

ACT NOW

Un program de instruire dezvoltat pentru profesioniștii din domeniul sănătății pentru utilizarea principiilor Terapiei prin Acceptare și Angajament (ACT) cu scopul de a facilita adaptarea la viața de zi cu zi a pacientului cu diferențe fizice vizibile



MANUAL

Elaborat de
Thomas Nilsen
Martin Persson



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

Număr de referință: 2018-1-EL01-KA202-047907

Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene. Această publicație [comunicare] reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru nicio utilizare a informațiilor conținute în acest document.



ACT NOW

Introducere

În Europa, se estimează că aproximativ 12 milioane de persoane au o desfigurare care duce la nemulțumire în legătură cu aspectul fizic (Body Image Dissatisfaction - BID), care este acum recunoscută drept o problemă globală de sănătate publică.

Profesioniștii din domeniul sănătății din toată Europa raportează îngrijirea a multor pacienți care suferă de nemulțumire în legătură cu aspectul fizic ca urmare a unei afecțiuni desfigurante. Există multe cauze ale desfigurării, inclusiv afecțiuni cranio-faciale (despicături de buză și/sau palat), leziuni (arsuri și traumatisme dobândite în context militar), afecțiuni ale pielii (psoriazis) și tratament medical (după cancer sau meningită). Având în vedere contactul frecvent cu pacienții cu afecțiuni desfigurante, profesioniștii din domeniul sănătății sunt motivați să abordeze pozitiv problemele de nemulțumire în legătura cu aspectul fizic al pacienților, dar mulți nu au cunoștințe sau încredere în acest sens. Cercetările arată că oferirea unei simple instruirii și acces la resurse informative îi permite specialistului să își asume acest rol.

Terapia prin Acceptare și Angajament (ACT) oferă un model psihologic bine adaptat nevoilor pacienților cu o afecțiune desfigurantă. ACT are ca scop să ajute pacienții să ducă vieți împlinite și să îi învețe abilități de gestiune a gândurilor și sentimentelor dificile, ceea ce le îmbunătățește calitatea vieții.

Obiectivele acestui proiect sunt (i) dezvoltarea, (ii) testarea (iii) implementarea și (iv) diseminarea materialelor de instruire pentru specialiștii din domeniul sănătății, permițându-le să utilizeze principiile ACT pentru a facilita adaptarea pacientului la viața cu o afecțiune desfigurantă. Un alt obiectiv este acela de a produce un program de formare funcțională care să reflecte diversitatea socioculturală din Europa. Prin urmare, va fi efectuată o analiză a nevoilor specifice pentru sistemul de sănătate al fiecărui partener. Proiectul își propune să producă un material de instruire accesibil unei game largi de profesioniști din domeniul sănătății și o va face prin distribuire multi-modală.

În cadrul parteneriatului există parteneri cu vastă experiență în domeniul cercetării (Regatul Unit, Suedia) și un partener de mobilizare a cunoștințelor care are o vastă experiență cu educația și instruirea vocațională (VET) (Norvegia), furnizori de servicii medicale (Estonia, Grecia, Cipru, Slovenia, România) și ONG-uri (Olanda). Acești parteneri au fost selectați pentru a oferi expertiza necesară și experiența misiunii educaționale a proiectului și pentru a viza profesioniștii din domeniul sănătății din Estonia, Grecia, Cipru, Slovenia și România pentru implementarea programului de instruire.

Metodologia și activitățile proiectului cuprind:

1. Un material educațional funcțional și evaluat științific, care se bazează pe dovezi și pe analiza nevoilor țărilor-țintă beneficiare.



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Introducere

5. Instruirea va avea un impact rapid prin educația vocațională, ceea ce va îmbunătăți furnizarea de servicii prin abordarea necesității de a crea instrumente privind modul de abordare a pacienților cu nemulțumire legată de aspectul fizic ca urmare a afecțiunilor desfigurante.

6. Organizațiile de sănătate vor avea acces nelimitat la acest material astfel încât să poată oferi educație și formare continuă în acest domeniu profesioniștilor din domeniul sănătății, cu scopul de a obține și a menține o practică sigură și eficientă

7. Așa cum a fost prioritizat de către Comisia Europeană, este esențial să se creeze un sistem de sănătate durabil, care să poată oferi tuturor dreptul la îngrijire medicală accesibilă, preventivă și curativă la standarde înalte. Persoanele care suferă de nemulțumire în legătură cu aspectul fizic vor avea acces la servicii de calitate mai bună deoarece profesioniștii din domeniul sănătății vor avea o mai bună conștientizare a nevoilor acestui grup. Acest lucru va reduce sau chiar preveni marginalizarea neintenționată a membrilor acestui grup.

8. Instruirea va fi fezabilă din punct de vedere economic și, în același timp, va putea fi implementată pentru un număr mare de membri ai personalului medical, inclusiv studenți sau reprezentanți ai ONG-urilor. Acest lucru se datorează proiectării metodologice a unui curs de formare concret și concentrat cu durată de o zi, care pune accentul pe abordarea deficitelor de cunoștințe și abilități în acest domeniu.

Pe termen lung, pachetul de instruire împreună cu planul de implementare vor fi actualizate și adaptate pentru directivele altor parteneri. Produsele cheie ale proiectului (schița proiectului, rapoarte, orientări didactice, extrase din pachetul de instruire) vor rămâne disponibile gratuit online timp de cel puțin 5 ani după încheierea finanțării, permițând accesul pe termen lung al profesioniștilor din domeniul sănătății sau al celor interesați. Se anticipează că relațiile de parteneriat formate prin acest proiect vor duce, de asemenea, la noi inițiative și proiecte de formare în toată Europa.

