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje je slovenska nacionalna znanstvena, raziskovalna, strokovna in uporabniška ustanova. Inštitut je bil ustanovljen leta 1992. Načela dela na Inštitutu Antona Trstenjaka so interdisciplinarnost, povezovanje prakse in teorije, medsektorsko sodelovanje, decentralizacija in mednarodno sodelovanje.

Slika 5. Inštitut Antona Trstenjaka. Vir: <https://www.inst-antonatrstenjaka.si/institut/>



S projekti in programi je Inštitut Antona Trstenjaka uvedel nove sisteme samopomoči in razvil novo skupinsko metodo, imenovano **metoda skupinskega socialnega učenja**. Z namenom zmanjševanja socialne izolacije in v upanju na spodbujanje osebnega razvoja v smeri kakovostnega staranja je inštitut razvil nacionalno mrežo več kot **500 prostovoljcev**, v upanju na povezovanje neformalnih oskrbovalcev pa je ustanovil tudi Slovensko mrežo neformalnih oskrbovalcev. Delo s skupnostmi vključuje koordinacijo slovenske mreže starosti prijaznih mest in občin v okviru programa SPMO, metodologija in delo pa sta se v zadnjih treh letih nadalje razvijala v okviru projekta TAAFE (Interreg). Nazadnje Inštitut Antona Trstenjaka sodeluje tudi s podjetji, saj se zaveda potrebe po izobraženem vodstvu in delavcih v času starajoče se delovne sile. Vsa področja dela inštituta vključujejo raziskovalno komponento.

S kombinacijo praktičnega dela, raziskovanja in svetovanja na nacionalni in lokalni ravni si je Inštitut Antona Trstenjaka pridobil ugled vrhunske institucije na področju staranja v Sloveniji. Organiziral je številne nacionalne in mednarodne dogodke, seminarje in kongrese, med katerimi je tudi prvi obisk Viktorja Frankla v Sloveniji leta 1992 s seminarjem o logoterapiji in smislu. V mednarodnem letu družine, leta 1994, je inštitut organiziral vrsto strokovnih srečanj in simpozijev na temo družine. Inštitut je bil zadolžen za organizacijo mednarodne konference Medgeneracijska solidarnost in staranje, zaključnega dogodka evropskega leta aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti leta 2012, ki je potekala v Sloveniji. Med večjimi dogodki je bila izvedena tudi prva nacionalna konferenca o neformalni oskrbi v Sloveniji, ki je bila pripravljena v sodelovanju z Ministrstvom za zdravje in je leta 2018 potekala v kongresnem centru Brdo.

Inštitut Antona Trstenjaka je prav tako strokovni založnik znanstvene literature, pregledov, knjig in drugih publikacij, med katerimi je tudi edina slovenska znanstvena revija s področja staranja z imenom "Kakovostna starost".

Majhna slovenska ustanova, ki združuje praktično delo za končne uporabnike, prostovoljstvo, raziskovanje in svetovanje na področju staranja, družine in neformalnih oskrbovalcev.

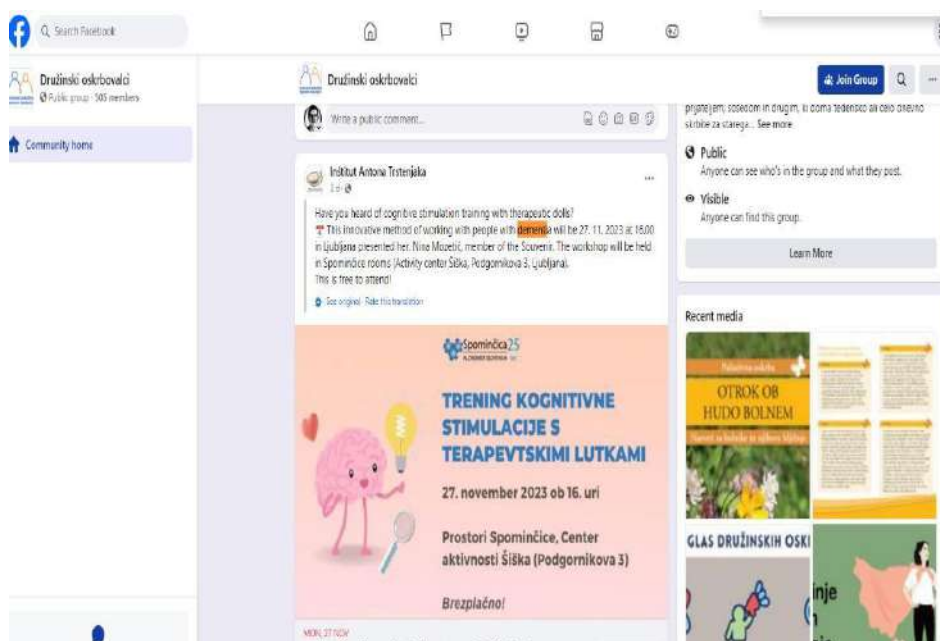
Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje sodeluje z različnimi ciljnimi skupinami, predvsem s starejšimi, prostovoljci in skupinami za kakovostno staranje ter družinskimi oskrbovalci, s katerimi so povezani tudi prek različnih usposabljanj, predavanj, podpornih skupin in drugih dejavnosti. Delo inštituta je močno vpeto tudi v številna lokalna okolja po Sloveniji, kjer deluje v okviru starosti prijaznih mest in občin (vzpostavljena Mreža starosti prijaznih občin Slovenije).

A. SLOVENSKA FACEBOOK SKUPINA

STATISTIKA SLOVENSKE FACEBOOK SKUPINE					
Število udeležencev	501	Število objav	125	Vizualizacije	150
Število reakcij	1.218	Število komentarjev			81

Slika 6. Slovenska skupina na Facebooku.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/druzinskioskrbovalci>



1. Podporna skupina na Facebooku: udeleženci

PROFIL UDELEŽENCEV SLOVENSKE PODPORNE FACEBOOK SKUPINE (ocena anketirancev orodja 4)					
Ženske	96,3%	Oskrbovalci staršev	44,4%	Starost med 41 in 60 let	59,2%
Uporabniki Facebooka	100%	Življenje v istem gospodinjstvu z oskrbovano osebo	44,4%	Srednješolska izobrazba	37%
				Terciarna izobrazba	63%

Gre za odprto skupino na Facebooku, v kateri ni posebnih meril za dostop. Njeni cilji so:

- ustvariti dostopno skupino za vse, ki jih tema zanima, saj je problematika družinskih oskrbovalcev v Sloveniji še vedno zelo slabo prepoznana;
- s pomočjo Facebook podporne skupine doseči večjo prepoznavnost družinskih oskrbovalcev v Sloveniji.

Odprta skupina v Facebooku brez meril za izbiro za dostop. Osredotoča se na izboljšanje vidnosti in prepoznavnosti družinskih oskrbovalcev ter ljudi in organizacij, ki jih ta tema zanima.

Člani slovenske podporne skupine na Facebooku so **neformalni in formalni oskrbovalci, člani organizacij, povezanih z oskrbo in nego, ter vsi, ki jih te teme zanimajo**. Ker pa ima slovenska Facebook skupina odprt dostop, je težko z gotovostjo ugotoviti številčni profil udeležencev.

Ko udeleženci dobijo dostop do skupine, so obveščeni o pravilih, ki jih določijo moderatorji podporne skupine. V opisu skupine so jasno navedeni tudi cilji skupine in informacije, ki jih lahko pričakujejo v skupini. Člani so opozorjeni tudi na ohranjanje zasebnosti in možnost anonimnih objav ali sporočil.

Poudariti je treba tudi, da je skupina na Facebooku močno vključena v različna delovna področja organizacije. Podporna skupina na Facebooku je tako oskrbovalcem predstavljena na primer:

- na usposabljanjih za družinske in druge neformalne oskrbovalce, ki potekajo v okviru Inštituta Antona Trstenjaka;
- preko informativnih gradivih za družinske oskrbovalce, na dogodkih, izobraževanjih, dnevih ozaveščanja v okviru Inštituta Antona Trstenjaka;
- posameznikom, ki se obrnejo na IAT po pomoč in nasvet prek telefonske linije za pomoč družinskim oskrbovalcem.

Skupina na Facebooku je vključena v organizacijo z dejavnostmi, kot so usposabljanje ali gradivo za javne dogodke.

2. Dinamika skupine: objavljene teme/dejavnosti in interakcija udeležencev.

Najpomembnejše teme in dejavnosti, objavljene v slovenski podporni skupini na Facebooku, ki spodbujajo sodelovanje članov, so:

1. **ZGODBE** (osebne izkušnje). Zgodbe družinskih oskrbovalcev, ki opisujejo številne izzive, s katerimi se soočajo družinski oskrbovalci, in pozitivne izkušnje pri soočanju s temi izzivi.
2. **DEMENCA**. Ta tema je bila v zadnjem času zelo aktualna - med usposabljanji za družinske in druge neformalne oskrbovalce in pogostih odzivov na objave -.

Demenca je ena najpomembnejših tem. Neformalni oskrbovalci pogosto želijo informacije o tem, kako pomagati sorodniku z demenco ali kako z njim komunicirati.

Videoposnetki ameriške univerze UCLA (prek programa Alzheimer's and Dementia Care Program), ki so predstavili pogoste izzive, s katerimi se soočajo neformalni oskrbovalci svojcev z demenco, so bili v slovenski podporni skupini zelo dobro sprejeti. Ti videoposnetki so prevedeni in prilagojeni, da postanejo objave na FB s slovenskim prevodom. Kasneje so bili uporabljeni tudi v drugih treh Facebook podpornih skupinah Resil4Care projektnih partnerjev.

Slika 7. Slovenska objava z uporabo videoposnetkov UCLA.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/druzinskioskrbovalci>



Inštitut Antona Trstenjaka
16 November at 18:00 · 🌐

👤 13. Sunset syndrome
In the thirteenth video produced as part of UCLA's Alzheimer's and Dementia Care Program, we hear from family caregiver Lavra who says her father's behavior deteriorates as the sun begins to set. Dad seems exhausted and restless at the time. Lavra is wondering what they can do to help her dad get through this part of the day?
In the text below you can read the Slovenian translation of recommendations for handling the sunset syndrome in people with deme... See more

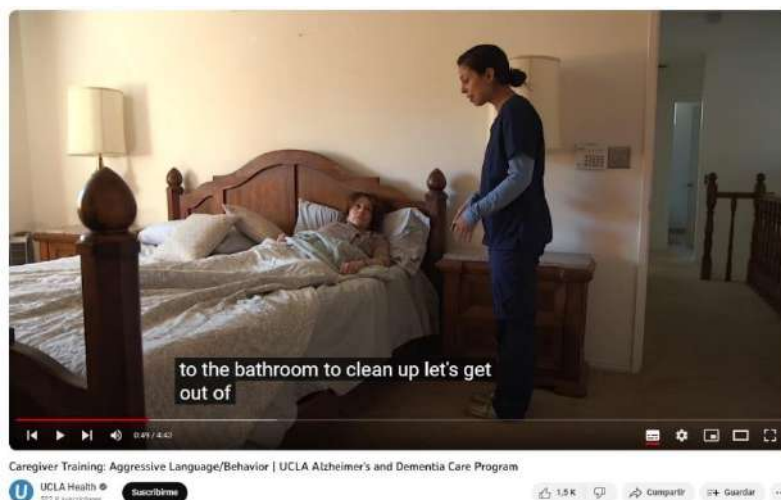
🔗 See original · Rate this translation

Be Patient and Distract with an Enjoyable Activity

YOUTUBE.COM
Caregiver Training: Sundowning | UCLA Alzheimer's and Dementia Care Program
The UCLA Alzheimer's and Dementia Care Video series provides viewers with practical tools yo...

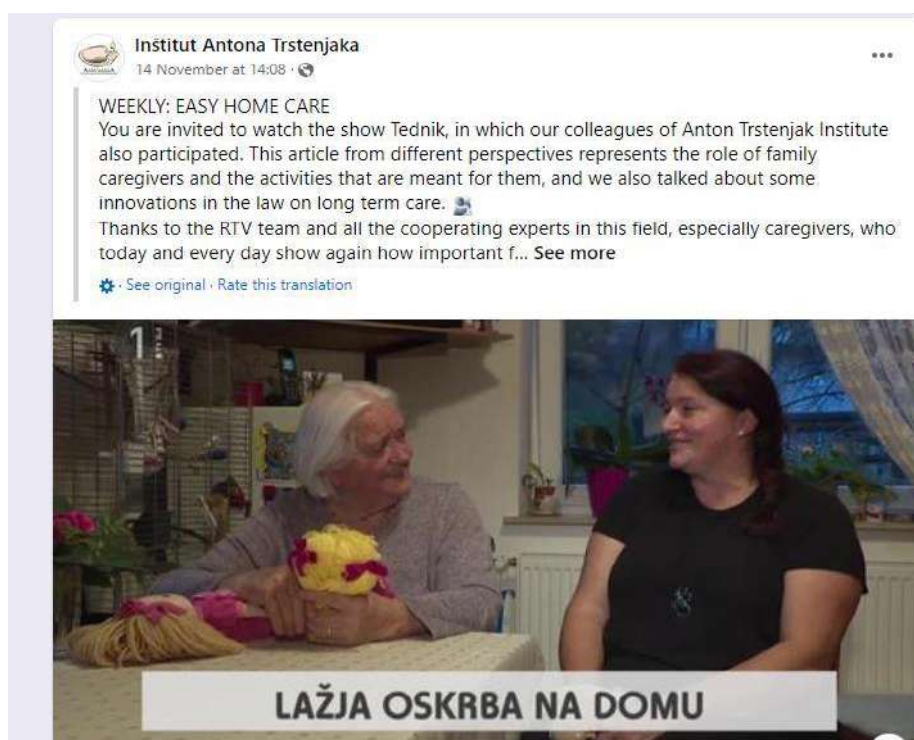
Slika 8. Primer videoposnetkov o demenci.

Vir: Program universe UCLA za Alzheimerjevo bolezen in demenco.



3. **CITATI.** Lepe misli in citati o življenju, ljubezni, skrbi za bližnjega in drugih stvareh so bili v skupini zelo dobro sprejeti, ljudje pa so jih pogosto delili tudi na svojih profilih.
4. **PRAKTIČNE INFORMACIJE.** Jasne razlage posebnih zdravstvenih/ oskrbovalnih izzivov, predstavitev tehničnih pripomočkov, prikazi metod pogovora z osebami z demenco itd.
5. **VABILA.** Inštitut Antona Trstenjaka znotraj skupine deli vabila na svoje dogodke in dogodke drugih organizacij, ki bi lahko bili zanimivi za neformalne oskrbovalce - od predavanj o demenci, pogovorov o umiranju in drugih temah do umetniških delavnic itd.

