

KATALOG ZNANJA

1. IME PREDMETA

SVETOVANJE ZA DOBRO POČUTJE

2. SPLOŠNI CILJI PREDMETA

Splošni cilji predmeta so:

- delovati v skladu s filozofijo dobrega počutja;
- razviti zdrav življenjski slog;
- svetovati na različnih področjih dobrega počutja;
- spremljati kontinuiran razvoj stroke s pomočjo strokovne literature in vključevanjem v izobraževanje.

Specifično strokovno usmerjeni cilji so:

- razviti poklicno identiteto, strokovno odgovornost in profesionalnost za delo na področju svetovanja za dobro počutje;
- sposobnost razumevanja filozofije dobrega počutja in svetovanje za zdrav življenjski slog;
- poznati sestavine velnesa kot življenjskega sloga;
- načrtovati in organizirati delo ter zagotavljati kakovost opravljenih storitev na področju velneških dejavnosti in izvajanje svetovanja ter aktivnosti za dobro počutje.

3. PREDMETNO SPECIFIČNE KOMPETENCE

Pri predmetu si študenti poleg generičnih pridobijo naslednje kompetence:

1. svetovanje in vodenje svetovalnega procesa;
2. delovanje v duhu zdravega življenjskega sloga in filozofije dobrega počutja;
3. poznavanje temeljnih elementov velnesa oz. zdravega življenjskega sloga;
4. načrtovanje, priprava in izvedba svetovalnega procesa na področju velnesa oz. zdravega življenjskega sloga.

4. OPERATIVNI CILJI

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
1. Svetovanje in vodenje svetovalnega procesa:	
<ul style="list-style-type: none"> • pridobi znanje o svetovanju; • razlikuje različne pristope strokovnjakov na področju svetovanja; • pozna faze svetovalnega procesa; • razloži veščine in lastnosti, pomembne za delo svetovalca; • pozna koncepte, orodja in tehnike v svetovalnem procesu; • ozavesti in razume etična načela svetovalnega dela. 	<ul style="list-style-type: none"> • razlikuje med različnimi strokovnjaki na področju svetovalnega dela; • razlikuje med informiranjem, nasvetovanjem in svetovanjem; • načrtuje in izvede svetovalni proces po fazah; • uporablja učinkovita orodja in tehnike v svetovalnem procesu; • pri delu s strankami upošteva etična načela.
2. Delovanje v duhu zdravega življenjskega sloga in filozofije dobrega počutja:	
<ul style="list-style-type: none"> • pridobi znanje o velnesu oz. zdravem življenjskem slogu; • razloži pojme: velnes, selfnes, mindnes ...; • našteje načela zdravega življenja in pojasni pomen zdravja za posameznika; • razloži razvoj filozofije velnesa pri nas in v svetu; • spozna različne modele velnesa; • zna razložiti temeljne pojme s področja velnesa oz. zdravega načina življenja; • pozna sodobne trende in potrebe na področju velneških storitev oz. storitev za dobro počutje. 	<ul style="list-style-type: none"> • predstavi razvoj filozofije dobrega počutja; • je odgovoren za svoj življenjski slog; • deluje v duhu zdravega načina življenja; • skrbi za lastno telesno, duševno in duhovno zdravje ter dobro počutje v povezavi z drugimi ljudmi; • sodeluje pri načrtovanju in izvajanju preventivnih zdravstvenih dejavnosti in aktivnosti za doseganje harmonije med telesom, umom in duhom; • primerja različne modele velnesa; • analizira in vrednoti ponudbo storitev in prodaje na področju velnesa oz. dobrega počutja v lokalnem okolju in v širšem slovenskem prostoru.
3. Poznavanje temeljnih elementov velnesa kot življenjskega sloga:	
<ul style="list-style-type: none"> • pozna ključne dejavnike za doseg dobrega počutja posameznika; • razloži temeljne elemente velnesa: telesno gibanje, zdrava prehrana, duševne aktivnosti, osebna sprostitev, lepota in nega telesa ...; • razloži pomen lastne urejenosti in urejenosti okolja oz. prostorov na počutje. 	<ul style="list-style-type: none"> • deluje v skladu z načeli zdrave prehrane in pojasni značilnosti alternativnih oblik prehranjevanja; • skrbi za telesno pripravljenost v kombinaciji različnih aktivnosti; • poskrbi za osebno sprostitev in obvladovanje stresa z različnimi tehnikami sproščanja, glasbo, barvami ...; • deluje na področju duševnih aktivnosti; • skrbi za nego obraza in telesa; • uredi prostor v duhu dobrega počutja.
4. Načrtovanje, priprava in izvedba svetovalnega procesa na področju velnesa oz. zdravega življenjskega sloga:	
<ul style="list-style-type: none"> • seznanjeni se z osnovnim menedžmentom 	<ul style="list-style-type: none"> • izdelava programe in svetuje strankam

<p>na področju zagotavljanja storitev za dobro počutje;</p> <ul style="list-style-type: none">• pozna način načrtovanja, priprave in izvedbe storitev na področju velnesa oz. zdravega načina življenja;• razume pomen svetovanja strankam za zdrav življenjski slog in dobro počutje.	<p>različne storitve za telesno, duševno in duhovno zdravje ter dobro počutje;</p> <ul style="list-style-type: none">• svetuje strankam, načrtuje ter izvaja storitve na področju zdrave in alternativne prehrane;• svetuje strankam, načrtuje ter izvaja storitve na področju telesne aktivnosti;• pri delu upošteva čustveno inteligenco, svetuje strankam in načrtuje ter izvaja različne tehnike sproščanja in drugih oblik za dobro počutje;• načrtuje in izvaja različne dejavnosti v skladu s sodobnimi trendi in potrebami uporabnikov dobrega počutja na področju duševnih aktivnosti;• svetuje pri nakupu izdelkov, ki so v skladu z načeli zdravega načina življenja;• načrtuje, organizira, vodi in vrednoti različne menedžerske pristope pri svetovanju strankam in zagotavljanju storitev za dobro počutje.
---	---

5. OBVEZNOSTI ŠTUDENTOV IN POSEBNOSTI V IZVEDBI

Število kontaktnih ur: 72 (24 ur predavanj, 48 ur seminarских vaj).

Število ur samostojnega dela študenta: 78 (študij literature in gradiv, študij primerov in reševanje praktičnih nalog, izdelava pisnih gradiv in priprava nastopov, priprava multimedijskih in drugih predstavitev).