Proiectul va avea ca rezultat creșterea gradului de conștientizare la nivel european a acestor aspecte, care respectă prioritățile stabilite de comisia europeană (Comunicarea Comisiei Europene „Strategia europeană a persoanelor cu dizabilități 2010-2020: Un angajament reînnoit pentru o Europă fără bariere”, noiembrie 2010; European Comunicarea Comisiei „Platforma europeană împotriva sărăciei și excluziunii sociale”, decembrie 2010).



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Cadrul European al Calificărilor (CEC)

Cadrul European al Calificărilor (CEC) își propune să sporească transparența calificărilor în toată Europa. Acesta oferă un instrument comun de traducere la nivel european care facilitează compararea a câteva mii de calificări diferite eliberate în toată Europa. Acest cadru de referință european este format din opt niveluri care sunt definite în conformitate cu așa-numitele „rezultate ale învățării”, făcând referire la cunoștințele, abilitățile și competențele dobândite. Statele membre ale UE pot raporta nivelurile calificărilor lor naționale la cele opt niveluri de referință comune. Folosind acest instrument, părțile interesate din străinătate pot face o evaluare a nivelului de cunoștințe, abilități și competențe pe care le-a dobândit un titular de calificare.

NIVEL CEC	CUNOȘTIȘTE	APTITUDINI	COMPETENȚE
	În contextul CEC, cunoștințele sunt descrise ca fiind teoretice și / sau factuale.	În contextul CEC, abilitățile sunt descrise ca fiind cognitive (implicând utilizarea gândirii logice, intuitive și creative) și practice (care implică dexteritate manuală și utilizarea metodelor, materialelor, instrumentelor)	În contextul CEC, competența este descrisă în termeni de responsabilitate și autonomie.
NIVELUL 4 – ACT NOW	Cunoștințe factuale și teoretice în contexte largi într-un domeniu de muncă sau studiu	O gamă de abilități cognitive și practice necesare pentru a genera soluții la probleme specifice într-un domeniu de muncă sau studiu	Exercitarea autogestionării în cadrul liniilor de lucru sau a contextelor de studiu care sunt de obicei previzibile, dar care pot fi modificate; supraveghează munca de rutină a altora, asumându-și o anumită responsabilitate pentru evaluarea și îmbunătățirea activităților de muncă sau de studiu

Adaptat de la: <https://ec.europa.eu/ploteus/content/descriptors-page>



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Metode educaționale (de formare)

Metodele și formele organizaționale de educație în instituțiile de învățământ moderne presupun:

- Utilizarea pe scară largă a informațiilor și a tehnologiilor de comunicație,
- Îmbunătățirea activității de consiliere,
- Activarea interacțiunilor dintre profesor și elev pentru dobândirea bidirecțională de noi cunoștințe.

Metodele interactive educaționale (de instruire) propun abordarea centrată pe personalitate în cea mai mare măsură, deoarece ar trebui să încurajeze co-educația (formarea în cooperare). În contextul coeducației, atât profesorul cât și elevul devin subiecte ale procesului educațional.

Clasificarea celor mai populare metode interactive de educație (formare) poate fi următoarea (Artjukhina și Chumakov, 2012):

1. Sarcini creative.
2. Lucrul în grupuri mici.
3. Jocuri educaționale (de formare)
4. Utilizarea resurselor publice (sociale)
5. Proiecte sociale
6. Încălziri, exerciții.
7. Studiarea și consolidarea de noi materiale teoretice (informații noi)
8. Lucrul cu documente
9. Discutarea problemelor profesionale complexe.
10. Testarea, examinarea și analiza rezultatelor dobândite.

Artjukhina A.I., Chumakov V.I. Interactive teaching methods in a medical university: study guide. Volgograd, Russia: Volgograd State Medical University Publishing; 2012.



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Instrumente educaționale (de formare) asociate cu descriptorii nivelului CEC 4

Cunoștințe	Cunoștințe factuale și teoretice în contexte largi într-un domeniu de lucru sau studiu	Prelegeri *, seminarii **, lucru în grupuri mici, discuții de grup, lucru cu documente, momente complexe și ambigue de discuții (concepte, modele, ipoteze etc.) în materialele studiate și observații empirice, lucru cu modele grafice (ajutoare vizuale), utilizarea resurselor publice (sociale) (invitația unui specialist, excursie)
Aptitudini	O gamă de abilități cognitive și practice necesare pentru a genera soluții la probleme specifice într-un domeniu de lucru sau studiu	Sarcini creative, jocuri educaționale (jocuri de rol, business, educational), învățare prin imitație, formare prin simulare, proiecte sociale, analiză de caz, sarcini situaționale, „toată lumea îi învață pe toată lumea”, discutarea cazurilor din propria practică, analiza videoclipurilor sau a înregistrărilor
Competențe	Exercitarea autogestionării în cadrul ghidurilor de lucru sau a contextelor de studiu care sunt de obicei previzibile, dar care pot fi modificate; supraveghează munca de rutină a altora, asumându-și o anumită responsabilitate pentru evaluarea și îmbunătățirea activităților de lucru sau de studiu	Jocuri de afaceri, modelarea activității profesionale care implică tehnologii de învățare prin simulare, sarcini creative, proiecte sociale, competiții, utilizarea resurselor publice (excursii), testare, examen urmat cu discuții, supravegheri de grup, discuții de grup, interviu



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Programul de formare ACT NOW

Sesiunea 1

- Proiectul de instruire ACT Now
- Chestionar-test
- Comunicarea cu pacienții
- Dificultățile psiho-sociale ale pacienților legate de aspectul fizic
- Prezentarea abordării ACT

Sesiunea 2

- Abordarea miturilor legate de aspectul fizic
- Identificarea pacienților aflați în dificultate
- Conversația despre aspectul fizic cu pacienții
- Aspecte de luat în considerare în susținerea pacienților



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Programul de formare ACT NOW

Sesiunea 3

- Utilizarea „Hărții ACT” împreună cu pacienții.
- Aplicarea abilităților ACT împreună cu pacienții: respirație conștientă.

