

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
w Zduńskiej Woli, ul. Łaska 59

Wstęp

Środowiskowy Dom Samopomocy w Zduńskiej Woli, z siedzibą przy ulicy Łaskiej 59 funkcjonuje od maja 2015 roku i prowadzony jest przez Powiat Zduńskowski.

Podstawą funkcjonowania Środowiskowego Domu Samopomocy w Zduńskiej Woli, przy ul. Łaskiej 59 są następujące akty i regulacje prawne:

- Ustawa z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej (Dz. U. z 2019 roku, poz. 1507, ze zm.);
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 roku o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2018 roku, poz. 1878);
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 roku, poz. 249);
- Statut Środowiskowego Domu Samopomocy w Zduńskiej Woli, przy ulicy Łaskiej 59 (Uchwała Nr XXI/30/20 Rady Powiatu Zduńskowskiego z dnia 29 maja 2020 r).
- Regulamin Organizacyjny Środowiskowego Domu Samopomocy w Zduńskiej Woli, przy ul. Łaskiej 59 (Uchwała Nr VI/124/20 Zarządu Powiatu Zduńskowskiego z dnia 30 czerwca 2020 roku).

Dom jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 34 osób dorosłych z terenu powiatu zduńskowskiego z zaburzeniami psychicznymi, typu ABC, gdzie:

- typ A – dotyczy osób przewlekle psychicznie chorych;
- typ B – dotyczy osób niepełnosprawnych intelektualnie;
- typ C – dotyczy osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych.

Każda z ww. grup korzystających z usług wspierająco - aktywizujących świadczonych przez ww. ośrodek wsparcia potrzebuje innych form pomocy w zakresie szeroko rozumianego wsparcia i aktywizacji, w tym rehabilitacji społecznej.

Możliwości realizacyjne poszczególnych form udzielanej pomocy.

Środowiskowy Dom Samopomocy działa przez 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku przez 8 godzin dziennie, w tym przez 6 godzin jest prowadzone postępowanie wspierająco - aktywizujące z Uczestnikami.

Placówka usytuowana jest w centrum miasta, uczestnicy mają ułatwiony dostęp do wszelkiego rodzaju urzędów, instytucji, sklepów, aptek, punktów usługowych itp. W pobliżu znajduje się Powiatowe Centrum Kultury Sportu i Rekreacji, na terenie którego odbywają się imprezy kulturalno-rozrywkowe organizowane przez samorządy lokalne. W bardzo bliskiej odległości od placówki znajdują się przystanki autobusowe, na których zatrzymuje się większość linii autobusowych funkcjonujących w mieście. Jednocześnie placówka jest usytuowana w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestników zajęć. Przy adaptacji budynku warsztatów Zespołu Szkół Elektronicznych placówka została całkowicie pozbawiona barier architektonicznych, budynek jest parterowy wyposażony w udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym.

W ww. ośrodku wsparcia znajdują się pomieszczenia w pełni wyposażone w sprzęt, akcesoria, meble i inne urządzenia do prowadzenia treningów / zajęć wspierająco - aktywizujących:

- ✓ Świetlica
- ✓ Pracownia kulinarna z jadalnią
- ✓ Pracownia komputerowo - pedagogiczna
- ✓ Rehabilitacja. Sala ćwiczeń i fizykoterapii.
- ✓ Pracownia plastyczno - manualna
- ✓ Pokój indywidualnego poradnictwa psychologicznego
- ✓ Pokój do poradnictwa socjalnego

Priorytetowym celem działania Domu, w tym postępowania wspierająco - aktywizującego jest wzrost zaradności i samodzielności życiowej, a także integracja społeczna Uczestników, którzy w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Szczegółowymi celami działania Domu, w tym postępowania wspierająco – aktywizującego jest, aby Uczestnik:

- nabył, ukształtował i pogłębił umiejętności samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym;
- rozwinął zainteresowania i znalazł aspirację do nowych form aktywności;
- nabył, ukształtował i pogłębił umiejętności interpersonalne;
- otrzymał szeroko rozumiane wsparcie w zakresie rehabilitacji społecznej.

Ww. cele realizowane będą poprzez:

- prowadzenie indywidualnych i grupowych treningów wspierająco – aktywizujących oraz zajęć terapeutycznych;
- cykliczną organizację spotkań integracyjnych, imprez kulturalno - sportowych;
- udział w wyjazdowych spotkaniach integracyjnych, konkursach, festiwalach;
- współpracę z organizacjami pozarządowymi, placówkami oświatowymi i innymi organizacjami, instytucjami i osobami działającymi na rzecz integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi;
- dbałość o wizerunek Domu i Uczestników w szeroko rozumianym środowisku.

