



PLÁN ÚČASTI a SKÚSENOSTI

Nástroj pre rozvoj a zabezpečenie kvality života
pre dospelé osoby s kombinovaným alebo
ťažkým zdravotným postihnutím.

Erlend Ellefsen
Knut Slåtta

Prekladateľ, editor a autor vybraných kapitol: Miroslav Cangár



Bratislava, 2015

soc̣a

Názov publikácie: Plán účasti a skúsenosti. Nástroj pre rozvoj a zabezpečenie kvality života pre dospelé osoby s kombinovaným alebo ťažkým zdravotným postihnutím.

Autori: Erlend Ellefsen, Knut Slåtta

Nórsky originál vydal: Nasjonalt kompetanskemiljø om utvikling (www.naku.no)

ISSN: 1504-7016

Rok vydania: 2010

S povolením autorov z nórskoho originálu: „*Deltagelses og opplevelsesplaner. Et verktøy for kvalitetsutvikling og kvalitetssikring for voksne med multifunksjonshemming eller dyp utviklingshemming*“ preložil Miroslav Cangár.

Editor a autor slovenskej časti: Miroslav Cangár

Vydal: SOCIA - Nadácia na podporu sociálnych zmien

Publikácia vyšla vďaka finančnej podpore Open Society Foundation.

Grafický návrh: Mona Múza

ISBN: 978-80-969744-9-8

Rok vydania: 2015

PLÁN ÚČASTI A SKÚSENOSTI

Nástroj pre rozvoj a zabezpečenie kvality života
pre dospelé osoby s kombinovaným alebo
ťažkým zdravotným postihnutím.

Autori: Erlend Ellefsen, Knut Slåtta

Prekladateľ, editor a autor vybraných kapitol: Miroslav Cangár

OBSAH

OBSAH	1
ÚVOD	3
INDIVIDUÁLNE PLÁNOVANIE V ZMYSLE ZÁKONA O SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH	4
PÁR SLOV K VNÍMANIU ÚČASTI A SKÚSENOSTI ĽUDÍ S ŤAŽKÝM KOMBINOVANÝM ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM	20
PLÁN ÚČASTI A SKÚSENOSTI	22
PLÁN ÚČASTI A SKÚSENOSTI PANI VIBEKE	33
PRÍKLADY ZÁKLADNÝCH NÁSTROJOV INDIVIDUÁLNEHO PLÁNOVANIA	46
ZÁVER	50
ZDROJE	52

ÚVOD

Individuálne plánovanie je v Slovenskej legislatíve ukotvené už od roku 2009, kedy vstúpil do platnosti Zákon 448/2008 Z. z. o sociálnych službách v znení neskorších predpisov (ďalej len Zákon o sociálnych službách). Napriek tejto zákonnej povinnosti vládlo v oblasti individuálneho plánovania množstvo nejasností a nedostatok informácií. Novela Zákona o sociálnych službách účinná od 1. januára 2014 priniesla do tejto oblasti viac informácií o tom, aká je predstava o individuálnom plánovaní v sociálnych službách. Rovnako aj aplikovanie prístupov orientovaných na človeka posunulo vnímanie individuálneho plánovania ako nástroja spolupráce s občanmi so zdravotným postihnutím v našich reáliách. Napriek tomu však prevláda názor, že individuálne plánovanie sa dá realizovať len s ľuďmi, ktorí majú dostatočné komunikačné zručnosti a kognitívne schopnosti. Predstava individuálneho plánovania a aktívnej spolupráce s ľuďmi s ťažkým a kombinovaným zdravotným postihnutím s vysokou mierou podpory je často zo strany profesionálov a zamestnancov sociálnych služieb vnímaná ako nereálna a nemožná. Súčasné ľudsko-právne, sociálno-ekologické a humanistické prístupy v sociálnej práci však dokazujú opak. Individuálne plánovanie je možné realizovať aktívne s ktorýmkoľvek človekom, nehládajúc na jeho zdravotný stav alebo úroveň postihnutia. Je potrebné len nájsť adekvátne spôsoby a prístupy, a predovšetkým rešpektovať každého človeka ako jedinečnú bytosť. Napríklad pre nadviazanie kontaktu a vnímania zo strany človeka, ktorého podporujeme môže pomôcť metóda preterapia. V súčasnosti existuje viacero nástrojov individuálneho plánovania a v tomto manuáli Vám chceme predstaviť jeden z nich, ktorý sa špecificky venuje dospelým ľuďom s ťažkým kombinovaným postihnutím - Plán účasti a skúsenosti. Prístup, prezentovaný v rámci tohto manuálu, je možné aplikovať aj pri práci s deťmi a mladými ľuďmi s kombinovaným postihnutím a pár slov k tomu uvádzame v závere tejto publikácie.

Plán účasti a skúsenosti je jeden z nástrojov individuálneho plánovania, ktorý zabezpečuje a rozvíja kvalitu a zmysel života pre dospelých ľudí s kombinovaným alebo ťažkým postihnutím v zariadeniach sociálnych služieb. Za vznikom stoja nórski odborníci Knut Slåtta a Erlend Ellefsen, ktorí sa dlhé roky venujú práci s ľuďmi s kombinovaným postihnutím. Radi by sme im týmto hneď v úvode poďakovali za povolenie prekladu ich manuálu *Deltagelses og opplevelsesplaner. Et verktøy for kvalitetsutvikling og kvalitetssikring for voksne med multifunksjonshemming eller dyp utviklingshemming* (2010) do slovenčiny.

Tento materiál sme sa rozhodli rozdeliť do troch základných častí:

- Individuálne plánovanie v zmysle zákona o sociálnych službách
- Plán účasti a skúsenosti - manuál
- Príklady nástrojov využiteľných pri tvorbe individuálnych plánov a plánov účasti a skúsenosti

INDIVIDUÁLNE PLÁNOVANIE v zmysle zákona o sociálnych službách

Miroslav Cangár

Zdravotné postihnutie, ktoré je jedným z najvýraznejších dôvodov znižovania kvality života, sa v súčasnosti vníma ako súčasť človeka a jeho stavu. Svetová zdravotnícka organizácia, vo Svetovej správe o zdravotnom postihnutí, vníma zdravotné postihnutie ako komplexné, dynamické, multidimenzionálne a v kontexte s prostredím. Prístup k zdravotnému postihnutiu prechádza zmenou z individuálnej zdravotníckej perspektívy k štrukturálnej sociálnej perspektíve, čo mení aj vnímanie samotného postihnutia. V štrukturálno-sociálnom modeli sa postihnutie vníma viac ako problém prostredia, v ktorom človek žije, ako problém jeho tela. Ak však chceme vnímať komplexnosť zdravotného postihnutia, je nevyhnutné, aby sme našli správnu rovnováhu medzi zdravotnou a sociálnou perspektívou. Postihnutie môžeme vnímať ako komplexný pojem pre nerovnaké zaobchádzanie, obmedzenie v bežných aktivitách a plnej účasti ľudí v spoločnosti a vplyv negatívnych aspektov interakcie medzi individuálnymi potrebami a stavom a štrukturálnymi faktormi vplyvajúcimi na človeka, ako je schopnosť prispôsobenia sa prostredia a ľudí k týmto individuálnym potrebám. Vnímanie postihnutia ako formy interakcie medzi človekom a prostredím dokazuje, že postihnutie sa nemôže vymedzovať len ako problém konkrétneho človeka (Cangár, Cangárová, Nincová 2014).

Medzinárodná klasifikácia funkčnej schopnosti, dizability a zdravia (ICF) rozdeľuje problémy ľudských funkčných schopností na tri prepojené oblasti:

- **ZDRAVOTNÉ POSTIHNUTIE** - problémy spojené s funkciami ľudského tela alebo zmenami v jeho štruktúre - napr. slepota, paralýza, a pod.
- **LIMITY AKTIVÍT SÚ PROBLÉMY VO VYKONÁVANÍ BEŽNÝCH AKTIVÍT** - napr. chodenie, stravovanie, a pod.
- **OBMEDZENIE PARTICIPÁCIE A PROBLEMATICKÁ ÚČASŤ V BEŽNÝCH OBLASTIACH ŽIVOTA ČLOVEKA** - napr. štúdium v bežnej škole, prístupnosť verejných budov a verejnej dopravy, a pod.

Komplexné a na človeka orientované prístupy sa dostávajú do popredia preto, aby sme reálne dokázali zabezpečiť všetkým ľuďom plnohodnotný, inkluzívny a „nezávislý život“ v spoločnosti. Prírodné prostredie, v ktorom človek žije, má veľký vplyv na skúsenosti,

prežívanie a rozsah zdravotného postihnutia a kvalitu života každého človeka. Prostredie, ktoré nie je prístupné, má veľký vplyv na rozsah postihnutia a samo vytvára ďalšie bariéry pre aktívnu účasť a znemožňuje inklúziu v bežnej spoločnosti.

V súčasnosti už nie je pochýb, že prirodzené prostredie, ktoré tvorí rodina, blízki, priatelia, je nevyhnutné pre čo možno najbežnejší vývin každého človeka. Možnosť prežiť svoj život plnohodnotne v prostredí, ktoré je človeku prirodzené a vlastné, je veľmi významné pre kvalitu života človeka. Počas života nám práve osobné zdroje, ktoré tu získame, pomáhajú prekonávať problematické časy a situácie, pomáhajú nám rozvíjať a udržiavať vzťahy. Dostatočná a prirodzená podpora prirodzeného prostredia ľudí so zdravotným postihnutím vedie k tomu, že sa problémové situácie zvládajú flexibilne a efektívne, bez výrazného finančného zaťaženia. Prirodzený spôsob vytvorenia a zabezpečenia inklúzie a empowermentu predstavujú individuálna podpora a komunitné služby orientované na človeka, ktoré sú mu poskytované v prostredí, kde žije.

Pre poskytovanie komunitných služieb a individuálne plánovanie, ktoré je orientované na kvalitu života jednotlivca, je nevyhnutné REŠPEKTOVAŤ TIETO PRINCÍPY:

- 1. PRINCÍP „NORMALITY“**, ktorý hovorí o tom, že každý človek by mal prežívať život normálne a bežne ako všetci ostatní. Mal by prežívať bežný vývoj životného cyklu, bežný denný, týždenný, ročný rytmus. Mal by žiť v bežnom prostredí, ktoré si zvolil. Mal by robiť bežné, veku adekvátne a zmysluplné aktivity. V neposlednom rade by mali byť jeho potreby napĺňané bežným, normálnym a spoločensky hodnotným spôsobom.
- 2. PRINCÍP AUTONÓMIE**, ktorý je založený na rešpektovaní samostatnosti a nezávislosti človeka. Tento princíp predstavuje právo na slobodu a slobodné rozhodnutia človeka a je jednou z najdôležitejších dimenzií ľudskej hodnoty, ktorá je z etického hľadiska nedotknuteľná.
- 3. PRINCÍP REŠPEKTU** je založený na vnímaní a rešpektovaní jedinečnosti človeka, jeho vnímania sveta a jeho vnímania potrieb. Životná skutočnosť každého človeka je subjektívna, a tak ju musíme aj vnímať. Aj napriek tomu, že ľudia sa často nachádzajú v podobných situáciách, je nevyhnutné vnímať každého človeka ako jedinečného, ktorý si vyžaduje neopakovateľný prístup.
- 4. PRINCÍP ROVNOSTI** stavia na základných ľudských právach, ktoré sú ukotvené v množstve medzinárodných a národných legislatívnych dokumentoch. Základom tohto princípu je myšlienka, že všetci ľudia sú si rovní a nesmú byť diskriminovaní zo žiadneho dôvodu. V praxi tento prístup predstavuje zmenu vo vzťahoch medzi pomáhajúcimi profesionálmi a ľuďmi so zdravotným postihnutím, kde sa dôraz kladie na partnerský prístup: človek - človek (Cangár, Cangárová, Nincová, 2014).

Každé individuálne plánovanie, ako nástroj spolupráce medzi prijímateľom a poskytovateľom sociálnych služieb, musí **SPŔŇAŤ NASLEDOVNÉ PODMIENKY**:

- 1. AKTÍVNA SPOLUPRÁCA S PRIJÍMATEĽOM A JEHO SOCIÁLNOU SIEŤOU** - táto podmienka zdôrazňuje dôležitosť a dôstojnosť jednotlivca so špeciálnymi potrebami v spoločnosti. Iba od jeho zadefinovania snov, potrieb, túžob sa môže odvíjať efektívny individuálny plán. Je nutné, aby každý individuálny plán bol tvorený za aktívnej účasti a spolupráce prijímateľa služieb. S niektorými ľuďmi, ktorí potrebujú podporu je v niektorých prípadoch ťažké nadviazať kontakt a to, aby boli aktívne zapojení do procesov plánovania. V týchto prípadoch je možné využiť rôzne techniky, kde medzi tie najviac efektívne patrí preterapia.
- 2. OBJEKTÍVNOSŤ** - individuálne plánovanie má byť založené na presných faktoch, preto začína dôsledným mapovaním histórie života prijímateľa, jeho súčasných schopností a zručností, jeho záľub a túžob, ale aj všetkého, čo je pre neho negatívnym a čo vo svojom živote nechce. Plánovanie pokračuje vedením prijímateľa k pomenovaniu svojich cieľov do budúcnosti a k hľadaniu spôsobov, ako ich možno dosiahnuť.
- 3. FUNGOVANIE V PROSTREDÍ** - individuálny plán by mal byť zameraný na fungovanie prijímateľa v čo najprirodzenejšom prostredí. Vytváranie špeciálnych podmienok pre ľudí so špeciálnymi potrebami je niekedy nutnosťou, ale nemalo by sa to stať bežnou praxou. Individuálne plánovanie smeruje k čo najväčšej integrácii ľudí so špeciálnymi potrebami do spoločnosti.
- 4. KOMPLEXNOSŤ** - pokrýva všetky oblasti života klienta - či už v chronologickom slede (minulosť, súčasnosť, budúcnosť) alebo zameranom na jednotlivé dimenzie človeka (fyzická, sociálna, psychická a duchovná). Hľadá prostriedky a cesty k napĺňaniu všetkých užívateľom definovaných potrieb. Súčasťou individuálneho plánu je plán rehabilitačný, špeciálno-pedagogický, plán pracovnej rehabilitácie, rizikový plán (jeho súčasťou môže byť plán riešenia krízových situácií a register obmedzení).
- 5. KOORDINOVANOSŤ** - pre dosiahnutie cieľov stanovených klientom je nutná spolupráca viacerých odborníkov - vytvorenie multidisciplinárneho tímu. Preto je potrebné, aby sa aktivity a činnosti všetkých odborníkov dôkladne naplánovali a skoorinovali tak, aby smerovali k napĺňaniu hlavného cieľa prijímateľa. Nezanedbateľnou súčasťou kvalitného plánu je podpora neformálnych vzťahov prijímateľa s ľuďmi, ktorí žijú v sociálnom prostredí, do ktorého má klient záujem sa integrovať. Títo ľudia môžu byť pre prijímateľa významnejšou oporou ako profesionáli.