Sesiunea 4

- Aplicarea abilităților ACT împreună cu pacienții: difuzia gândurilor.
- Aplicarea abilităților utile ACT împreună cu pacienții: acțiunea valoroasă.
- Resurse pentru a vă ajuta pe dumneavoastră și pacienții dvs.



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

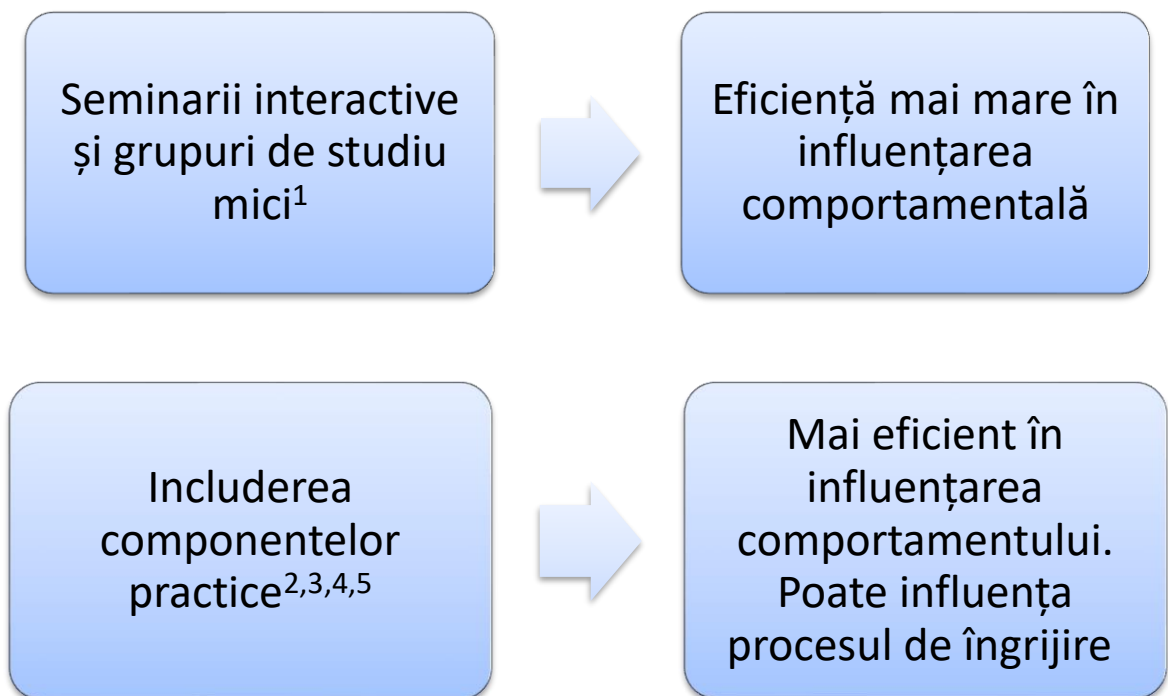
This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook reflects the views only of the authors,
and the Commission cannot be held responsible for any use, which may be made
of the information contained therein.



ACT NOW

Principii didactice

Programul ACT NOW se bazează, de asemenea, pe dovezi ce reies din cercetarea privind crearea celui mai bun mediu de învățare posibil pentru profesioniștii din domeniul sănătății. Materialul dezvoltat urmează, de exemplu, următoarele aspecte.



- 1.Thomson O'Brien MA, Freemantle N, Oxman AD et al. Continuing education meetings and workshops: Effects on professional practice and health care outcomes.Cochrane Database of Systematic Reviews,2002.
- 2.Mazmanian PE, Davis DA, Galbraith R. Continuing medical education effect on clinical outcomes: effectiveness of continuing medical education: American College of Chest Physicians Evidence-Based Educational Guidelines.Chest2009;135(3 Suppl):49S-55S.
- 3.Tess AV, Yang JJ, Smith CC et al. Combining clinical microsystems and an experiential quality improvement curriculum to improve residency education in internal medicine.Acad Med2009;84(3):326-334.
- 4.Oyler J, Vinci L, Arora V, Johnson J. Teaching internal medicine residents quality improvement techniques using the ABIM's practice improvement modules.J Gen Intern Med2008;23(7):927-930.
- 5.Tomolo AM, Lawrence RH, Aron DC. A case study of translating ACGME practice-based learning and improvement requirements into reality: systems quality improvement projects as the key component to a comprehensive curriculum.Postgrad Med J2009;85(1008):530-537.