Spodziewanymi efektami działania Domu, w tym postępowania wspierająco – aktywizującego jest, to aby Uczestnik:

- nabył umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu;
- zainteresował się uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych;

- nabył umiejętności nawiązywania kontaktów interpersonalnych;
- zwiększył zainteresowanie różnymi sposobami spędzania czasu wolnego;
- osiągnął wzrost poczucia własnej wartości;
- nabył umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami;
- osiągnął sprawność fizyczną oraz psychoruchową, również w zakresie motoryki małej i dużej oraz koordynacji wzrokowo ruchowej.

Ocena realizacji ww. procesu, dokonywana jest w oparciu o:

- uwagi i spostrzeżenia na temat aktywności, zachowania i motywacji do udziału Uczestnika w treningach / zajęciach;
- efekty procesu wspierająco - aktywizującego, w tym postępów czynionych przez Uczestnika treningów / zajęć w zakresie funkcjonowania: społecznego, w codziennym życiu, interpersonalnego oraz spędzania czasu wolnego jak również postępów w zakresie umiejętności niezbędnych do jak najbardziej aktywnego włączania się w życie Domu i współpracę ze specjalistami zatrudnionymi w Domu oraz innymi Uczestnikami.

W celu dokonania ww. oceny niezbędne jest prowadzenie dokumentacji indywidualnej (w której znajdują się m. in. indywidualne plany postępowania wspierająco – aktywizującego) oraz zbiorczej (w której w skład wchodzi: ewidencja Uczestników, ewidencja obecności Uczestników, dzienniki dokumentujące pracę pracowników Zespołu Wspierająco - Aktywizującego oraz dokumentacja dotycząca działalności ww. zespołu). Dokumentacja ta jest prowadzona zgodnie z wymogami Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy.

W skład Zespołu Wspierająco – Aktywizującego wchodzi osoby zajmujące następujące stanowiska służbowe: dyrektor, terapeuci, pracownik socjalny, psycholog. Ww. osoby spełniają wymogi w zakresie kwalifikacji zawodowych zawarte w rozporządzeniu w sprawie śds.

Przyjęte kierunki dalszego rozwoju ww. ośrodka wsparcia mające wpływ na efektywność Uczestników.

1. Szkolenia podnoszące kwalifikacje zawodowe pracowników oraz zdobywania wiedzy na temat nowych metod pracy.
2. Doposażanie Domu w nowe, bardziej nowoczesne sprzęty i urządzenia.
3. Szeroko rozumiana ocena działalności Domu w celu dokonania ulepszeń w realizacji postępowania wspierająco - aktywizującego.
4. Aktywność w środowisku lokalnym, współpraca ze służbami i organizacjami pozarządowymi, współpraca z innymi placówkami o podobnej charakterystyce celem wymiany doświadczeń i prezentowania dobrych praktyk.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI DLA OSÓB PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYCH (TYP A)

Świat osoby chorej psychicznie naznaczony jest lękiem, chaosem, niestabilnością i poczuciem pustki. Targać nią może niewyobrażalny dla osoby zdrowej smutek i paniczny strach. Osoby cierpiące na choroby psychiczne funkcjonują w tym samym co my świecie. Mogą być jednakże o wiele bardziej wrażliwe, pozbawione naturalnych form obrony i tym samym bardziej narażone na społeczne cierpienie. Osoba taka (szczególnie w fazie zaostrzenia objawów) może być wyczulona na to, jak jest postrzegana przez swoich bliskich, znajomych, czy szersze otoczenie. Może źle poczuć się już wtedy, kiedy ktoś zupełnie niezamierzenie skrzywi się, odwróci, nie usłyszy, co powiedziała. Ta duża wrażliwość jest też swego rodzaju oczekiwaniem od społeczeństwa – oczekiwaniem akceptacji, zrozumienia i pomocy, a przede wszystkim oczekiwaniem prawa do odzyskania zdrowia. Skutkiem zachorowania jest często utrata pewności siebie i poczucia własnej wartości na płaszczyźnie **osobistej, towarzyskiej i zawodowej**. Umożliwienie osobie z diagnozą choroby psychicznej powrotu do „zdrowego”, „normalnego” społeczeństwa jest dużym wyzwaniem a jednocześnie wiąże się z konstruowaniem nowych sposobów spojrzenia na jej możliwości.

