

NOVEMBER 2020 - ŠTEVILKA 5

LIVING E-MOTIONS

Izobraževanje na področju čustev preko vizualnega doživljanja za posameznike s težavami v duševnem zdravju



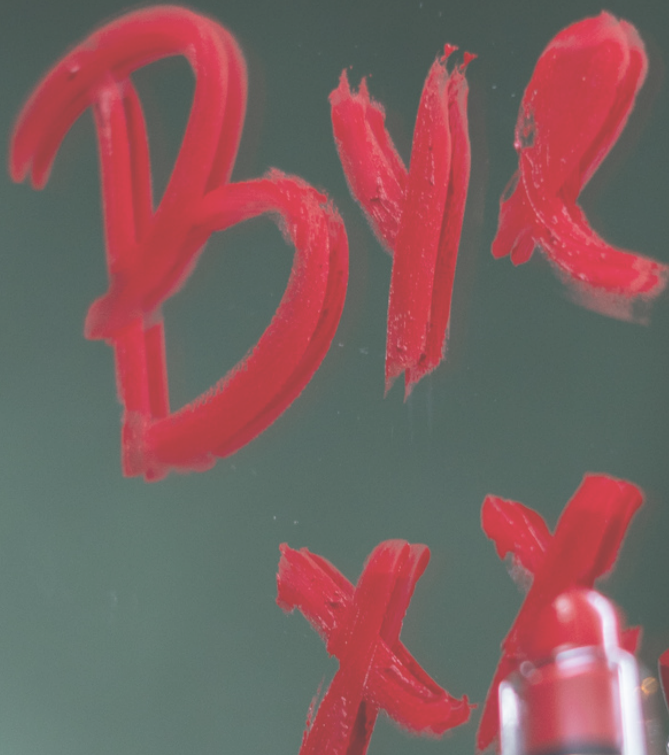
VSEBINA

02 Uvodnik

03 Nekatere video zgodbe

05 “Living e-Motions” učna platforma: Vse, kar rabite, je tukaj!





UVODNIK

To je zadnja številka našega informativnega glasila. Upamo, da ste uživali v branju, saj smo mi uživali v deljenju tega čudovitega projekta z vami.

Uspelo nam je ustvariti uporaben tečaj, posebej zasnovan za potrebe čustvenega učenja ljudi, ki živijo z duševnimi izzivi.

Vabimo vas, da si ogledate tečaj v naši platformi eLearning in obiščete nekaj videoposnetkov, ki so jih posneli udeleženci prvih pilotnih tečajev v Estoniji in Španiji.

Hvala, ker ste bili z nami v vseh teh mesecih in čustvom še naprej dajete mesto, ki si ga zaslužijo.

Skupina projekta "Živeti čustva"



Stories matter

NEKATERE VIDEO ZGODBE

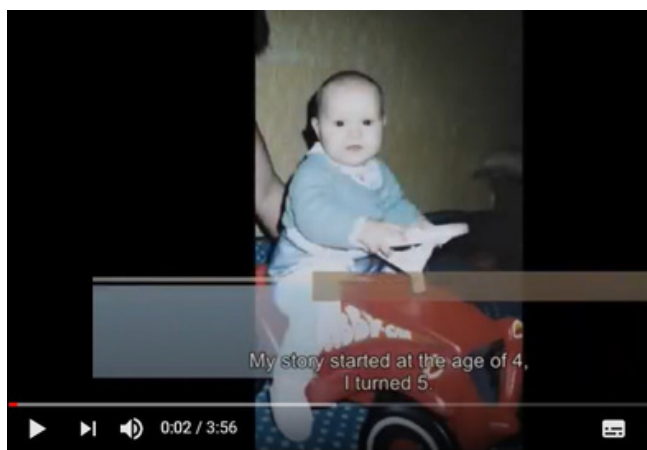
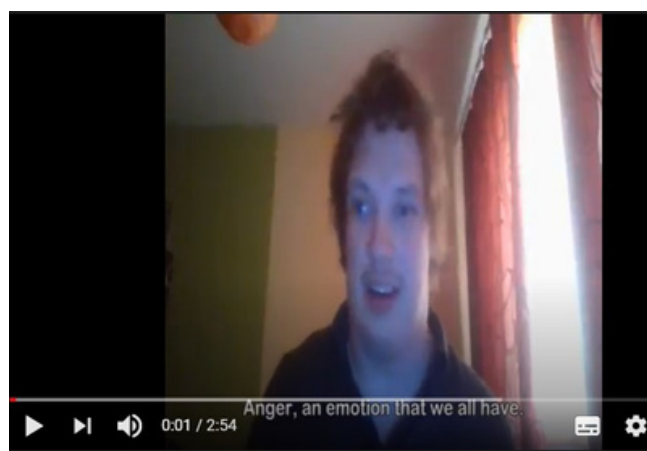
Stati pred kamero je za nekatere izmed nas težko: kažete se namreč takšni, kakršni ste, nič manj, nič več. Če pa stojite pred kamero in se pogovarjate o svojih čustvih, o zapleteni življenjski zgodbi, je to še toliko težje in zavedati se moramo velike vrednosti, ki jo ima že samo to dejstvo.

Ob koncu pilotskega tečaja Living e-Motions v Estoniji in Španiji so udeleženci posneli razlago svoje zgodbe o okrevanju. Kratki video posnetki, razpoloženjsko bogati in resnični. Vsi so zelo pogumno razlagali svoje izzive ljudem, ki jih niso poznali; ljudem, ki jih sploh niso videli. Nekateri izmed njih iz očitnih razlogov teh videoposnetkov raje niso objavili in so jih delili le s preostalimi člani skupine.