Slika 9. Vabilo k ogledu prispevka. Vir: <https://www.facebook.com/groups/druzinskioskrbovalci>



Opaziti je tudi, da imajo člani skupine na Facebooku radi dobro oblikovane vizualne vsebine (slike, info grafike in drugo gradivo), saj so te objave deležne številnih odzivov. V ospredju so pozitivna sporočila in fotografije.

Slika 10. Kolaž fotografij ob evropskem dnevu družinskih oskrbovalcev.

Vir: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=1536949493505947&set=g.1640306069605191>



Poleg tega člani sodelujejo z odzivi (všečki in drugi), komentarji in (anonimnimi) objavami. Podporna skupina jim je na voljo tudi prek zasebnega sporočila na Facebooku. Za večje sodelovanje je bila enkrat izvedena anketa, v kateri so člani skupine lahko označili teme, za katere želijo, da bi bile v skupini pogostejše zastopane.

3. Dve navdihujoči zgodbi: Ema in starejši člani ožje skupine.

Ema doma skrbi za svojega moža, ki je v fazi rehabilitacije po možganski kapi. Pri oskrbi je zelo vključena in možu pomaga pri vseh dejavnostih. Ema je večkrat povedala (tudi na srečanjih), da je zelo utrujena in da preprosto ne najde časa zase. Vendar Ema nekako ni mogla ali ni znala prepustiti oskrbe drugim družinskim članom. Eden od načinov, kako poskrbeti zase, je tek. Ko si je lahko privoščila tistih 15-30 minut teka med tednom, se je počutila veliko bolje. Na enem od zadnjih srečanj ožje skupine je Ema povedala, da se je odpravila na potovanje na Portugalsko, kjer se je s prijatelji udeležila maratona. Ema je povedala, da ji je bilo zelo težko zapustiti dom, saj je morala skrb za moža prepustiti otrokom. Čeprav se je med potovanjem vsak dan pogovarjala z možem po telefonu, Ema še vedno skrbi, kako bodo shajali brez nje. Ko se je po desetih dneh vrnila domov, je presenečeno ugotovila, da jim je uspelo. Ne samo to, tudi mož je bil veliko bolj samostojen kot prej, ko je za vse

skrbela ona. Otroci niso mogli biti ves čas z njim, zato je moral prilagoditi svoje dejavnosti; pomagati pa si je moral tudi sam. Ema je dejala, da je bila to odlična lekcija in da zdaj od moža pričakuje več (s čimer pomaga njemu in njegovemu okrevanju), hkrati pa si vzame čas tudi zase, ne da bi jo skrbelo, da bi skrbelo za svoje oskrbovalne dolžnosti.

Poleg tega je vodja skupine zelo ponosen in lahko kot primer uspeha opiše pripravljenost vseh starejših članov ožje skupine, da začnejo uporabljati Facebook. Običajno starejši niso navdušeni nad (tehnološkimi) spremembami in jih je težko prepričati v uporabo novih tehnoloških rešitev, zlasti tistih, ki so namenjene druženju (starejši imajo še vedno veliko raje osebno komunikacijo). Zato je velik uspeh, da so člani skupine začeli uporabljati platformo Facebook. Na vsakem srečanju skupini povedo, katere objave so opazili, kaj so prebrali, kaj so poslušali, kaj jim je bilo všeč, podajo pa tudi svoje predloge za različne prihodnje objave na Facebooku. Ena od članic je bila nad platformo Facebook še posebej navdušena in pogosto tudi sama objavlja fotografije narave, družine itd.

4. Upravljanje skupine na Facebooku (podporna skupina)

Podporna skupina se srečuje dvakrat mesečno - enkrat v živo na v našem inštitutu in enkrat prek spletne platforme Zoom. Srečanje se navadno začne s pogovorom, na katerem se izmenjajo izkušnje z zadnjega srečanja skupine. Na tej točki vodja skupine prepozna, ali bi bilo treba v ospredje postaviti drugo temo. Če ima član skupine težavo in se želi o njej pogovoriti ali pa izpostavi drugo pomembno temo, se najprej obravnava ta. Skupina skupaj deli dobre ali slabe izkušnje, ki se rešujejo na pozitiven način. Uporablja se "**metoda skupinskega socialnega učenja**".

Skupinsko socialno učenje: ljudje se učijo na podlagi opazovanja posameznikov ali vzorcev... okolje in vedenje posameznika se medsebojno vplivata (Bandura, 1977).

V naslednjih korakih srečanja se skupina osredotoči na izpolnjevanje delovnih listov. Skozi različne teme se skupina pogovarja o preteklih izkušnjah z oskrbo (trije člani skupine), trenutnih izkušnjah z oskrbo (en član skupine) in o oskrbi s strokovnega vidika (vodja skupine). Vsaka "domača naloga" na delovnem listu je izhodišče za nove objave na Facebooku na to temo.

Zadnji del srečanja je običajno namenjen krepitvi vloge IKT. Vse članice skupine so starejše ženske, ki pred začetkom projekta niso imele Facebooka in tudi niso pogosto uporabljale računalnika ali pametnega telefona. Prav zato je to zelo pomemben del srečanj podporne skupine. Podporna skupina se skozi pogovor pogovarja o pozitivnih in negativnih vidikih družbenih omrežij, veliko govorimo o varnosti in uporabnosti teh platform. Pomemben del je posvečen praksi - skupaj na telefone prenesejo različne aplikacije in na primer vzpostavijo profile na Facebooku. Zdaj je vodja skupine še naprej na voljo drugim članom za različna vprašanja in dileme, ki se pojavljajo pri uporabi Facebooka in drugih aplikacij za pametne telefone.

5. Pridobljene izkušnje.

Možnost prenosa: Ta skupina na Facebooku je služila kot model za vzpostavitev še enega kanala, kjer lahko družinski oskrbovalci dobijo različne informacije in podporo.

Ta skupina na Facebooku bi lahko služila kot orodje za stalno ugotavljanje potreb družinskih oskrbovalcev.

Podporna skupina velja za zelo koristno orodje za obvladovanje Facebooka. Njeni sestanki so med drugim zelo pomembni za iskanje novih idej za objave.

Največji izziv je še vedno sodelovanje članov skupine. Člani skupine večinoma sodelujejo le z odzivi (všečki) in le redko s komentarji. Nujno je treba še naprej raziskovati, kako doseči večje sodelovanje/interakcijo udeležencev z nekaterimi lastnimi objavami na FB, vprašanji itd., ob hkratnem spoštovanju želje po zasebnosti nekaterih udeležencev.

6. Pogled v prihodnost: trajnost.

Načrtuje se ohranitev skupine na Facebooku "Družinski oskrbovalci" in nadaljevanje trenutnega delovnega načrta: vsaj 2 objavi na teden z raznoliko in praktično vsebino iz naslednjih poglavij:

- izobraževalne in informativne vsebine,
- zgodbe o osebnih izkušnjah,
- teme o skrbi zase,
- kulturne vsebine,
- teme, povezane z zadovoljstvom oskrbovane osebe.

V prihodnjih mesecih bo ena glavnih tem skupine FB novi slovenski zakon o dolgotrajni oskrbi, v katerem so med prvimi spremembami, ki bodo uveljavljene, prav tiste, ki najbolj zadevajo družinske oskrbovalce.

Prihodnost: ohraniti dve objavi na teden z različnimi informacijami, izboljšati interakcijo med udeleženci in sodelovati z drugimi organizacijami.

Skupina za podporo bi rada v večji meri sodelovala tudi z drugimi organizacijami (medsebojna izmenjava objav na FB, dejavnosti, dogodkov) in na ta način razširila svoje glavno poslanstvo - ozaveščanje in obveščanje o družinskih oskrbovalcih ter jim na ta način nudila tudi dodatno podporo.

3.2. GRŠKA ŠTUDIJA PRIMERA: Družba za pomoč in oskrbo starejših in invalidov - FRODIZO



I care....for those who care

GREEK CASE SNAPSHOT

December 2023

OVERVIEW

Resil4Care Erasmus+ project aims to improve the resilience of informal carers through the use of Facebook Groups developed in 4 participant countries (Greece, Italy, Slovenia and Spain). The Resil4care Facebook groups are understood as an educational approach in which the support group (administrators) and participants (informal carers) share experiences, ask questions and face similar situations. The final objective is to overcome barriers and improve the participants' resilience.

THE ORGANIZATION

Corporation for Succor and Care of Elderly and Disabled - **FRODIZO** is a small-size non-profit organization (20 employees and volunteers) offering support to elderly persons and people with dementia and Alzheimer disease and their families.

FACEBOOK GROUP

PARTICIPANTS

Private and visible Facebook group specialized in the topic of dementia. It is formed mainly by people who are or were informal carers. Most of them are children of persons with dementia as well as partners and friends.

FACEBOOK GROUP MANAGEMENT

The 2 young carers and the 2 facilitators, who form the support group, meet twice a month to talk about issues that take place in relation to the care provided, catch up with news about the individuals life.

AN INSPIRING STORY: "SOFIA"

Sofia is struggling to balance the care she provides for her parents and her role as a mother. Some support group talks have made her to realise that being helped by a professional will let her to have more time for children, experiencing less estressed and inner conflict. Now, Sofia understands the value of taking a step back, acknowledging that asking for help when needed is an important life skill.

RESULTS



Participants
193



Visualisations
20



Posts
45



Comments
12



Reactions
329

<https://www.facebook.com/groups/frodizoosousfrodizoun>



ACTIVITIES

The Facebook Group suggested services tailored for carers (seminars, computer-based psychoeducation groups, etc.) and posted information material for carers.

POSTS

- STORIES
- VIDEOS
- QUOTES
- PRACTICAL INFORMATION
- INVITATION
- SHARED POST

KEY TOPIC

The specific posts related to Alzheimer and "The Dementia National campaign" are very well considered by participants.



LESSONS LEARNED

The Facebook group is a useful tool to create an online community. Informal carers see the Facebook group as a digital space to share concerns; and to engage in interactions with peers.



LOOKING AHEAD SUSTAINABILITY

FRODIZO is very satisfied with the Facebook group. It will rearrange some organizational resources to keep in operation the Facebook group.

Naslov skupine na Facebooku: za tiste, ki jim ni vseeno.

A. KONTEKST: ORGANIZACIJA (FRODIZO)

FRODIZO je neprofitna organizacija, ustanovljena v Patrasu leta 2009 s prostovoljci iz sektorja zdravstvenega in socialnega varstva, ki spodbuja pravice in splošno podporo starejšim ljudem, osebam z demenco in Alzheimerjevo boleznijo ter njihovim družinam. FRODIZO je član Helenske zveze za Alzheimerjevo bolezen in sorodne bolezni ter združenja socialnih subjektov "Solidarity Pillars-Kostis Stefanopoulos".

FRODIZO: majhna grška organizacija (20 zaposlenih), ki nudi podporo starejšim osebam ter osebam z demenco in Alzheimerjevo boleznijo.

Slika 11. Spletna stran FRODIZO. Vir: <https://frodizo.gr/en/home/>



Ciljna skupina FRODIZO so posamezniki z demenco ali blago kognitivno motnjo ter njihovi družinski skrbniki. Poleg tega z aktivnimi izobraževalnimi dejavnostmi (seminarji, udeležbo na konferencah in lokalnih dogodkih) organizacija FRODIZO prihaja v stik z drugimi zdravstvenimi delavci, kot so psihologi, socialni delavci, medicinske sestre in fizioterapevti.

B. GRŠKA SKUPINA NA FACEBOOKU

ŠTEVILKE GRŠKE SKUPINE NA FACEBOOKU					
Število udeležencev	193	Število objav	45	Vizualizacije	20
Število reakcij	329	Število komentarjev			12

Slika 12. Grška skupina na Facebooku.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/frodizoosousfrodizou>



1. Skupina na Facebooku: udeleženci

PROFIL UDELEŽENCEV GRŠKE SKUPINE NA FACEBOOKU (ocena anketirancev orodja 4)					
Ženske	78.8%	Oskrba staršev	63%	Starost med 41 in 60 let	71,9%
Uporabniki Facebooka	88.8%	Življenje z oskrbovano osebo	15,7	Srednješolsko izobraževanje	33,7%
				Terciarno izobraževanje	61,8%

Povabilo k sodelovanju v naši skupini je bilo **objavljeno v skupinah oskrbovalcev na družbenih omrežjih**. Z njim so se prek e-pošte povezali tudi oskrbovalci iz FRODIZO, na koncu pa smo preverili prošnje in se vprašali, zakaj bi se nekdo želel pridružiti skupini, in ga nato sprejeli.

V povprečju sta dve tretjini udeležencev neformalni oskrbovalci. Večina od njih so otroci oseb z demenco ter partnerji in prijatelji. Vendar je težko ugotoviti natančno število neformalnih oskrbovalcev v naši skupini na Facebooku.

Zasebna in vidna skupina na Facebooku, specializirana za demenco. Sestavljajo jo predvsem neformalni oskrbovalci.

Da bi čim boljše razumeli potrebe grških udeležencev, je podporna skupina začela z anonimnim obrazcem o njihovih različnih potrebah, pričakovanjih in mnenjih glede vsebine skupine na Facebooku. Od takrat podporna skupina ustvarja različne objave, od izobraževalnih virov in čustvene podpore za oskrbovalce, videoposnetkov, ki jih je ustvarila naša ekipa in so namenjeni vprašanjem, ki se pojavljajo med neformalno oskrbo, ter novic, povezanih z dejavnostmi v FRODIZO.

2. Dinamika skupine: objavljene teme/dejavnosti in interakcija udeležencev.

Najpomembnejše teme in dejavnosti, objavljene v grški skupini, ki spodbujajo sodelovanje članov, so:

- **Demenca.** Članki, ki jih pišejo strokovnjaki in se nanašajo na vprašanja, ki se pojavljajo med neformalno oskrbo. V enem od člankov lahko na primer predlagate načine, kako ohraniti interese oseb z demenco. Druga tema lahko predlaga načine, kako pomagati bolnikom z demenco, da se spopadejo s spremembo časa, ko se začne jesen. Na splošno se je zdelo, da so članki, ki dajejo enostavne zamisli in so jih napisali strokovnjaki na tem področju, zanimivi za naše udeležence. Eden od primerov je bil prispevek z 12 dejavniki tveganja za demenco, ki izvira iz organizacije Alzheimer's Disease International (glejte sliko13).