6.

LEGÁLNOŠŤ - individuálny plán je legálny dokument, ktorý jasne popisuje, ktoré sociálne služby, aktivity a činnosti budú klientovi poskytované a kto, kedy a v akom rozsahu ich bude poskytovať. Dodržiavanie týchto naplánovaných činností je veľmi dôležité.

Spomenuté princípy a podmienky sú základnými východiskami pre individuálny prístup pri poskytovaní sociálnych služieb a hlavným formálnym a etickým dôvodom zavedenia individuálneho plánovania do praxe. V bežnej praxi sa však stretáme s rôznymi individuálnymi plánmi, ktoré často ale nevyjadrujú to, čo individuálne plánovanie v skutočnosti naozaj je. Mnohí poskytovatelia sociálnych služieb vnímajú individuálne plány ako presne naplánovaný denný režim prijímateľa sociálnych služieb, plán práce zamestnancov s prijímateľom sociálnych služieb. Častokrát je individuálny plán zredukovaný na tabuľku výkonu aktivít prijímateľa sociálnych služieb, sociálnu a zdravotnú anamnézu prijímateľa sociálnych služieb a podobne.

Individuálne plánovanie je v Slovenskej republike zadefinované v rámci legislatívy od roku 2009, keď vstúpil do platnosti zákon 448/2008 Z.z. o sociálnych službách. Novela tohto zákona účinná k 1. januára 2014 uzákoňuje povinnosť individuálneho plánovania vo vybraných sociálnych službách predovšetkým pobytového charakteru, ale aj v rámci včasnej intervencie a podpory samostatného bývania. Individuálne plánovanie je v praxi vo veľkej miere vnímané ako obsah práce sociálnych pracovníkov v zariadeniach sociálnych služieb a ostatní odborní pracovníci sa často od tohto nástroja dištancujú, alebo ho odmietajú. Prijímatelia sociálnych služieb sú málokedy aktívne a reálne zapájaní do procesov individuálneho plánovania a samotné plánovanie je vnímané ako výsledok odbornej práce v sociálnych službách a čistá formalita, ktorá minimálne ovplyvňuje formu a obsah sociálnych služieb. Milena Johnová (2007) upozorňuje na to, že individuálne plánovanie realizované z pohľadu profesionálov, je prispôsobené obsahu ich profesií a možnostiam organizácií, čo vytvára nadmernú závislosť na formálnych zdrojoch podpory (profesionáli a odborníci) a minimum využívania neformálnej podpory (rodina a priatelia), ktorá utvára možnosti na rozvoj a udržiavanie prirodzených sociálnych väzieb. Tieto skutočnosti vytvárajú v oblasti individuálneho plánovania v sociálnych službách chaotickú situáciu, keď nie sú jasné očakávania a ani samotný výkon individuálneho plánovania. Aj vzhľadom na túto situáciu vznikla potreba presnejšieho zadefinovania procesu individuálneho plánovania v novele zákona o sociálnych službách a vypracovanie istej formy metodológie v rámci podmienok kvality sociálnych služieb, ktoré sú tiež súčasťou novely zákona. V zákone o sociálnych službách sa v súčasnosti dostáva do popredia procesová stránka individuálneho plánovania, ktorá je vnímaná ako kľúčová. Individuálne plánovanie sa upresňuje aj v rámci podmienok kvality poskytovanej sociál-

nej služby, kedy poskytovateľ sociálnej služby zabezpečuje to, aby bol individuálny plán plánom prijímateľa sociálnej služby, ktorý sa aktívne zúčastňuje na jeho tvorbe a realizácii. Samotná účasť alebo neúčasť na individuálnom plánovaní je slobodnou voľbou prijímateľa sociálnej služby, ktorý ju musí vyjadriť písomnou formou.

Poskytovateľovi sociálnych služieb ustanovuje §9 odsek 1 zákona o sociálnych službách povinnosť plánovať poskytovanie sociálnej služby podľa individuálnych potrieb schopností a cieľov prijímateľa sociálnych služieb viesť písomné individuálne záznamy o priebehu poskytovania sociálnej služby a hodnotiť priebeh poskytovania sociálnej služby za účasti prijímateľa sociálnej služby. Zároveň tento odsek určuje a upresňuje postavenie programov sociálnej rehabilitácie ako súčasť individuálneho plánovania. Zákon o sociálnych službách upresňuje individuálne plánovanie a jeho proces v §9 odsek 2, kde hovorí, že individuálny plán je komplexný, flexibilný a koordinovaný nástroj na aktívnu spoluprácu poskytovateľa sociálnej služby, prijímateľa sociálnej služby, jeho rodiny a komunity.

Poskytovateľ sociálnej služby plánuje, realizuje a hodnotí priebeh poskytovania sociálnej služby spoločne s prijímateľom sociálnej služby a berie ohľad na jeho osobné ciele a možnosti. Z odborného hľadiska neexistuje zdravotné postihnutie, alebo zdravotný stav človeka, ktorý by mu bránil dlhodobo sa podieľať na príprave a realizácii vlastného individuálneho plánu. Základom efektívneho individuálneho plánovania je komunikácia s prijímateľom sociálnych služieb, ktorá je prispôsobená jeho zručnostiam a schopnostiam, tak, aby bol, čo najviac aktívne zapojený do procesu plánovania.

V nadväznosti na vyššie uvedené je potrebné uviesť, že procesy individuálneho plánovania vždy vychádzajú z potrieb prijímateľa sociálnej služby, a preto sú aj výsledné písomné podoby tohto procesu rôzne. Podmienky kvality poskytovanej sociálnej služby určujú to, že poskytovateľ sociálnej služby má individuálny plán vypracovaný v písomnej alebo audiovizuálnej podobe. Táto možnosť, okrem toho, že otvára dvere kreativite, je dôležitá pre samotných prijímateľov sociálnych služieb, ich rodinu a blízkych, lebo umožňuje to, aby podoba individuálneho plánu bola vytvorená v im zrozumiteľnej podobe. Prakticky to znamená, že individuálne plány môžu byť spracované aj ako rôzne druhy obrazov, audio nahrávky, video nahrávky alebo texty v jednoduchom texte (easy-to-read), a pod. Individuálne plánovanie sa bližšie špecifikovalo v §9, ale aj prílohe č. 2 Podmienky kvality poskytovanej sociálnej služby. V nasledujúcich riadkoch sa bližšie pozrieme na jednotlivé zmeny.

Prvá veľká zmena v rámci §9 ods. 1 sa týka vypustenia pojmu „rozvojový“. V novele zákona o sociálnych službách sa bude používať pojem „Individuálny plán“, táto zmena súvisí s faktom, že individuálne plánovanie nemá stále charakter rozvojových aktivít.

Jedným z cieľov tejto zmeny je ujasnenie si postavenia individuálneho plánovania aj pre prijímateľov, kde nie je veľký predpoklad ďalšieho rozvoja. Špecificky sa táto problematika týka práce so seniormi alebo aj práce s ľuďmi s kombinovaným postihnutím, kde je často jedným zo zameraní aktivít podpora čo najdlhšieho udržiavania schopností a zručností človeka.

Zároveň sa v prvom odseku §9 rozširujú sociálne služby, kde je povinné individuálne plánovanie, o nové druhy - služba včasnej intervencie a podpora samostatného bývania.

Zákon ustanovuje aj to, ak je prijímateľom sociálnej služby maloleté dieťa, tak rozhodujúce postavenie má rodina, ktorá musí byť do procesu individuálneho plánovania aktívne zapojená a vychádza sa z individuálnych potrieb tejto rodiny. Práca s celou rodinou, ktorá má dieťa so zdravotným postihnutím, je z tohto pohľadu vnímaná ako kľúčová a v rámci služby včasnej intervencie aj ako neoddeliteľná súčasť odbornej práce. Prístup zameraný na zapojenie celej rodiny do individuálneho plánovania je dôležitý z preventívneho hľadiska a budúceho poskytovania sociálnych služieb počas ďalšieho života dieťaťa so zdravotným postihnutím. Hradilková (2013) uvádza, že príbehy ľudí, ktorí aj napriek ťažkému postihnutiu žijú vo svojom vlastnom bývaní alebo v rodinách, ukazujú, že kľúčovú úlohu v zabezpečení podpory a starostlivosti zohráva rodina a blízki ľudia, ktorí bez nároku na odmenu a radi poskytujú tú časť pomoci, ktorú nie je možné platiť z verejných zdrojov.

Podrobnú špecifikáciu individuálneho plánovania prináša §9 odsek 2: „(2) Individuálny plán podľa odseku 1 je komplexný, flexibilný a koordinovaný nástroj na aktívnu spoluprácu poskytovateľa sociálnej služby, prijímateľa sociálnej služby, jeho rodiny a komunity. Ciele individuálneho plánu vychádzajú z individuálnych potrieb prijímateľa sociálnej služby a spolupráce prijímateľa sociálnej služby a poskytovateľa sociálnej služby. Individuálny plán je koordinovaný pracovníkom, ktorý podporuje a sprevádza prijímateľa sociálnej služby v procese individuálneho plánovania (ďalej len „kľúčový pracovník“). Proces individuálneho plánovania zahŕňa identifikáciu individuálnych potrieb, voľbu cieľov individuálneho plánu, voľbu metód dosahovania cieľov individuálneho plánu, plán činností a aktivít napĺňania individuálneho plánu a hodnotenie individuálneho plánu.“

Práve tento odsek definuje individuálny plán ako nástroj aktívnej spolupráce medzi profesionálom a prijímateľom sociálnej služby tak, ako to uvádzame v úvode kapitoly. Prezентuje to snahu o presné a odborné zadefinovanie individuálneho plánovania a čo najpresnejšie vyjasnenie tohto pojmu, aspoň po legislatívnej stránke. Zároveň je tu dôležité upozornenie v oblasti stanovovania cieľov, ktoré majú vychádzať z individuálnych potrieb prijímateľa sociálnych služieb a majú smerovať k vzájomnej spolupráci.

Kľúčový termín a podmienka pre efektívne a úspešné individuálne plánovanie je spolupráca. Spolupráca na individuálnom plánovaní znamená:

1. Definovanie, v čom potrebuje človek podporu a čo dokáže urobiť sám.
2. Kto môže túto podporu poskytovať, a ktoré úlohy dokáže zvládnuť človek sám.
3. Kedy má byť poskytnutá podpora.
4. Ako má byť poskytnutá podpora.

Spolupráca a koordinovanie v individuálnom plánovaní závisí primárne od podporujúcej osoby, ktorú v legislatíve nazývame - kľúčový pracovník. V §9 odseku 2 Zákona o sociálnych sa zavádza ako nový pojem. Za kľúčového pracovníka sa podľa tohto zákona považuje pracovník poskytovateľa sociálnej služby, ktorý koordinuje proces individuálneho plánovania s prijímateľom sociálnej služby. Kľúčový pracovník sprevádza a podporuje prijímateľa sociálnej služby tak, aby sa v čo najväčšej miere naplnili ciele individuálneho plánovania. Kľúčový pracovník zisťuje, kto sú dôležité osoby na podporu prijímateľa sociálnych služieb, ale zároveň by sám mal získať jeho dôveru a postupovať pri tom profesionálne a diskrétno, v prípade zaznamenávania do dokumentácie aj v súlade s ochranou osobných údajov (Hradilková 2013). Kľúčový pracovník má dobre poznať prijímateľa sociálnej služby, aj jeho životnú situáciu, a zároveň mu má poskytovať pomoc a kontakt s inými ľuďmi, ktorí by mohli byť preňho zdrojom prirodzenej, ale aj odbornej podpory. Hlavné otázky, ktoré by si mal kľúčový pracovník v rámci mapovania klast', sú:

- KTO JE V SÚČASNOSTI SÚČASŤOU ŽIVOTA ČLOVEKA?
- JE RODINA ZAPOJENÁ DO ŽIVOTA ČLOVEKA?
- KDE SA NACHÁDZAJÚ ČLENOVIA RODINY V RÁMCI SOCIÁLNEJ SIETE ČLOVEKA?
- KTORÍ ĽUDIA Z JEHO SIETE S NÍM RADI TRÁVIA ČAS?
- KTO Z PERSONÁLU HO POZNÁ A STARÁ SA OŇHO?
- KOHO JE NEVYHNUTNÉ ZAPOJIŤ DO REALIZÁCIE INDIVIDUÁLNEHO PLÁNOVANIA?
- KTO VIE, ČO JE PRE TOHTO ČLOVEKA DÔLEŽITÉ?

A ďalšie otázky tohto typu (Hradilková, 2013).

Vychádzajúc z tohto, legislatíva stanovuje, že je to práve prijímateľ sociálnej služby, kto si primárne určí kľúčového pracovníka na základe osobnej preferencie. Zákon o sociálnych službách neuvádza presné vymedzenie konkrétnych profesií, ktoré môžu vykonávať úlohy kľúčového pracovníka. Hlavným predpokladom pre výkon tejto činnosti v procese individuálneho plánovania je vzťah medzi prijímateľom sociálnej služby a kľúčovým pracovníkom. Z odborného hľadiska je však nevyhnutné, aby mal kľúčový pracovník základné vedomosti o individuálnom plánovaní. Príklady zo zahraničia ukazujú, že kľúčovým pracovníkom v procese individuálneho plánovania môžu byť rôzne profesie a ľudia, ktorí sa v určitej dobe profesionálne pohybujú okolo človeka, ktorý potrebuje podporu. V detstve sú najčastejšie kľúčoví pracovníci zdravotné sestry, odborníci z centier včasnej intervencie, neskôr učitelia v školách, alebo rôzni pracovníci sociálnych služieb.