Wobec powyższego w ramach programu będą podejmowane następujące działania wspierająco – aktywizujące przede wszystkim na rzecz Uczestników z typu Domu A, ale również ich opiekunów i rodzin:

CEL	ZADANIA	REALIZACJA
Diagnoza problemów wynikających z choroby psychicznej oraz mocnych stron Uczestnika.	Opracowanie narzędzi diagnostycznych	Przeprowadzenie rozmów / wywiadów wśród Uczestników i ich rodzin / opiekunów; Gromadzenie wniosków z ww. rozmów / wywiadów. Sporządzenie diagnozy Uczestnika

<p>Utworzenie wraz z Uczestnikiem (bądź opiekunem) Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego (IPPW-A).</p>	<p>Opracowanie Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego na podstawie diagnozy.</p>	<p>Wykorzystanie ww. wniosków oraz zebranie dodatkowych niezbędnych danych do opracowania przedmiotowego dokumentu. Wysłuchanie potrzeb i zainteresowań Uczestników oraz Ich sugestii przy sporządzaniu przedmiotowego dokumentu. Opracowanie IPPW-A</p>
<p>Poprawa wzajemnych relacji interpersonalnych.</p> <p>Zdobycie nowych umiejętności komunikowania się.</p> <p>Znalezienie sposobów radzenia sobie z negatywnymi emocjami.</p> <p>Wzmocnienie poczucia własnej wartości</p>	<p>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z innymi uczestnikami, z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury;</p> <p>Prowadzenie rozmów, zwracanie uwagi na poprawność sformułowań, znaczeń wyrażeń. Zdobycie wiedzy z zakresu komunikacji werbalnej i niewerbalnej oraz asertywności.</p> <p>Nabywanie umiejętności opisywania własnych emocji, nazywania ich. Wskazanie sposobów odreagowywania niepożądanych emocji.</p> <p>Wskazywanie pozytywnych cech, niwelowanie braków.</p>	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym:</p> <p>rozmowy, pokaz multimedialny; ćwiczenia, odgrywanie scenek itp.</p> <p>burza mózgów, pokaz multimedialny; ćwiczenia z ww. zakresu, odgrywanie scenek itp.</p> <p>Ćwiczenia, drama itp...</p>
<p>Udzielenie pomocy i wsparcia z zakresu poradnictwa psychologicznego</p>	<p>Prowadzenie poradnictwa psychologicznego.</p>	<p>Zachęcanie do korzystania z tej formy pomocy oraz udzielenie wsparcia w tym zakresie.</p>
<p>Ukształtowanie zainteresowania życiem kulturalnym i społecznym, w tym:</p>	<p>Rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych;</p>	<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym</p>

<p>zachęcenie do czytania książek;</p> <p>odpowiedni dobór audycji telewizyjnych;</p> <p>„Nie bój się komputera i Internetu”;</p> <p>zmotywowanie do brania udziału w różnych spotkaniach oraz czynnego ich organizowania</p>		<p>opowiadanie o ciekawych publikacjach, pogadanki o znanych autorach itp.;</p> <p>rozmowy nt. zainteresowań, przedstawienie możliwości wyboru programów telewizyjnych, odegranie scenki „spiker i ja” itp.;</p> <p>zaznajomienie uczestników z obsługą sprzętu komputerowego oraz możliwościami jakie daje komputer, w tym umożliwienie poznania nowoczesnych technik komunikacji i praktycznego wykorzystania ich; wskazywanie możliwości jakie daje łatwość poruszania się po Internecie i umiejętne korzystanie z niego;</p> <p>wskazanie wpływu spotkań towarzyskich na samopoczucie; przedstawienie korzyści płynących z bycia organizatorem spotkania,</p>
<p>Udzielenie pomocy i wsparcia z zakresu załatwiania spraw urzędowych</p>	<p>Prowadzenie pracy socjalnej w tym zakresie.</p>	<p>Zapoznanie z urzędami oraz z zakresem ich zadań.</p> <p>Udzielanie wszelkich informacji dotyczących funkcjonowania a przede wszystkim jakie sprawy, w którym urzędzie mogą / powinni załatwić.</p> <p>Udzielanie pomocy w redagowaniu pism / wniosków.</p> <p>Organizowanie „wizji lokalnych” w urzędach.</p>