Slika 13. 12 dejavnikov demence. Vir: Livingstong et al., (2020)

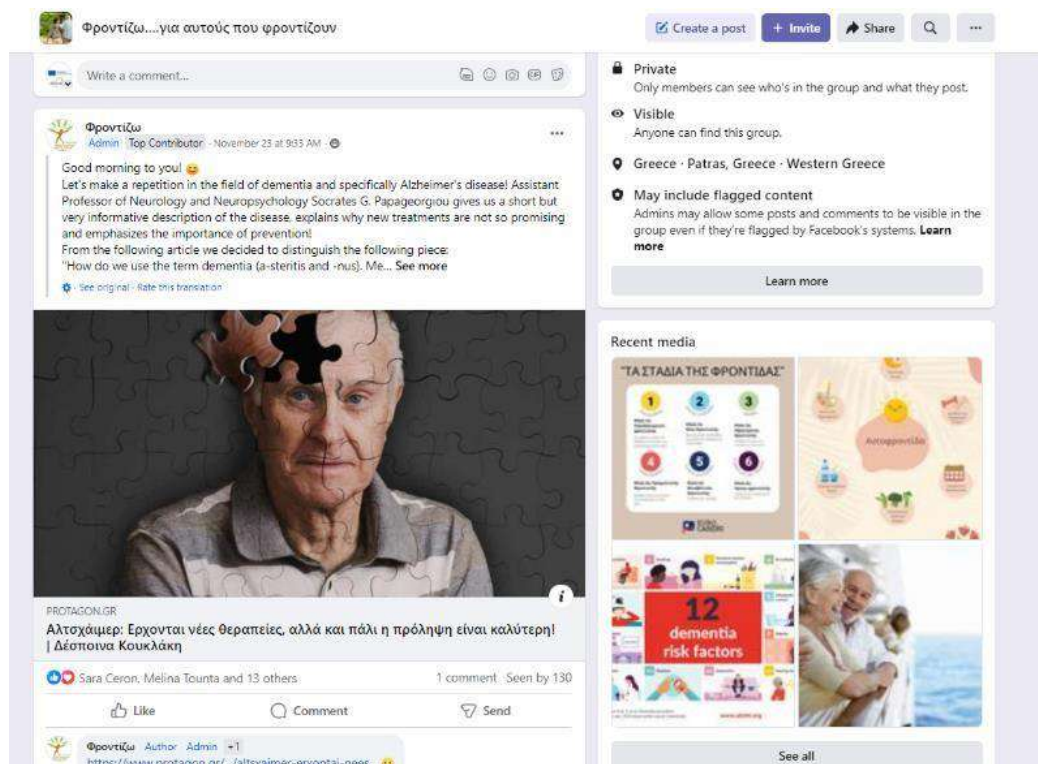


Source: Livingston et al. A, et al. *Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission*

www.alzint.org



Slika 14. Članki o demenci. Vir: <https://www.facebook.com/groups/frodizoosousfrodizoum>



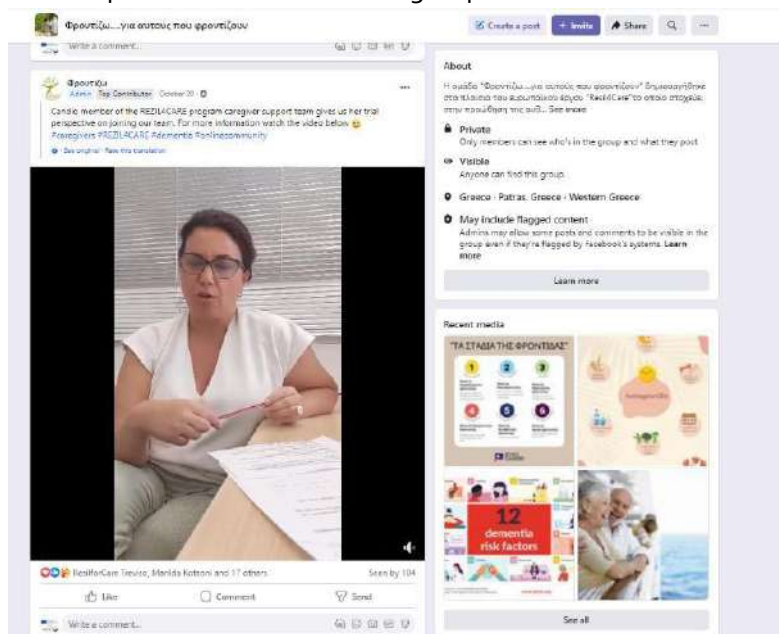
- **Alzheimerjeva bolezen.** Prispevki, povezani s svetovnim mesecem Alzheimerjeve bolezni. September je mednarodno posvečen Alzheimerjevi bolezni. Zato je skupina za podporo oblikovala objave v zvezi z nacionalno kampanjo Mednarodne organizacije za Alzheimerjevo bolezen.

Udeleženci so zelo dobro ocenili posebne prispevke, povezane z Alzheimerjevo boleznijo in nacionalno kampanjo o demenci.

- **Izkušnje.** Videoposnetki, ki jih je ustvarila podporna skupina. Na primer, deljen je bil videoposnetek z eno od članic podporne skupine, ki je delila svoje izkušnje in občutke, povezane z njenim sodelovanjem. Poleg tega so bili objavljeni izobraževalni videoposnetki, v katerih so predstavljena higienska navodila.

Slika 15. Videoposnetek člana podporne skupine.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/frodizoosousfrodizoun>



- **težave s spanjem in vedenjske težave.** Skupina za podporo je objavila tudi videoposnetke univerze UCLA, ki obravnavajo različne teme, od težav s spanjem pri osebah z demenco do vedenjskih izzivov.
- **Psihološko breme.** Na koncu so bili objavljeni videoposnetki s seminarjev in usposabljanj, ki jih je organizirala organizacija FRODIZO, na temo psihološkega bremena neformalnih oskrbovalcev.
- **Odpornost.** Slike/video vsebine s pozitivno in podporno vsebino. Med našimi udeleženci so bile dobro ocenjene vizualne vsebine, ki so bile usmerjene k odpornosti ali so ponujale pozitivna sporočila o skrbi zase.

Poleg tega je skupina na Facebooku **predlagala storitve združenja FRODIZO, ki so posebej prilagojene oskrbovalcem** (seminarji, računalniške skupine za psihoedukacijo itd.), in objavila informativno gradivo za oskrbovalce. Ker so bili oskrbovalci iz različnih regij, ni bilo mogoče izvesti osebnih srečanj, kljub temu pa skupina za podporo to načrtuje.

3. Navdihujoča zgodba: Sofija.

Sofia je ena od članic grške podporne skupine. Zelo težko najde ravnovesje med skrbjo za svoje starše in vlogo matere. Sofia se počuti krivo, ker ne preživi toliko časa s svojimi otroki, medtem ko je polno zaposlena in je edina skrbnica svojih staršev. Sofia zavrača zunanjo pomoč in meni, da ji nihče ne more nuditi takšne podpore, kot jo ona nudi svojim staršem. Z vrsto pogovorov, ki so se osredotočali na spreminjanje njene perspektive in jo vodili k stanju, ko se ne počuti več krive, Sofiji uspe videti, da nima druge izbire, kot da starše zaupa profesionalnemu oskrbovalcu, medtem ko sama še vedno

nadzira proces. Tako bo imela Sofija več časa za svoje otroke, sama pa bo doživljala manj stresa in notranjih konfliktov. Ta proces pomaga razumeti vrednost tega, da je treba narediti korak nazaj in priznati, da je prositi za pomoč, ko jo človek potrebuje, pomembna življenjska veščina.

4. Upravljanje skupine na Facebooku (podporna skupina)

Poleg strokovnjakov FRODIZO grško podporno skupino sestavljata tudi dva mlada oskrbovalca, ki sta imela poleg skrbi za svoje bližnje še majhne otroke in aktiven delovni urnik.

Podporna skupina se običajno sestaja enkrat na mesec, včasih pa tudi dvakrat, če ji to dopuščajo čas in druge obveznosti. Glavni cilj srečanj je pogovor o vprašanjih, ki se pojavljajo v zvezi z zagotovljeno oskrbo, spremljanje novic o življenju posameznikov in nato osredotočanje na delovni list za vsak mesec. Na srečanjih se skupina običajno osredotoča na delovne liste, ki so jih pripravili naši slovenski partnerji. Včasih pa se skupina, kadar je treba razpravljati o posebnem vprašanju ali izzivu, ki ga je treba obravnavati, bolj kot delovnim listom posveti tem.

Dva mlada oskrbovalca iz podporne skupine se zaradi sovođenja skupine na Facebooku počutita bolj pripravljena na opravljanje svoje vloge neformalnega oskrbovanja.

Eno od vprašanj, ki se je pojavilo v tej skupini, je bilo, da oskrbovalci zaradi pomanjkanja časa ali drugih obveznosti niso bili vedno na voljo za srečanja. Žal zaradi številnih obveznosti neformalnih oskrbovalcev podporna skupina ni mogla organizirati rednih srečanj, kot bi si želela.

5. Pridobljene izkušnje.

Skupina na Facebooku je **uporabno orodje za neformalne oskrbovalce, s katerim lahko ustvarijo spletno skupnost**. Menijo, da je to prostor za izmenjavo skupnih izzivov in skrbi, za "zbližanje" z drugimi neformalnimi oskrbovalci ter za plodne pogovore in interakcije.

Neformalni oskrbovalci vidijo skupino na Facebooku kot digitalni prostor za izmenjavo skrbi in interakcijo z vrstniki.

Neformalni oskrbovalci so povedali, da jim ta izkušnja pomaga pri njihovi vlogi oskrbovalca, hkrati pa jim daje orodja, s katerimi se počutijo bolj "vidne" in dajejo prednost svojemu duševnemu in telesnemu dobremu počutju. Povedali so, da jim veliko vidikov oskrbe pred sodelovanjem v skupini ni bilo tako jasnih in da se po določenem času počutijo bolj pripravljene pri opravljanju svoje vloge neformalnih oskrbovalcev.

Organizacijam, kot je FRODIZO, omogoča večjo spletno prisotnost, deljenje izobraževalnih virov, ki jih je ustvarila ekipa, in ozaveščanje o pomembnih temah na področju neformalne oskrbe.

Poleg tega je delo s to skupino na Facebooku podporni skupini omogočilo, da se je približala potrebam in težavam, s katerimi se soočajo oskrbovalci, ter to znanje prenesla na naše družinske oskrbovalce.

Eden od najpomembnejših izzivov je doslednost objav in ustvarjanje vsebine. Ni vedno mogoče ohraniti stalnega toka objav in vsebin. Drug izziv se lahko nanaša na ohranjanje zanimanja skupine za stran. Za to je treba vložiti veliko truda, saj se udeleženci na spletnih straneh zlahka naveličajo, ko se jim vsebina ne zdi več pomembna ali ko se ne počutijo povezani s spletno skupnostjo.

6. Pogled v prihodnost: trajnost.

Grška podporni skupina in FRODIZO sta zelo zadovoljna z rezultati skupine na Facebooku in sta pripravljena nadaljevati z delom. Za to bo treba po zaključku projekta preurediti nekatere organizacijske vire, da se zagotovi razpoložljivost vsaj enega strokovnjaka, ki bo upravljal skupino na Facebooku ter ustvarjal in objavljajl ustrezne vsebine.

3.3. ITALIJANSKA ŠTUDIJA PRIMERA: Istituto per Servizi di Ricovero e Assistenza agli Anziani - ISRAA



Let's hold hands

ITALIAN CASE SNAPSHOT December 2023

OVERVIEW

Resil4Care Erasmus+ project aims to improve the resilience of informal carers through the use of Facebook Groups developed in 4 participant countries (Greece, Italy, Slovenia and Spain). The Resil4care Facebook groups are understood as an educational approach in which the support group (administrators) and participants (informal carers) share experiences, ask questions and face similar situations. The final objective is to overcome barriers and improve the participants' resilience.

THE ORGANIZATION

Istituto per Servizi di Ricovero e Assistenza agli Anziani - **ISRAA** is a large Italian public organization (700 employees). It is a provider with knowledge and experience in assisting people with Alzheimer and Dementia to remain independent.

FACEBOOK GROUP

<https://www.facebook.com/groups/teniamocipermanotreviso>

PARTICIPANTS

Private and visible group formed mainly by informal carers providing support to elderly people with Alzheimer and Dementia.

FACEBOOK GROUP MANAGEMENT

The support group is formed by 5 women: 3 informal carers and 2 facilitators. During the support group meetings, it is discussed what content and events would be published. In addition, the support group is a key tool to forge closer links and relation among the participants.

AN INSPIRING STORY: "PAOLA"

Paola who lives in a residence felt alone due to having move to a different neighbourhood. She joined the group in an active way participating in the face-to-face meetings. Her dynamic role has helped her to feel more involved and to establish new relationships.

RESULTS



Participants
137



Visualisations
3.290



Posts
46



Comments
53



Reactions
410



ACTIVITIES

Flyers and posters have been distributed. Carers were invited to participate in the group. 2 in-presence events were organized.

SECTIONS

This Facebook group has worked topics and posts creating 3 sections:

- CULTURE CARE: events.
- SIGNIFICATI: poems, photographs, books, and films.
- TI RACCONTO: stories.

KEY SECTION

Ti racconto is the section that has gathered most comments and exchanges of interactions.



LESSONS LEARNED

Useful network tool to communicate and share experiences among carers. It is a path to give voice to informal carers. It is needed to explore how to trigger the members participation and interaction.



LOOKING AHEAD SUSTAINABILITY

The objective will be to keep the group alive, developing new contents, but also trying to expand it in other ways than only online.

Naslov skupine na Facebooku: Držimo se za roke.

A. KONTEKST: ORGANIZACIJA (ISRAA)

ISRAA je italijanski javni ponudnik oskrbe starejših s sedežem v Trevisu, ki ima znanje in izkušnje na področju pomoči starejšim, da ostanejo neodvisni, s spodbujanjem pozitivnih občutkov v starosti prijaznem okolju.

Podjetje ISRAA je specializirano za:

- a) zagotavljanje podpore osebam z Alzheimerjevo boleznijo in demenco;
- b) raziskave in dejavnosti na področju starosti prijaznih okolij, podpornih tehnologij in terapevtske funkcije umetnosti.

Slika 16. Spletna stran ISRAA.

Vir: <https://www.israa.it/>



Glavna ciljna skupina ISRAA so starejši ljudje. Organizacija skrbi za 600 starejših oseb z demenco v domači oskrbi, 850 stanovalcev v 4 domovih za starejše, 2 dnevna centra, ki sta v celoti namenjena starejšim osebam z demenco različnih vrst in stopenj. Poleg tega ISRAA zagotavlja tudi 32 stanovanj za samostojne starejše osebe.

ISRAA poleg starejših podpira tudi neformalne oskrbovalce s pomočjo različnih strokovnjakov in strokovnega centra za demenco, ki nudi psihološka srečanja na domu družinskih članov.

ISRAA: Velika italijanska organizacija (700 zaposlenih), ki raziskuje in nudi podporo ljudem z Alzheimerjevo boleznijo in demenco, da bi čim dlje ostali samostojni.

Od leta 2013 ISRAA prek evropskih projektov v svoje različne pobude vključuje prebivalce Trevisa. Deset strokovnjakov, ki delajo v pisarni za evropske projekte, ima različna znanja in so glede na svoje znanje odgovorni za projekte z različnimi temami.