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Organizarea și susținerea programului de instruire

- Partenerii au oferit cursuri ACT NOW bazate pe manuale standard cu durata de 1 zi în 5 țări în perioada decembrie 2019 – ianuarie 2020.
- Indicatorul cantitativ al obiectivelor proiectului: „Numărul de persoane instruite în cursul dezvoltat”
 - Estonia = 28
 - Cipru = 20
 - Slovenia = 23
 - România = 24
 - Grecia = 42
 - Regatul Unit al Marii Britanii = 12 (curs suplimentar)
 - **Total = 149 specialiști în domeniul sănătății sau alți beneficiari interesați**



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Beneficiari ai cursului

- Sex
 - 116 femei
 - 33 bărbați
- Vârsta (n = 129)
 - Medie = 37 de ani
 - Interval de referință = 19-77
- Nr. de ani petrecuți în domeniu (n = 129)
 - Medie = 10 ani
 - Interval de referință = 0-50
- Statusul calificării
 - Calificat = 133
 - Student = 9
 - Lucrător social = 7



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Profesie	Frecvență	Procent
Medic	63	42.3
Student – Medicină	4	2.7
Asistent medical	27	18.1
Student – Asistență medicală	3	2.0
Fizioterapeut	2	1.3
Lucrător social	3	2.0
Psiholog	2	1.3
Voluntar in cadrul unei fundații	7	4.7
Stomatolog	9	6.0
Ortodont	4	2.7
Student – Medicină Dentară	1	.7
Asistent medical - psihiatrie	10	6.7
Dietetician	5	3.4
Manager	4	2.7
Terapeut Ocupațional	1	.7
Logoped	2	1.3
Farmacist	1	.7
Asistent psiholog	1	.7
Total	149	100.0



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Test KAPb (Cunoștințe, Atitudine, Practică, Percepție)

Cunoștințe, Atitudine și Percepție

- Nr. de chestionare completate înainte, după și la distanță:
 - Pre-curs n = 149
 - Post-curs n = 146 (98%)
 - La distanța n = 119 (80%)

Pandemia Covid-19 a afectat nr. de chestionare completate la distanță

- Re-evaluarea la distanță:
 - La 3 luni = Estonia, Cipru, Slovenia (47/71 sau 66%)
 - La 6 luni = Romania, Grecia, Marea Britanie (72/78 sau 92%)



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

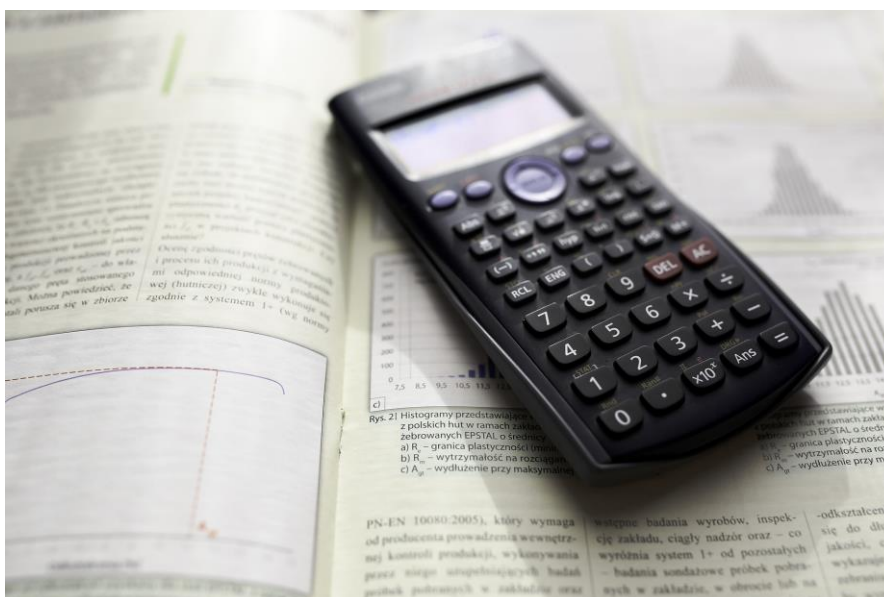
This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook reflects the views only of the authors,
and the Commission cannot be held responsible for any use, which may be made
of the information contained therein.



ACT NOW

Analiza datelor

- Indicator cantitativ al obiectivelor proiectului: „Test-chestionar pre și post curs care măsoară statistic impactul învățării”.
- Efectuarea de seturi de t-tests pentru variabile înregistrate în mod repetat:
 - Pre la post
 - Pre la re-evaluarea la distanță
- Verificarea datelor (diferența între perioadele de re-evaluare) pentru obținerea unei distribuții aproximativ normale.
 - Eliminarea valorilor aberante extreme (de exemplu, persoanele cu diferențe uriașe înainte de post)
 - Efectuarea testelor-t cu și fără Marea Britanie: nu modifică rezultatele.



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Rezultate

- Cunoștințele evaluate și încrederea în abilitățile de susținere a pacienților cu probleme de aspect fizic.

- Formularea chestionarului:

“Vă rugăm să răspundeți la întrebările de mai jos pe o scară de la 1 la 10 (1 = deloc încrezător și 10 = foarte încrezător):”

- Toate testele-t arată o creștere semnificativă a cunoștințelor / încrederii între:
 - Scorurile sondajelor pre și post-curs
 - Scorurile pre și la distanță de curs



