

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Pleszewie

Typ A - dla osób przewlekle psychicznie chorych

Dane kontaktowe:

adres: 63-300 Pleszew, ul. Kazimierza Wielkiego 7

telefon: (0-62) 74-28-360

faks: (0-62) 74-28-360

e-mail: sds.pleszew@wp.pl

Motto: „Śmiały los sprzyja”

— Przeznaczenie

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pleszewie przy ulicy K. Wielkiego 7 (zwany dalej ŚDS-em) jest jednostką prowadzoną przez Stowarzyszenie „Zrozumieć i Pomóc” w Pleszewie. ŚDS jest placówką dziennego pobytu typu ABC, przeznaczoną dla 40 osób.

ŚDS funkcjonuje 5 razy w tygodniu (od poniedziałku do piątku) w godz. 7.00 – 15.00.

— Cele główne ŚDS

- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do funkcjonowania w codziennym życiu,
- rehabilitacja lecznicza, społeczna i zawodowa,
- zapewnienie niezbędnej opieki,
- minimalizowanie barier utrudniających osobom psychicznie chorym, upośledzonym umysłowo oraz wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych pełne uczestnictwo w życiu społeczności lokalnej, przeciwdziałając izolacji społecznej,
- podniesienie świadomości społecznej mieszkańców ziemi pleszewskiej dotyczącej zasad funkcjonowania we wspólnocie lokalnej psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo i wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych,
- poprawienie jakości i efektywności usług świadczonych na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin,

- pogłębianie współpracy między podmiotami i instytucjami działającymi w obszarze pomocy społecznej,
- promowanie działań pomocowych.

— Cele szczegółowe

- podtrzymywanie i rozwijanie znajomości zasad prawidłowego odżywiania a także umiejętności samodzielnego i bezpiecznego przyrządzania prostych potraw,
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności przydatnych w prowadzeniu indywidualnego gospodarstwa domowego,
- nabywanie umiejętności efektywnego wykorzystywania środków finansowych
- rozwijanie niewerbalnych form ekspresji emocji, przeżyć oraz wyobraźni poprzez rozmaite działania twórcze wykorzystujące różnorodne tworzywo plastyczne,
- poprawa samopoczucia psychofizycznego oraz rozładowanie napięć i emocji a także rozwijanie wyobraźni poprzez słuchanie, tworzenie, śpiewanie i granie
- podnoszenie wiedzy ogólnej i nabywanie umiejętności pracy z komputerem,
- zapoznanie się z wybranymi dziełami literackimi, prasą oraz innymi pozycjami wydawniczymi
- dostarczenie możliwości relaksu oraz rozwijanie umiejętności przestrzegania zasad gier i rywalizacji
- stworzenie warunków sprzyjających integracji,
- nabywanie odpowiednich nawyków i umiejętności dotyczących higieny, dbałości o wygląd zewnętrzny oraz utrzymania czystości w otoczeniu,
- umożliwienie dostępu do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- podniesienie aktywności fizycznej i promocja zdrowego stylu życia,
- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami oraz
- nabywanie umiejętności radzenia sobie z problemami oraz trudnymi sytuacjami międzyludzkimi.

— Zasady rehabilitacji psychiatrycznej realizowane w ŚDS

1. Zasada partnerstwa

ŚDS w Pleszewie szanując prawa i indywidualność uczestnika, prowadzi rehabilitację za jego zgodą.

Warunkiem rozpoczęcia rehabilitacji jest uzyskanie zaufania, akceptacji programu i współpracy. Oddziaływania rehabilitacyjne mają charakter współpracy, a nie systemu nakazów

2. Zasada wielostronności oddziaływań

Oddziaływania rehabilitacyjne w ŚDS odbywają się jednocześnie w różnych sferach życia codziennego: rodzinnej, zawodowej, towarzyskiej i społecznej. Wymaga to ścisłej współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego, dobrej znajomości problemów uczestnika i jego środowiska.