Slika 17. Residenza G. Menegazzi.

Vir: <https://www.israa.it/le-residenze/menegazzi>



RESIDENZA "G. MENEGAZZI"

Attività
Dove siamo

RESIDENZA G. MENEGAZZI

l'Istituto ospita 244 anziani non autosufficienti residenti in nuclei abitativi differenziati per tipologia omogenea, ovvero aggregati sulla base di problematiche tendenzialmente analoghe.

Sul piano assistenziale, il principale obiettivo è quello di offrire quotidianamente un sostegno umano e qualificato a coloro che non possiedono più la completa autonomia funzionale, nel rispetto della dignità della persona. Un'equipe multi professionale opera quotidianamente in modo integrato e coordinato con la finalità di avere una visione unitaria di ogni singola persona e di lavorare per il suo benessere fisico, psicologico e sociale.

Dal punto di vista ambientale ed assistenziale, l'intento è di creare un'atmosfera accogliente, serena e familiare che riconosca dignità e significato alla persona ospitata. Il fine è quello di migliorare la qualità di

Najpomembnejši deležniki ISRAA so: starejši ljudje, strokovnjaki, občine, neformalni oskrbovalci in prostovoljci, nekateri med njimi so vključeni v evropske pobude.

Od leta 2017 ISRAA v imenu občine Treviso zagotavlja oskrbo na domu odraslim in starejšim (300) ter osebam z demenco v imenu zdravstvene lokalne enote ULSS2 (700). ISRAA si je prizadevala tudi za prostovoljstvo na lokalni ravni z vzpostavitvijo zavezništva z glavnimi organizacijami, ki predstavljajo prostovoljski sektor v Trevisu, v sodelovanju z občino in njenimi oblikovalci politik.

B. ITALIJANSKA SKUPINA NA FACEBOOKU

ŠTEVILKE ITALIJANSKE FACEBOOK SKUPINE					
Število udeležencev	127	Število objav	46	Vizualizacije	3.290
Število reakcij	410	Število komentarjev	53		

Slika 18. Italijanska skupina na Facebooku.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/teniamocipermanotreviso>



1. Skupina na Facebooku: udeleženci

PROFIL UDELEŽENCEV ITALIJANSKE SKUPINE NA FACEBOOKU (ocena anketirancev orodja 4)					
Ženske	78,3%	Oskrbovalci staršev	81%	Starost med 41 in 60 let	52,1%
Uporabniki Facebooka	87%	Življenje z oskrbovano osebo	13%	Srednješolsko izobraževanje	56,5%
				Terciarno izobraževanje	34,8%

"Teniamoci per Mano" je zasebna in vidna skupina na Facebooku, ki jo trenutno sestavlja 127 članov. Številni udeleženci so neformalni oskrbovalci starejših oseb, ki prebivajo v organizaciji ISRAA, drugi pa prihajajo izven organizacije. Med njimi so tudi strokovnjaki, ki jih zanima razumevanje delovanja tovrstne intervencije.

Zasebna in vidna skupina, ki jo sestavljajo predvsem neformalni oskrbovalci, ki nudijo podporo starejšim osebam z Alzheimerjevo boleznijo in demenco.

Edini pogoj za sodelovanje v tem pilotnem preizkusu (v skupini na Facebooku) je, da so udeleženci zaprosili za sodelovanje v skupini v Facebooku. Mnogi udeleženci so ob prošnji za pridružitve skupini že poznali njeno naravo.

Da bi dosegla 127 članov, je podporna skupina izvajala različne vrste dejavnosti razširjanja informacij:

- 1- Več letakov in plakatov je bilo obešenih in razdeljenih v štirih rezidencah ISRAA.
- 2- Vsi neformalni oskrbovalci organizacije ISRAA so bili k sodelovanju v skupini povabljeni s sporočilom, ki ga je poslala komunikacijska pisarna organizacije.
- 3- Za predstavitev projekta v Trevisu sta bila organizirana dva dogodka s prisotnostjo.
- 4- Projekt je bil predstavljen na multiplikativnih dogodkih drugih projektov, usposabljanjih in konferencah.
- 5- Po ustnem izročilu samih oskrbovalcev.

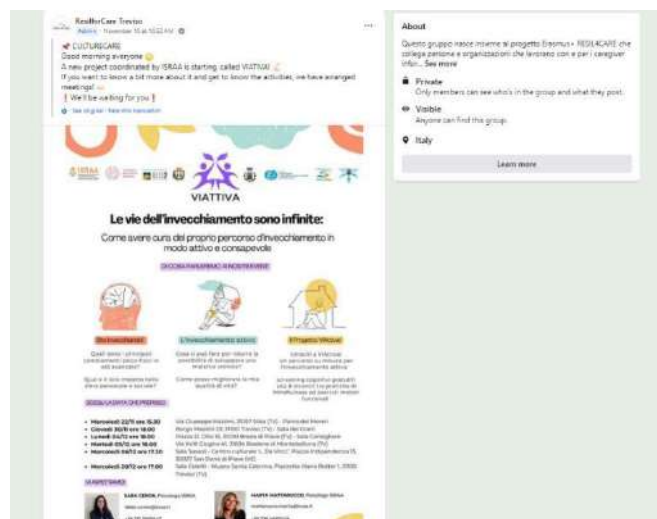
2. Dinamika skupine: objavljene teme/dejavnosti in interakcija udeležencev.

Italijanska skupina na Facebooku je obdelala teme in oblikovala tri različne sekcije:

- **Culturecare.** V tem razdelku so predlagane različne vrste dogodkov, ki jih organizira ISRAA ali druge organizacije in so namenjeni neformalnemu oskrbovalcem na območju Trevisa.

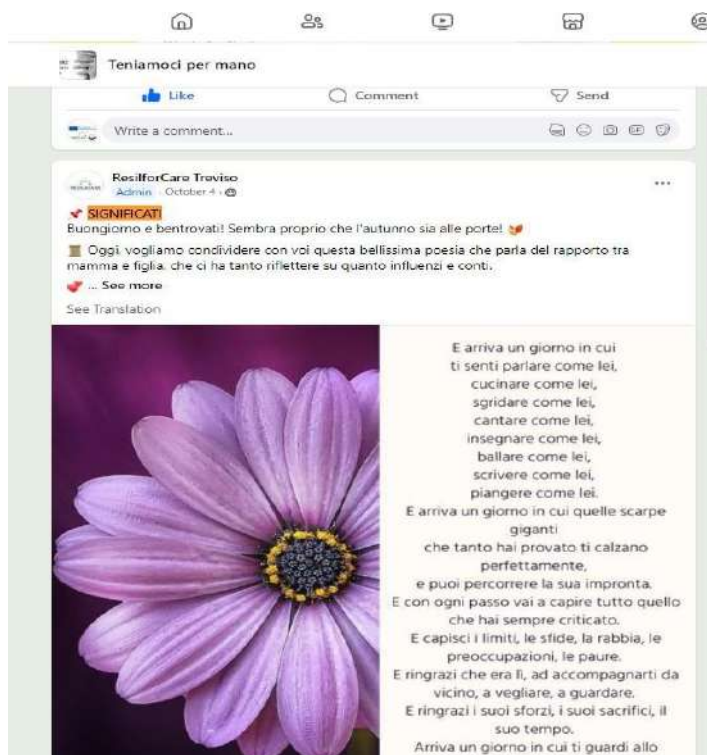
Slika 19. Kulturne objave.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/teniamocipermanotreviso>



- **Significati.** V tem razdelku so objavljene pesmi, fotografije, knjige in filmski posnetki o vlogi oskrbovalcev v družbi z namenom zagotavljanja podpore in pomoči.

Slika 20. Pomen pisanja. Vir: <https://www.facebook.com/groups/teniamocipermanotreviso>

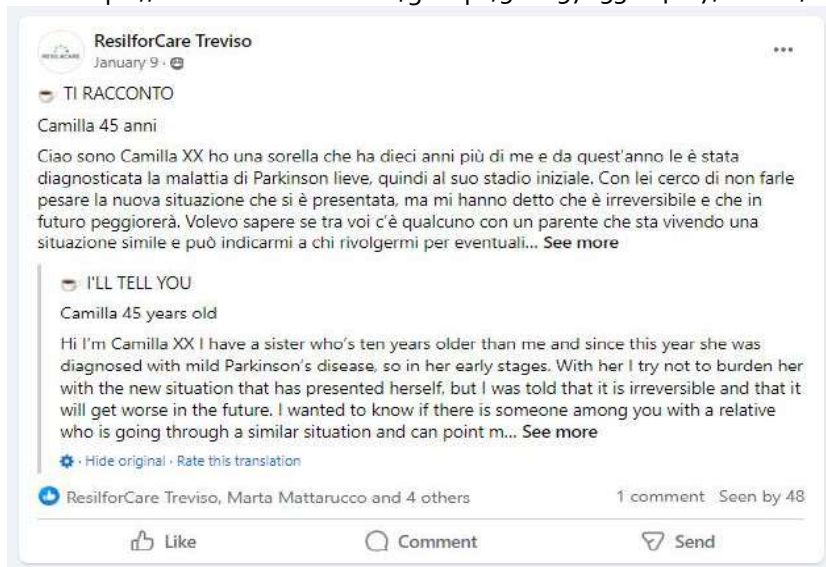


- **Ti racconto.** zgodbe različnih udeležencev (ki so se na nas obrnili anonimno), ki so prosili za imena zdravnikov ali storitev, in mnenja udeležencev skupine o njihovem osebnem položaju.

Ti racconto je razdelek, ki je zbral največ komentarjev in interakcij.

Slika 21. Razdelek Ti Racconto ("povem vam").

Vir: <https://www.facebook.com/groups/510297053814227/search/?q=camila>



Zato so te tri teme/razdelki oblikovani z namenom, da se zagotovi določen vrstni red vsebin, tako da lahko udeleženci sami določijo tiste, ki jih najbolj zanimajo ali iz katerih lahko črpajo največ navdiha.

Poleg dejavnosti na Facebooku sta bila organizirana tudi dva dogodka v živo:

- Prva bo 7.th februarja 2023, njen namen pa je predstaviti projekt in neformalne oskrbovalce medsebojno seznaniti.
- Drugi 31.st maj 2023 z naslovom APERICARE -being resilient-. To srečanje je bilo bolj strukturirano, saj je bila po začetni predstavitvi projekta neformalnim oskrbovalcem predlagana dejavnost, ki naj bi jo izvajali vsi skupaj v skupinah in katere namen je bil ustvariti mrežo ter jim omogočiti, da se v svoji vlogi počutijo manj osamljene.

3. Navdihujoča zgodba: Paola.

Paola je ženska iz Trevisa, prijavljena v skupini na Facebooku. Je poročena in ima otroka, danes pa živi v tujini. Njen mož je pred nekaj leti zbolel za demenco in je zdaj nastanjen v eni od štirih rezidenc združenja ISRAA. Paola je zdaj sama, saj se je preselila v drugo hišo, sosedov pa ne pozna dobro.

Paola se je skupini pridružila po nasvetu ene od treh žensk iz podporne skupine in vedno prihaja na osebna srečanja. Skupina ji je pomagala, da se je počutila bolj vključeno in da je vzpostavila nove odnose. Ko jo skupina sreča na hodnikih ISRAA, Paola vse pozdravi in ima vedno čas za klepet.

4. Upravljanje skupine na Facebooku (podporna skupina)

Kot je razvidno iz slike 22, podporno skupino sestavlja 5 žensk: 3 neformalne oskrbovalke in 2 moderatorki. Med pilotnim testiranjem je bilo izvedenih 10 osebnih srečanj v prostorih v Trevisu in 4 spletna srečanja.

Slika 22. Italijanska podporna skupina.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/teniamocipermanotreviso>



Na sestankih podporna skupina razpravlja o vsebini, ki jo je treba objaviti, in o dogodkih, ki jih je treba organizirati. Pri tem se pogosto upošteva, kar je zapisano v delovnih listih, ki jih je ustvaril IAT (partner, ki koordinira upravljanje Facebooka), včasih pa podporna skupina sama oblikuje vsebino.

Podporna skupina in srečanja imajo nalogo usklajevanja skupine na Facebooku, pomoči in spodbujanja udeležencev k rednemu ustvarjanju in objavljanju vsebin. Poleg tega je podporna skupina ključno orodje za vzpostavljanje tesnejših povezav in odnosov med udeleženci.

5. Pridobljene izkušnje.

Skupina na Facebooku je postala pomembno omrežno orodje za komuniciranje in izmenjavo izkušenj med neformalnimi oskrbovalci.

Neformalni oskrbovalci so pokazali veliko zadovoljstvo. Postal je orodje za izražanje mnenja neformalnih oskrbovalcev, zlasti kadar je po bolezni covid zelo težko organizirati osebne dogodke.

Razdelitev dejavnosti in delovnih mest v več oddelkov je dala dobre rezultate.

Ker gre za pomembnejše izzive, bi jih bilo treba še naprej preučevati:

- a. Uporaba drugih bolj trendovskih družabnih omrežij, kot je Instagram, za isti namen, saj je Facebook danes v zatonu.
- b. Mehanizmi, ki lahko sprožijo sodelovanje in interakcije članov.
- c. Kako zanje ustvariti smiselno vsebino.

Nazadnje bi bilo treba resno razmisliti o sodelovanju lokalnih ključnih zainteresiranih strani pri razširjanju in ustvarjanju vsebine.

6. Pogled v prihodnost: trajnost.

Cilj ob koncu projekta je, da bo skupina na Facebooku še naprej obstajala in da jo bodo vzdrževali neformalni oskrbovalci in pomočniki (podporna skupina).

Radi bi ga preoblikovali z uvedbo različnih tem in organizacijo več osebnih dejavnosti, kar je v skladu s cilji organizacije.

Cilj bo ohraniti skupino pri življenju, razvijati nove vsebine in jo poskušati razširiti tudi na druge načine, ne le prek spleta.

3.4. ŠPANSKA ŠTUDIJA PRIMERA. IVASS - Instituto Valenciano de Servicios Sociales.



To help those who care

SPANISH CASE SNAPSHOT

December 2023

OVERVIEW

Resil4Care Erasmus+ project aims to improve the resilience of informal carers through the use of Facebook Groups developed in 4 participant countries (Greece, Italy, Slovenia and Spain). The Resil4care Facebook groups are understood as an educational approach in which the support group (administrators) and participants (informal carers) share experiences, ask questions and face similar situations. The final objective is to overcome barriers and improve the participants' resilience.

THE ORGANIZATION

The Valencian Institute of Social Services - IVASS is a public institution (1.200 employees). It provides assistance and acts in terms of social services and socio-health care. In addition, it protects, safeguards and guardianships persons with judicially modified capacity.

FACEBOOK GROUP

PARTICIPANTS

Private and open Facebook group formed mainly by family carers. The unique selection criterion is the acceptance of the rules and to show interest in participating in the Facebook group.