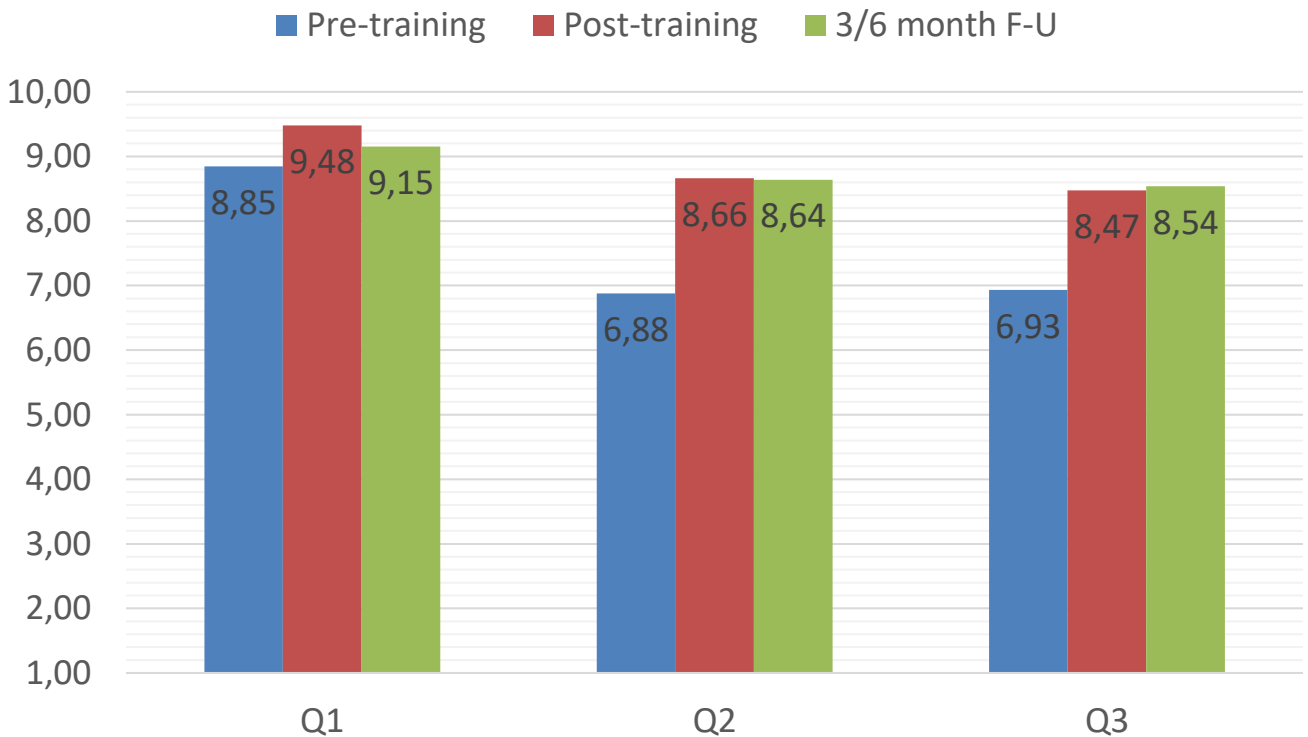
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Mostră a rezultatelor chestionarelor KAPb



1. Înțeleg cum nemulțumirea față de aspectul tău fizic poate avea un impact negativ asupra calității vieții tale.
2. Pot oferi exemple ale provocărilor comune de a trăi cu o diferență fizică vizibilă.
3. Pot identifica semne că pacienții mei au îngrijorări cu privire la aspectul lor fizic.



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

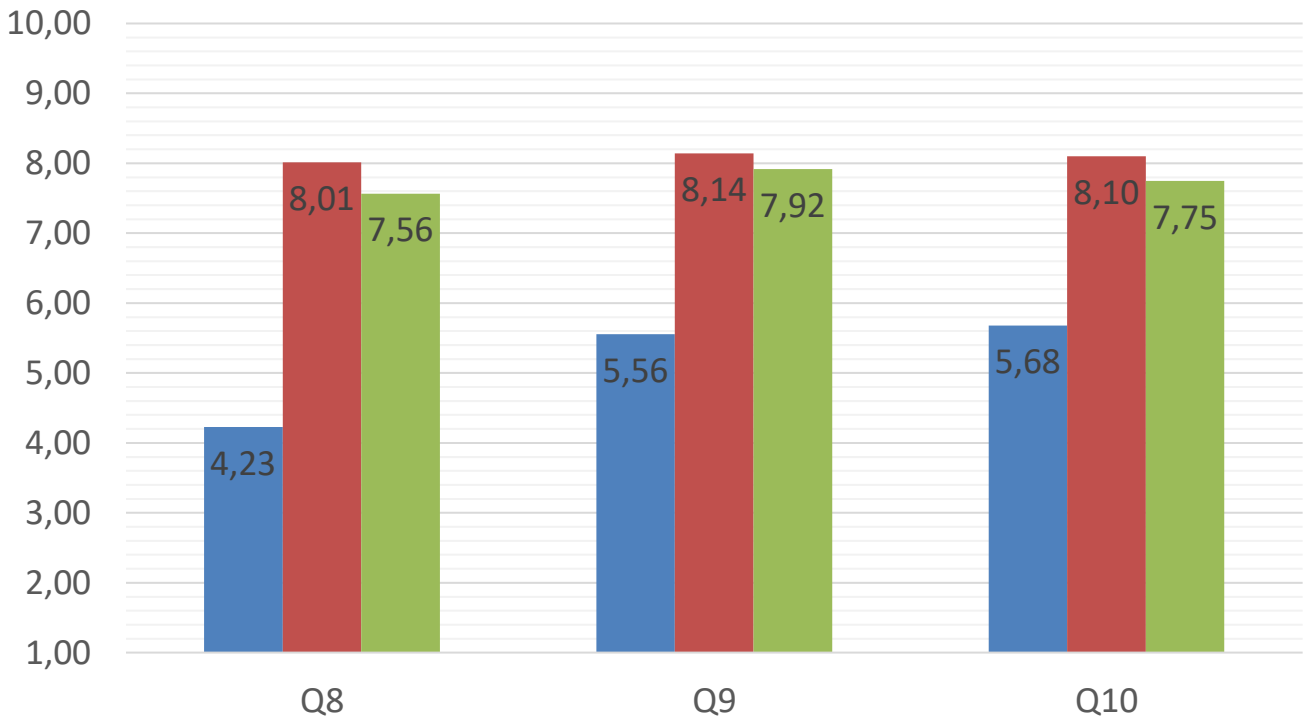
This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook reflects the views only of the authors,
and the Commission cannot be held responsible for any use, which may be made
of the information contained therein.