Je mylné myslieť si, že individuálne plánovanie v sociálnych službách je len úloha sociálnych pracovníkov. Práve naopak, veľká časť iných profesií je v tomto procese dôležitá. Individuálne plánovanie, ako nástroj spolupráce, je tímová činnosť a úlohou kľúčového pracovníka je, okrem iného, zabezpečiť práve aktívnu spoluprácu tímu, ktorý vzniká okolo prijímateľa sociálnej služby v procese individuálneho plánovania. Aj z tohto

dôvodu sa snaží Zákon o sociálnych službách prostredníctvom podmienok kvality sociálnej služby nastaviť určitú mieru počtu individuálnych plánov na jedného kľúčového pracovníka. Toto sa snaží dosiahnuť tým, že počet individuálnych plánov, koordinovaných jedným kľúčovým pracovníkom, musí zohľadňovať mieru intenzity potrebnej podpory prijímateľov sociálnych služieb. V ľudskej reči povedané, ak kľúčový pracovník pracuje s ľuďmi, ktorí majú vysokú mieru podpory - ľudia s kombinovanými postihnutiami, demenciami, a pod. alebo individuálne plánovanie s nimi si vyžaduje veľmi intenzívnu prácu, tak by mal byť počet prijímateľov nízky.

Forma individuálneho plánu je často diskutovaná a nie je jasná. Dôvodom tejto diskusie je, že individuálne plánovanie sa často nevníma ako nástroj podpory prijímateľa sociálnych služieb, ale ako formálny písomný dokument. Legislatíva sociálnych služieb nedefinuje formu individuálneho plánu. Zákon o sociálnych službách uvádza, že poskytovateľ sociálnej služby je povinný viesť si písomné individuálne záznamy o sociálnej službe. Nasledne sa však toto bližšie špecifikuje v prílohe č. 2 - Podmienky kvality poskytovanej sociálnej služby, kritérium 2.5 - *Určenie postupov a pravidiel na vypracovanie, realizovanie a hodnotenie individuálneho plánu prijímateľa sociálnej služby*. V tomto kritériu sa v prvej

● JE MYLNÉ MYSLIEŤ SI, ŽE INDIVIDUÁLNE PLÁNOVANIE V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH JE LEN ÚLOHA SOCIÁLNYCH PRACOVNÍKOV.



vete uvádza, že poskytovateľ sociálnej služby má vypracovaný individuálny plán buď v písomnej alebo audiovizuálnej forme. Práve táto možnosť vytvára priestor pre to, aby sa forma samotného individuálneho plánu prispôsobila potrebám a schopnostiam prijímateľa sociálnych služieb, ktorý sa na ňom aktívne podieľa. Zároveň sa v tejto časti hovorí o tom, aby bola forma individuálneho plánu zrozumiteľná prijímateľovi sociálnej služby, jeho rodine a komunite. Zrozumiteľnosť je potrebné v tomto kontexte vnímať tak, že individuálny plán, ktorý je plánom prijímateľa, je primárne jasný a zrozumiteľný preňho samotného a pre členov jeho rodiny a podpornej skupiny. Pod zrozumiteľnosťou treba vnímať nielen to, že je individuálny plán obsahovo jasný, ale je to aj jazyková zrozumiteľnosť pre prijímateľov sociálnych služieb, ktorí sú napríklad inej národnosti ako je slovenská. Audiovizuálna forma individuálneho plánu predstavuje rôzne možnosti audio nahrávok, fotografií, obrázkov, piktogramov, ale aj predmetov, ktoré niektorí prijímatelia sociálnych služieb využívajú na rôzne formy alternatívnej a augmentatívnej komunikácie.

Proces individuálneho plánovania

Identifikácia individuálnych potrieb

Kľúčový dôraz v Zákone o sociálnych službách sa kladie na procesnú stránku individuálneho plánovania, ktorá zahŕňa identifikáciu (mapovanie) individuálnych potrieb a prirodzených zdrojov podpory, ale aj schopností, zručností, skúseností a aktuálnej životnej situácie prijímateľa sociálnych služieb. Vychádzajúc zo súčasných právnych noriem a príkladov dobrej praxe poskytovania sociálnych služieb je jasné, že kvalitné a efektívne služby a podpora sa nedajú poskytovať bez identifikácie individuálnych potrieb, stanovenie potrebnej miery podpory. V tejto fáze je dôležité, že prijímateľ sociálnych služieb chápe a rozumie svojej životnej situácii. Zároveň rozumie role kľúčového pracovníka.

Mapovanie alebo identifikáciu individuálnych potrieb môžeme vnímať z viacerých hľadísk.

Prvé hľadisko je o vzťahu významných vecí z pohľadu človeka. Johnová uvádza, že v rámci mapovania je potrebné uskutočniť dve nosné úlohy: pripraviť osobný profil a analyzovať mieru nevyhnutnej podpory (potrieb) daného človeka (Johnová 2007). Osobný profil podľa Johnovej predstavuje súhrn toho, ako si prijímateľ sociálnej služby predstavuje svoj život v rôznych oblastiach - doma, spoločenský život, škola, voľnočasové aktivity, pracovné uplatnenie, bezpečnosť, správanie, a pod. V rámci tvorby osobného profilu je možné využívať rôzne techniky a metodiky, ako sú napríklad: profil na jednu stranu, čiaru života, mapu života, knihu života a iné.

Johnová ďalej uvádza, že analýza potrieb je výsledkom zmien v prístupe k ľuďom so zdravotným postihnutím a v koncepcii poskytovania služieb starostlivosti a tá tvorí druhé hľadisko. Namiesto zdravotných a sociálnych anamnéz sa v rámci tohto mapovania orientujeme na individuálne potreby človeka: čo potrebuje na zvýšenie miery sociálneho začlenenia, osobného rozvoja a spokojnosti v bežnom živote (Johnová 2007). Medzi metódy využívané v tejto forme mapovania patria predovšetkým pozorovanie, rozhovor, dotazníky každodenných a komunikačných zručností a iné.

Mapovanie sa zameriava na informácie z minulosti a súčasnosti prijímateľa sociálnych služieb a spoznáva jeho zručnosti, schopnosti a potreby. V mapovaní zisťujeme najdôležitejšie udalosti v živote a významné zmeny, zisťujeme, aké bolo zdravie predtým a teraz, najlepšie a najťažšie životné skúsenosti, čo chce človek v živote dosiahnuť a akým životným štýlom chce žiť. Pri práci s osobami s viacnásobným postihnutím sa mapovanie zameriava na prejavy ich správania v rôznych každodenných situáciách a identifikovanie ich aktívneho zapojenia sa a prežívania bežného života. Ako príklady metód mapovania je možné uviesť príklady ako čiara života, profil na jednu stranu, mapa sociálnej siete, a pod. Často sa v rámci tohto mapovania využívajú metódy rozhovorov, pozorovania, analýz dokumentácie, a pod.

Mapovanie sa musí zároveň zameriavať aj na proces objavovania zdrojov formálnej aj neformálnej podpory v rámci služby, ale aj v bežnej komunite. Najväčším zdrojom informácií v tejto oblasti je samotný človek, s ktorým sa individuálne plánovanie realizuje, ale aj ľudia, s ktorými má alebo mal v minulosti vzťah.

Sobek (2012) definuje ako oblasti podpory, ktoré sa musia v individuálnom plánovaní mapovať, nasledovné:

- **ČINNOSTI V DOMÁCNOSTI** - predstavujú každodenné zručnosti, ktoré potrebuje človek pre bežný život v domácnosti. Ide predovšetkým o primárne a sekundárne zručnosti v oblasti osobnej hygieny, stravovania, obliekania, starostlivosti o domácnosť, a pod.
- **SPOLOČENSKÝ ŽIVOT** - túto oblasť predstavujú najmä voľnočasové aktivity, využívanie verejných služieb a dopravy. Zároveň sem však spadá aj nakupovanie, spoločenské vzťahy ako návštevy a jednania s ľuďmi.
- **VZDELÁVANIE A CELOŽIVOTNÉ UČENIE** - oblasť vzdelávania zahŕňa inkluzívne a integrované vzdelávanie od najnižšieho veku až po celoživotné vzdelávanie. Okrem bežného formálneho vzdelania sem spadajú aj praktické vzdelávania, ako je napr. manipulácia s peniazmi, schopnosť samostatného rozhodovania, a pod.

- **PRÁCA A ZAMESTNANIE** - oblasť zamestnávania sa nedotýka len uplatnenia sa na trhu práce, ale aj rozvoj pracovných zručností, komunikácie s kolegami. Ide hlavne o uplatnenie sa v pracovnej oblasti, ktorá je pre človeka zmysluplná.
- **ZDRAVIE A BEZPEČNOSŤ** - do tejto oblasti spadá celá oblasť práce s rizikom, krízovými situáciami, ale aj so zdravotnou prevenciou a užívaním liekov, udržiavaním fyzického zdravia.
- **SOCIÁLNE VZŤAHY** - predstavujú primárne prácu so sociálnou sieťou, nadväzovaním a udržiavaním sociálnych vzťahov v komunite, kde človek žije. Okrem toho sem spadajú aj sociálne zručnosti a komunikácia s inými ľuďmi.
- **OCHRANA OSOBNÝCH ZÁUJMOV** - táto oblasť sa venuje možnostiam a podpore vyjadrovania vlastných prání a potrieb, hospodárenia s peniazmi, dodržiavaním základných ľudských práv a slobôd, podporovaním rozhodovaním, a pod.
- **MIMORIADNA ZDRAVOTNÁ PODPORA** - ide o špecifickú zdravotnú starostlivosť, ktorú človek na základe svojich špeciálnych potrieb potrebuje, napr. pomoc pri podávaní stravy a iné.
- **MIMORIADNA BEHAVIORÁLNA PODPORA** - oblasť prevencie zranenia človeka alebo iných ľudí, deštruktívne a sebadeštruktívne správanie, sexuálna oblasť, a pod.

Voľba cieľov individuálneho plánu

Nová legislatíva ďalej upresňuje proces individuálneho plánovania postupnými krokmi - voľbou cieľov individuálneho plánu. Podmienky kvality poskytovanej sociálnej služby v kritériu 2.5 Určenie postupov a pravidiel na vypracovanie, realizovanie a hodnotenie individuálneho plánu prijímateľa sociálnej služby alebo určenie postupov a pravidiel práce s prijímateľom sociálnej služby podrobnejšie rozoberajú aj oblasť voľby cieľov. Ako východisko tejto časti procesu individuálneho plánovania je nevyhnutná spolupráca pri stanovení cieľov medzi prijímateľom sociálnej služby, jeho rodinou a kľúčovým pracovníkom. Výsledkom tejto časti procesu sú ciele spolupráce. Podmienky kvality ďalej stanovujú, že ciele individuálneho plánovania majú vychádzať z holistického prístupu a majú byť zostavené logicky a ísť zo všeobecnej do konkrétnej roviny. Výsledkom identifikácie individuálnych potrieb je stanovenie alebo voľba cieľov.

Druhá fáza procesu individuálneho plánovania je zameraná na voľbu cieľov v oblastiach, ktoré boli identifikované v mapovaní. V nórskej metodike individuálneho plánovania (Individuell plan 2010) sa uvádza, že niektorí prijímatelia sociálnych služieb nemajú prehľad alebo schopnosti stanoviť si v prvej fáze plánovania vlastné ciele. Preto je nevyhnutné poskytnúť im takú podporu a toľko času, koľko sami potrebujú. Práca s vlastnými predstavami a želaniami človeka vedie k vyššej motivácii k zmene a pocitu kontroly vlastnej životnej situácie.

Napriek tomu nie je cieľom individuálneho plánovania osobný cieľ prijímateľa sociálnych služieb, ale je to cieľ spolupráce, ktorá prebieha medzi ním a osobami, ktoré mu poskytujú podporu. Pri stanovovaní cieľov spolupráce v rámci individuálneho plánovania sa postupuje od základnej predstavy a vízie, túžob a osobných cieľov prijímateľa sociálnej služby ku konkrétnym opatreniam spolupráce. Vízia a dlhodobé ciele môžu byť všeobecného charakteru.

Stanovovanie cieľov individuálneho plánovania patrí medzi dôležité časti procesu individuálneho plánovania, avšak často je jeho úloha alebo miesto veľmi preceňované a nesprávne chápané (Sobek 2012). Nie je dôležité stanovovať len cieľ pre cieľ, ale je potrebné hľadať ciele, ktoré sú zmysluplné a vychádzajú zo želaní prijímateľa sociálnych služieb. Dlhodobé skúsenosti s individuálnym plánovaním ukazujú, že samotné dosiahnutie cieľov nie je tak dôležité ako to, že človek prechádza procesom individuálneho plánovania a môže ho ovplyvňovať. Toto je niečo, čo sami prijímatelia vnímajú ako dôležitejšie. Stanovenie cieľov má napomôcť iba k presnejšiemu zadefinovaniu zmeny, ktorá sa musí v živote človeka uskutočniť. Voľba cieľov musí vychádzať z princípov partnerského prístupu, spolupráce a vnímania prijímateľa sociálnej služby ako subjektu. Ako sme už spomínali, individuálne plánovanie sa vníma vo veľkej miere ako zmluvný proces a kontrakt medzi poskytovateľom a prijímateľom sociálnej služby. Napriek tomu, že v českej odbornej literatúre a legislatíve sa používa pojem osobný cieľ, na Slovensku častejšie operujeme s pojmom cieľ spolupráce. Pojem cieľ spolupráce jasnejšie definuje to, že cieľom individuálneho plánovania je určitá zmena, ktorú chce prijímateľ sociálnych služieb za nevyhnutnej podpory dosiahnuť. Cieľ spolupráce by mal tvoriť súlad alebo prienik požiadaviek a potrieb prijímateľa sociálnej služby s poslaním a možnosťami sociálnej služby a s tým, čo všetko služba poskytuje alebo vie zabezpečiť.

● JE POTREBNÉ HĽADAŤ CIELE, KTORÉ SÚ ZMYSLUPLNÉ A VYCHÁDZAJÚ ZO ŽELANÍ PRIJÍMATEĽA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB



Sobek hovorí o tom, že v procese plánovania môžu nastať v zásade dve situácie:

- 1.** Prijímateľ sociálnej služby vie, čo je jeho cieľom a čo by chcel dosiahnuť. Má pomerne jasnú predstavu o svojom celi a spoločne s kľúčovým pracovníkom a ďalšími členmi podpornej skupiny si cieľ ešte viac špecifikuje. Súčasťou tohto procesu je aj posúdenie, do akej miery je cieľ dosiahnuteľný a reálny. Pokiaľ je konkrétny cieľ nedosiahnuteľný alebo nereálny, tak musí kľúčový pracovník otvorene a pravdivo s prijímateľom sociálnych služieb komunikovať o tom, čo to znamená a čo s tým môžu spolu robiť.
- 2.** Prijímateľ sociálnych služieb nemá jasne definovaný cieľ a nemá o ňom ani predstavu. V tomto prípade tvorí väčšinu práce na voľbe alebo stanovovaní cieľa „vyjednávanie“ s prijímateľom a zisťovanie, čo prijímateľ potrebuje, chce, očakáva a toho, čo je mu sociálna služba schopná ponúknuť.