FACEBOOK GROUP MANAGEMENT

The Support Group is formed by 2 carers and 2 facilitators. They have been meeting face-to-face and online to exchange their own experiences and discuss about what are the most suitable topics to post on the facebook group.

AN INSPIRING STORY: "MARIA"

Maria heard about a Facebook group that IVASS had created to help informal carers to improve their resilience. And now, María has become one of the most active Facebook members, she is fully satisfied with the activity, even showing interest in learning how to run a Facebook group by using the Resil4care platform (PR3).

RESULTS

	Participants 102
	Visualisations 2.526
	Posts 62
	Comments 122
	Reactions 482

<https://www.facebook.com/groups/ayudaraquiencuida>



ACTIVITIES

Meetings implement or adapt the worksheets of our Slovenian partners and share the good practices or topics of the other 3 Resil4care Facebook groups. Dissemination activities have been organized by IVASS to raise awareness about the importance of feeling well.

POSTS

- STORIES
- VIDEOS
- QUOTES
- PRACTICAL INFORMATION
- INVITATION
- SHARED POST

KEY TOPIC

Recomforting Positive sentences such as "magic is laughing with someone who makes you forget your sadness."

LESSONS LEARNED



The importance of sharing information and personal experiences to realize how much relevant is your own self-care to support others. Useful tool to make participants aware about their common feelings and how to face these situations.



LOOKING AHEAD SUSTAINABILITY

A group of informal carers from an IVASS' occupational centre is interested in managing this Facebook group after the project is finished.

Naslov skupine na Facebooku: pomoč tistim, ki jim ni vseeno.

A. KONTEKST: ORGANIZACIJA (IVASS)

Valencijski inštitut za socialne storitve (IVASS), ki ima lasten pravni status, sredstva in vire, je javna regionalna organizacija, pristojna za vodenje politike valencijske regionalne vlade (Generalitat Valenciana) na področju socialnega varstva, starejših, odvisnosti in oskrbe oseb z motnjami v duševnem razvoju.

Zagotavlja pomoč in deluje na področju socialnih storitev in socialno-zdravstvenega varstva. Poleg tega varuje, ščiti in skrbnikuje osebe s sodno spremenjeno poslovno sposobnostjo.

Slika 23. Delavnica v rezidenci Caixa Ontinyent.

Vir: <https://www.ivass.gva.es/>



IVASS ima več kot 30 ustanov (dnevni centri, domovi, zaposlitveni centri in varovane hiše), v katerih 800 strokovnjakov, kot so fizioterapevti, psihologi, medicinske sestre, oskrbovalci, delovni terapevti, socialni delavci ..., posveča svoj trud pozornosti in skrbi za 1.200 oseb s potrebami po socialni oskrbi. Poleg tega jim na participativen način zagotavlja potrebno podporo za njihov celostni razvoj s kakovostnimi storitvami.

Družba IVASS si prizadeva utrditi kakovostne storitve, pri čemer so etika, zaščita pravic naših uporabnikov ali tistih, ki lahko zahtevajo naše storitve, in preglednost temelj zaveze za izboljšanje kakovosti življenja.

V IVASS si kot javna organizacija prizadevajo za utrditev kakovostnih storitev, pri čemer so etika, zaščita pravic naših uporabnikov ali tistih, ki lahko zahtevajo njihove storitve, in preglednost temelj zaveze za izboljšanje kakovosti življenja. Dialog in mediacija kot komunikacijski orodji sta stebra IVASS; združena sta z vrednostjo učenja inovacij.

Slika 24. Poklicni center Rafalafena.

Vir: <https://www.ivass.gva.es/>

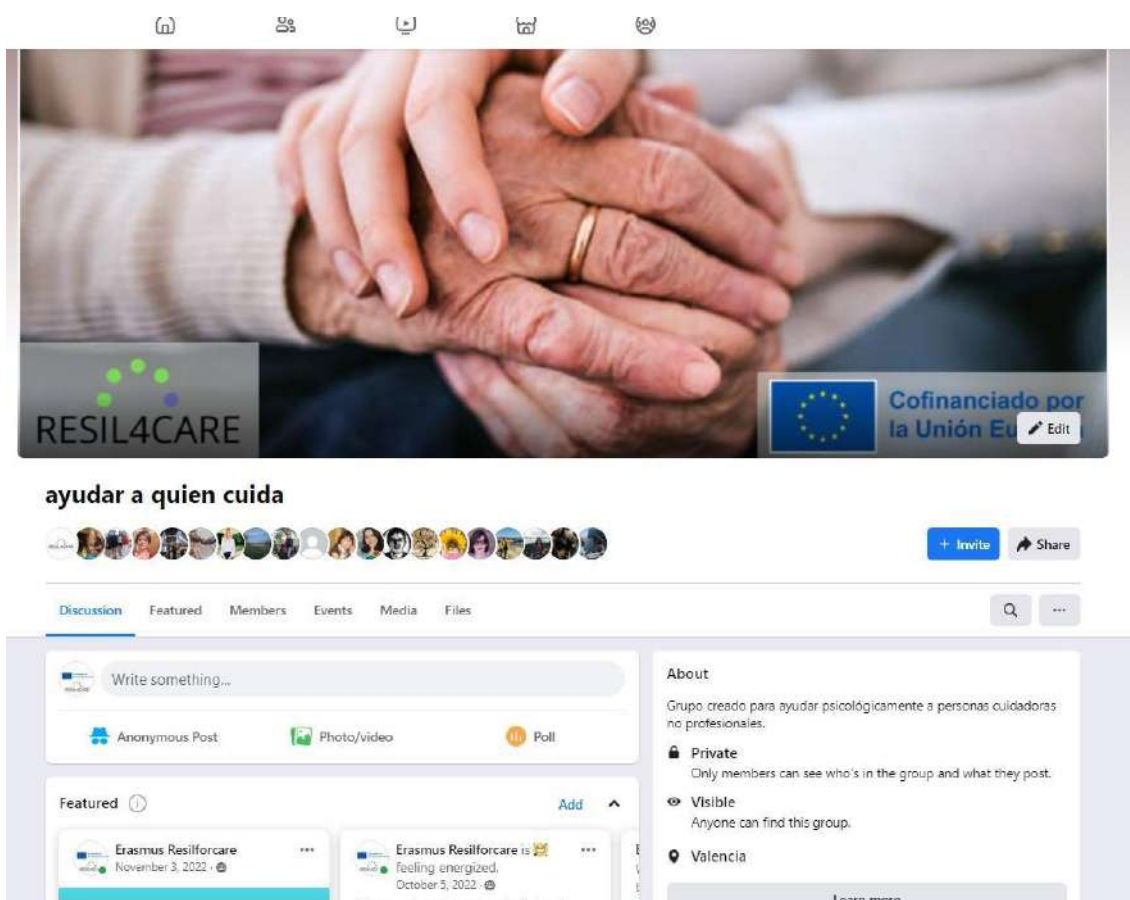


B. ŠPANSKA SKUPINA NA FACEBOOKU

ŠTEVILKE ŠPANSKE FACEBOOK SKUPINE					
Število udeležencev	102	Število objav	62	Vizualizacije	2526
Število reakcij	482	Število komentarjev			122

Slika 25. Španska skupina na Facebooku.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/ayudaraquiencuida>



1. Skupina na Facebooku: udeleženci

PROFIL UDELEŽENCEV ŠPANSKE SKUPINE NA FACEBOOKU (ocena anketirancev orodja 4)					
Ženske	85%	Oskrba staršev	50%	Starost med 41 in 60 let	75%
Uporabniki Facebooka	90%	Življenje z oskrbovano osebo	25%	Srednješolsko izobraževanje	15%
				Terciarno izobraževanje	85%

"Ayudar a quién cuida" je zasebna skupina, ki jo sestavlja 102 člana, večinoma oskrbovalke ali sorodnice, ki želijo sodelovati v projektnih dejavnostih.

"Ayudar a quién cuida" je zasebna skupina, ki jo sestavlja 102 člana, večinoma ženske, ki skrbijo za družino.

Povabilo k vključitvi v skupino je bilo večinoma posredovanom sorodnikom uporabnikov IVASS prek družbenih medijev in e-pošte. Poleg tega se v organizaciji delijo tudi nekateri letaki. Prijatelji, sorodniki in sodelavci podporne skupine sodelujejo tudi pri razširjanju skupine na Facebooku.

Edino merilo za izbor je sprejemanje pravil in izkazovanje interesa za sodelovanje v skupini na Facebooku. Administratorji (pospeševalci podporne skupine) pred sprejetjem vsakega člana preverijo njegov profil, da bi preverili, ali ne gre za komercialni ali lažni račun ali za nekoga, ki nima pravega interesa.

2. Dinamika skupine: objavljene teme in interakcija udeležencev.

Najpomembnejše teme, objavljene v španski skupini, ki spodbujajo sodelovanje članov, so:

- **Pomirjujoči Pozitivni stavki**, kot so "čarobno je smejati se z nekom, zaradi katerega pozabiš na svojo žalost" ali "najtežja stvar, ki sem se je moral naučiti v tem letu, je bila, kako si opomoči in iti naprej..."

Slika 26. Pozitivni stavki.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/ayudaraquiencuida/posts/1520373988780391/>



- Videoposnetki o Alzheimerjevi bolezni ali demenci, kot so videoposnetki UCLA)

Slika 27. Španski videoposnetek o Alzheimerjevi bolezni.

Vir: <https://www.facebook.com/groups/ayudaraquienocuida/posts/1526025611548562/>



3. Navdihujoča zgodba: María.

Ko so Marijinemu in Josejevemu očetu diagnosticirali neozdravljivo bolezen, sta se odločila, da bosta zanj skrbela doma. Oba sta bila polna energije in čutila sta, da ju nič ne more premagati.

Toda od takrat so se stvari zelo spremenile. Njun oče je umrl po dveh letih, ko je od njiju zahteval veliko podpore, in oba brata sta se znašla zelo utrujena in fizično slaba. Zdaj pa podporo zahteva še njuna mati, vendar se je Jose preselil v drugo mesto in Maríi ne more pomagati toliko, kot bi potrebovala.

María se zdaj sooča s situacijo, ko mora sama skrbeti za svojo mater. Iz tedna v teden se počuti bolj utrujeno, je popolnoma izčrpana. Zato sta se María in Jose odločila, da bosta njeno mamo vsak dan vozila v eno od ustanov IVASS: dnevni center za starejše ljudi.

Tu je María izvedela za skupino na Facebooku. María se je začela udeleževati srečanj, ki jih dnevni center organizira za družine. Na enem od teh srečanj je María izvedela za skupino na Facebooku, ki jo je ustanovil IVASS, da bi pomagal neformalnim oskrbovalcem izboljšati njihovo odpornost. In zdaj je María postala ena najbolj aktivnih članic na Facebooku, z dejavnostjo je popolnoma zadovoljna in celo kaže zanimanje za učenje vodenja skupine na Facebooku z uporabo platforme Resil4care (PR3). María je zaprosila IVASS, da bi postala moderatorka in po koncu projekta še naprej vodila skupino na Facebooku.

4. Upravljanje skupine na Facebooku (podporna skupina)

Špansko podporno skupino sestavljata dva moška neformalna oskrbovalca in dva strokovnjaka IVASS. Večkrat so se srečali v dnevnem centru IVASS, kjer skrbijo za njihove matere. Zaradi oddaljenosti med dnevnim centrom in sedežem IVASS so nekatera srečanja potekala prek spleta.

Španska podporna skupina se je spopadla s fizično oddaljenostjo med moderatorji in oskrbovalci. Poleg tega so nekatere zdravstvene težave ter delovne in družinske obveznosti neformalnih oskrbovalcev oteževale redna fizična srečanja.

Glavne dejavnosti, ki se izvajajo na sestankih podporne skupine, so razprava o temah in priporočilih, ki jih je predhodno predlagala mednarodna osrednja skupina. Cilji so izvajanje ali prilagajanje delovnih listov slovenskih partnerjev in izmenjava dobrih praks ali tem drugih treh skupin Resil4care na Facebooku ter ustvarjanje novih specifičnih vsebin za špansko skupino.

Poleg tega je IVASS organiziral nekaj dopolnilnih dejavnosti razširjanja informacij, da bi povečal ozaveščenost o pomenu dobrega počutja (fizičnega in psihičnega) za skrb za druge osebe. Nazadnje, dnevni center IVASS izvaja mesečna srečanja, na katerih imajo neformalni oskrbovalci iz podporne skupine možnost izpostaviti vprašanja, povezana s skupino resil4care na Facebooku.

Slika 28. Španska podporna skupina.

Vir: projekt Resil4care



5. Pridobljene izkušnje.

Za začetek je španska skupina na Facebooku koristno orodje za neformalne oskrbovalce za izmenjavo informacij o samooskrbi in za izboljšanje znanja udeležencev o tem, kako obvladovati nekatere psihološke situacije, povezane z odpornostjo ali frustracijami. Poleg tega skupina na Facebooku ustvarja virtualno skupnost, v kateri si udeleženci delijo enake izkušnje, občutke, slabosti in odgovornosti. Poleg tega bi lahko postala še eno orodje za komunikacijo in podporo IVASS njihovim neformalnim oskrbovalcem.

Skupina na Facebooku ustvari virtualno skupnost, v kateri si udeleženci delijo enake izkušnje, občutke, slabosti in odgovornosti.

Po drugi strani pa menijo, da je pomembno najti metodologijo za učenje ustvarjanja digitalnih vsebin in objavljanja smiselnih informacij za udeležence. To bi prispevalo k pritegnitvi njihove pozornosti in izboljšanju njihove aktivne udeležbe. Drug pomemben izziv je ugotoviti, kakšne so dejanske potrebe članov glede informacij ali kakšno posebno podporo potrebujejo neformalni oskrbovalci.

6. Pogled v prihodnost: trajnost.

Španska podporna skupina in IVASS sta zelo zadovoljna z rezultati skupine na Facebooku in sta pripravljena nadaljevati z delom. Španski koordinatorji so začeli delati s skupino neformalnih oskrbovalcev iz poklicnega centra IVASS, da bi jih vključili v upravljanje in aktivno sodelovanje v skupini na Facebooku. Nazadnje je ena od udeleženk (María) pokazala zanimanje, da bi se po projektu Resil4care naučila, kako upravljati skupino na Facebooku.