		Zachęcanie do samodzielnego załatwienia sprawy w urzędzie.
Pozyskanie umiejętności, kompetencji zawodowych,	<p>Nauczenie pracowitości, samodzielności, wytrwałości, dokładności, systematyczności oraz respektowania obowiązujących reguł, norm i zasad.</p> <p>Dążenie do uzyskania poprawy w zakresie pamięci, koncentracji uwagi i twórczego myślenia.</p> <p>Rozwijanie zdolności i kreatywności oraz poprawę w zakresie skupiania uwagi na wykonywanej czynności, dające wiarę we własne możliwości;</p> <p>Poznanie, wykorzystanie różnych technik plastycznych, odkrywanie talentów artystycznych, wzrost poczucia własnej wartości;</p>	<p>Prowadzenie różnych (oprócz ww. wymienionych) innych form postępowania przygotowującego do uczestnictwa w WTZ oraz podjęcia zatrudnienia, w tym:</p> <p>terapia zajęciowa w tym również z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zajęć praktycznych; • zajęć manualnych; • zajęć plastycznych;
<p>Udzielenie pomocy i wsparcia w zakresie zapewniania uczestnikom dostępu do podstawowych świadczeń zdrowotnych.</p> <p>Wdrożenie indywidualnych procedur przyjmowania leków i przestrzegania terminów ich przyjmowania</p>	<p>Wsparcie w zakresie zapewniania dostępu do podstawowych świadczeń zdrowotnych (w tym psychiatrycznych)</p> <p>Nabywanie nawyku przyjmowania leków o określonych porach.</p>	<p>Udzielanie pomocy i wsparcia przy uzgadnianiu i pilnowaniu terminów wizyt lekarskich oraz przy zakupie leków i dotarciu do jednostek służby zdrowia.</p> <p>Trening farmakologiczny.</p>
Udoskonalenie i utrzymanie sprawności fizycznej, pobudzenie zainteresowań sportem i rekreacją również w celu wykorzystania czasu wolnego.	<p>Zachowanie na odpowiednim poziomie sprawności fizycznej,</p> <p>Rozwijanie sprawności fizycznej</p> <p>Korygowanie postawy ciała oraz masy ciała / mięśni.</p>	<p>Prowadzenie zajęć z zakresu terapii ruchem z wykorzystaniem różnych form oddziaływań np. takich jak.: kinezyterapia, fizykoterapia, spacer;</p>

<p>Ukazanie różnych zagrożeń dotyczących niezdrowego prowadzanego trybu życia, w tym wskazanie na wady postawy, otyłość, nałogi i inne</p> <p>Ukazanie możliwych, pozytywnych efektów jakie daje zdrowy, w tym aktywny tryb życia.</p>	<p>Zachęcanie do aktywnego trybu życia</p> <p>Prowadzenie profilaktyki zdrowotnej</p>	<p>wyjazdy na turnusy rehabilitacyjny; i inne ...</p> <p>organizowanie / współorganizowanie różnych zajęć aktywnego odpoczynku i „wypadów” turystycznych.</p> <p>pogadanki, „burza mózgu”, pokaz multimedialny; ćwiczenia, gry i zabawy</p>
<p>Podtrzymanie lub udoskonalenie funkcjonowania w codziennym życiu.</p>	<p>Podtrzymywanie lub udoskonalanie nabytych umiejętności z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dbałości o wygląd zewnętrzny, dbałości o higienę, • prac kulinarnych, praktycznych, • gospodarowania własnymi środkami finansowymi. 	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu.</p>
<p>Zapewnienie niezbędnej opieki.</p>	<p>Udzielanie niezbędnej opieki w zakresie pomocowym a nie wyręczania.</p>	<p>Przeprowadzanie rozmów, czuwanie nad bezpieczeństwem, wspomaganie w czynnościach dnia codziennego.</p>

Ponadto, w miarę potrzeb będą świadczone usługi, o których mowa w § 14 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 roku, poz. 249), a które nie zostały wyżej wymienione.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE (TYP B)

Niepełnosprawność intelektualna to zaburzenie rozwojowe oznaczające, że osoba nim dotknięta ma iloraz inteligencji poniżej 70. Łączy się to także z zaburzeniami funkcjonowania w społeczeństwie, umiejętności zadbania o siebie i sprawności umysłowej. Człowiek niepełnosprawny, ponieważ odbiega wyglądem i sposobem funkcjonowania od norm i standardów przyjętych w społeczności, dla której wzorem jest jednostka zdrowa, samodzielna, odnosząca spektakularne sukcesy, wywołuje odruch lęku i odrzucenia. Osoby niepełnosprawne intelektualnie bardzo często narażone są na izolację, a otoczenie oczekuje od nich zachowań odbiegających od normy. Powszechnie jest również zaniżanie ich możliwości rozwojowych przy jednoczesnym ekspozowaniu ograniczeń. Mała świadomość skutków społecznej degradacji osób upośledzonych umysłowo prowadzi do blokowania stymulacji środowiskowej, przez co nie mają oni możliwości prowadzenia samodzielnego i aktywnego życia. Takie nastawienie wobec osób niepełnosprawnych intelektualnie sprzyja utożsamianiu ograniczonej sprawności umysłowej z wiecznym dzieciństwem. Zapominamy, że o rozwoju osób upośledzonych decydują zasadniczo te same prawidłowości i mechanizmy, które odnoszą się do ludzi pełnosprawnych. Tymczasem w populacji osób z ograniczoną sprawnością intelektualną znaczącą grupę stanowią osoby dorosłe (87%; Stan zdrowia ludności..., 2006), które pomimo ograniczeń intelektualnych i oczekiwań społecznych przekroczyły próg pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. Dlatego też warto dać im szansę na realizowanie zadań charakterystycznych dla danego okresu rozwojowego.

