

dlaczego profilaktyka ma dziś większe znaczenie niż kiedykolwiek**OD WYZWAŃ DEMOGRAFICZNYCH DO INNOWACYJNYCH ROZWIĄZAŃ W SZKOLENIU KADR OCHRONY ZDROWIA I OPIEKI SPOŁECZNEJ**

W całej Europie starzenie się społeczeństwa nie jest już wyzwaniem przyszłości — to rzeczywistość, z którą mierzymy się już dziś.

Obecnie około 21% ludności Europy ma 65 lat lub więcej, co oznacza ponad 94 miliony osób. Przewiduje się, że do 2100 roku odsetek ten wzrośnie do ponad 32%, co oznacza, że niemal co trzeci Europejczyk będzie w wieku powyżej 65 lat.

Jednocześnie liczba osób w wieku powyżej 80 lat — czyli tych, które najczęściej wymagają opieki długoterminowej — już dziś przekracza 27 milionów i według prognoz w kolejnych dekadach ma się ponad dwukrotnie zwiększyć.

Ta szybka zmiana demograficzna już teraz wywiera coraz większą presję na systemy ochrony zdrowia i pomocy społecznej w całej Europie.

WYPALENIE ZAWODOWE: UKRYTY, ALE POWAŻNY PROBLEM

Pracownicy ochrony zdrowia i opieki społecznej należą do grup najbardziej narażonych na stres związany z pracą oraz przeciążenie emocjonalne.

Najnowsze badania pokazują, że:

- **1 na 6 osób starszych** doświadcza jakiejś formy przemocy;
- nawet **dwóch na trzech** pracowników opieki deklaruje, że w warunkach stresu przynajmniej raz zachowało się w sposób przemocowy;
- poziom wypalenia zawodowego wśród pracowników ochrony zdrowia znacząco wzrósł w ostatnich latach.

Takie zachowania rzadko są intencjonalne. Często wynikają z:

- wyczerpania emocjonalnego;
- braku przygotowania do radzenia sobie ze złożonymi sytuacjami;
- niewystarczającego rozwoju kluczowych kompetencji miękkich, takich jak komunikacja czy empatia.

**EUROPEJSKA ODPOWIEDŹ NA WSPÓLNE WYZWANIE**

Uruchomiony w październiku 2025 roku projekt PREVEN łączy partnerów z Francji, Irlandii, Włoch i Polski — krajów, które mierzą się ze wspólnymi wyzwaniami, ale reprezentują różne podejścia do starzenia się społeczeństwa i organizacji opieki:

- **we Włoszech**, jednym z najstarszych demograficznie krajów Europy, opieka rodzinna nadal odgrywa centralną rolę;
- **we Francji** struktury opieki instytucjonalnej są wysoko rozwinięte, ale mierzą się z rosnącą presją i brakami kadrowymi;
- **w Irlandii** silnie promowane są podejścia środowiskowe i profilaktyczne;
- **w Polsce** szybkie starzenie się społeczeństwa zwiększa presję na system ochrony zdrowia i opieki społecznej, który wciąż się dostosowuje. Jednocześnie opieka rodzinna pozostaje kluczowa, a niedobory kadrowe dodatkowo zwiększają obciążenie profesjonalistów.

Różnice widoczne są nawet w obrębie samej Francji:

- w regionach północnych systemy opieki są bardziej ustrukturyzowane i zinstytucjonalizowane;
- na Korsyce silniejsze więzi rodzinne i wspólnotowe nadal wpływają na praktyki opiekuńcze.

Ta różnorodność nie jest wyzwaniem — jest siłą. Pozwala partnerom projektu PREVEN projektować rozwiązania, które są elastyczne, realistyczne i zakorzenione w praktyce.



OD WSPÓLNYCH DOŚWIADCZEŃ DO INNOWACYJNYCH NARZĘDZI

Po sześciu miesiącach realizacji projektu partnerstwo podjęło już następujące działania:

- spotkanie inauguracyjne online w grudniu 2025 roku;
- spotkanie międzynarodowe w Katanii we Włoszech w lutym 2026 roku, podczas którego partnerzy intensywnie pracowali nad pierwszymi rezultatami projektu.

Wymiana doświadczeń doprowadziła do wspólnego wniosku: **kompetencje techniczne nie wystarczają; kompetencje miękkie są niezbędne, aby zapobiegać wypaleniu zawodowemu i poprawiać jakość opieki.**



NOWE PODEJŚCIE DO SZKOLEŃ: KONCEPCJA PREVEN

Innowacyjność projektu PREVEN polega na zastosowanym podejściu szkoleniowym.

Zamiast tradycyjnych metod szkoleniowych projekt rozwija:

- grę edukacyjną typu serious game służącą ocenie kompetencji miękkich;
- opartą na realnych sytuacjach z obszaru opieki nad osobami starszymi, takich jak codzienna opieka, komunikacja z rodzinami czy momenty związane z podawaniem leków.

Dzięki interaktywnym scenariuszom osoby pracujące w opiece będą mogły:

- zastanowić się nad własnymi reakcjami;
- zidentyfikować swoje mocne i słabe strony;
- lepiej zrozumieć, jak radzić sobie w sytuacjach stresowych.

Narzędzie będzie koncentrować się na czterech kluczowych kompetencjach:

- komunikacji,
- pracy zespołowej,
- rozwiązywaniu problemów,
- empatii.

Cel jest prosty, ale ambitny: pomóc profesjonalistom lepiej radzić sobie ze stresem, a w konsekwencji poprawiać jakość opieki.

CO DALEJ?

Nadchodzące miesiące będą poświęcone:

- opracowaniu i testowaniu pierwszej wersji gry;
- zbieraniu informacji zwrotnych od profesjonalistów i osób uczących się;
- dopracowaniu narzędzia przed przejściem do kolejnego etapu: interaktywnej ścieżki szkoleniowej.

DLACZEGO PROJEKT PREVEN JEST ISTOTNY?

PREVEN to nie tylko projekt — to część szerszej refleksji nad przyszłością opieki w Europie.

W miarę starzenia się naszych społeczeństw pytanie nie brzmi już tylko: jak zapewniać opiekę, ale także: jak wspierać tych, którzy ją świadczą.

Koncentrując się na profilaktyce, kompetencjach miękkich i innowacyjnych metodach uczenia się, PREVEN przyczynia się do budowania bardziej zrównoważonych, przyjaznych człowiekowi i odpornych systemów ochrony zdrowia.

Zachęcamy do śledzenia kolejnych etapów projektu PREVEN.