Osobný profil, alebo profil na jednu stranu, sú dobrým vodítkom na to, aby sa našiel cieľ, ktorý je pre človeka zmysluplný. V tejto oblasti je nevyhnutné zameriavať sa na to, čo človek má alebo nemá rád, čo je preňho dôležité, ako sú naplnené jeho základné potreby.

V individuálnom plánovaní je potrebné triediť ciele individuálneho plánu, tak aby bol plán efektívny a realizovateľný. Toto triedenie sa musí diať za účasti prijímateľa sociálnej služby. Účasť na triedení a definovaní cieľov posilňuje prijímateľov pocit kontroly nad vlastným životom a zmenami, ktoré sa v ňom dejú. Zároveň profesionálom pomáha triedenie určovať, ktoré ciele sú pre prijímateľa dôležité, a zároveň pre ktoré ciele je prijímateľ motivovaný. Najzákladnejšie hľadisko triedenia a delenia cieľov je časové. Podobne ako v rámci každého plánovania, vychádza štruktúra cieľov od všeobecných ku konkrétnym. Hlavným cieľom alebo víziou individuálneho plánovania je zvyšovanie alebo minimálne udržiavanie kvality života prijímateľa sociálnej služby. Najvyššie položeným cieľom je vízia, ktorá predstavuje základné želania prijímateľa sociálnych služieb. Príkladom vízie u človeka s mentálnym postihnutím je napr.: „Žijem sám so svojou priateľkou ...“ alebo u seniora: „Chcem v pokoji dožiť.“

Ďalej nasledujú dlhodobé ciele, ktoré majú tendenciu byť už konkretizované. Z časového hľadiska sú to ciele, ktoré predstavujú dlhšie časové obdobie - 1 a viac rokov. Dlhodobé ciele sa nevenujú konkrétnym opatreniam a aktivitám, ale predstavujú čiastočne konkretizované smerovanie služby alebo života prijímateľa sociálnej služby. Sobek uvádza, že dávajú odpoveď na to, čo chce prijímateľ sociálnej služby touto službou dosiahnuť. Ak existuje jasne predstava dlhodobého cieľa, je jednoduchšie pripraviť krátkodobé ciele. Príkladom dlhodobého cieľa môže byť - „Sám sa starám o svoju domácnosť.“

Krátkodobé ciele sú z časového hľadiska plánované na niekoľko týždňov alebo mesiacov. Krátkodobé ciele majú byť už veľmi špecifické, ale stále sa môže ešte stať, že nie sú dostatočné konkrétne. V tomto prípade je potrebné definovať najnižšiu úroveň - opatrenia. Je dôležité, aby tieto ciele boli pre prijímateľa sociálnych služieb pochopiteľné a aby ich akceptoval. Ako sme už vyššie spomenuli, krátkodobé ciele a opatrenia však musia spĺňať nasledovné predpoklady, tzv. SMART podmienky:

- S** **SPECIFIC - špecifickosť, konkrétnosť cieľa** - je presne jasné, čo sa cieľom dosiahne a čomu konkrétne sa venuje a je možné naň plánovať konkrétne kroky a aktivity.
- M** **MEASURABLE - merateľnosť cieľa** - je presne možné vyhodnotiť a odmerať naplnenie konkrétneho cieľa.
- A** **ACCEPTANCE - akceptovanie cieľa** - cieľ je akceptovaný prijímateľom sociálnej služby.
- R** **REALISTIC - reálnosť cieľa** - cieľ je možné dosiahnuť za dostatočnej podpory a je realistický pre prijímateľa sociálnej služby.
- T** **TIME-RELATED - časovo ohraničený** - cieľ je časovo ohraničený a vieme kedy začne a kedy končí.

Dobre nastavené ciele individuálneho plánovania sú definované slovami prijímateľa sociálnej služby a nemajú byť zadané ako ciele práce zamestnancov poskytovateľa sociálnej služby. Na základe dobre nastavených cieľov individuálneho plánu je možné pripraviť a zvoliť efektívne postupy a metódy ich dosahovania.

Voľba metód dosahovania cieľov individuálneho plánu

Metódy spolupráce s prijímateľom sociálnej služby musia byť ním akceptované, ale v prípade potreby musia byť akceptované aj jeho rodinou alebo blízkymi osobami. Metódy spolupráce predstavujú základné postupy dosahovania cieľov individuálneho plánu a nejedná sa nevyhnutne o odborné metódy realizované odbornými pracovníkmi. Výber vhodných metód si vyžaduje tím profesionálov a podpornej skupiny, ktorý spoločne na základe informácií z mapovania a preferencií prijímateľa sociálnych služieb navrhne najvhodnejšiu metódu tak, aby boli ciele dosiahnuteľné. Pri voľbe metód ide vlastne o voľbu spôsobov, prostredníctvom ktorých by prijímateľ sociálnych služieb mal, čo najskôr

a najadekvátnejšie, dosiahnuť stanovené ciele. Metódy musia byť jasne popísané a musia sa vykonávať jednotne, aby bola zabezpečená ich najlepšia efektivita. V rámci tejto časti procesu individuálneho plánovania je nesmierne dôležitá multidisciplinárna spolupráca a spolupráca osôb, ktoré „sú v živote“ prijímateľa sociálnej služby.

Plán činností a aktivít napĺňania individuálneho plánu

Zákon v podmienkach kvality sociálnej služby určuje to, že plán činností a aktivít musí byť spracovaný v písomnej forme ešte pred začiatkom realizácie konkrétnych cieľov individuálneho plánu. Plán činností a aktivít má za cieľ pomôcť poskytovateľovi sociálnej služby nastaviť systém spolupráce v procese individuálneho plánovania. Konkrétny plán činností a aktivít je ďalšou súčasťou individuálneho plánu. V tejto časti procesu sa stanovujú a bližšie charakterizujú aktivity, ktorých sa prijímateľ bude zúčastňovať, a ich časový harmonogram. Plán činností tvorí štruktúru spolupráce medzi prijímateľom sociálnych služieb a ľuďmi, ktorí mu zabezpečujú nevyhnutnú podporu. Plán činností obsahuje, v zjednodušenej podobe, odpovede na tieto otázky:

- 1. KTO?** - „Kto“ zahŕňa všetky osoby, ktoré budú na vykonávaní, nácviku, príprave klienta zúčastnení. Vo vzťahu ku konkrétnemu cieľu sa stanovia osoby, ktoré budú v tejto činnosti zahrnuté. Je to teda konkrétne vymedzenie členov pracovného tímu, ktorí sa spolu s klientom budú zúčastňovať na aktivite.
- 2. ČO?** - „Čo“ je vymedzenie aktivity, ktorej sa v rámci prípravy klienta budeme venovať, napr. nácvik sociálnej zručnosti poďakovanie.
- 3. KEDY?** - „Kedy“ tvorí časový harmonogram nácviku zručností v rámci plánu činností napr. dvakrát týždenne (utorok a štvrtok)popoludní. Alebo to môže byť aj stanovenie dátumov, kedy budú aktivity prebiehať.
- 4. AKO?** - „Ako“ znamená spôsob, akým budeme tie ktoré činnosti realizovať v praxi, teda metodológia, napr. behaviorálna metóda.
- 5. KDE?** - „Kde“ vyjadruje kontext, v ktorom bude tréning prebiehať napr. v tréningovom prostredí alebo v prirodzenom prostredí.
- 6. S ČÍM?** - „S čím“ predstavuje základné informácie o nevyhnutných pomôckach, ktoré v prípade potreby musia byť využívané.

Táto časť individuálneho plánu je dôležitá preto, lebo najvýraznejšie ovplyvňuje úspešnosť alebo neúspešnosť celej činnosti a napĺňania metód individuálneho plánu. Predstavuje pracovné činnosti a štruktúru, ktorej cieľom je zabezpečiť úspech používaných metód. Ak sa majú na základe týchto metód naplniť ciele, je potrebné, aby všetci členovia pracovného tímu dodržiavali podmienky, ktoré plán činnosti stanovuje.

Hodnotenie individuálneho plánu

Hodnotenie individuálneho plánu treba vnímať v dvoch rovinách. Jedna rovina sa týka priameho napĺňania metód, ktoré sa v rámci procesu práce s prijímateľom sociálnej služby uskutočňujú. V tomto prípade je už samotné hodnotenie rozpracované v časti voľba metód dosahovania cieľov individuálneho plánu.

Celkové hodnotenie napĺňania cieľov a progresu individuálneho plánu je realizované v spolupráci s prijímateľom sociálnej služby, jeho rodinou a uskutočňuje sa minimálne raz za pol roka. Jeho výsledkom by malo byť nielen skonštatovanie aktuálnej situácie, splnenia, resp. nesplnenia cieľov, ale aj flexibilná reakcia a spätná väzba na zmeny vo všetkých častiach procesu individuálneho plánovania. Hodnotenie individuálneho plánu slúži na bilancovanie procesu spolupráce medzi prijímateľom a poskytovateľom sociálnej služby, ktorý je pre prijímateľa sociálnej služby oveľa dôležitejší ako to, či sa všetky jeho ciele

● HODNOTENIE PREBIEHA V SPOLUPRÁCI S PRIJÍMATEĽOM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB



exaktne naplnili. Hodnotenie, ktoré by malo prebiehať v pravidelných intervaloch, nám umožňuje priebežne hodnotiť úspešnosť, resp. neúspešnosť samotného procesu individuálneho plánovania ale aj zvolenej metódy, odhaľuje nové poznatky, upozorňuje na situácie, ktoré sme si v predchádzajúcich častiach procesu nevšimli alebo neuviedli. Je rovnako ukazovateľom v rámci napĺňania cieľov a umožňuje nám postupovať ďalej pri napĺňaní ďalších cieľov. V prípade neúspešnosti nám umožňuje včas sa vrátiť späť a nájsť vhodnejšiu metódu, zmeniť postup alebo spôsob práce s prijímateľom sociálnych služieb, hľadať ešte skryté informácie a zdroje. Komplexné hodnotenie individuálneho plánu by malo prebiehať pravidelne, minimálne raz za pol roka, v prípade individuálnych plánov pre ľudí s ťažkým a kombinovaným zdravotným postihnutím - vo výnimočných prípadoch aj raz ročne. Toto však musí byť v rámci individuálneho plánovania zdôvodnené. V prípade hodnotenia krátkodobých cieľov prebieha ich samotné hodnotenie častejšie a jeho frekvencia vyplýva z náročnosti jednotlivých cieľov. V procese hodnotenia zistujeme, ktoré ciele sa naplnili, ktoré sa stali neaktuálnymi, aký pokrok sme dosiahli, atď.

PÁR SLOV

k vnímaniu účasti a skúsenosti ľudí s ťažkým kombinovaným zdravotným postihnutím

Miroslav Cangár

Na úvod tejto časti manuálu je potrebné zadefinovať, ako nórski autori metodiky rozumejú pojmom účasť a skúsenosť, trochu podrobnejšie ako je to v samotnej nasledovnej metodike.

Účasť v ponímaní Plánu účasti a skúsenosti znamená byť aktívne zapojený do situácie alebo aktivity. Človek je aktívne zapojený vtedy, ak je niečím ovplyvňovaný alebo niečo ovplyvňuje on sám, keď reaguje na niečo, alebo dosiahne, že sa niečo deje v jeho okolí (Slåtta 2004). Za účasť teda môžeme považovať každý prejav (aj minimálny), ktorým klient potvrdzuje, prostredníctvom svojho správania a prejavov, dôležitosť prebiehajúcej aktivity alebo situácie. K takýmto správaniam a prejavom patria napr. úsmev, emocionálne prejavy, pohyby rúk, očí, a pod. Existuje viacero spôsobov, ako sa môže účasť prejavit':

- 1. VÔĽOVÉ SPRÁVANIE A PREJAVY** - napr. klient použije komunikačnú tabuľku so znakom jedľa.
- 2. OČAKÁVANÉ SPRÁVANIE A PREJAVY** - napr. dieťa sa usmeje, keď mu podáme jeho obľúbenú hračku.
- 3. POZOROVACIE SPRÁVANIE A PREJAVY** - napr. klient sleduje pohľadom pohyby pracovníka pri aktivite.
- 4. PRIRODZENÉ REAKCIE** - napr. smiech, keď klienta štekáme, pokojné dýchanie pri masáži (Slåtta 2004).

Zabezpečenie účasti klienta s ťažkým alebo kombinovaným postihnutím nie je možné bez sociálnej podpory a prispôsobenia situácií a aktivít. Sociálna podpora a prispôsobenie podmienok, ale aj materiálov pre klienta si vyžaduje dokonalé poznanie je potrieb, záujmov, správania sa a prejavov v rôznych situáciách a aktivitách. V rámci tejto podpory

a prispôsobenia je nevyhnutná partnerská spolupráca s klientom a jeho sociálnou sieťou. Hovoríme o hľadaní rôznych spôsobov podpory, prispôsobenia prostredia a situácie tak, aby klient nebol len pasívnym prvkom aktivít. Ak sa zameriavame na aktívnu účasť,

● ZAMERANIE SA NA AKTÍVNU ÚČASŤ ZNIŽUJE RIZIKO NAUČENEJ PASIVITY




eliminujeme riziká pasivizujúcich riešení a dávame klientovi možnosť zapojiť sa do situácií, ktoré sú preňho zaujímavé a napíňajú ho.

Skúsenosti a zážitky tvoria v rámci plánu účasti a skúsenosti druhú významnú oblasť. Pozitívne skúsenosti sú dôležité v živote každého človeka. Pre ľudí s ťažkým

a kombinovaným postihnutím sú pozitívne skúsenosti ešte dôležitejšie a ich cieľom je, okrem iného, motivovať klientov k aktívnemu každodennému životu. Pozitívne skúsenosti v živote klientov „nabúravajú“ každodenný stereotyp, pôsobia preventívne voči naučenej pasivite a zvyšujú mieru sebahodnotenia klientov.



PLÁN ÚČASTI a SKÚSEENOSTI



Erlend Ellefsen
Knut Slåtta



Čo je Plán účasti a skúsenosti?