Wobec powyższego w ramach programu będą podejmowane następujące działania wspierające – aktywizujące przede wszystkim na rzecz Uczestników z typu Domu B, ale również ich opiekunów i rodzin:

CEL	ZADANIA	REALIZACJA	UWAGI
Diagnoza problemów wynikających z choroby psychicznej oraz mocnych stron Uczestnika.	Opracowanie narzędzi diagnostycznych	Przeprowadzenie rozmów / wywiadów wśród Uczestników i ich rodzin / opiekunów; Gromadzenie wniosków z ww. rozmów / wywiadów. Sporządzenie diagnozy Uczestnika	
Utworzenie wraz z Uczestnikiem (bądź opiekunem) Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego (IPPW-A).	Opracowanie Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego na podstawie diagnozy.	Wykorzystanie ww. wniosków oraz zebranie dodatkowych niezbędnych danych do opracowania przedmiotowego dokumentu. Wysłuchanie potrzeb i zainteresowań Uczestników oraz Ich sugestii przy sporządzaniu przedmiotowego dokumentu. Opracowanie IPPW-A	
Wzmocnienie autonomii i samoświadomości. Wykreowanie, wzmocnienie wzajemnych relacji interpersonalnych. Ukształtowanie zainteresowania życiem kulturalnym i społecznym,	Wspomaganie autonomii: <ul style="list-style-type: none"> • budowanie realistycznego obrazu siebie; • stwarzanie życzliwej i serdecznej atmosfery wychowawczej przez: <ul style="list-style-type: none"> ✓ dostrzeganie i docenianie nawet drobnych, ale rzeczywistych sukcesów ; ✓ zachęcanie do samodzielnego podejmowania decyzji i wykonywania zadań; ✓ wzbogacanie doświadczeń osób upośledzonych umysłowo dzięki aktywnemu uczestnictwu w różnorodnych sytuacjach 	Trening funkcjonowania w codziennym życiu. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym: <ul style="list-style-type: none"> • okazywanie pozytywnego stosunku wobec Uczestnika, w postaci troski o niego, empatycznego odbioru sytuacji osoby niepełnosprawnej intelektualnie. • stymulowanie, wspieranie procesu kształtowania zachowań 	Wzmacnianiu autonomii upośledzonych umysłowo sprzyja podejmowanie przez specjalistów tak zwanych zachowań wyzwalających i podtrzymujących aktywność Uczestników. Chodzi o to, aby proponować działania, które odpowiadają możliwościom poznawczym osób z ograniczoną sprawnością intelektualną, a także ich upodobaniom. Każda nowa aktywność jest dużym wyzwaniem, ale im więcej ról