3. Zasada stopniowania trudności

Zasada ta realizowana jest w zakresie wszystkich form oddziaływania i wynika ze zmniejszonych zdolności adaptacyjnych większości chorych psychicznie. Realizacja tej zasady wymaga użycia różnych form pomocy dostosowanych do zmieniających się możliwości uczestnika. Począwszy od całkowitego zastępowania go w decyzjach, działaniach i aktywności życiowej, które bywa czasem potrzebne w ostrej fazie choroby, aż do całkowitej lub prawie całkowitej samodzielności

4. Zasada powtarzalności oddziaływań

Ta zasada stosowana jest w ŚDS szczególnie wobec osób, u których proces chorobowy przebiega z okresowymi zaostrzeniami i po każdym trzeba powtórzyć nabyte już poprzednio umiejętności. U większości przewlekle chorych psychicznie rehabilitacja, a raczej jej efekty mogą być tylko częściowe i nie można osiągnąć, ani pełnego, ani trwałego powrotu do zdrowia.

Podstawą pracy w rehabilitacji psychiatrycznej w ŚDS jest stosowanie wzmocnień pozytywnych: chwalenie i nagradzanie najdrobniejszych postępów oraz unikanie krytycyzmu i uwag negatywnych.

— Zasady pracy terapeutycznej zespołu wspierająco – aktywizującego

- zasada akceptacji – odzwierciedlająca się w pozytywnym stosunku pracowników ŚDS do uczestnika; uczestnik ma inne potrzeby oraz prawo do szczególnej pomocy; zapewnienie wszelkich form terapii, opieki i pomocy,
- kształtowanie właściwej atmosfery i odpowiednich warunków wychowawczych w środowisku,
- zasada indywidualizacji – dostosowanie terapii do indywidualnych właściwości uczestnika oraz uwzględnienie jego potrzeb,
- zasada współpracy z rodziną, opiekunami- zasada wspólnego, uzgodnionego działania , aby wspomagać każdy wysiłek uczestnik na drodze ku usprawnianiu,
- zasada personalizacji – traktowanie uczestnika podmiotowo,
- zasada pomocniczości – pomoc w samorealizacji, pobudzanie, ale nie wyręczanie,
- zasada poszerzania autonomii – uczestnik ma prawo do intymności, dokonywania wyborów,
- zasada wielospecjalistycznego podejścia i współpracy z rodziną lub opiekunami,
- zasada powstrzymywania się od ocen,
- zasada poufności – w tym zachowania tajemnicy,

- zasada obiektywizmu.

— Rodzaje rehabilitacji psychiatrycznej realizowane w ŚDS

Cechą rehabilitacji w ŚDS jest jej kompleksowość, co oznacza: złożony proces oddziaływań leczniczych, społecznych, zawodowych wymagający współpracy różnych specjalistów którego celem jest: uzyskanie optymalnej sprawności do samodzielnego, aktywnego życia w społeczeństwie.

W ŚDS rehabilitacja lecznicza, społeczna i zawodowa stanowi system skoordynowanych oddziaływań, które mają umożliwić przewlekle psychicznie chorym samodzielną egzystencję, podjęcie aktywności życiowej oraz integrację społeczną.

Rehabilitacja lecznicza

Stanowi zespół działań prowadzących do możliwie najpełniejszego odzyskania sprawności psychofizycznej, utraconej wskutek choroby.

Podstawowymi elementami rehabilitacji leczniczej w ŚDS są:

- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia,
- nauczanie czynności codziennych,
- wczesna diagnoza i prognoza społeczna,
- pielęgnowanie,
- terapię ruchową,
- poradnictwo psychologiczne.

W ŚDS wykorzystuje się różne formy aktywności celem rozwinięcia zdolności adaptacyjnych i zachowanych sprawności uczestnika, aby umożliwić mu najlepsze przystosowanie się do zmienionej przez chorobę sytuacji życiowej.

Rehabilitacja społeczna

Obejmuje zarówno proces przygotowania uczestnika do aktywnego życia, jak i kształtowanie warunków i postaw otoczenia tak, aby umożliwić jednostce pełną integrację środowiskową.

Rehabilitacja zawodowa

Obejmuje poradnictwo i inne formy postępowania przygotowujące do podjęcia przez uczestnika zatrudnienia.