Plán účasti a skúsenosti (ďalej len PUAŠ) je pomôcka a nástroj, ktorý má zabezpečiť dobrú kvalitu života pre osoby s ťažkým kombinovaným zdravotným postihnutím. Je to nástroj, ktorý môžu využívať zamestnanci pobytových sociálnych služieb so zameraním na zvyšovanie a zabezpečovanie kvality života prijímateľov sociálnych služieb. Tvorba a realizácia takého plánu má zabezpečiť vo veľkej miere prijímateľovi sociálnych služieb prístup k želaným každodenným aktivitám, tak plánovaným ako aj improvizovaným.

Plán sa zameriava na dve hlavné oblasti, keď sa jedná o kvalitu života - možnosť účasti a prístup k zaujímavým zážitkom a skúsenostiam.

Tento plán ďalej zdôrazňuje kľúčovú úlohu personálu v podpore prijímateľov sociálnych služieb. Pre ľudí s ťažkým kombinovaným zdravotným postihnutím je radosť a prežívanie aktívneho života závislé na schopnosti blízkych osôb poskytnúť primeranú podporu a pomoc. Chceme poďakovať sociálnej pedagogičke Tone Walla Sorensen za napíňajúcu odbornú spoluprácu. Chceme tiež poďakovať Vibeke a jej rodine, ktorá nám dovolila použiť jej plán účasti a skúsenosti ako príklad v tomto manuály.

Čo obsahuje Plán účasti a skúsenosti

- Úvodnú stranu s fotkou (profil na jednu stranu)
- Krátky popis zamerania a cieľov plánu, víziu a nadradené ciele spojené so zabezpečením kvalitného a dobrého každodenného života
- Zoznam odporúčaní dobrej praxe a vecí, na ktoré by blízke osoby a podporný personál nemali zabúdať (čo funguje a čo nefunguje)
- Prehľad záujmov osoby, s ktorou sa plán pripravuje
- Prehľad spôsobov účasti osoby, s ktorou sa plán pripravuje (činnosti, výrazy, spôsoby správania, atď.)
- Popis a obrázky/fotky vybraných obľúbených a spoločenských aktivít, ktoré sú spojené s jednotlivými aktivitami.

V tomto manuály môže čitateľ vidieť príklad, ako môže takýto vypracovaný plán vyzeráť. Programy ako Word alebo PowerPoint sú vhodné na vytváranie takýchto plánov.

Čo odlišuje Plán účasti a skúsenosti od iných nástrojov individuálneho plánovania?

Plán účasti a skúsenosti nemá za cieľ nahradiť kompletne iné nástroje individuálneho plánovania ako sú individuálne plány, plány rehabilitácie a rehabilitácie. Tiež nie je jeho cieľom nahradiť prehľady a banky aktivít pre prijímateľov sociálnych služieb.

Plán účasti a skúsenosti sa orientuje na konkrétne situácie so zameraním na kvalitu života a kvalitu spolupráce medzi osobou so zdravotným postihnutím a jej okolím. PUaS identifikuje aspekty spojené s prispôsobením a podporou, účasťou, zážitkom a skúsenosťou. Cieľom PUaS je predovšetkým ďalej rozvíjať a zvyšovať kvalitu dobrej praxe, ktorá už existuje v mieste bydliska osoby so zdravotným postihnutím (buď v domácom prostredí, alebo prostredí pobytovej sociálnej služby).

Zameranie plánu účasti a skúsenosti môžeme vidieť v procesuálnej perspektíve a v produktívnej perspektíve. Vďaka procesu tvorby môžeme vytvoriť taký plán, ktorý pomôže pomáhajúcim osobám pochopiť potreby a spôsoby účasti v podpore človeka, s ktorým sa konkrétny plán tvorí. Produkt, ktorý vznikne je nástrojom a pomôckou pre diskusiu a hodnotenie dobrej praxe a poskytne užitočné informácie pre osoby, ktoré človeka podporujú, nových zamestnancov, zastupujúcich zamestnancov alebo nadriadených.

Štruktúra plánu účasti a skúsenosti vychádza z takzvaných „*Individuálnych plánov účasti a vzdelávania*“, ktoré sa používajú pre žiakov s ťažkým kombinovaným postihnutím v školách. Hneď na začiatku sa urobila jedná zásadná zmena. Ciele zamerané na vzdelávanie sa vyradili a zaradili sa ciele zamerané na zážitok a skúsenosti. Toto sa udialo preto, že základom PUaS je zameranie sa na každodenné situácie, predovšetkým pre dospelých žijúcich buď v domácom prostredí alebo v prostredí pobytových sociálnych služieb. Prístup k zaujímavým zážitkom a skúsenostiam je väčšinou dôležitejší a významnejší ako vzdelávanie a tréning.

Pre koho sú Plány účasti a skúsenosti vhodné?

Plán účasti a skúsenosti je ten typ plánu, ktorý je určený predovšetkým pre osoby s veľmi ťažkým a kombinovaným postihnutím, resp. pre osoby s vysokou mierou potrebnej podpory. PUaS sa tvorí preto, aby zvýraznil dobrú prax v práci a spolupráci s osobami s malým komunikačným repertoárom a ohraničenými možnosťami praktickej a samostatnej účasti v každodenných aktivitách.

Pre osoby so zdravotným postihnutím, ktoré majú dostatočne rozvinuté komunikačné zručnosti a majú dostatočné praktické každodenné zručnosti, bude tento plán vo svojej podstate príliš všeobecný a obširný. Pre niekoho iného sa zase časti tohto plánu budú zdať hneď veľmi užitočné a efektívne.

Zameranie sa na aktívnu účasť

Cieľom plánu účasti je zameranie sa aktívnu účasť človeka v rôznych situáciách, kde spolupracuje alebo dostáva podporu od pomáhajúcich osôb. Účasť sa v tomto zmysle vníma široko, ako činnosti, výrazy alebo spôsoby konania, ktoré tento človek využíva vo svojom každodennom živote. To znamená, že o účasti môžeme hovoriť, keď vidíme napríklad úsmev, ktorý naznačuje očakávanie, pohľad upretý na niečo nové v zornom poli, zvuk radosti z dotyku, alebo vôľové a cielené pohyby smerom k niečomu zaujímavému. Jeden z ďalších cieľov plánu účasti a skúsenosti je poukázanie na potrebnú podporu a pomoc poskytnutú človeku na to, aby sa mohol aktívne zúčastňovať každodenných aktivít. Napríklad nápad, aby sa človek zúčastnil príjemnej spoločenskej aktivity s inými ľuďmi alebo prijímateľmi sociálnych služieb, sa musí dostatočne premyslieť a pripraviť. Aktivita aj prostredie musia byť pripravené a podporné a tak bude aktivita úspešná.

Keď je zameranie smerované k aktívnej účasti znižuje sa riziko vylúčenia človeka z aktivity a následnej naučenej pasivity, resp. pasívnej role človeka. Cieľom je to, aby bol človek, čo najviac samostatne zapojený do situácií, ktoré prinášajú zaujímavé zážitky a skúsenosti. Cez prispôbenie a podporu sa vytvárajú možnosti pre aktívnu účasť a cez to prístup k zaujímavým a dobrým skúsenostiam.

Niekoľko príkladov ako môžu byť definované ciele účasti:

- Per nakloní hlavu smerom k osobe, ktorá je s ním a usmeje sa.
- Per sa posunie dopredu, aby videl lepšie na obraz/fotku.
- Per dýcha pokojne a má uvoľnené svalstvo.
- Per sa pozerá na ostatných ľuďoch, ktorí sedia okolo stola.
- Per sa usmieva očakávaním, keď vchádza do miestnosti.
- Per sleduje pohľadom Evu, keď sa hojdá zo strany na stranu.
- Per kopne nohou, keď je Bobathova lopta v blízkosti.
- Per zatlačí vypínač, keď chce zapnúť hudbu.
- Per vydá zvuk „viac“, keď chce aby Siri hojdala viac hojdaciu sieť

- Per odíde od niekoho, keď chce skončiť „rozhovor“.
- Per sa nakloní dopredu a zoberie si kúsok pizze.
- Per vystrie ruky, keď si oblieka vetrovku.
- Per ukáže znak: „*Chcem počúvať hudbu*“.
- Per vystrie ruku a dotkne sa obrázku obchodu, aby vyjadril, že tam chce ísť.

Zamerania sa na dobré skúsenosti

Dobré a pozitívne skúsenosti sa môžu týkať veľkých vecí v živote, ako sú cesty a dovolenky, ale aj vecí, ktoré zažívame, keď sme spolu s inými ľuďmi. Mnohí z nás práve vo vzťahoch a kontakte s inými ľuďmi prežívame najväčšie radosti života, a tiež práve vo vzťahoch zažívame to, že sme akceptovaní a rešpektovaní takí, akí sme.

Ľudia, ktorí sú okolo nás, majú veľké miesto v našom živote. Keď pozeráme svoje albumy s fotkami vidíme, tých istých ľudí a tie isté rodinné udalosti rok, čo rok. Prečo to robíme? Možno pre to, že sú to ľudia, s ktorými máme dobré vzťahy a preto, že tieto situácie považujeme za hodnotné a pri niektorých si želáme, aby nikdy neskončili.

Pre ľudí s ťažkým a kombinovaným postihnutím sú práve kontakty a vzťahy veľmi dôležité. Na rozdiel od iných ľudí, je pre ľudí s ťažkým a kombinovaným postihnutím náročné to, že veľa ľudí z ich blízkeho okolia sú len meniaci sa známi. Smenná prevádzka v zariadeniach sociálnych služieb a fluktuácia zamestnancov je jedným z hlavných dôvodov tejto situácie. Je to preto aj výzva pre zamestnancov sociálnych služieb, vytvoriť prostredie, ktoré sa dokáže prispôbiť potrebám a zabezpečiť trvalé a pevné vzťahy. Týka sa to dvoch vecí. Na jednej strane je potrebné zabezpečiť, aby mal človek s kombinovaným zdravotným postihnutím okolo seba ohraničený počet podporných osôb, s ktorými môže fungovať. Zároveň je však potrebné pomôcť personálu v tom, aby získavali nové kompetencie o tom, ako si vytvárať a rozvíjať dobré vzťahy s ľuďmi so zdravotným postihnutím. Citlivosť a vnímavosť voči výrazom, vyjadreniam a reakciám druhých osôb je v tomto prípade kľúčová.

Cieľom plánu je zamerať sa na možnosti človeka s kombinovaným zdravotným postihnutím pre získavanie a prežívanie dobrých skúseností počas dňa. Toto zameranie pomáha personálu reflektovať, ktoré skúsenosti, je potrebné a dobré podporovať.

Vzhľadom na to, že pozitívne skúsenosti sú veľmi subjektívne vnímané, nie je jednoduché povedať, čo konkrétny človek v danej situácii prežíva. To, čo môžeme urobiť je „preložiť“ spôsob, akým sa daný človek vyjadruje, mimikou, zvukmi, správaním sa a činnosťou. Alebo inak povedané - môžeme vidieť ako sa človek zúčastňuje situácie a z toho reflektovať, ako danú situáciu prežíva.

Keď sa v rámci plánu budú definovať ciele skúseností vo vzťahu k jednotlivým situáciám a aktivitám, tak budú tieto menej konkrétne a uchopiteľné ako ciele účasti v daných situáciách a aktivitách. Napriek tomu sú rovnako dôležité, lebo zvyrazňujú náš záujem o potreby človeka, ktorého podporujeme a aj naše ambície pri zvyšovaní kvality jeho života.

Niekoľko príkladov ako môžu byť definované ciele skúsenosti:

- Kari vníma meniace sa svetlá ako zaujímavé.
- Kari prežíva hojdanie sa v hojdačke ako napínavé.
- Kari prežíva radosť z toho, že je v skupine priateľiek z bývania, keď si robia make-up.
- Kari vníma masáž nôh ako veľmi príjemnú.
- Kari vníma kontakt a spoločnosť s personálom ako priateľský.
- Kari sa cíti spokojne a uvoľnene počas aromaterapie.
- Kari je nadšená, keď môže fúkať bublifuk.
- Kari sa cíti bezpečne a spoločensky, keď pripravuje kávové posedenie.
- Kari vníma pozitívne to, že môže ovplyvňovať veci, čo sa okolo nej dejú.
- Kari sa cíti spokojne a úspešne, keď niečo sama zvládne.
- Kari sa cíti úspešne, keď iní ľudia vidia, že rozumie a zvláda veci sama.

Zameranie sa na obsah a prispôsobenie aktivity a na podporu zo strany personálu

Dobré aktivity obsahujú aktívnu účasť a prístup k pozitívnym a zaujímavým skúsenostiam. Sú dve podmienky, ktoré rozhodujú o tom, či tieto kvalitatívne prvky budú naplnené. Prvou podmienkou je obsah aktivity, ktorý musí byť prispôsobený záujmom, vedomostiam, schopnostiam a pochopeniu daného človeka. Druhou podmienkou je to, že personál musí zabezpečiť dobrú prípravu a prispôsobenie podpory, keď sa aktivita realizuje.

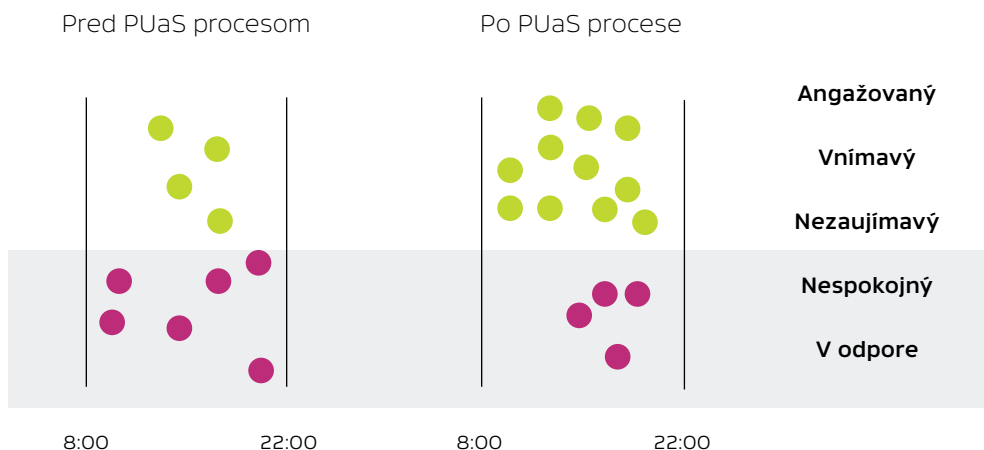
Obrázok nižšie ukazuje, ako má obsah aktivity a praktická činnosť personálu, význam pre účasť a skúsenosti. Obrázok ilustruje tiež to, že obsah a skúsenosti nie sú dve oddelené aspekty aktivity, ale že sa vzájomne ovplyvňujú.