	<p>społecznych, które umożliwia spojrzenie na siebie przez pryzmat zalet i wad, zwycięstw i porażek;</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ aranżowanie otoczenia społecznego w taki sposób, aby znajdowały się w nim osoby o zróżnicowanych zdolnościach i możliwościach w różnych dziedzinach; ✓ adekwatną ocenę potencjału rozwojowego jednostki z ograniczoną sprawnością intelektualną – branie pod uwagę jej faktycznych predyspozycji i stwarzanie możliwości osiągnięcia sukcesów; ✓ unikanie obniżania aspiracji jednostki, przygotowywanie jej do wykonywania coraz trudniejszych zadań, co zwiększa skuteczność działania i niweluje dystans między rzeczywistymi i przypisywanymi sobie możliwościami. 	<p>i autonomicznych postaw, gdyż prawo do wolności należy do podstawowych praw każdego człowieka, a jego urzeczywistnienie stwarza warunki do samorealizacji na takim poziomie i w takim zakresie, jaki jest dostępny jednostce;</p> <ul style="list-style-type: none"> • udzielanie pomocy w taki sposób aby określić granice autonomii, aby jej decyzje i działania nie zagraziły jej poczuciu bezpieczeństwa i godności; • zadbanie o to, aby równoległe z procesem autonomizacji przebiegał integrowanie osoby niepełnosprawnej z jej otoczeniem społecznym, ponieważ niedopuszczalne jest wspieranie jej niezależności bez uwzględnienia potrzeb i praw innych ludzi lub nawet wbrew nim 	<p>osoba upośledzona umysłowo może podjąć, tym bardziej doskonali swoje umiejętności społeczne i tym bardziej wzrasta jej samodzielność, poczucie sprawstwa oraz własnej wartości, a tym samym – poczucie niezależności</p>
<p>Nabywanie, podtrzymanie umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu.</p>	<p>Nabywanie, podtrzymywanie umiejętności z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dbałości o wygląd zewnętrzny, • dbałości o higienę, • prac kulinarnych, praktycznych, • gospodarowania własnymi środkami finansowymi. 	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu.</p>	

<p>Udzielenie pomocy i wsparcia z zakresu załatwiania spraw urzędowych</p>	<p>Udzielanie wsparcia informacyjnego (poznawczego)</p> <p>Prowadzenie pracy socjalnej w tym zakresie.</p>	<p>Przekazywanie informacji czyli obiektywnej wiedzy lub własnych doświadczeń, co może przyczynić się do zrozumienia okoliczności, w jakich znajduje się uczestnik</p> <p>Istotnym elementem tego rodzaju działań jest przekazywanie wiedzy instytucjonalnej, na którą składa się mnóstwo przepisów regulujących działanie urzędów i biur, w tym instytucji pomocowych.</p> <p>Zapoznanie z urzędami oraz z zakresem ich zadań.</p> <p>Udzielanie wszelkich informacji dotyczących funkcjonowania a przede wszystkim jakie sprawy, w którym urzędzie mogą / powinni załatwić.</p> <p>Udzielanie pomocy w redagowaniu pism / wniosków.</p> <p>Organizowanie „wizji lokalnych” w urzędach.</p> <p>Zachęcanie do samodzielnego załatwienia sprawy w urzędzie.</p>	<p>Nieznajomość przepisów może być dla osoby niepełnosprawnej intelektualnie poważną przeszkodą w podejmowaniu prób satysfakcjonującego życia w społeczeństwie osób zdrowych. Dlatego też znajomość aktów prawnych oraz nieformalnych zwyczajów jest jednym z podstawowych elementów optymalizowania warunków życia tej grupy społeczeństwa.</p>
<p>Pozyskanie umiejętności, kompetencji zawodowych,</p>	<p>Udzielanie wsparcia instrumentalnego</p>	<p>Udzielanie pomocy dzięki wskazywaniu konkretnych działań zaradczych lub ich modelowaniu.</p> <p>Stymulowania rozwoju za pomocą wykorzystania np. arteterapii, aktywizacji zawodowej oraz działań skierowanych na sferę psychiczną</p>	<p>UWAGA: rozbudowane zajęcia rekreacyjne czy artystyczne, które z założenia mają uzupełniać rehabilitację</p>

		(wizualizacje, medytacje i relaksacje).	społeczną, mogą zniechęcać uczestników do dorosłego życia, w którym praca zajmuje znaczną część czasu. Bycie wiecznym dzieckiem jest bardziej atrakcyjne niż samodzielność czy praca, która oznacza rezygnację z wielu przyjemności na rzecz obowiązków.
Udzielenie pomocy i wsparcia z zakresu poradnictwa psychologicznego.	Prowadzenie poradnictwa psychologicznego. Udzielanie wsparcia duchowego	Zachęcanie do korzystania z tej formy pomocy oraz udzielenie wsparcia w tym zakresie. Odwoływanie się w sytuacji krytycznej do sfery sensu życia.	
Udzielenie pomocy i wsparcia w zakresie zapewniania uczestnikom dostępu do podstawowych świadczeń zdrowotnych. Wdrożenie indywidualnych procedur przyjmowania leków i przestrzegania terminów ich przyjmowania	Wsparcie w zakresie zapewniania dostępu do podstawowych świadczeń zdrowotnych (w tym psychiatrycznych) Nabycie nawyku przyjmowania leków o określonych porach.	Udzielanie pomocy i wsparcia przy uzgadnianiu i pilnowaniu terminów wizyt lekarskich oraz przy zakupie leków i dotarciu do jednostek służby zdrowia. Trening farmakologiczny.	
Zapewnienie niezbędnej opieki.	Udzielanie niezbędnej opieki w zakresie pomocowym a nie wyręczania.	Czuwanie nad bezpieczeństwem, wspomaganie w czynnościach dnia codziennego.	
Udoskonalenie i utrzymanie sprawności fizycznej,	Zachowanie na odpowiednim poziomie sprawności fizycznej,	Prowadzenie zajęć z zakresu terapii ruchem z wykorzystaniem różnych	

