

PREDMET

VELNES POTENCIALA OSEBNOSTI (VPO)

SPLOŠNI CILJI

Splošni cilj predmeta so:

- razumevanje modela osebnosti posameznika v interakciji z duševnostjo, intelektom in socialno kulturnimi vrednotami.
- poznavanje temeljnih tehnik in strategij razvijanja in ohranjanja zdrave osebnosti.
- razvijanje introspektivnega pogleda na zdrav življenjski slog kot pomemben dejavnik v ohranjanju, spodbujanju in vzpostavljanju optimalnega duševnega zdravja družbe.

PREDMETNO-SPECIFIČNE KOMPETENCE

V predmetu si študenti poleg generičnih pridobijo naslednje kompetence:

- skrb za duševnost;
- obvladanje značilnosti celostnega pristopa v ohranjanju velnes potenciala osebnosti.
- sposobnost delovanja za ohranjanje osebnostnega in duševnega ravnovesja.
- oblikovanje individualnih programov zdravega življenja za posameznika s poudarjeno komponento potenciala osebnosti.
- skrb za nemotene in kvalitetno izvajane procese z namenom ohranjanja potenciala osebnosti in duševnega zdravja posameznika.
- delovanje v kontekstu promocije velnes dejavnosti s poudarjenimi dejavniki spodbujanja zdravih osebnostnih potez in duševnega zdravja družbe kot celote in posameznika kot njene temeljne osnovne celice.
- posredovanje in svetovanje dostopa uporabnikom do ustreznih informacij za ohranjanje duševnega potenciala in zdrave osebnosti;
- sprejemanje celovite poslovne odločitve, vrednotenje njenega udejanjanja in njenega doprinosa po poteh dobrih praks.

OPERATIVNI CILJI

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
<p>Študent:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ razloži pojem duševnost in ga umesti v širši kontekst zdravja; ▪ prepozna duševnost posameznika kot pomemben segment štirih ključnih determinant zdravja posameznika; ▪ pojasni pojem duševnost in zdravje; ▪ razlikuje pojme duševnost, zdravje in velnes; ▪ pridobi znanje poznavanja zdrave osebnosti in odsotnosti duševnih motenj; ▪ koncipira promocijski miselni vzorec v kontekstu velnes potenciala osebnosti; 	<p>Študent:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ obvladuje načine ustreznega ravnanja z zdravimi osebnostnimi potezami; ▪ načrtuje aktivnosti za preprečevanje slabšanja duševnega zdravja družbe kot celote in posameznika kot njene temeljne celice; ▪ organizira aktivnosti z poudarkom na ohranjanju, vzpostavljanju in spodbujanju velnes potenciala osebnosti; ▪ oblikuje promocijske vsebine velnes koncepta ozaveščanja, ohranjanja, spodbujanja in vzpostavljanja zdravja na področju osebnosti in duševnosti; ▪ motivira uporabnike za ohranjanje zdravja na področju osebnosti in duševnosti; ▪ odkriva trend in smernice velnes dejavnosti
<ul style="list-style-type: none"> ▪ pozna tipologijo osebnosti; ▪ prepozna štiri arhetipske like osebnosti; ▪ razlikuje osebnost kot preplet treh razsežnosti - telesne, duševne in duhovne; ▪ interpretira osebnost po različnih avtorjih; ▪ razlikuje med introvertiranim in ekstravertiranim temperamentom osebnosti; ▪ analizira temperamente osebnosti in pozna njihovo korelacijo z velnesom duševnega zdravja in osebnosti posameznika; ▪ razlikuje pojme kot so: struktura osebnosti, pojmovanje jaza, temperament, značaj, sposobnost in inteligentnost, samopodoba; ▪ spozna pojem čustvena inteligenca; ▪ razlikuje pojma čustvena in telesna inteligenca; ▪ razume kontekst vpliva pozitivnih afirmacij na zdravo osebnost, dobro samopodobo in duševni velnes; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pri delu z uporabniki prepozna in upošteva štiri arhetipske like osebnosti; ▪ izdelava ustrezne analize duševnega zdravja populacije in potencialnih uporabnikov velnes storitev; ▪ pripravi načrt delovanja velnes pristopov na nivoju posameznika, družine, širše skupnosti, delovnih okolij; ▪ prepozna interese uporabnikov; ▪ pomaga uporabnikom v realizaciji njihovih želja ter možnosti ohranjanja velnes potenciala osebnosti in duševnosti; ▪ načrtuje ustrezne vsebine in postopke velnes storitev ohranjanja potenciala osebnosti in duševnosti; ▪ oblikuje, izdelava in posreduje promocijske materiale; ▪ izvede evalvacijo zadovoljstva uporabnikov in z nadaljnjimi intervencijami vpliva na izboljšanje velnes ponudbe; ▪ deluje promocijsko na področju dejavnikov čustvene inteligence; ▪ vsebinsko koncipira programe, ki vključujejo aktivacijo čustvenih, intelektualnih, duševnih in duhovnih potencialov posameznika; ▪ izvaja in uvaja tehnike spodbujanja čustvene inteligence;

<ul style="list-style-type: none"> ▪ pozna temeljne osebnostne in duševne motnje; ▪ razlikuje kazalce in rizične dejavnike duševnega zdravja; ▪ seznanen se z sprostitvenimi tehnikami in metodami obvladovanja čustev, tesnobnih stanj, motenj razpoloženja; ▪ obvladuje pristope za zmanjševanje rizičnih vedenj za duševno zdrave posameznika; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zaznava potrebe po organiziranju velnes dejavnosti za dvig osebnostnega in duševnega potenciala; ▪ spodbuja pozitiven odnos do lastnega zdravja in zdravja posameznika in družbe kot celote; ▪ posreduje stališča v zvezi z zdravjem; ▪ osvešča uporabnike za aktivni način življenja, zmanjševanje rizičnih dejavnikov duševnega zdravja in krepitev osebnostnega potenciala; ▪ uporablja nabor pristopov za zmanjševanje rizičnih vedenj za duševno zdrave posameznika;
<ul style="list-style-type: none"> ▪ pozna strategije ciljnega vodenja z namenom ohranjanja velnes potenciala osebnosti; ▪ vrednoti učinkovitost posameznih izbranih intervencij; ▪ pozna metode in načine pridobivanja informacij o sodobnih pristopih na področju velnes dejavnosti; ▪ pozna institucije, ki so potencialni odjemalci velnes storitev na področju ohranjanja in vzpostavljanja velnes potenciala osebnosti. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ oblikuje program zdravega življenja za posameznika; ▪ načrtuje in sledi pozitivnim učinkom dobro organizirane velneške ponudbe na segmentu osebnostne rasti in sprostitve; ▪ izvaja postopke in oblike supporta v okviru svojih kompetenc; ▪ kreira inovativne pristope velnes dejavnosti.

OBVEZNOSTI ŠTUDENTOV IN POSEBNOSTI V IZVEDBI

Število kontaktnih ur: 72 (30 ur predavanj, 42 ur vaj)

Število ur samostojnega dela: 72 ur