4. Predlog vrednotenja izobraževalnega pristopa.

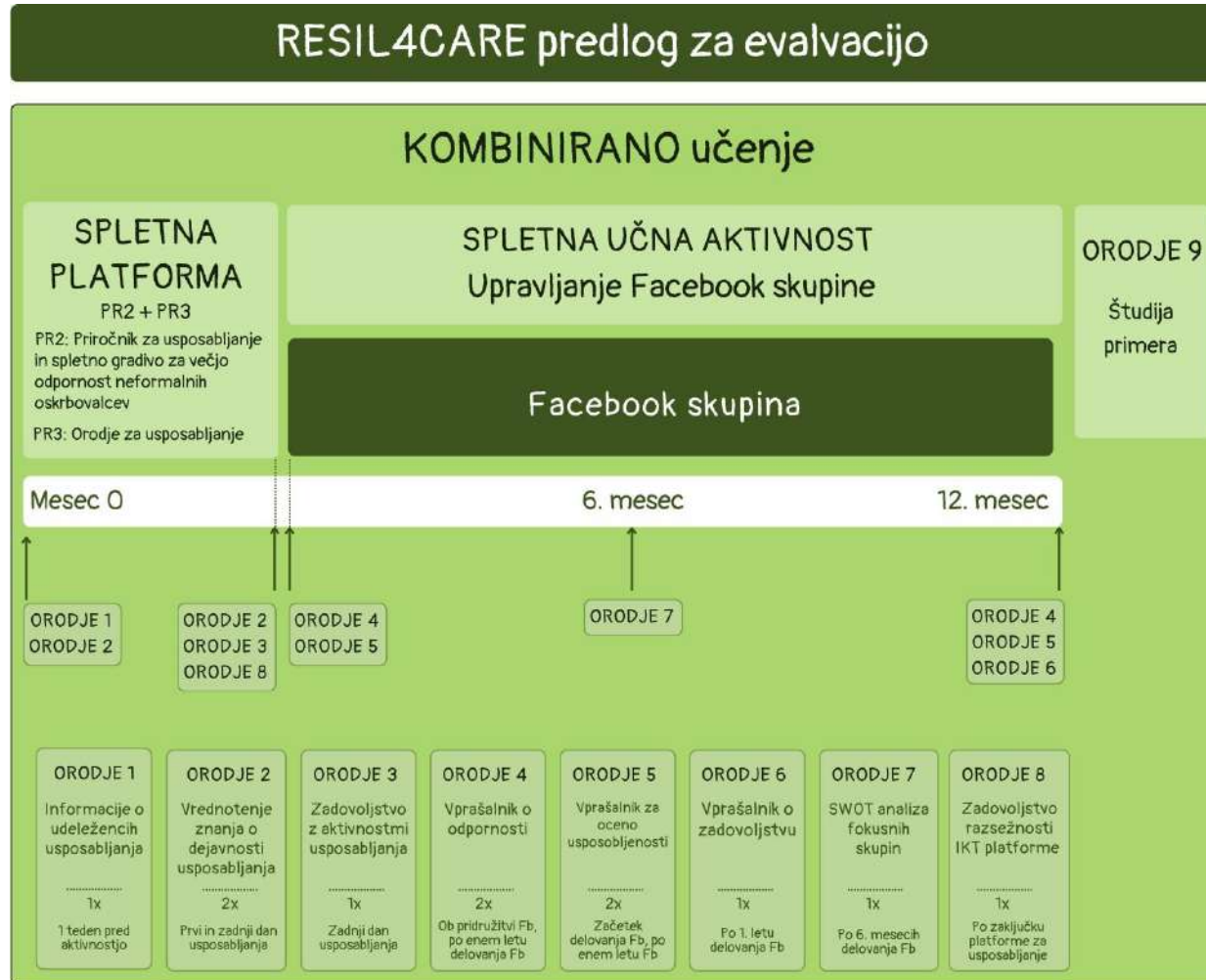
4.1. Uvod

Kot je bilo že pojasnjeno v tem dokumentu (sliki 1 in 2), lahko model Resil4care v grobem povzamemo kot enoletni izobraževalni pristop, ki ga sestavljata kombinirana dejavnost usposabljanja in izvajanje skupine na Facebooku s ciljem izboljšati odpornost neformalnih oskrbovalcev. V neposredni povezavi s tem izobraževalnim procesom sta v okviru projekta nastala tudi dva pedagoška vira, ki nudita potrebno teoretično podporo izobraževalnemu pristopu: a) priročnik za usposabljanje (PR2) in b) zbirka orodij za usposabljanje na področju IKT (PR3). Izjemno pomembno je tudi poudariti, da sta izobraževalni pristop Resil4care in metodologija vrednotenja, predstavljena v tem dokumentu, namenjena le kot uporaben pedagoški primer za tiste organizacije, ki želijo izvajati **"in vrednotiti"** izobraževalni pristop Resil4care. Zato pušča odprta vrata za nadaljnje raziskovalce, izboljšave in prilagoditve temu ali drugemu izobraževalnemu kontekstu.

Zato je v tem poglavju predstavljen "predlog" vrednotenja izobraževalnega pristopa Resil4care. Seveda je predlagana metodološka shema ocenjevanja in orodja, ki so bila posebej pripravljena v okviru projekta Resil4care in predhodno pojasnjena v tem dokumentu (PR4) (glej preglednici 1a ali 1b). Kot je bilo omenjeno v prejšnjem odstavku, je treba ta predlog ocenjevanja obravnavati kot navdihujoč primer, kako bi bilo treba ocenjevati ta izobraževalni pristop (glej sliko 29 na naslednji strani).

Končni cilj tega predloga vrednotenja je, da bi bil uporabna metodologija vrednotenja in orodje za izobraževalce, ki bi ga lahko prilagodili in uporabili v drugih različnih izobraževalnih kontekstih.

Izobraževalni model, predstavljen v tem dokumentu, je namenjen le ocenjevanju. Končni "izboljšani" model izobraževalnega pristopa resil4care se bo pokazal kot rezultat informacij, zbranih in analiziranih v tem dokumentu.



4.2. Dejavnosti ocenjevanja

Na naslednjih straneh je v celoti razložen predlog evalvacije izobraževalnega pristopa Resil4care. Evalvacija je razdeljena na dve fazi (učne in pedagoške dejavnosti ter skupina na Facebooku).

Vsa ocenjevalna orodja, ki so bila predlagana za dopolnitev tega ocenjevalnega predloga, so bila zasnovana in izdelana v okviru projekta Resil4care.

4.2.1. Faza 1: vrednotenje dejavnosti učenja in poučevanja (orodja 1, 2, 3 in 8)

Prvi sklop predlaganih evalvacijskih dejavnosti je povezan z izhodiščem izobraževalnega pristopa: dejavnostjo učenja in poučevanja. Ta izobraževalni pristop Resil4care predlaga mešani program usposabljanja, ki združuje usposabljanje v živo (na začetku procesa) z virtualnim usposabljanjem v preostanku leta, pri čemer ponuja možnost uporabe platforme za usposabljanje (PR3) na začetku procesa.

Cilj tega učnega procesa je uvesti udeležence v izobraževalno pot in jih naučiti osnovnega znanja o:

1. Ključnih značilnostih Facebooka v okviru projekta.
2. Neformalnih oskrbovalcev in odpornosti (ter psiholoških dejavnikov, povezani z odpornostjo, kot so frustracije, kakovost življenja, miselnost ...).

Z vidika praktičnosti se fizično in virtualno usposabljanje v tem predlogu vrednotenja obravnavata kot neodvisna elementa. V skladu s tem je v tej prvi fazi predlagano, da se izvedejo 4 dejavnosti vrednotenja (orodje 1, 2, 3 in 8), pri čemer se zberejo različne vrste informacij, ki jih zagotovijo samo vitki udeleženci, ki sodelujejo v dejavnosti usposabljanja:

1. Pred začetkom usposabljanja zberite ključne informacije o udeležencih (pričakovanja, interesi, vrsta podpore, odnos z osebo, ki prejema oskrbo ...), da bi učno dejavnost čim bolj prilagodili potrebam različnih udeležencev. V ta namen predlagamo, da udeleženci vsaj en teden pred začetkom dejavnosti usposabljanja izpolnijo **orodje 1** (informacije o udeležencih dejavnosti usposabljanja).
2. Poleg tega se lahko **orodje 2** (pridobljeno znanje) uporabi dvakrat: na začetku in na koncu, da se primerjajo rezultati.
3. Prva faza ocenjevanja bi se zaključila z oceno ob koncu dejavnosti usposabljanja:
 - o zadovoljstvo udeležencev (**orodje 3**);
 - o mnenje udeležencev o tem, kako izboljšati dejavnost usposabljanja (**orodje 3**).
 - o Če je bila dejavnost usposabljanja izvedena z uporabo platforme za usposabljanje (PR3), lahko udeleženci izpolnijo vprašalnik o razsežnosti IKT (**orodje 8**).

Nazadnje se predlaga tudi izvedba dopolnilne dejavnosti ocenjevanja: dejavnost fokusne skupine v zadnji uri dejavnosti usposabljanja, da se pridobijo neposredne povratne informacije od udeležencev, pri čemer se pridobijo informacije o eni ali dveh temah, ki jih zanimajo. Nasvet: skupina se lahko razdeli v 2/3 skupin, ki jih sestavljajo čim bolj raznoliki udeleženci (spol, starost, narodnost ...).

4.2.2. Faza 2: ocenjevanje skupine na Facebooku (orodja 4, 5, 6, 7 in 9)

Druga dejavnost tega izobraževalnega pristopa je oblikovanje skupine na Facebooku, ki med drugim vključuje razširjanje med ciljno skupino, vpis udeležencev, oživljanje skupine (iskanje ustreznih informacij, objavljanje novic in informacij, spremljanje komentarjev udeležencev ...) in vrednotenje.

V zvezi z ocenjevanjem skupine na Facebooku so predlagane naslednje dejavnosti ocenjevanja:

- Vrednotenje izboljšanja odpornosti (**orodje 4**). V ta namen se predlaga, da se orodje 4 (vprašalnik o odpornosti) izpolni dvakrat (predtest in posttest): na začetku skupine na Facebooku in po enem letu sodelovanja ter se primerjajo dobljeni rezultati. Vprašalnik o odpornosti bi lahko preprosto preoblikovali v spletni obrazec in povezavo objavili v skupini na Facebooku, da bi ga udeleženci izpolnili (samouporaba). Druga možnost bi lahko bila, da bi vprašalnik osebno posredoval izobraževalec, če želimo oceniti individualno izboljšanje odpornosti posameznega udeleženca.
- Pridobivanje kompetenc (**orodje 5**). V tem primeru je cilj oceniti, katere kompetence so udeleženci najbolj pridobili med sodelovanjem v skupini na Facebooku. To **orodje 5** dopolnjuje **orodje 4**; saj so v skladu z LifeComp (Vuorikary et al., 2022) "ključne osebne, socialne in učne kompetence ključne za **izboljšanje odpornosti** evropskih državljanov". Pri izvajanju tega orodja se uporablja ista metodologija kot pri orodju 4.
- Zadovoljstvo udeležencev (**orodje 6**). Po isti metodologiji kot pri prvih dveh orodjih (spletni vprašalnik, ki ga udeleženci izpolnijo sami) lahko udeležence povabimo k izpolnitvi tega vprašalnika o zadovoljstvu.

Poleg teh treh ocenjevalnih orodij, ki jih izpolnijo udeleženci, ki sodelujejo v tem pristopu Resil4care, bi bilo primerno izvesti še eno vrsto ocenjevanja, namenjeno ključnim izobraževalcem, koordinatorjem programa ali drugim zainteresiranim stranem (**orodji 7 in 9**). V ta namen je predlagano, da se izvedeta še dve dejavnosti vrednotenja:

- Analiza SWOT za opredelitev prednosti, slabosti, priložnosti in nevarnosti organizacije, povezanih z izvajanjem tega programa usposabljanja (**orodje 7**). To analizo je treba izvesti na sredini programa usposabljanja (6. mesec).²
- Pripraviti študijo primera (**orodje 9**) (glejte poglavje 3 tega dokumenta) za:
 - Izboljšanje okvira za ocenjevanje podobnih programov usposabljanja v prihodnosti.
 - razširjanje pridobljenih izkušenj med zainteresirane strani programa.

² Ta tehnika se lahko izvede tudi na začetku postopka ocenjevanja, kot predlagajo številni avtorji. Projekt Resil4care jo je izvedel v šestem mesecu pilotnega projekta in počakal, da so partnerji pripravili PR1, PR2 in PR3 ter si ustvarili dobro predstavo o vseh izobraževalnih elementih pristopa (pedagoški viri, kontekst, upravljanje ...).

5. Sklepi in priporočila.

5.1. Delni zaključki (zaključki po dejavnostih vrednotenja)

5.1.1. Zaključki dejavnosti učenja in usposabljanja.

ORODJE 2. ORODJE ZA VREDNOTENJE ZNANJA O DEJAVNOSTI USPOSABLJANJA.

V splošnem je opaziti pomemben dvig znanja pri 94 % udeležencih, ki so se udeležili usposabljanja v Sloveniji.

Čeprav je večina udeležencev navedla povečanje znanja, je treba poudariti, da se je znanje pri nekaterih postavkah (vsebinah) povečalo bolj kot pri drugih, na primer pri **temah, povezanih z vzpostavitvijo skupine na Facebooku**, in pri temah, povezanih z opredelitvijo stopenj oskrbe ter lastnim znanjem o zagotavljanju oskrbe.

Nasprotno pa se je izkazalo, da so udeleženci **manj napredovali v svojem razumevanju na področju izmenjave izkušenj med ljudmi, ki so se znašli v enakem položaju oskrbe**.

Če obravnavamo pet skupin vprašanj kot ločene teme, je največja porast znanja pri tistih, ki se nanašajo na ozaveščenost o tehnologiji Facebook in njeni uporabi (skupina IV); in na spoprijemanje z vsakodnevno rutino neformalnega oskrbovalca (skupina II). Sodelujoči udeleženci ne pokažejo le svojega predhodnega znanja o programu Erasmus in projektu RESIL4CARE, temveč tudi svoje lastne izkušnje kot neformalni oskrbovalec in motivacijo za zagotavljanje te oskrbe (teme, vključene v skupini I in III vprašalnika).

Poleg tega rezultati fokusne skupine, izvedene ob koncu usposabljanja, kažejo pomembne informacije o tem, katere so ključne kompetence projekta Resil4care glede na njihova dva ključna okvira: LifeComp in okvir digitalnih kompetenc.

Pridobljeni rezultati kažejo, da bi se moral projekt osredotočiti na naslednje kompetence:

1. Iz okvira LifeComp so bile za projekt ključne naslednje kompetence:
 - Socialno področje:
 - **Komunikacija:** uporaba ustreznih komunikacijskih strategij, področnih kod in orodij glede na kontekst in vsebino;
 - **Sodelovanje:** sodelovanje pri skupinskih dejavnostih in timskem delu, pri čemer se priznava in spoštuje druge.