<p>pobudzenie zainteresowań sportem i rekreacją również w celu wykorzystania czasu wolnego.</p> <p>Ukazanie zagrożeń zdrowotnych.</p>	<p>Rozwijanie sprawności fizycznej Korygowanie postawy ciała oraz masy ciała / mięśni.</p> <p>Zachęcanie do aktywnego trybu życia</p> <p>Prowadzenie profilaktyki zdrowotnej</p>	<p>form oddziaływań np. takich jak.: kinezyterapia, fizykoterapia, spacery; wyjazdy na turnusy rehabilitacyjny; i inne ...</p> <p>organizowanie różnych zajęć aktywnego odpoczynku, wycieczek krajoznawczych.</p> <p>organizowanie teatrów profilaktycznych</p>	
---	--	---	--

Ponadto, w miarę potrzeb będą świadczone usługi, o których mowa w § 14 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 roku, poz. 249), a które nie zostały wyżej wymienione.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH

(TYP C)

Inne zaburzenia czynności psychicznych powstają na skutek przełamania bariery stresowej, gdy mamy konflikty wewnętrzne, długotrwałe stresy, kompleksy lub traumatyczne przeżycia. Zaburzenie, jak sama nazwa wskazuje, jest to zaburzenie danej funkcji. Najczęstsze zaburzenia czynności psychicznych to zaburzenie:

- Percepcji postrzegania siebie i świata (DD)
- Mowy (zacinanie się, jąkanie itp.)
- Koncentracji / Pamięci (Trudność w zapamiętywaniu, przypominaniu sobie lub skupieniu)
- Przekonań na własny temat (zaburzenie osobowości)
- Emocji (Anhedonia).

Zaburzenie jest tymczasowe, ponieważ wszelkie tego typu symptomy to odcięcie nas od rzeczywistości. Naturalna defensywa umysłu. Zaburzenia takie jak: derealizacja / depersonalizacja, nerwice, stany depresyjne czy osobowościowe. One wszystkie zaburzają nam dany obszar w akcie obronnym. Na przykład: w stanach depresyjnych często pojawia się zanik uczuć. Dlaczego? Po to by umysł mógł się zregenerować po danej traumie / konflikcie wewnętrznym / bólu psychicznym. Gdy cały czas coś przeżywasz i ciągnie się to miesiącami / latami i przez to przekroczysz swój limit stresu. Zatem, zaburzenia to odcięcie w akcie defensywnym umysłu. To jego wyjście na odreagowanie na stres / traumę / silne przeżycie. W takim stanie poziomy chemiczne w mózgu są również zaburzone. Przez to może się utrzymywać apatia, otępienie, brak chęci do życia itp. czyli to co większości społeczeństwa jest znane jako depresja, która uważana jest za chorobę psychiczną a nie zaburzenie.

W świecie osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych przeważnie panuje lęk, natręctwo myśli oraz ciągła analiza. Dlatego też osoba zaburzona ciągle analizuje dany symptom, wertuje Internet w poszukiwaniu informacji o swojej dolegliwości oraz nie jest

w stanie porzucić tej kontroli nad samą sobą, jest wiecznie nastawiona na symptomy czy to fizjologiczne czy to mentalne. Innymi słowy, osoba wykazująca inne zaburzenia czynności psychicznych to tykająca bomba lękowa, która wczuwa się non - stop w siebie oraz myśli o tym, jak się w danej chwili czuje. **Najważniejsze jednak jest to, że osoba zaburzona ma pełną moralność oraz świadomość swoich czynów oraz tego kim i gdzie jest.** Z tego powodu wszystko bardzo przeżywa i analizuje, dla niej te zmiany percepcji postrzegania, te natrętne myśli, które ją nachodzą i ogólnie ten cały zaburzony stan jest czymś nienormalnym. Ona tego nie akceptuje i zaakceptować nie chce ponieważ uważa, że gdy to zaakceptuje to zwariuje. W tym świecie ww. osoby wszędzie widzą zagrożenie, bo tak to wszystko analizują że wręcz nie mogą uwierzyć w prawdę: „w to że nie wariują, tylko są zaburzone” Jednak tym samym również pokazują, że mają PEŁNĄ KONTROLĘ nad samym sobą i wiedzą, że nic nikomu nie zrobią lub sobie, ponieważ nie pozwolą im na to poczucie moralności i świadomości.