Zameranie sa na kvalitu života v každodennom živote

Dobrá práca s plánmi účasti a skúsenosti sa týka predovšetkým vytvorenia kvalitného každodenného života. Cieľom je, aby sa každodenná existencia daného človeka zmenila a uberala takým smerom, že počas dňa sa budú diať situácie a aktivity, v ktorých človek funguje lepšie a menej tie, kde funguje horšie.

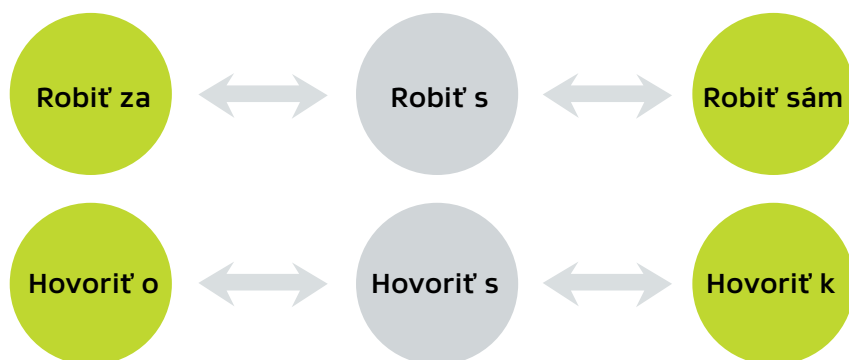
Môžeme si to vyjasniť na obrázku nižšie. Pracovný proces a využívanie Plánov účasti a skúsenosti má viesť k tomu, že každodenný život sa bude dotýkať aktivít a situácií, ktoré vytvárajú záujem a angažovanosť a odstraňujú tie, ktoré obsahujú nespokojnosť a odpor.



Obrázok hypoteticky ukazuje ako proces plánovania účasti a skúsenosti vedie k podpore dobrého fungovania a znižovaniu horšieho fungovania počas dňa. Modré bodky predstavujú situácie a aktivity v každodennom živote jednotlivca.

Keď je cieľom účasť a skúsenosť. Umenie kompromisov.

Väčšina profesionálov, ktorí pracujú s ľuďmi so zdravotným postihnutím, musí robiť denne množstvo kompromisov. Musia napríklad urobiť rozhodnutie vo vzťahu k praktickej účasti osoby, ktorú podporujú, ale aj v tom, ako sa majú správať k človeku so zdravotným postihnutím. Toto sú kompromisy, ktoré sú väčšine známe a môžeme ich ilustrovať pomocou nasledovných obrázkov:



Pri práci s veľmi ťažkým a kombinovaným postihnutím sa budeme často pohybovať medzi obdĺžnikmi v ľavej a strednej časti obrázka. Viaceré podmienky ovplyvňujú to, či „robíme veci za“ alebo „hovoríme o“ danom človeku namiesto toho, či „robíme veci s ním“ alebo „hovoríme s ním“.

Praktické kompromisy spojené s časom a tým, akú veľkú podporu a prispôbenie potrebujeme, majú vplyv na to, akú účasť dokážeme a vieme ponúknuť a poskytnúť. Naše pochopenie a postoje budú ovplyvňovať to, do akej miery dokážeme zabezpečiť obojstrannú komunikáciu s človekom, ktorého podporujeme.

To, čo rozhoduje a ukazuje to, či je rozumné a vhodné, aby človek s ťažkým a kombinovaným zdravotným postihnutím „robil veci sám“ a „hovorili sme k nemu“, je veľmi závislé od jeho zručností, schopností a pocitu bezpečia. Je dôležité spojiť požiadavky a očakávania s opatrnosťou a tiež je dôležité, aby sme si boli istí, že zručnosť, zvládnutie a motivácia sú prítomné.

V každom prípade sú to práve sivé obdĺžniky, ktoré tvoria základ rozvoja, tak u prijímateľa sociálnej služby ako aj u poskytovateľa sociálnej služby.

Ako môže personál postupovať pri tvorbe Plánov účasti a skúsenosti?

Tvorba plánov účasti a skúsenosti je plánovací proces. Práca a príprava vychádza zo želania vytvoriť rôznorodé a zaujímavé aktivity počas každodenného života osoby so zdravotným postihnutím a vytvorenia príkladov dobrej praxe u poskytovateľa sociálnych služieb alebo podporujúcich osôb.

Najlepšie výsledky pri tvorbe plánov účasti a skúsenosti sa dajú dosiahnuť pomocou tímovej spolupráce. Takáto spolupráca zabezpečuje široké zachytenie skúseností, nápadov a myšlienok, ale zabezpečuje aj to, že viacerí zamestnanci budú mať pozitívny prístup k výslednému produktu. Z času na čas je dobré a vhodné spolupracovať aj s ľuďmi z iných oblastí (viacerezortne) ako napríklad s pracovníkmi z denného centra, oblasti vzdelávania dospelých alebo zamestnávania.

Videonahrávky môžu byť veľmi dobrou pomôckou pre personál v identifikácii možných spôsobov účasti daného človeka v konkrétnych aktivitách a v tom, ako prispôsobiť jeho podporu a v tom, čo funguje najlepšie.

Existuje viacero spôsobov ako tvoriť plán účasti a skúsenosti, v nasledujúcej časti popíšeme dva základné varianty:

Postupné budovanie - hárok za hárkom

Tento postup tvorby plánov účasti a skúsenosti vychádza z toho, že plán sa tvorí a realizuje postupne. Vedúci podporovaného bývania alebo kľúčový pracovník necháva jednotlivých pracovníkov tvoriť časti PUaS, keď na to majú čas v rámci svojej pracovnej doby a aktivít, ktoré robia s prijímateľom sociálnych služieb. Keď je konkrétna situácia popísaná, začne sa prakticky realizovať a hodnotiť. Priebežne sa realizuje spätná väzba od ostatných pracovníkov o tom, či je popis konkrétnej situácie dostatočný, či sa „trafil“ a či je dostatočne pochopiteľný. Vedúci podporovaného bývania alebo kľúčový pracovník zozbiera jednotlivé popisy konkrétnych situácií a systematicky zostaví plán. Vytvorí produkt, ktorý sa prediskutuje v podpornej skupine daného človeka.

Intenzívny pracovný seminár - karty na stole

Týmto pojmom sa myslí aktívny a riadený proces tvorby. Zorganizuje sa stretnutie - plánovací deň, čo najväčšieho počtu osôb, ktoré podporujú buď jedného alebo aj viacerých prijímateľov sociálnych služieb. Zámer a cieľ stretnutia sa určí dopredu. Následne začne proces, kde pracovníci robia v skupinách a prechádzajú jednotlivé situácie a popisujú ich

spoločne. Vytvoria sa ručne písané plány účasti a skúsenosti s podrobným popisom a obrázkami.

Potom sa obrázky a výstupy plánovania spracujú načisto. Bude potrebné spracovať a dokončiť plán na záver plánovacieho dňa. Za toto musí byť zodpovedná, dopredu určená, skupina pracovníkov.

Pracovný proces počas plánovacieho dňa môže byť v prípade potreby štrukturovaný tak, že na začiatku sa izolujú a zosumarizujú aktuálne aktivity. Pomôckou v tejto práci môžu byť nástroje ako - Môj bežný deň, Môj bežný týždeň atď.

Ak je záujem o to, aby sa zvýšila periodicita pozitívnych aktivít, ktoré sa dejú len zriedka, je možné ich vedome vtiahnuť do procesu a popísať ich. Väčšina ľudí v pracovnej skupine bude o takých vedieť a často ich vieme identifikovať pomocou vety: „*Prečo to nerobíme častejšie*“.

Často budú chcieť pracovníci vytvoriť a popísať celkom nové aktivity pre prijímateľa sociálnych služieb. V tomto prípade bude popísanie cieľov účasti a skúsenosti a toho, čo je potrebné pre vytvorenie novej aktivity a pre dobrú podporu takejto aktivity alebo situácie, realizované formou toho, čo nazývame: „*rozumné hádanie*“. Toto hádanie sa musí skúšať systematicky a musíme vychádzať z toho, že aktivita bude fungovať dobre a prijímateľ sociálnej služby z nej bude mať radosť a prospech.

Ako môže personál hodnotiť a používať plán účasti a skúsenosti?

Plán účasti a skúsenosti sa musí hodnotiť. Ako často, by malo hodnotenia plánov účasti a skúsenosti prebiehať záleží na tom, aký stabilný je každodenný život daného človeka. Napriek tomu sa však každý človek, ale aj podmienky okolo neho budú meniť. Blízke osoby budú mať skúsenosti, ktoré ukážu, kedy bude potrebné robiť úpravy Plánu účasti a skúsenosti. Môže byť potrebné meniť alebo rozširovať obsah aktivít a situácií, prípadne bude potrebné dopracovať, upresniť alebo špecifikovať formulácie a popisy v pláne. Možno sa podarí nájsť nové aktivity, alebo spoznať nové formy účasti, prípadne zistiť nové efektívne stratégie podpory.

Plán účasti a skúsenosti sa hodnotí a reviduje minimálne raz ročne.

Je dôležité si stanoviť akú pozíciu bude mať tento nástroj - plán účasti a skúsenosti v podporovanom bývaní alebo mieste bydliska podporovaného človeka. Môže sa využívať ako východisko pre realizáciu dobrej praxe podpory prijímateľa sociálnych služieb. Ďalej sa môže využívať ako pomôcka a nástroj supervízie a informovania zastupujúcich pracovníkov alebo nových pracovníkov.

Ak je plán účasti a skúsenosti dobre vypracovaný, môže rozšíriť a zlepšiť vzťahy medzi podporovanou osobou a pracovníkmi. Zároveň môže zvýrazniť dobrú prax v podpore v konkrétnych situáciách. Pomôže personálu byť zameraný na potreby človeka, ktorého podporujú a podporu pozitívnych postojov a pohľadu na daného človeka a jeho možnosti v živote.

Plán účasti a skúsenosti môže byť aj dokumentom, ktorý sa prezentuje nadriadeným a zriaďovateľom. Vzhľadom na to, že obsahuje konkrétne a ilustrované popisy situácií, je ľahko pochopiteľný. Nadriadení pracovníci sa môžu tiež zúčastňovať tvorby plánu účasti a skúsenosti. Často majú aj oni veľmi dôležité informácie a skúsenosti o tom, ako sa môžu záujmy, prispôsobenie a podpora aktívnej účasti a dobrých skúseností robiť efektívne a čo najlepšie.

Na nasledujúcich stranách prezentujeme príklad toho, ako môže vyzerat' plán účasti a skúsenosti.



PLÁN ÚČASTI A SKÚSENOSTI

pani
VIBEKE



Dobrý deň pre pani Vibeke

Tento plán je vytvorený preto, aby pomohol Vibeke žiť a fungovať, čo najlepšie vo vlastnom domove.

Jej želaním je to, aby bola rešpektovaná, taká aká je, a aby mohla byť aktívna v čo najväčšom množstve denných aktivít a situácií. Pre Vibeke je kľúčové, že jej ľudia okolo nej v čo najväčšej miere rozumejú, a že je pochopená.

Pomocou podpory a prispôsobenia si želá, aby jej personál pomohol pri zvládaní každodenných situácií, možnostiach voľby a rozhodovania, vyjadrovaní a prístupe k skúsenostiam a zážitkom, ktoré ju naplňujú a robia jej život radostnejším.

Niekoľko dôležitých vecí pre ľudí, ktorí sú spolu s Vibeke

1. Vždy nechajte Vibeke sa rozhodnúť, ak je to, čo i len trochu možné. Každodenný život ponúka veľké množstvo situácií, kde sa Vibeke môže rozhodovať sama.
2. Poskytnite Vibeke bezpečné fungovanie tým, že budete dostupní a vnímaví, a budete klásť dôraz na sledovanie a pochopenie signálov, ktoré dáva.
3. Vytvorte predvídateľné prostredie a situácie vo Vibekinom živote, tým, že jej budete hovoriť, čo sa bude diať a deje, že jej dáte potrebné informácie cez objekty alebo obrázky. Ak má porozumieť informácie, musia byť tieto správy krátke.

Vibekine záujmy

Vibeke sa zaujíma o veľa vecí. Je dôležité zabezpečiť, aby mohla sledovať a robiť veci, ktoré ju zaujímajú. Každodenný život ponúka zaujímavé skúsenosti, ktoré môžete naplánovať, alebo môžete improvizovať. Ten, kto podporuje Vibeke musí využívať svoju kreativitu a mať otvorené oči pre možnosti, ktoré sa ponúkajú.

Niektoré obľúbené aktivity:

- Vibeke má veľmi rada spoločnosť a chce byť v skupine s inými ľuďmi. Oceňuje to, keď pri nej niekto sedí blízko a debatuje s ňou.
- Vibeke oceňuje to, že môže byť zapojená do vecí, čo sa okolo nej dejú.
- Vibeke rada počúva hudbu. Má veľmi rada pomalé balady, ktoré ju upokojujú.
- Vibeke si s niekým, kto je s ňou, rada pozerá fotoalbum alebo obrázkovú knihu.
- Vibeke má rada masáž nôh a kvalitný krém na nohy.
- Vibeke má rada sladkosti a slané drobnosti - jej obľúbené sú syrové chrumky a zemiakové lupienky.

Spôsoby Vibekinej aktívnej účasti

Vibeke sa môže zúčastňovať situácií a aktivít rôznymi spôsobmi. Jej účasť je vo veľkej miere závislá na tom, ako sú veci prispôsobené a ako personál zabezpečuje pomoc a podporu.

Niekoľko príkladov Vibekinej aktívnej účasti:

- Vibeke sa môže aktívne zúčastňovať takmer všetkých situácií tým, ako využíva svoje pohľad a zrakovú komunikáciu (sústredí sa pohľadom na veci alebo osoby, sleduje pohľadom veci, ktoré ju zaujímajú, strieda pohľad na veci, ktoré pozoruje na čo sa pozerá).
- Vibeke sa môže aktívne zúčastňovať pomocou výrazov tváre (pohybom úst, zvráštením čela).
- Vibeke sa môže aktívne zúčastňovať pomocou vydávania zvukov (smiech).
- Vibeke sa môže aktívne zúčastňovať, tak že sa nakloní k niečomu, alebo niekomu, prípadne sa niečoho alebo niekoho dotkne ľavou rukou.
- Vibeke sa môže aktívne zúčastňovať tým, že sa postaví a premiestni sa (s pomocou).
- Vibeke sa môže aktívne rozhodovať tak, že sa natiahne smerom k jednej z viacerých alternatívnych možností (konkrétnej veci alebo obrázku) alebo sa na niečo pozerá a pohybuje sa smerom k tomu.