- Območje učenja za učenje:
 - **Miselnost za rast.** Prepričanje v lasten potencial in potencial drugih za nenehno učenje in napredek.
 - **Upravljanje učenja.** Načrtovanje, organiziranje, spremljanje in preverjanje lastnega učenja.
- 2. Iz okvira digitalnih kompetenc izhaja, da bi se moral projekt osredotočiti na naslednje kompetence:
 - **Komunikacija in sodelovanje.** Vzajemno delovanje, komuniciranje in sodelovanje prek digitalnih tehnologij ob upoštevanju kulturne in generacijske raznolikosti. Sodelovanje v družbi prek javnih in zasebnih digitalnih storitev ter participativnega državljanstva. Upravljati svojo digitalno prisotnost, identiteto in ugled.
 - **Ustvarjanje digitalnih vsebin.** Ustvarjanje in urejanje digitalnih vsebin za izboljšanje in vključevanje informacij in vsebin v obstoječe znanje ter razumevanje uporabe avtorskih pravic in licenc. Znati dati razumljiva navodila za računalniški sistem.
 - **Varnost.** Zaščita naprav, vsebine, osebnih podatkov in zasebnosti v digitalnih okoljih. Varovanje fizičnega in psihičnega zdravja ter zavedanje digitalnih tehnologij za družbeno blaginjo in socialno vključenost. Zavedati se vpliva digitalnih tehnologij in njihove uporabe na okolje.

Na podlagi rezultatov tega ocenjevanja je bilo izbranih 7 kompetenc, ki so bile podlaga za izdelavo orodja 5 (vprašalnik za ocenjevanje kompetenc).

ORODJE₃. VPRAŠALNIK O ZADOVOLJSTVU Z DEJAVNOSTJO USPOSABLJANJA.

Glede na rezultate, pridobljene v prvem delu vprašalnika, je splošna stopnja zadovoljstva udeležencev zelo visoka. Vsi udeleženci so pri postavljenih vprašanjih navedli "strinjam se" ali "popolnoma se strinjam", tako da je skupna ocena vprašalnika 9,3 nad 10. Kljub visoki stopnji zadovoljstva sta dve postavki, pri katerih udeleženci izražajo manjše zadovoljstvo. Prva se nanaša na naslednje korake in odgovornosti po usposabljanju (moralo bi jih boljše pojasniti), druga pa na čas, namenjen praktičnemu pouku, ki bi moral biti daljši.

Po drugi strani pa se postavka, ki so jo udeleženci najbolj cenili, nanaša na to, da je trener spodbujal udeležence Facebooka k aktivnemu sodelovanju med dejavnostmi.

Mnenje udeležencev o dejavnosti usposabljanja je bilo zbrano v treh odprtih vprašanjih:

- Prvi je bil o njihovem splošnem pogledu. Udeleženci so navedli, da so imeli nekaj težav pri razumevanju angleškega jezika.
- Odgovori na drugo vprašanje (katere nove vsebine bi bilo treba vključiti v prihodnje dejavnosti usposabljanja) so bili precej različni:
 - Udeleženci bi želeli vključiti avtomatske prevajalnike ali digitalni sistem za prevajanje, ne da bi se morali zanašati na druge.
 - V okviru projekta bi lahko razmislili o vključitvi drugih platform družbenih medijev.
 - Izboljšanje splošnih internetnih spretnosti udeležencev.
 - Udeleženci bi želeli pridobiti več praktičnih znanj o temi (odpornost).
- Pri tretjem vprašanju so udeleženci podali številne predloge za izboljšanje dejavnosti usposabljanja. Najpomembnejši so:
 - Raziskati uporabo boljših prevajalskih sistemov za tistih nekaj dejavnosti v angleščini.
 - Več informacij o konceptu "odpornosti" in o tem, kako jo izboljšati.
 - Več časa za utrjevanje naučenega gradiva.
 - En računalnik na osebo in lekcije po korakih.
 - Zbiranje informacij od ljudi, ki niso seznanjeni z družbenimi mediji, in izboljšanje načina, kako jih nagovoriti.

5.1.2. Skupina na Facebooku.

ORODJE₄. VPRAŠALNIK O ODPORNOSTI.

Ta vprašalnik je bil bistvenega pomena za pripravo vprašalnika o odpornosti, pa tudi za pridobitev dodatnih informacij o profilu neformalnih oskrbovalcev. Vprašalnik so izpolnili tisti neformalni oskrbovalci, ki so sodelovali v skupini na Facebooku. Sestavljen je bil iz treh delov:

1. Demografska vprašanja.
2. 3 vprašanja za zbiranje informacij o vrsti zagotovljene oskrbe in potrebah neformalnih oskrbovalcev po informacijah.
3. Vprašanja o odpornosti po Likertovi lestvici.

Dela 1 in 3 vprašalnika sta že pojasnjena v oddelku 2.4.3.2 tega dokumenta. Ta del obravnava informacije o vrsti zagotovljene oskrbe.

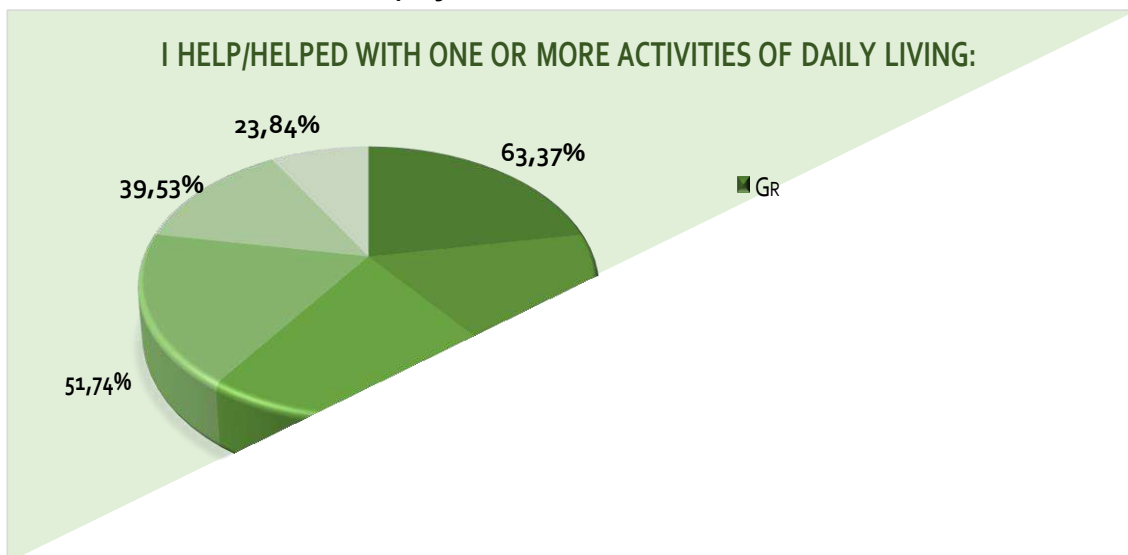
Prvo in drugo vprašanje se je nanašalo na vrsto zagotovljene oskrbe. V prvem vprašanju je bilo zastavljeno vprašanje o dnevni dejavnosti, drugo pa je zajemalo instrumentalne dejavnosti. Tretja vrsta vprašanj se je nanašala na vrsto informacij, ki so jih neformalni oskrbovalci želeli pridobiti s sodelovanjem v projektu. Poudariti je treba, da so anketiranci lahko izbrali več kot en odgovor.

V zvezi s prvim vprašanjem "Pomagam/pomagal sem pri eni ali več dnevni dejavnosti" so bile med anketiranci bolj prisotne naslednje dejavnosti:

1. nega/osebna higiena;
2. prenašanje/pomoč pri gibanju;
3. prehranjevanje;
4. oblačenje;
5. toaleta/kontinenca.

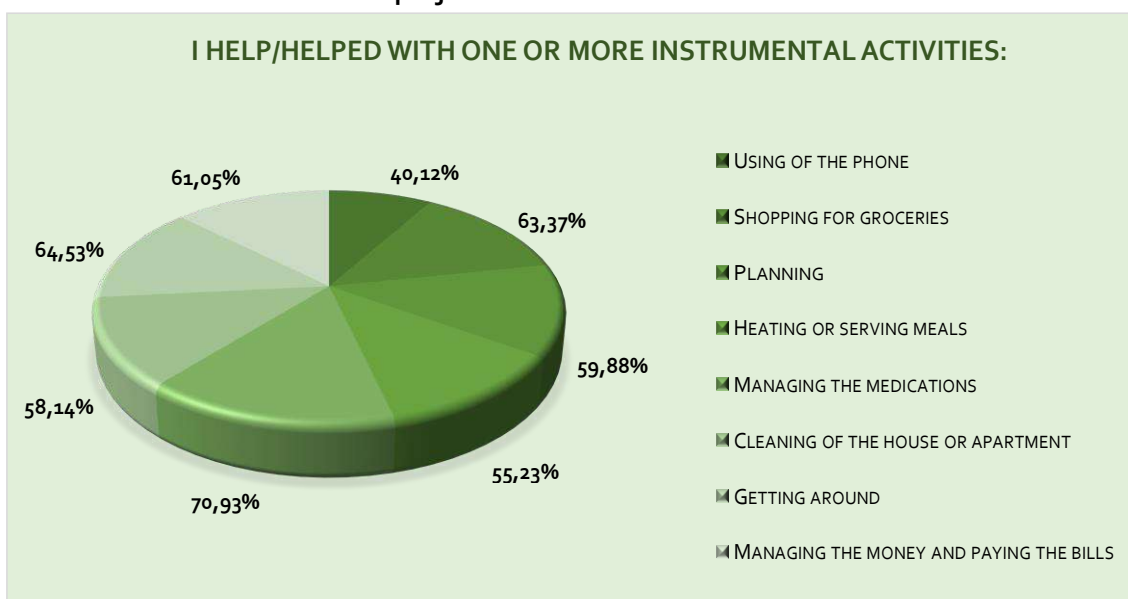
Kvantitativne informacije so prikazane na naslednji sliki 30.

Slika 30. Vsakodnevne življenjske aktivnosti, ki jih zagotavlja oskrbovalec, ki sodeluje v projektu. Vir: lastna izdelava.



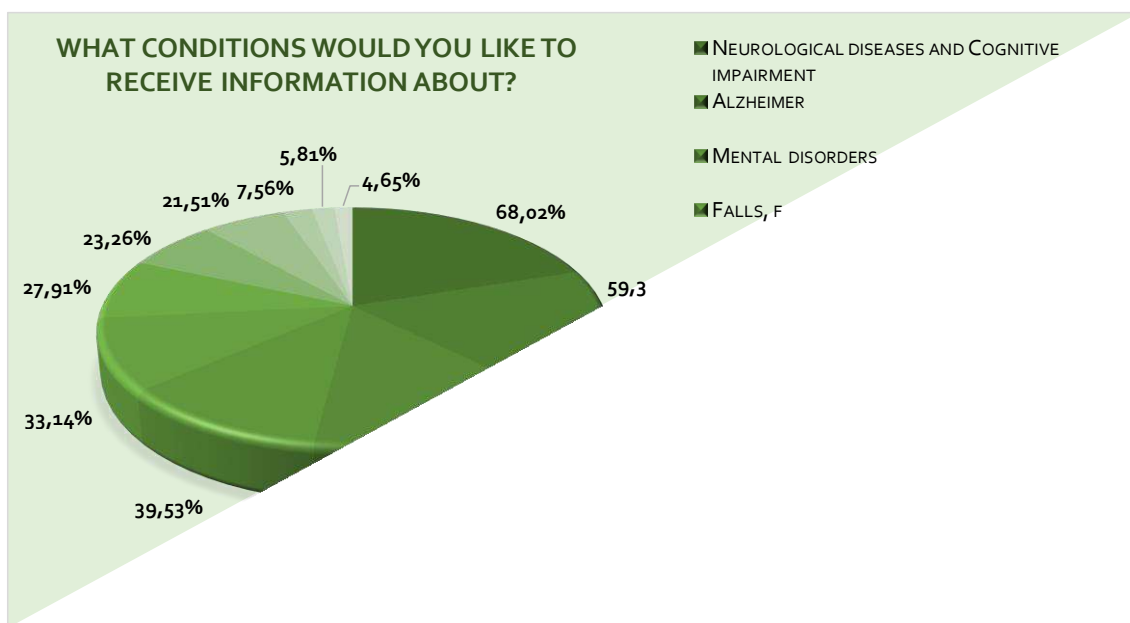
Drugo vprašanje je bilo "Pomagal sem pri eni ali več instrumentalnih dejavnostih". Anketiranci so navedli, da je upravljanje zdravil najpogostejša dejavnost, ki so jo morali opravljati oskrbovalci, sledita pa ji gibanje in nakupovanje živil. Pomoč, povezana z denarjem, načrtovanjem, gospodinjstvi in vprašanji v zvezi s hrano, je praktično na enaki ravni nujnosti. Vidiki, povezani z uporabo telefona, se prav tako pojavljajo kot omejitve, čeprav niso tako pogosti kot prej omenjeni.

Slika 31. Instrumentalne dejavnosti, ki so jih izvajali neformalni oskrbovalci, ki so sodelovali v projektu. Vir: lastna izdelava.



Zadnje vprašanje nam daje informacije o tem, o katerih pogojih bi želeli prejemati informacije. Dve najbolj zahtevani sta o nevroloških boleznih - kognitivnih motnjah, Alzheimerjevi bolezni in duševnih motnjah. Poleg tega bi bile dobrodošle tudi informacije o padcih, zlomih in motnjah gibanja; srčno-žilnih boleznih in arterijski hipertenziji ter Parkinsonu (slika 32).

Slika 32. potrebe neformalnih oskrbovalcev po informacijah. Vir: lastna izdelava.



ORODJE 7. METODOLOGIJA ZA OCENJEVANJE VELJAVNOSTI TESTOV C₁ IN PILOTOV.

Glede na fokusno skupino so bile najpomembnejše ugotovitve o uporabi skupin na Facebooku kot izobraževalnega orodja naslednje:

1. Povezano s pozitivnimi elementi projekta Resil4care:
 - a. Visoka sposobnost ustvarjanja digitalne skupnosti, v kateri se delijo skupne vrednote. Prispeva lahko tudi k oblikovanju skupnega koncepta Evropske unije (transnacionalnost).
 - b. Stroškovno učinkovito izobraževalno orodje.
 - c. Uporaba skupine na Facebooku kot izobraževalnega in informativnega orodja je inovativna.
 - d. Zmožnost doseganja velikega števila udeležencev (ciljna skupina).
 - e. Dobra možnost za ponovitev in prenos v številne izobraževalne kontekste.

2. V zvezi s težavami pri izvajanju projekta Resil4care:
 - a. Ravnanje z zasebnimi in osebnimi podatki udeležencev (varnost).
 - b. Izberite prave udeležence za skupino. Zelo težko je določiti najboljši profil za sodelovanje v skupini.
 - c. Težave pri ugotavljanju izobraževalnih in psiholoških potreb udeležencev.
 - d. Iskanje prave osebe za upravljanje skupine na Facebooku. Potreben je strokovnjak s kompetencami na področju družbenih medijev in na psihološkem/vzgojnem področju dela (odpornost).
 - e. Oceniti izobraževalni in fiziološki napredek udeležencev.
 - f. Vprašanja trajnostnega razvoja po zaključku projekta. Redno posodabljanje informacij in spremljanje dejavnosti udeležencev.
 - g. V primeru velikih skupin lahko udeleženci čutijo pomanjkanje zaupanja ali zasebnosti.