ACT NOW

Mostră a rezultatelor chestionarelor KAPb

■ Pre-training ■ Post-training ■ 3/6 month F-U



8. Dacă pacienții mei vorbesc despre problemele legate de aspectul fizic, îi pot învăța tehnici practice pentru a ii ajuta să-și gestioneze emoțiile.
9. Pot explica modul în care tipul de atenție pe care pacienții îl acordă lucrurilor și oamenilor din jur le afectează calitatea vieții.
10. Îmi pot ajuta pacienții să își stabilească obiective pentru a-i ajuta să realizeze ceea ce este important pentru ei.



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Informații de pedagogie despre curs

Grup țintă

Acest curs a fost conceput pentru profesioniștii din domeniul sănătății provenind din multiple domenii. Cursanților nu li se cere să aibă nicio experiență anterioară cu ACT sau să sprijine pe cei cu probleme de aspect.

Mărimea grupului

Recomandăm ca acest curs să fie organizat pentru grupuri de 9-15 persoane.

Utilizarea acestui manual

Manualul conține fotocopii ale diapozitivelor PowerPoint care sunt livrate pe tot parcursul zilei cu text însoțitor care poate fi citit cu voce tare de către instructor și îndrumări despre modul de desfășurare a sesiunilor de grup și a sarcinilor.

Materiale necesare

- Manualul ACT Now
- Copie a diapozitivelor ACT Now PowerPoint.
- Copii ale chestionarelor PRE și POST ACT Now, precum și o broșură de informații și un formular de consimțământ, cursanții urmând să le completeze individual. Acestea pot fi găsite în manual (paginile 72-80) și copiate.
- Copii ale registrului de lucru al cursanților. Acestea pot fi găsite la paginile 81-110 ale manualului și copiate. Oferiți fiecărui cursant un registru de lucru.
- Participanții au nevoie de pix și hârtie.



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Informații de pedagogie despre curs

Facilități necesare

Facilități favorabile predării și discuțiilor interactive, de exemplu:

- Computer și proiector capabil să redea videoclipuri și cu sunet.
- Acces la internet pentru a reda videoclipuri pe internet.
- Masă în formă de U
- Scaune și mese pentru grupuri mici (5-6), sau mese rotunde pentru grupuri mai mari
- Flipchart & markere
- Carnețele și pixuri
- Suficient spațiu pentru a putea împărți cursanții în grupuri de lucru mai mici



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



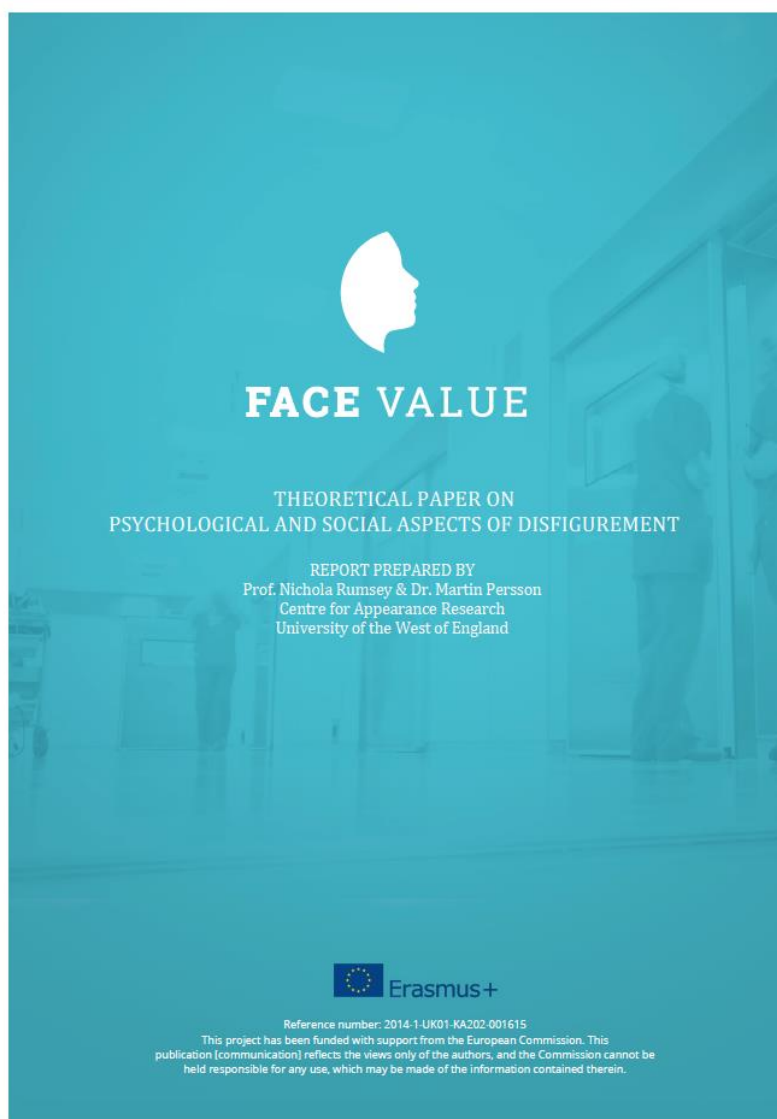
ACT NOW

Guideline-uri didactice

Pregătirea instructorilor

Formatorul / profesorul / instructorul care va susține cursul ar trebui să se pregătească urmând guideline-urile pentru învățarea autodidactă. Pentru a-și îmbunătăți cunoștințele înainte de susținerea cursului, se recomandă formatorilor să citească următorul raport publicat pe acest site:

<http://www.facevalue.cc/uploads/FV%20Theoretical%20report.pdf>



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Guideline-uri didactice

Pregătirea instructorilor

Formatorul ar trebui să pregătească exemple relevante pentru propria experiență și pentru contextul participanților. De asemenea, ar trebui să elaboreze un plan de predare care să includă:

- Un exercițiu de încălzire
- Orientare către conținutul modulelor
- Timp pentru discuții și exerciții de grup
- Încurajarea participanților de a contribui cu exemple din propria activitate
- Materiale printate
- Testele-chestionar KAPb
 - Evaluările pre și post ale cursului
- Oportunitatea formatorului de a se auto-evalua
 - Prin reflectarea asupra lucrurilor învățate pentru susținerea cursului ACT și găsirea de modalități de a încuraja și participanții să facă la fel
 - Prin găsirea de metode prin care poate utiliza cunoștințele nou dobândite în activitatea profesională și încurajarea participanților să facă la fel
- Programarea pauzelor de cafea și a prânzului



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Guideline-uri didactice

Învățarea auto-dirijată

- Alocăți 8-12 ore pentru a citi și înțelege materialele de pe site-ul web al proiectului, inclusiv
 - Rapoartele naționale
 - Terapia prin Acceptare și Angajament pentru pacienții cu afecțiuni care le afectează aspectul fizic și cei care se îngrijesc de aceștia
 - Incluziunea socială și îngrijiri de sănătate
 - Raportul Organizației Europene de Despicături cu privire la factorii care pot ameliora furnizarea îngrijirilor de sănătate în mediul clinic
 - Raportul pedagogic ACT NOW
 - Materiale suplimentare* (doar în limba engleză)
 - Manualul ACT Now (inclusiv manualul pentru instructori și chestionarele) pentru cursurile pilot
 - Clipurile instructive ACT Now de pe YouTube
 - Instruirea ACT Now pentru cursurile pilot
 - Chestionarul educațional pre ACT Now
 - Chestionarul educațional post ACT Now
 - Chestionarul educațional de re-evaluare la distanță ACT Now
 - Transcripturi video:
 - Începerea unei conversații
 - Introducerea hărții ACT
 - Exercițiu de respirație conștientă
 - Feedback despre exercițiul de respirație conștientă
 - Exercițiu de difuziune a gândurilor
 - Setarea unui obiectiv simplu
 - Evoluția minții umane
 - Russ Harris Choice Point
 - După completarea fiecărui modul (inclusiv exercițiile)
 - Luați în considerare cum pot fi aplicate aceste noi cunoștințe în practica de zi cu zi
 - Reflectați asupra propriei experiențe a cursului ACT Now
 - Reveniți asupra materialului după o experiență suplimentară în practica clinică



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

Guideline-uri didactice Programul zilei

Sesiunea 1	<ul style="list-style-type: none">• Proiectul de instruire ACT Now• Chestionar-test• Comunicarea cu pacienții• Dificultățile psiho-sociale ale pacienților legate de aspectul fizic• Prezentarea abordării ACT
Pauză	
Sesiunea 2	<ul style="list-style-type: none">• Abordarea miturilor legate de aspectul fizic• Identificarea pacienților aflați în dificultate• Conversația despre aspectul fizic cu pacienții• Aspecte de luat în considerare în susținerea pacienților
Prânz	
Sesiunea 3	<ul style="list-style-type: none">• Utilizarea „Hărții ACT” împreună cu pacienții.• Aplicarea abilităților ACT împreună cu pacienții: respirație conștientă.
Pauză	
Sesiunea 4	<ul style="list-style-type: none">• Aplicarea abilităților ACT împreună cu pacienții: difuzia gândurilor.• Aplicarea abilităților utile ACT împreună cu pacienții: acțiunea valoroasă.• Resurse pentru a vă ajuta pe dumneavoastră și pacienții dvs.
Feedback	Completarea formularului și următorii pași



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

PARTENERI



Greece

GENIKO NOSOKOMEIO PAPAGEORGIU

Papageorgiou General Hospital has been a pioneer in the Greek Public Health sector for many years. The commencement of its operation in August 1999 and the establishment of the Teaching Clinics in 2004, has completed in the best possible way the staffing of the Hospital (1800 staff and approximately 500 students), which is currently engaged in standing cooperation with the School of Medicine of the Aristotle University of Thessaloniki.

PERIFERIAKI ODOS NEA EFKARPIA RING ROAD

564 03

THESSALONIKI

CENTRAL MACEDONIA

Contact: Maria Bigaki

Email: pmo@papageorgiou-hospital.gr

<https://www.papageorgiou-hospital.gr>

Organisation type: Regional Public body



Romania

SPITALUL CLINIC DE URGENTA PENTRU COPII "M. S. CURIE"

BD. CONSTANTIN BRANCOVEANU, NR. 20

041434

BUCURESTI

BUCURESTI - ILFOV

<http://www.mscurie.ro>

Organisation type: National Public body



Norway

TRISKELION - Forening for anvendt forskning og kunnskapsmobilisering

Triskelion was founded in 2015 in Stavanger, Norway and is an organizational That specialises the applied research and knowledge mobilisation in the fields of psychology, education, public health and medicine.