Sedieť spoločne na pohovke a pozerat' fotoalbum/noviny/TV

Prijemné a
spoločenské
aktivity



Naše prispôsobenie a podpora

- Priprav pred seba to, o čom sa s Vibeke budete rozprávať alebo pozerat' (napr. fotoalbum)
- Sadni si spolu s Vibeke na pohovku v jej byte
- Rozprávaj sa s Vibeke o obsahu, ukazuj jej obrázky/stránky.
- Využi vlastnú kreativitu a „sprav zaujímavým“ to, čo čítate/pozeráte. Takto to bude celé pre Vás zábavnejšie. Vibeke má rada ak meníš hlas, trochu sranduješ a ukazuješ zmysel pre humor.

Cieľ účasti

- Vibeke sa pozerá na obrázky, ktoré jej ukazuješ, alebo na obrazovku televízora.
- Vibeke je pozorná a počúva historky, ktoré jej rozprávaš.
- Vibeke sa usmieva.

Cieľ skúsenosti

- Vibeke prežíva radosť, keď znovu spoznáva situácie, o ktorých sa rozprávate.
- Vibeke je spokojná, keď má veľa blízkej pozornosti.
- Vibeke rozumie a chápe, keď jej vysvetľuješ situácie a udalosti, o ktorých sa hovorí v televízore alebo píše v novinách.

Vibeke varí jedlo alebo pečie



Naše prispôsobenie a podpora

● OBED:

Priprav pre Vibeke pracovný stôl pri kuchynskej linke, tak aby k nemu mohla sadnúť potom, čo príde z kúpeľne. Rozprávaj sa s Vibeke o tom, čo robíš pri príprave jedla a zabezpeč, aby bola počas prípravy jedla prítomná a dávala pozor, čo sa robí.

● PEČENIE:

Priprav pre Vibeke pracovný stôl tak, aby sa vedela, čo najlepšie zúčastniť tejto aktivity. Rozprávaj sa s Vibeke o tom, čo robíš pri príprave jedla a zabezpeč to, aby bola počas prípravy jedla prítomná a dávala pozor čo sa robí.

Cieľ účasti

● OBED:

Vibeke sedí pri kuchynskej linke a pozerá sa na to, ako pripravuje obed.

Vibeke ochutnáva jedlo počas prípravy.

● PEČENIE:

Vibeke sedí pri kuchynskom stole.

Vibeke sleduje ako sa pripravuje a pečie.

Cieľ skúsenosti

● Vibeke zažíva pozitívnu pozornosť a je zapojená do aktivity.

● Vibeke oceňuje, že sa môže zúčastňovať varenia a pečenia.

Príprava na nákup v obchode

Bežné
aktivity



Naše prispôsobenie a podpora

- Vibeke nakupuje každý štvrtok a pripravujeme ju na to nasledovne:
- Napíš jedálny lístok. Prejdite si spolu chladničku a mrazničku a zistíte, ktoré potraviny má, a ktoré nie. Potom napíš jedálny lístok. Celý čas sa rozprávaj s Vibeke o tom, čo by chcela na obed počas týždňa a prispôsob sa jej reakciám.
- Napíšte spolu nákupný zoznam. Rozprávaj sa s Vibeke o tom, čo bude treba nakúpiť. Takto bude pripravená na to, čo sa bude ďalej diať.

Vibeke sedí s nami v kuchyni, pokiaľ sa pripravujeme na nákup.

Cieľ účasti

- Vibeke sa pozerá na jednotlivé potraviny v chladničke, keď zisťujeme, čo bude treba nakúpiť.
- Vibeke je pozorná a používa pohľad na komunikáciu. Počúva, keď diktujeme a píšeme v kuchyni nákupný zoznam.

Cieľ skúsenosti

- Vibeke prežíva bezpečie a prehľad vo vzťahu k aktivite.
- Vibeke je zapojená do prípravy nákupu a prežíva, že môže rozhodovať a byť aktívna.
- Vibeke má pocit, že vie, čo sa bude ďalej diať (nákup) a čo bude mať na obedy budúci týždeň.

Nákup v obchode

Naše prispôsobenie a podpora	Cieľ účasti	Cieľ skúsenosti
<ul style="list-style-type: none">● Nakupujte len v známych obchodoch (napr. City Lade), kde sa Vibeke cíti bezpečne. Neznáme a veľké obchody môžu byť pre Vibeke veľmi neprehľadné a môže vyjadrovať svoju neistotu plačom a protestovaním.● Počas celého nákupu buď s Vibeke. Nikdy nenechaj sedieť Vibeke na konci uličky, keď vyberáš tovar z regálov. Postav pred seba nákupný vozík a zapájaj Vibeke do všetkého, čo sa deje. Vtedy je nakupovanie príjemnejšie. Pomôž jej, keď sa potrebuje pohybovať v obchode.● Priebežne pripravuj situácie, kde si Vibeke môže vyberať medzi tovarom, tak aby to bolo prirodzené. Vždy jej daj na výber len medzi dvoma produktmi. Keď je pre ňu ťažké vybrať si, potom môžeš urobiť rozhodnutie ty.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke sa zúčastňuje situácie pomocou pohľadu, výrazu tváre a pohybov.● Keď má možnosť vybrať si medzi produktmi a tovarom (napr. sladkosti na víkend) využívaj jej pohľad na výber toho, čo by chcela.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke prežíva možnosť rozhodovať sa, keď si môže vyberať medzi tovarom, ktorý sa nakupuje.● Vibeke sa cíti bezpečne, keď je počas celého nákupu s osobou, ktorú pozná.● Vibeke vníma veci a situácie v obchode ako veľmi zaujímavé.

Bežné aktivity

Spoločné sobotné obedy

Naše prispôsobenie a podpora	Cieľ účasti	Cieľ skúsenosti
<ul style="list-style-type: none">● Informuj ústne Vibeke, že je sobota a že pôjdete na spoločný obed, ktorý budete pripravovať a variť.● Pomôž Vibeke ísť do spoločenských priestorov a nájdí jej miesto pri stole.● Pomáhaj a podporuj Vibeke počas spoločného obeda.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke sa zúčastňuje spoločného obedu, tak že sedí vo svojej stoličke pri kuchynskej linke v spoločenskej miestnosti. Zúčastňuje sa svojim pohľadom a sledovaním toho, čo sa deje.● Vibeke ochutnáva jedlo počas jeho prípravy.● Vibeke obeduje a používa svoj pohľad a sluch k tomu, aby sledovala, čo sa okolo deje a čo robia ľudia okolo nej.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke je zapojená do prípravy jedla.● Vibeke je spokojná, keď sa môže zúčastňovať prípravy jedla a ochutnávať ho.● Vibeke má rada spoločnosť a sedenie s ďalšími ľuďmi okolo stola.

Prijemné a spoločenské aktivity

Výber sladkostí alebo nátierky

Bežné
aktivity



Naše prispôsobenie a podpora

- Informuj ústne Vibeke o tom, že si bude vyberať napríklad nátierku, ktorú si natrie na chlieb.
- Priprav 2 - 3 druhy nátierok, z ktorých si môže Vibeke vybrať.
- Priprav produkty, z ktorých si bude vyberať priamo pred ňu.
- Porozprávaj jej o produktoch.
- Hľadaj možnosti a situácie, kde si môže Vibeke „trénovat“ výber. Napr. Výber medzi kolou (oblíbená) a džúsom (menej oblíbený). Tieto situácie jej pomáhajú udržať si zručnosti rozhodovania, ktoré má. Sleduj to, na čo sa pozerá alebo ňu sa dotýka rukou a podaj jej to, čo si prosí.

Cieľ účasti

- Vibeke sa pozerá na produkt, ktorý chce.
- Vibeke sa ňu dotýka smerom k produktu, ktorý si chce vybrať.
- Keď je smädná ňu dotýka ľavú ruku smerom k poháru, okrem toho, že sa ňu dotýka len pozrie.

Cieľ skúsenosti

- Vibeke je spokojná, keď ten, kto je s ňou, rozumie na čo má chuť.
- Vibeke môže rozhodovať sama a nerobí to za ňu iní ľudia.
- Vibeke rada je a pije veci, na ktoré má chuť.

Vibeke ide na výlet



Naše prispôsobenie a podpora

- Povedz Vibeke, že idete von na výlet. Vysvetli aktivitu pomocou krátkych viet.
- Porozprávaj Vibeke o tom, kam idete na výlet a čo bude súčasťou aktuálnej aktivity. Ukáž jej, čo beriete so sebou (napr. plavky ak idete plávať a rozprávaj o plávaní).
- Nechaj si dosť času na to, aby si Vibeke pripravil na to, čo sa bude diať.

Ciel' účasti

- Vibeke sa pozerá na to, ako balíš veci, ktoré potrebujete na výlet.

Ciel' skúsenosti

- Vibeke sa cíti bezpečne a spokojne, keď rozumie tomu, čo sa deje a bude diať.
- Vibeke sa teší na aktivitu, ktorá sa chystá.

Vibeke ide do aquaparku

Naše prispôsobenie a podpora	Cieľ účasti	Cieľ skúsenosti
<ul style="list-style-type: none">● Je dôležité, aby mala Vibeke dost' času v kabínke. Priprav ju na to, že sa budete kúpať a pripomínaj jej, aké zábavné to bolo naposledy. Používaj krátke vety.● Chodte do bazénu cez rampu a dobre ju drž' ruku. Nechajte si dost' času.● Buď s Vibeke celý čas a sleduj jej požiadavky na plávanie a pohybovanie sa vo vode.● Keď sa blíži koniec kúpania, priprav ju na to. Drž ju poriadne pod pazuchou, keď idete po rampe von z bazénu.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke vystiera ruky a pomáha svojim spôsobom pri obliekaní a vyzliekaní.● Vibeke špliecha vodu a pohybuje sa okolo, keď má na to chuť.● Vibeke sa sem tam natáhuje za tým, kto je s ňou v bazéne.● Vibeke má na tvári spokojný výraz.	<ul style="list-style-type: none">● Vibeke sa teší a je nadšená, keď je vo vode.● Vibeke má rada teplú vodu.● Vibeke je rada s inými ľuďmi v bazéne. <div data-bbox="924 765 1089 935"><p>Prijemné a spoločenské aktivity</p></div>

Zmena na novú situáciu - vo vnútri



Naše prispôsobenie a podpora

- Priprav Vibeke na to, že by sa mala presunúť, lebo je potrebné robiť niečo iné (napr. ísť na WC).
- Najprv jej povedz kam pôjde, a že sa musí postaviť. Zober jej dlane do rúk ako na obrázku a povedz: „Postavíš sa Vibeke?“
- Keď sa Vibeke nepostaví a potiahne ruku k sebe, nechaj jej viac času. Ak sa nepostaví ani druhýkrát je to znak toho, že chce ďalej sedieť tam kde je, tak to rešpektuj.
- Používaj krátke vety na to, aby si jej dal informácie.

Cieľ účasti

- Vibeke uchopí tvoju ruku.
- Vibeke sa začne pochybovať dopredu na kraj stoličky alebo pohovky pokiaľ sa drží ruky.
- Vibeke sa postaví a stojí.
- (Ak sa Vibeke nechce postaviť dáva to najavo svojim správaním. Možno to vyjadrí aj výrazom tváre - „nechcem to“)

Cieľ skúsenosti

- Vibeke sa cíti spokojne, keď zvláda veci, čo najsamostatnejšie.
- Vibeke sa cíti pochopená, keď rozumieme jej správaniu a tomu, čo chce a čo nechce.
- Vibeke sa cíti rešpektovaná, keď reagujeme na jej želania potreby.

Vibeke sa rozhoduje, kam chce ísť vo svojom byte



Naše prispôsobenie a podpora

- Keď sa Vibeke postavila zo stoličky/pohovky, spýtaj sa jej kam chce ísť.
- Musíš jej ponúknuť rôzne alternatívy (po obede/večery sa môžeš napríklad opýtať, či chce ísť na WC, alebo si sadnúť do kresla či pohovky).
- Musíš držať Vibeke pod pazuchu alebo vzadu za opasok a čakať na jej spätnú väzbu.
- Daj jej dostatok času, aby ukázala kam chce ísť.
- Drž Vibeke voľne, tak aby vedela ovplyvňovať to kam ide.

Cieľ účasti

- Vibeke sa pozerá na miesto, kam chce ísť.
- Vibeke ide s pomocou na miesto, kde sa chce presunúť.

Cieľ skúsenosti

- Vibeke sa cíti pochopená a rešpektovaná.
- Vibeke vníma to, že je to ona, kto rozhoduje, kde chce byť.

PRÍKLADY základných nástrojov individuálneho plánovania

Miroslav Cangár

V poslednej kapitole uvádzame niekoľko nástrojov, ktoré môžete využiť pri individuálnom plánovaní a aj pri tvorbe plánov účasti a skúsenosti. Ide o všeobecne známe a bežne dostupné nástroje a pomôcky individuálneho plánovania, ktoré sa využívajú v rôznych prístupoch práce s človekom ako je napríklad prístup a plánovanie zamerané na človeka a iné.

Profil na jednu stranu



ČO JE PRE MŇA DÔLEŽITÉ

Tu sú všetky veci, ktoré prinášajú človeku dobrú kvalitu života

Malé aj veľké veci v živote človeka

Môžu to byť:

- Ľudia
- Miesta
- Záľuby, činnosti
- Niečo, čo vlastním
- Oblúbené a neoblúbené

ČO NA MNE ĽUDIA MAJÚ RADI, ČO NA MNE OBDIVUJÚ, ČO SI NA MNE VÁŽIA

● Tu sa dáva pozitívna spätná väzba a je dôležité všimnúť si ľudí nielen v situáciách, keď potrebujú pomoc a podporu, ale aj konkrétne veci, ktoré na danom človeku obdivujeme, máme radi a vážime si.

ČO NA MNE ĽUDIA MAJÚ RADI, ČO NA MNE OBDIVUJÚ, ČO SI NA MNE VÁŽIA

● Tu sa dáva pozitívna spätná väzba a je dôležité všimnúť si ľudí nielen v situáciách, keď potrebujú pomoc a podporu, ale aj konkrétne veci, ktoré na danom človeku obdivujeme, máme radi a vážime si.