5.2. Pridobljene izkušnje in končni sklepi.

Skupine na Facebooku (pilotni testi), ocenjene v tem dokumentu, in drugi izobraževalni viri, ki jih je pripravil Resil4care, so povezani deli izobraževalnega pristopa, namenjenega izboljšanju kakovosti življenja neformalnih oskrbovalcev.

Na podlagi informacij, zbranih in analiziranih v tem dokumentu (PR4), lahko z gotovostjo trdimo, da je izobraževalni pristop Resil4care (sestavljeno iz kombinacije neformalnih in priložnostnih dejavnosti digitalnega učenja) **usklajen z nekaterimi cilji programa Erasmus+**, zlasti s tistimi, ki so povezani s prednostno nalogo Digitalna preobrazba (str. 7 Vodnika po programu Erasmus+). Na ta način lahko pristop Resil4care prispeva k **izboljšanju digitalnih kompetenc** in medijske pismenosti neformalnih oskrbovalcev (najpomembnejša ciljna skupina projekta). Poleg tega ga je mogoče obravnavati tudi kot primerno orodje "za doseganje večjih skupin v Evropski uniji in zunaj nje, za obvladovanje velike uporabe informacijskih, komunikacijskih in tehnoloških orodij, ki združuje uporabo fizične mobilnosti ter virtualnega učenja in sodelovanja" (str. 9 Vodnika po programu Erasmus+).

To potrjujejo naslednji dokazi. Najprej, ključne zainteresirane strani, s katerimi smo se posvetovali (podporna skupina in neformalni oskrbovalci), **so pokazale dobro zadovoljstvo s projektnimi dejavnostmi**. To temelji na analizi rezultatov študij primerov, izpolnjenih vprašalnikov o zadovoljstvu in razvitih fokusnih skupin. V tem smislu je izobraževalni pristop Resil4care ocenjen kot **koristno orodje za ustvarjanje virtualne skupnosti, v kateri udeleženci objavljajo ustrezne informacije in delijo pomembne izkušnje**. Poleg tega velja za stroškovno učinkovito neformalno izobraževalno orodje, ki lahko doseže veliko število različnih ciljnih skupin in se uporablja v različnih kontekstih (prenosljivost). Poleg tega ga je mogoče uporabiti kot organizacijsko komunikacijsko orodje za določene ciljne skupine; ter za preučevanje potreb in skrbi udeležencev. In končno, izobraževalnim organizacijam lahko pomaga izboljšati njihovo pozicioniranje v družbenih medijih.

*"Skupina na Facebooku je **koristno orodje za neformalne oskrbovalce, s katerim lahko ustvarijo spletno skupnost**. Menijo, da je to prostor, kjer lahko delijo skupne izzive in skrbi, se približajo drugim neformalnim oskrbovalcem ter sodelujejo v plodnih pogovorih in interakcijah."* (FRODIZO, Grški partner projekta Resil4Care)

V zvezi z ugotovljenimi dobrimi praksami velja, da je bila vzpostavitev posebne metodologije upravljanja in orodij (glej sliko 1) za vodenje skupin na Facebooku (strukturiranih na dveh ravneh: osnovna skupina in podporna skupina) uspešna, saj je **vloga vodilnega koordinatorja** osnovne skupine ključna, da lahko partnerji nemoteno vodijo pilotne projekte in oblikujejo homogene nacionalne skupine na Facebooku. Poleg tega lahko uporaba dveh priznanih okvirov (**LifeComp in digitalni okvir** kompetenc za državljane) za določitev ključnih kompetenc projekta in oblikovanje orodja 5 (orodje za ocenjevanje kompetenc) prispeva k zagotavljanju znanstvene podpore na podlagi dokazov v procesu oblikovanja evropskih politik.

Po drugi strani pa so se pilotni testi soočili z nekaterimi izzivi, ki jih je treba omeniti.

Prvič, partnerji so navedli, da je treba poiskati **načine za izboljšanje sodelovanja** neformalnih oskrbovalcev v skupini na Facebooku. V zvezi s tem so partnerji navedli tudi, da ne poznajo dovolj profila udeležencev na Facebooku (potrebe, skrbi, motivacija za sodelovanje ...). Lahko bi izvedli dodatne raziskave o profilu udeležencev, da bi ugotovili, **katere vsebine ali dejavnosti sprožijo njihovo aktivno sodelovanje**. To bi lahko pomagalo tudi pri oblikovanju sklopa meril za boljši izbor udeležencev.

Da bi izboljšali sodelovanje članov na Facebooku, so partnerji pripravili nekaj dobrih idej za upravljanje skupine na Facebooku, kot so resnične zgodbe, letaki, plakati, tekmovanja, objava tem, strukturiranih po oddelkih, praktične informacije, citati, razdeljevanje letakov, vabila na javne dogodke...

"Nujno je, da še naprej raziskujemo, kako doseči večje sodelovanje/interakcijo udeležencev, z nekaterimi lastnimi objavami na FB, vprašanji itd., ob hkratnem upoštevanju želje po zasebnosti nekaterih udeležencev" (IAT. Slovenski partner).

Še eno področje, ki zahteva pozornost, je **kompleksen profil moderatorja** (osebe, ki je odgovorna za vodenje skupine na Facebooku). Kompleksnost izhaja iz potrebe, da profil **združuje strokovno znanje iz dveh različnih področij: a) psihologije/zdravja in b) družbenih medijev**. V zvezi s prvim je bistveno, da moderatorji dobro poznajo konstrukte, kot so odpornost, neformalna oskrba, zdravje ..., ter teorijo in okvire, povezane s temi koncepti. Čeprav je bila ta vsebina v celoti upoštevana v izobraževalnih virih Resil4care, je treba poudariti njen pomen na tem mestu, saj je področje teh kompetenc ključno za **boljše razumevanje zahtev, skrbi, potreb ... neformalnih oskrbovalcev in izboljšanje njihovega sodelovanja v skupini na Facebooku**. V primeru slednjega je zelo primerno, da moderatorji obvladajo dva sklopa spretnosti: a) kako ustvariti digitalno vsebino in b) kako oceniti metrike družbenih medijev, da bi izmerili, kako uspešna je skupina na Facebooku (stopnja vključenosti, prikazi, doseg ...).

Poleg celotne strategije ocenjevanja metrike družbenih medijev bi bilo morda pomembno raziskati tudi, katere kompetence in v kolikšni meri so neformalni oskrbovalci pridobili zaradi sodelovanja v skupini na Facebooku (orodje 5) ter kako je to povezano z izboljšanjem njihove odpornosti (orodje 4). To bi prispevalo k razumevanju dejanskega vpliva skupine na Facebooku na kakovost življenja neformalnih oskrbovalcev.

Poleg tega bi moral biti izobraževalni pristop Resil4care pozoren na močan vzpon Facebookovih konkurentov (Instagram, TikTok, Google ...). Preučiti je mogoče možnost prilagoditve tega izobraževalnega modela na druge platforme družbenih medijev.

Nazadnje bi bilo mogoče razmisliti tudi o ustanovitvi angleške skupine na Facebooku v prihodnosti, da bi bolje ocenili nadnacionalni učinek izobraževalnega pristopa Resil4care.

6. Literatura

- Ayodele, Adeola & Ye, Michelle & Almond, Helen & Sakulwichitsintu, Songlak. (2016). International Journal of Doctoral Studies Inside the Minds of Doctoral Students (Mednarodna revija za doktorske študije): Vrhunski raziskovalci: raziskovanje izzivov v teoriji in praksi. International Journal of Doctoral Studies. 11. 243-267. 10.28945/3542.
- Bryman Alan. Metode družbenega raziskovanja. 2016. Oxford University Press.
- Coronado Hijón, Antonio. (2017). Akademska odpornost: (2017): transkulturna perspektiva. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 237. 594-598. 10.1016/j.sbspro.2017.02.013.
- Dias R, Santos RL, Sousa MFBD, et al. Resilience of caregivers of people with dementia: (1): sistematični pregled bioloških in psihosocialnih dejavnikov. Trends Psychiatry Psychother. 2015;37:12- 9.
- Vodnik po programu Erasmus+ 2024. <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/es/erasmus-programme-guide>.
- Glennie EJ. Spoprijemanje in odpornost. In Non-Cognitive Skills in the Classroom: Rosen JA, Glennie EJ, Dalton BW, Bozick RN), 2010, RTI Press, št. publikacije BK-0004-1009. RTI International, Research Triangle Park, NC, 169-93, <http://www.rti.org/rtipress>.
- Lancaster, Gillian. (2015). Pilotne študije in študije izvedljivosti so polnoletne! Pilotne študije in študije izvedljivosti. 1. 1. 10.1186/2055-5784-1-1.
- Muñoz, Gustavo. (2020). Metodología del estudio piloto. Revista Chilena de Radiología. 26. 100-104. 10.4067/S0717-93082020000300100.
- Sala, A., Punie, Y., Garkov, V. in Cabrera Giraldez, M., LifeComp: Evropski okvir za osebne, socialne in učne ključne kompetence, EUR 30246 SL, Urad za publikacije Evropske unije, Luxembourg, 2020, ISBN 978-92-76-19418-7, doi:10.2760/302967, JRC120911.
- Simon MA, Gunia B, Martin EJ et al. Path towards economic resilience for family caregivers (Pot do ekonomske odpornosti družinskih oskrbovalcev): S tem se hkrati zmanjšujeta prikrajšanost gospodinjstev in pomanjkanje kadrov v zdravstvu. Gerontologist 2013; 53:861-873.
- Smith BW, Dalen J, Wiggins K, Tooley E, Christopher P, Bernard J. The short resilience scale: assessing the ability to bounce back. Int J Behavior Med 2008; 15: 194-200.
- Southwick SM, Bonanno GA, Masten AS, Panter-Brick C, Yehuda R. Opredeletive odpornosti, teorija in izzivi: interdisciplinarne perspektive. Eur J Psychotraumatol. 2014 Oct 1;5. doi: 10.3402/ejpt.v5.25338. PMID: 25317257; PMCID: PMC4185134.
- Vuorikari, R., Kluzer, S. in Punie, Y., DigComp 2.2: EUR 31006 SL, Urad za publikacije Evropske unije, Luxembourg, 2022, ISBN 978-92-76-48882-8, doi:10.2760/115376, JRC128415.

PRIOLOGA 1. Izvirno orodje 4 pred statistično analizo.

TOOL 4	QUESTIONNAIRE TO JOIN THE FACEBOOK CARERS SUPPORT GROUP
Instructions:	The main objective of this questionnaire is to evaluate how aligned you are as an informal carer with the concept of resilience developed by the RESIL4CARE project.
Gender:	<input type="checkbox"/> Female <input type="checkbox"/> Male <input type="checkbox"/> Other
Age:	<input type="checkbox"/> 20-30 <input type="checkbox"/> 31-40 <input type="checkbox"/> 41-50 <input type="checkbox"/> 51-60 <input type="checkbox"/> 61-70 <input type="checkbox"/> + 70
Residence:	<input type="checkbox"/> I live alone <input type="checkbox"/> I live only with my relative cared <input type="checkbox"/> I live with my family <input type="checkbox"/> I live with my family and my relative cared
Education	<input type="checkbox"/> Primary school <input type="checkbox"/> Secondary school <input type="checkbox"/> Tertiary Education
Relationship:	<input type="checkbox"/> Mother/Father <input type="checkbox"/> Spouse <input type="checkbox"/> Child <input type="checkbox"/> Mother/Father-in-law <input type="checkbox"/> Brother/Sister <input type="checkbox"/> Other person
I am a Facebook user	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
Country:	<input type="checkbox"/> Greece <input type="checkbox"/> Italy <input type="checkbox"/> Slovenia <input type="checkbox"/> Spain
<p>What kind of care do / did you provide:</p> <p>1. I help/helped with one or more activities of daily living:</p> <p> <input type="checkbox"/> Grooming/personal hygiene <input type="checkbox"/> Transferring/ambulating <input type="checkbox"/> Dressing <input type="checkbox"/> Eating <input type="checkbox"/> Toileting/continence <input type="checkbox"/> Others </p> <p>2. I help/helped with one or more instrumental activities:</p> <p> <input type="checkbox"/> Using of the phone (this includes answering and calling others) <input type="checkbox"/> Shopping for groceries <input type="checkbox"/> Planning <input type="checkbox"/> Heating or serving meals <input type="checkbox"/> Managing the medications (this includes refilling them when needed and taking them correctly) <input type="checkbox"/> Cleaning of the house or apartment <input type="checkbox"/> Getting around (for example driving around by car or accompanying by taxi or public transport) <input type="checkbox"/> Managing the money and paying the bills </p> <p>What conditions would you like to receive information about? (you can choose multiple answers)</p> <p> <input type="checkbox"/> Cardiovascular diseases and arterial hypertension <input type="checkbox"/> Osteoarthritis and arthritis <input type="checkbox"/> Neurological diseases and Cognitive impairment <input type="checkbox"/> Diabetes <input type="checkbox"/> Mental disorders <input type="checkbox"/> Falls, fractures and impaired mobility <input type="checkbox"/> Alzheimer <input type="checkbox"/> Parkinson <input type="checkbox"/> Als (Amyotrophic lateral sclerosis) <input type="checkbox"/> Sclerosis <input type="checkbox"/> Others (write your answer) </p>	

		Strongly disagree	Disagree	Neither agree nor disagree	Agree	Strongly agree
Please, tick the square to indicate how much you agree with the following sentences:						
1	I get easily irritated.					
2	I avoid facing new situations.					
3	I easily disconnect from problems.					
4	I have a good quality of life.					
5	I like to share my problems.					
6	I have enough time for myself.					
7	I am worried about my future.					
8	I take care of myself.					
9	My social life could improve.					
10	I solve problems if I invest the necessary effort.					
11	I keep calm when facing with a problem.					
12	I find different solutions to a problem.					
13	I can adapt to changes.					
14	I have no interest in my future.					
15	I am a self confident person.					
16	I believe that my future is determined by fate.					
17	I am proud of my achievements.					
18	I feel uncomfortable when changes occur in my environment.					
19	My family context supports me .					
20	Technology helps me to communicate with other people.					
21	I feel overwhelmed by the concerns generated by taking care for a person.					
22	Changes in the person I care for make me anxious.					
23	I accept the changes that occur in my life as a result of caring for another person.					
24	I have the skills to perform the tasks of an informal carer.					
25	My obligations as an informal carer decrease my quality of life.					
26	I have the ability to understand the needs of the person I care for.					
27	I lack of energy.					
28	I have skills to cope with stress.					
29	I adapt to the demands of the person I care for.					