Wobec powyższego w ramach programu będą podejmowane następujące działania wspierająco – aktywizujące przede wszystkim na rzecz Uczestników typu Domu C, ale również ich opiekunów i rodzin:

CEL	ZADANIA	REALIZACJA
Diagnoza problemów wynikających z choroby psychicznej oraz mocnych stron Uczestnika.	Opracowanie narzędzi diagnostycznych	Przeprowadzenie rozmów / wywiadów wśród Uczestników i ich rodzin / opiekunów; Gromadzenie wniosków z ww. rozmów / wywiadów. Sporządzenie diagnozy Uczestnika
Utworzenie wraz z Uczestnikiem (bądź opiekunem) Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego (IPPW-A).	Opracowanie Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco – Aktywizującego na podstawie diagnozy.	Wykorzystani ww. wniosków oraz zebranie dodatkowych niezbędnych danych do opracowania przedmiotowego dokumentu. Wysłuchanie potrzeb i zainteresowań Uczestników oraz Ich sugestii przy sporządzaniu przedmiotowego dokumentu. Opracowanie IPPW-A.

<p>Poprawa wzajemnych relacji interpersonalnych. Znalezienie sposobów radzenia sobie z negatywnymi emocjami.</p>	<p>Zapobieganie izolacji społecznej, poprawa funkcjonowania społecznego i umiejętności społecznych (wzrost samodzielności życiowej). Nabywanie umiejętności opisywania własnych emocji, nazywania ich. Wskazanie sposobów odreagowywania niepożądanych emocji.</p>	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,</p>
<p>Udzielenie pomocy i wsparcia z zakresu poradnictwa psychologicznego.</p>	<p>Prowadzenie poradnictwa psychologicznego. Oprócz pomocy i wsparcia niezbędna jest praca psychologa polegająca m.in. na redukcji lęków, natręctw myślowych i dokonywania szczegółowych analiz symptomów chorobowych.</p>	<p>Zachęcanie do korzystania z tej formy pomocy oraz udzielenie wsparcia w tym zakresie.</p>
<p>Pozyskanie umiejętności, kompetencji zawodowych,</p>	<p>Korzystanie z nabytych umiejętności przydatnych w pracy zawodowej oraz kreowanie nowych sytuacji dzięki, którym zdobyta wiedza oraz doświadczenie będzie pozytywnie wpływać na możliwość uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia. Poznanie, wykorzystanie różnych technik plastycznych, odkrywanie talentów artystycznych, wzrost poczucia własnej wartości;</p>	<p>Prowadzenie różnych (oprócz ww. wymienionych) form postępowania przygotowującego do uczestnictwa w WTZ oraz podjęcia zatrudnienia, w tym: terapia zajęciowa przede wszystkim z zajęć praktycznych; , oraz z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zajęć manualnych; • zajęć plastycznych;
<p>Ukazanie różnych zagrożeń dotyczących niezdrowego prowadzanego trybu życia, w tym wskazanie na wady postawy, otyłość, nałogi i inne Ukazanie możliwych, pozytywnych efektach jakie daje zdrowy, w tym aktywny tryb życia.</p>	<p>Prowadzenie profilaktyki zdrowotnej Zachęcanie do aktywnego trybu życia</p>	<p>Trening farmakologiczny.</p>

Ponadto, w miarę potrzeb będą świadczone usługi, o których mowa w § 14 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 roku, poz. 249), a które nie zostały wyżej wymienione.

Zespół Wspierająco – Aktywizujący, składający się ze specjalistów merytorycznych dostosowując treści, metody i organizację treningów / zajęć opierając się na ww. Programach przede wszystkim, ma na uwadze indywidualne potrzeby i możliwości psychofizyczne Uczestników. Każdy z Nich traktowany jest podmiotowo. Uczestnik bierze czynny udział w treningach / zajęciach zgodnie ze specjalnie dla Niego i wraz z Nim (bądź opiekunem) sporządzonym **indywidualnym planem postępowania wspierająco - aktywizującego**. Postępowanie to, jest oparte na elastycznym procesie, którego okres realizacji również jest indywidualny dla każdego Uczestnika.

Należy również zaznaczyć, że wyżej wymienione Programy określają funkcjonowanie Domu oraz są bazą do szczegółowego planowania pracy Domu na poszczególne lata jego działalności.