Komunikačné tabuľky

Základná komunikačná tabuľka (spracované podľa materiálov QUIP a RPSP)

Ked' sa deje toto a toto	"Ja" robím toto a toto	Zvyčajne to znamená	Chcem aby si urobil toto a toto
<ul style="list-style-type: none"> Súvislosti, prostredie, čo sa deje okolo človeka Spúšťač 	<ul style="list-style-type: none"> Popis správania Čo si všimajú iní ľudia, čo vidia, počujú... 	<ul style="list-style-type: none"> Hľadáme, pýtame sa, čo asi môže znamenať jeho správanie Dávame možnosti (čo prežíva, aké má pocity, čo sa deje v jeho vnútri...) 	<ul style="list-style-type: none"> Čo chcete aby druhí ľudia urobili? alebo neurobili? Výsledok, dôsledok

Príklad základnej komunikačnej tabuľky

Ked' sa deje toto a toto	"Ja" robím toto a toto	Zvyčajne to znamená	Chcem aby si urobil toto a toto
<ul style="list-style-type: none"> Kedykoľvek 	<ul style="list-style-type: none"> Dáva si oblečenie do úst 	<ul style="list-style-type: none"> Je smädný 	<ul style="list-style-type: none"> Ponúknite mu vodu alebo čaj s cukrom, ale vždy v hrnčeku
<ul style="list-style-type: none"> Počas jedla 	<ul style="list-style-type: none"> Nezoberie do rúk vidličku a nôž 	<ul style="list-style-type: none"> Potrebuje pomoc pokrájať jedlo 	<ul style="list-style-type: none"> Ponúknite mu pokrájanie jedla
<ul style="list-style-type: none"> Pri vchádzaní do kúpeľne 	<ul style="list-style-type: none"> Ustupuje od dverí kúpeľne 	<ul style="list-style-type: none"> Je znepokojený 	<ul style="list-style-type: none"> Nechajte to tak a vyskúšajte o chvíľku

Príklad základnej komunikačnej tabuľky

Ako potrebujem dostávať informácie	Ako si volím, vyberám	Ako mi môžete pomôcť porozumieť	Kedy je najlepší čas nechať ma rozhodnúť sa	Kedy nie je dobrý čas na moje rozhodovanie
<ul style="list-style-type: none"> ● V malých množstvách, viem trochu čítať, ale nie vždy rozumiem ● Hovoreným slovom a jednoduchými vetami ● Mám rád faktické informácie bez emócií 	<ul style="list-style-type: none"> ● Používaj obrázky a jednoduché vety, ktoré jasne a konkrétne popisujú moje možnosti. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Používaj obrázky a jednoduché vety, ktoré jasne a konkrétne popisujú moje možnosti. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ráno po raňajkách a mojich liekoch, keď poviem, že mám dobrú náladu ● Počas obeda ● Keď som na nákupoch 	<ul style="list-style-type: none"> ● Po štvrtrej poobede a večer, lebo to som už unavená ● Pred jedlom, lebo som hladná ● Predtým ako som si vzdal moje lieky

Komunikačná tabuľka - výber

O čom rozhodujem v mojom živote	Ako musím byť zapojený	Kto robí konečné rozhodnutie
<ul style="list-style-type: none"> ● Čo jem? 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vyberám si jedlo a kupujem si ho, ale potrebujem mať možnosť vybrať si z dvoch vecí 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ja
<ul style="list-style-type: none"> ● Kde idem počas dňa 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pýtajte sa ma pravidelne, či som šťastný v dennom centre 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ja, v spolupráci so sociálnym pracovníkom
<ul style="list-style-type: none"> ● Čo mám oblečené 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pýtajte sa ma akej farby chcem dnes oblečenie 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ja
<ul style="list-style-type: none"> ● Ako cestujem 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pýtajte sa ma pravidelne, či som spokojný s mojou dopravou 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ja so sociálnym pracovníkom

Čo funguje - čo nefunguje

Z pohľadu	Čo funguje	Čo nefunguje
<ul style="list-style-type: none">Z môjho pohľadu	<ul style="list-style-type: none">Vstávať medzi 9.00 - 9.30Mať košík s rôznymi látkami	<ul style="list-style-type: none">Nemôcť ísť do záhradyNemať penu počas kúpania
<ul style="list-style-type: none">Z pohľadu mojej rodiny	<ul style="list-style-type: none">Sedieť pri okne	<ul style="list-style-type: none">Piť čaj zo šálky alebo malého poháru
<ul style="list-style-type: none">Z pohľadu profesionálov	<ul style="list-style-type: none">Držať kus látky, ktorú dostane ránoVybrať si sladkosť alebo čajJesť v jedálni	<ul style="list-style-type: none">Byť presvedčaná ísť do kúpeľne, keď nechceVolat' ju teta

Dôležité pre - Dôležité na

Z pohľadu	Čo funguje
<ul style="list-style-type: none">Ísť na prechádzku každý deň	<ul style="list-style-type: none">Mať pokrájané jedlo na malé kúsky
<ul style="list-style-type: none">Volat' s deťmi aspoň raz do týždňa	<ul style="list-style-type: none">Podporovať ho/ju pri braní liekov
<ul style="list-style-type: none">Dať si kávu po obede	<ul style="list-style-type: none">Nechať jemu/jej čas na jedlo a pitie
<ul style="list-style-type: none">Objímať sa a držať sa za ruku	<ul style="list-style-type: none">Je dôležité rozpoznať kedy má bolesť a podať lieky

ZÁVER

Miroslav Cangár

Individuálne plánovanie je základným nástrojom na podporu občanov, ktorí sú prijímateľmi sociálnych služieb. Často sa však toto plánovanie nerealizuje s ľuďmi, ktorí ho najviac potrebujú. Určite sú nimi ľudia s ťažkým kombinovaným postihnutím. Právo na hodnotný a kvalitne prežitý život nemôžeme upierať nikomu, a preto je aj v sociálnych službách nevyhnutné venovať sa hľadaniu nových spôsobov a prístupov v práci, ktoré budú zabezpečovať a zvyšovať kvalitu života každého človeka. Plány účasti a skúsenosti sú jedným z tých nástrojov, ktoré môžu efektívne podporiť a pomôcť zabezpečovať inklúziu občanov s ťažkým kombinovaným postihnutím do bežného života. Ich cieľom je podporovať ľudí tak, aby naozaj žili a nielen prežívali zo dňa na deň bez toho, aby sa mohli aktívne zúčastňovať a rozhodovať o svojom živote. Všetci chceme, a máme, právo získavať dobré a pozitívne skúsenosti.

Plán účasti a skúsenosti je primárne orientovaný na prácu s dospelými ľuďmi s ťažkým kombinovaným postihnutím, ale ako bolo uvedené v texte, tento nástroj vychádza z individuálnych vzdelávacích plánov. Vychádzajúc z tohto je možné plán účasti a skúsenosti s niekoľkými modifikáciami aplikovať aj pri práci s deťmi a mladými dospelými. Avšak oblasť skúseností a zážitkov nie je centrálna, ale hlavné je zameranie na výchovu a tréning zručností k maximálne nožnej miere samostatnosti. Stále je v tomto prípade kľúčové pracovať s aktívnym zapojením a účasťou dieťaťa alebo mladého dospelého do všetkých aktivít, ktoré sa realizujú v prostredí, kde žije. Tento typ plánu sa nazýva *Individuálny plán vzdelávania a účasti* a je primárne zameraný na účasť dieťaťa alebo žiaka v bežných každodenných situáciách. Aktívna účasť sa vníma nielen ako samotný cieľ, ale aj ako nástroj na rozvoj a učenie sa (Sláta, 2004). Tento typ plánovania sa používa predovšetkým v školských zariadeniach. Na rozdiel od *Plánu účasti a skúsenosti*, popisuje toto plánovanie dva základné ciele účasti. Prvý typ účasti sa podobne ako v plánoch účasti a skúsenosti dotýka každodenných situácií a aktivít. Tento cieľ slúži predovšetkým na nastavenie efektívnej podpory a prispôsobenia prostredia tu a teraz. Druhý typ cieľov v individuálnych plánoch vzdelávania a účasti popisuje budúcnosť - niečo, čo by sme chceli v budúcnosti dosiahnuť a rozvíjať. Popisuje sa a stanovuje sa, to ako by sme chceli, aby dieťa alebo žiak aktívne zúčastňovali situácií alebo aktivít. Tieto ciele by mali byť realistické, keďže časom týmto prístupom pomôžeme dieťaťu získať skúsenosti, ktoré sú potrebné na účasť v situáciách novým spôsobom a zručnosťami. V každom ciele je potrebné uvažovať o tom, aká je potreba podpory v súčasnosti na aktívnu účasť a aká je potrebná podpora na to, aby sa dieťa mohlo zúčastňovať nových situácií. Podpora musí byť mať dve základné zložky - prispôsobenie prostredia (prispôsobenie prostredia, kde sa dieťa pohybuje a prispôsobenie pomôcok) a sociálna podpora (činnosti, ktoré robí a realizujú ľudia, ktorí sú s dieťaťom v kontakte). Toto je zásadný rozdiel v porovnaní s plánom účasti a skúsenosti. V oboch

prípadoch je dôležité, aby boli ciele nastavené, čo najpraktickejšie a podporovali človeka, tak aby mohol žiť, čo najviac samostatne.

Cieľom tejto publikácie je preto ukázať, že je to možné, a že každý človek dokáže žiť **zmysluplný život** s adekvátnou podporou a rešpektom voči jeho jedinečnosti. Veríme, že v tejto publikácii nájdete inšpirácie pre Vašu každodennú prácu a uveríte, že sa to naozaj dá.

ZDROJE

CANGÁR, M. - CANGÁROVÁ, L. - NINCOVÁ, D. 2014. Else a Ema (*nezávislý život v komunitě*). Bratislava : Rada pre poradenstvo v sociálnej práci. 64 s. ISBN: 978-80-971604-4-9.

HRADÍLKOVÁ, T. 2013. Individuální plánování v průběhu transformace ústavu.

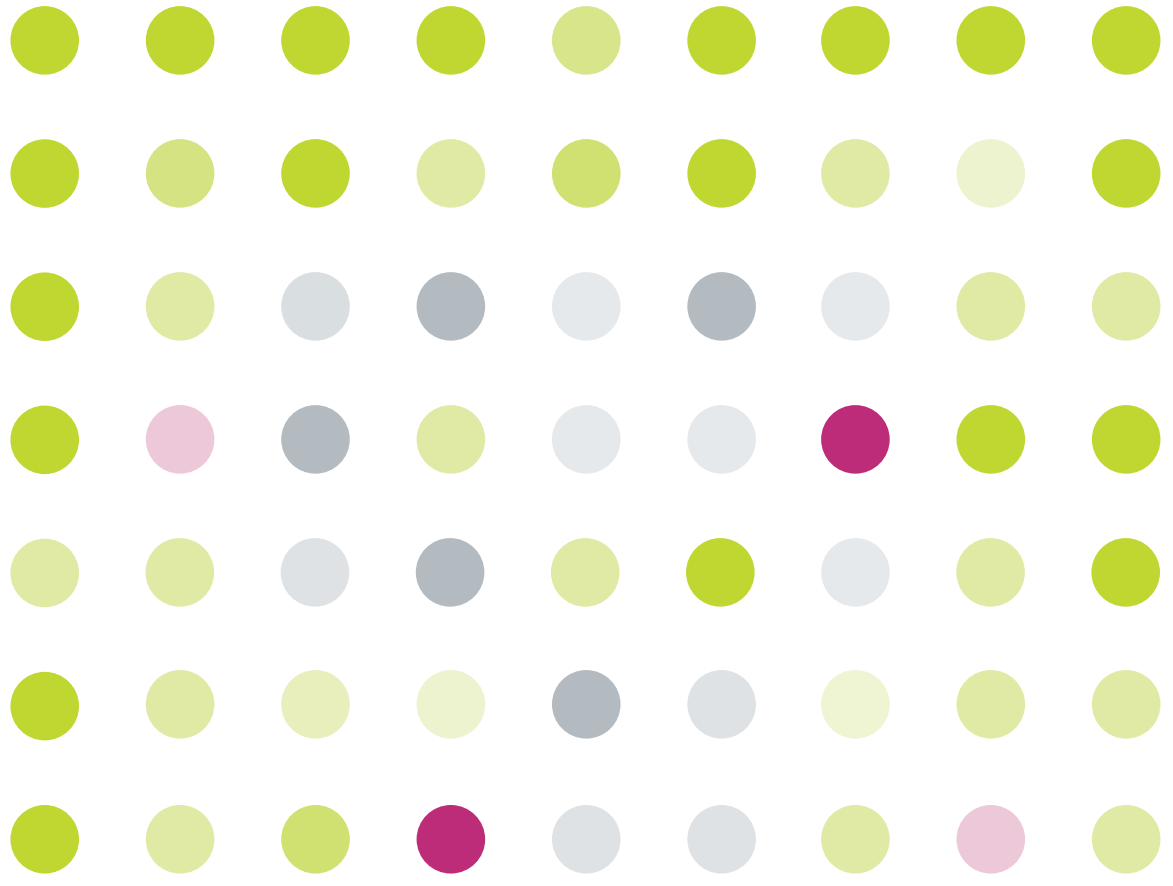
In *Manuál transformace ústavů. Deinstitutionalizace sociálních služeb*. Praha : Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky. 2013. s. 58 - 90.

JOHNOVÁ, M. 2007. Plánovanie zamerané na človeka a transformácia ústavnej starostlivosti. In *Transformácia domovov sociálnych služieb s cieľom sociálnej a pracovnej integrácie ich obyvateľov*. Bratislava : Rada pre poradenstvo v sociálnej práci. 2007. ISBN: 978-80-970004-2-4. s. 88 - 97.

SLÅTTA, K. 2004. *Veileder. Bruk av individuelle opplærings- og deltagelsesplaner (IODP) for elever med multifunksjonshemming*. Oslo : Torshov kompetansesenter. 2004. 34 s. ISBN: 82-92594-01-9.

SOBEK, J. 2012. *Jak dobře individuálně plánovat*. Praha : Adpontes. 141 s.

Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálních službách a o změně a doplnění zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenském podnikání (živnostenský zákon) v znění neskorších předpisov.



socza

ISBN 978-80-969744-9-8



9 788096 974498