OLSOKHAGEN 8

4046

HAFRSFJORD

ROGALAND

Contact: Thomas Nilsen

Email: thomas@nilsen.com

<https://www.triskelionnorway.org>

Organisation type: Research Institute/Centre



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

PARTENERI



NEAPOLIS UNIVERSITY

Neapolis University in Cyprus is a young yet dynamic, fast growing university operating since 2010 in the heart of the charming town of Pafos, on the west coast of the island of Cyprus, offering undergraduate, graduate and PhD programs in both Greek and English. Enrolling at Neapolis University in Cyprus enters students into a high standard, stimulating and enjoyable environment. The biggest advantage of Neapolis is the quality and dedication of its faculty, most of whom have considerable experience teaching and doing research in European and American Universities. Based on such faculty and on an ambitious strategy, it is quickly becoming one of the best private universities in Cyprus.

Neapolis University Pafos comprises of five Schools (Economics, Administration & Computer Science, - Architecture, Engineering, Land and Environmental Sciences, - Health Sciences, - Law, and finally Social Sciences, Arts, and Humanities) which offer undergraduate, postgraduate and Distance Learning studies in more than twenty Bachelor's and Master's Degrees.

DANAIS AVENUE 2

8042

PAFOS

Contact: Marios Argyrides, PhD

Email: m.argyrides.1@nup.ac.cy

<http://www.nup.ac.cy>

Organisation type: Higher education institution (tertiary level)



UNIVERSITY OF THE WEST OF ENGLAND, BRISTOL

The Centre for Appearance Research (CAR) based at UWE Bristol is the world's largest research group focusing on the role of appearance and body image in people's lives. UWE Bristol is a vibrant university hosting nearly 30,000 students in 14 departments spread across three campuses, and is engaged in high quality teaching and research. It is in the top 30 of the UK university league tables and holds a Gold rating in the Teaching Excellence Framework.

FRENCHAY CAMPUS, COLDHARBOUR LANE BS16 1QY

BRISTOL

GLOUSTERSHIRE, WILTSHIRE AND BRISTOL/BATH AREA

Contact: Dr Heidi Williamson

Email: heidi3.williamson@uwe.ac.uk

<https://www1.uwe.ac.uk/hls/research/appearanceresearch.aspx>

Organisation type: Higher education institution (tertiary level)



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

PARTENERI

univerzitetni klinični center ljubljana
University Medical Centre Ljubljana



UNIVERZITETNI KLINICNI CENTER LJUBLJANA

University Medical Centre Ljubljana (UMCL) is one of the largest institutions in Slovenia. Thanks to its outstanding achievements in the field of health care, UMCL is comparable to some of the most renowned institutions in Europe and worldwide. UMCL's employees pursue a triple mission of health care, education and research and are committed to providing safe, high quality and standardised patient care. Activities undertaken to improve the efficiency and effectiveness of the services provided include the application of clinical care pathways and endeavours to acquire international accreditations and to win the business excellence award of the Republic of Slovenia, which is based on the European model of business excellence EFQM.

ZALOSKA CESTA 002

1000

LJUBLJANA

Contact: Martina Drevenšek

Email: martina.drevensek@kclj.si

<http://www.kclj.si>

Organisation type: Higher education institution (tertiary level)



Kristianstad
University
Sweden



HOEGSKOLAN KRISTIANSTAD

Kristianstad University was founded in 1977, and today we have approximately 14 000 students distributed over 50 programmes and 300 courses. The main programmes are in the fields of education and teacher training, health science and organisational science. The vision of the university is to educate the most employable students, therefore as the only Swedish university; five weeks of clinical training is offered on all programmes. This educational aspect has enabled the university to create close collaborations with a large number of public and private agencies in the region.

ELMETORPSVAGEN 15

29188

KRISTIANSTAD

Contact: Martin Persson

Email: martin.j.persson@hkr.se

<http://www.hkr.se>

Organisation type: Higher education institution (tertiary level)



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW

PARTENERI



EUROPEAN CLEFT ORGANISATION

The European Cleft Organisation (ECO), through training Initiative and a network of suppliers, creates environments to ensure every family and all children affected by clefts have life-long access to quality care and equal opportunities within our European societies.

VERRIJN STUARTLAAN 28

2288 EL

RIJSWIJK

ZUID-HOLLAND

Contact: Gareth Davies

Email: gareth.davies@europeancleft.org

<http://www.europeancleft.org>

Organisation type: Non-governmental organisation/association/social enterprise



TARTU ULIKOOL

University of Estonia

Founded in 1632, the University of Tartu (UT) is the largest and most comprehensive university in Estonia and one of the most respectable centres of education and research in Central and Eastern Europe. It belongs to the top 1.2% of world's best universities and is among top 200 universities in Europe (QS World University Rankings 2017/18). UT is home to 14 000 students, including 1300 international students from more than 90 countries. In UT you can study in 4 faculties (Arts and Humanities, Medicine, Science and Technology, Social Sciences). UT Library contains 4,1 million items.

ULIKOOLI 18

50090

TARTU

Contact: Mrs dr Triin Jagomägi

Email: triin.jagomagi@ut.ee

<http://www.ut.ee>

Organisation type: Higher education institution (tertiary level)



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

This project has been funded with support from the European Commission.
2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.



ACT NOW



ACT NOW

Acceptance and
Commitment Training



[ABOUT THE PROJECT](#) [NEWS](#) [TRAINING RESOURCES](#) [PARTNERS](#) [ENGLISH \(ENGLISH\)](#)

Cooperation for innovation

Acceptance and Commitment Training (ACT) offers a psychological model well suited to the needs of patients with a disfiguring condition.

ACT focuses on helping patients to lead fulfilling lives and teaching them skills to manage difficult thoughts and feelings, which enhances their quality of life.



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

This project has been funded with support from the European Commission. 2018-1-EL01-KA202-047907 This handbook 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.