V Estoniji smo uspeli ustvariti odlično zbirko zgodb. Po besedah ene izmed moderatork izobraževanja: "Zame je bilo največje pozitivno presenečenje dokončanje videoposnetkov. Sprva je bil za udeležence to zastrašujoč in velik izziv, na koncu pa so se vsi odločili, da bodo posneli svojo zgodbo. Všeč mi je bilo prav tako, da ni bilo posebnih omejitev pri pripovedovanju njihovih zgodb, in vsak videoposnetek je postal resnično edinstven. Verjamem, da je bil to ključ do uspeha, vsi so lahko delili natanko toliko, dosti ali malo, kolikor se jim je v tem trenutku zdelo potrebno."

Snemanje videoposnetkov v Španiji je bilo nekoliko težje, saj smo se zavedali velike stigme, ki še vedno obstaja, ko govorimo o duševnem zdravju. Udeleženci niso bili pripravljeni javno razlagati težav, ki so jih utrpeli zaradi bolezni; bali so se mnenj in sodb drugih ljudi. Zato smo tako ponosni nanje in njihove videoposnetke, ki so jih nazadnje uspeli ustvariti.

Living e-Motions video zgodbe si lahko ogledate [TUKAJ](#). Glejte, čutite, sočustvujte, uživajte!



“LIVING E-MOTIONS” UČNA PLATFORMA: VSE, KAR RABITE, JE TUKAJ!

Zdaj, ko se projekt končuje, vas vabimo, da si ogledate platformo Living e-Motions, kamor smo naložili vse didaktične materiale in vsebine, povezane s projektom. Platforma je na voljo v štirih jezikih in je zelo enostavna za uporabo. Ne potrebujete nobenega uporabniškega imena ali gesla, samo kliknite to povezavo [PLATFORMA LIVING E-MOTIONS](#) in vse bo na voljo brezplačno.

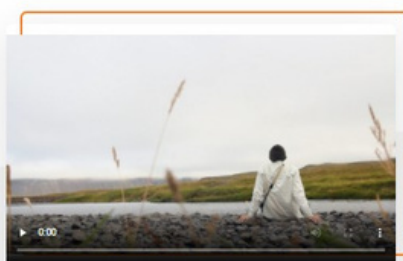
Na povezavi lahko najdete nekaj razlag o pomenu izobraževanja o čustvih za duševno zdravje in o tem, zakaj smo delali z zgodbami in videoposnetki. Vključena je tudi predstavitev vsakega izmed štirih partnerjev, ki so to omogočili: Fundacije INTRAS, Škotske mreže za okrevanje SRN, Centra za poklicno rehabilitacijo ASTANGU in Univerze v Mariboru.

LANGUAGE HOME THE PROJECT WHO WE ARE PORTFOLIO THE COURSE BLOG
NEWSLETTER CONTACT

Emotional education through visual storyliving

Living e-Motions is a training course particularly designed to meet the emotional learning needs of people living with mental health issues. The methodology is based on visual storyliving where learners share their reflections on their own emotions and recovery experiences on camera; opening their story to the rest of the world. They are the protagonist of their own story.

TRAINING MATERIALS



40+ e-Motions movies



Recovery stories told in the first person that help us to better understand our feelings and the journeys that people living with mental health challenges undertake to retake control of their lives.

Tell it out! Portfolio



A portfolio of great recovery stories from people completing the Living e-Motions course.

Also a personal portfolio for everyone completing the Living e-Motions training course where they can record

Conveying emotions



This initiative has been an example for other European organizations. We are giving the emotions the place they deserve!

Trening usposabljanja, ki zajema osem srečanj ali učnih ur, je na voljo na platformi za e-učenje, tako da ga lahko vsak strokovnjak uporablja prilagojeno ljudem, s katerimi dela. Kot smo ugotovili v fazi mentorstva, ko so partnerji mentorirali več organizacij, ki sodelujejo z različnimi ciljnimi skupinami (ne nujno ljudmi z duševnimi težavami), je ta trening koristen za vse, ki želijo izboljšati svoje počutje in osvojiti načine boljšega razumevanja in upravljanja z lastnimi čustvi. Na platformi so na voljo tudi vsa glasila Living e-Motions.



InV odložišču TELL IT OUT! lahko najdete nekaj uspešnih zgodb, ki so nastale med pilotnimi treningi v Estoniji in Španiji. Dodatno koristno orodje za trenerje so lahko smernice, vključene v ta dokument, s katerimi lahko ocenijo izboljšanje socialnih veščin udeležencev, ko končajo trening.

Na BLOG-u so zbrane neposredne povratne informacije udeležencev in izvajalcev treninga in nam daje podrobnejšo sliko dela, opravljenega na stopnji konkretne izvedbe.

Dodatno je na platformi dostopnih vseh pet glasil Living e-Motions projekta.

Na koncu bi se vam radi zahvalili, da ste bili z nami ti dve leti. Za nas je bilo to čudovito potovanje; čustev je nedvomno več, kot smo pričakovali!



www.living-emotions.org

Publikacija ne predstavlja uradnih stališč Evropske komisije. Ta publikacija predstavlja izključno stališče avtorjev, zato Evropska komisija ne more biti odgovorna za nadzor uporabe informacij, ki jih le-ta vsebuje.