Późna rehabilitacja psychiatryczna

W ŚDS stosowana jest późna rehabilitacja psychiatryczna. Najważniejszą rolę w tej rehabilitacji odgrywają oddziaływania kształtujące motywację do akceptowanych przez otoczenie zachowań, pobudzające do celowej aktywności, odtwarzające i podtrzymujące umiejętności z zakresu:

samoobsługi, dbałości o higienę i estetyczny wygląd, nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów z ludźmi, opanowywanie uciążliwych dla otoczenia objawów choroby. Kształtowaniu tych umiejętności powinna towarzyszyć systematyczne usprawnianie ruchowe.

— Formy działalności

Program terapeutyczny w ŚDS realizowany jest poprzez postępowanie wspierająco – aktywizujące dostosowane do potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika.

Uczestnicy pod okiem wykwalifikowanych specjalistów terapeutów uczestniczą w zajęciach, które odbywają się w zakresie przewidzianym planami. Plany te uwzględniają założenia indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących tworzonych przez zespół wspierająco-aktywizujący. W ramach działalności domu, w wyznaczonych dniach i godzinach, odbywają się zajęcia klubowe przeznaczone dla osób oczekujących na przyjęcie do domu oraz byłych uczestników. Funkcjonuje również Punkt Konsultacyjny oferujący pomoc osobom przewlekle psychicznie chorym i ich rodzinom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze.

Usługi w domu świadczone są w trzech pracowniach:

I. W pracowni funkcjonowania w codziennym życiu

W ramach tej pracowni zajęcia odbywają się w dwóch salach:

1. W sali nr 1: trening kulinarny, trening budżetowy
2. W sali nr 2: trening umiejętności praktycznych

Zajęcia w tej pracowni służą poprawieniu samoobsługi i podniesieniu samodzielności uczestników w wykonywaniu podstawowych czynności domowych; przyczynić się mają do ogólnego rozwoju i poprawy sprawności takich jak dobre prowadzenie własnego gospodarstwa domowego, zaradność, dobra organizacja dnia. Czynności te należą do niezbędnych do prowadzenia niezależnego, samodzielnego i aktywnego życia, na miarę indywidualnych możliwości uczestnika.

Trening rozpoczyna się od opanowywania najprostszych czynności, a następnie próg trudności zadań jest stopniowo podnoszony; po rozpoznaniu indywidualnych możliwości i predyspozycji poszczególnych uczestników, wprowadzane są czynności bardziej rozbudowane, mobilizujące do samodzielności w działaniu, rozwijania i utrwalania osobistych nawyków sanitarno – higienicznych.

II. W pracowni działań twórczych

W ramach tej pracowni zajęcia odbywają się w trzech salach:

1. W sali nr 1: zajęcia plastyczne
2. W sali nr 2: zajęcia muzyczne, zajęcia świetlicowe (literatura, gry i zabawy, audycje radiowe i telewizyjne, spotkania towarzyskie i kulturalne)
3. W sali nr 3: zajęcia komputerowe

Zajęcia polegają na usprawnianiu fizycznym i psychicznym poprzez podejmowanie różnych działań wspierająco – aktywizujących o charakterze zajęć manualnych oraz umysłowych. Dobór zajęć

uwzględnia aktualny stan psychiczny, możliwości fizyczne i poziom społeczno-kulturalny uczestnika. Taka forma zajęć jest ważnym czynnikiem w zapobieganiu regresji. Polega na stopniowym angażowaniu uczestnika w życie społeczne przez udział we wspólnej celowej aktywności, zwykle z pogranicza pracy użytkowej i twórczości artystycznej. To stwarza uczestnikowi możliwość bezsłownej ekspresji przeżyć oraz poczucie przynależności do grupy, co pozwala mu na integrację z nią i skłania do współdziałania z innymi ludźmi. Celem zajęć jest nie tylko odtworzenie więzi grupowych i współpracy z innymi, ale stopniowe zrozumienie własnych potrzeb i możliwości oraz odzyskanie wiary w siebie.

III. W pracowni zdrowego stylu życia

W ramach tej pracowni zajęcia odbywają się w dwóch salach:

1. W sali nr 1: terapia ruchowa, zajęcia sportowe i rekreacyjne
2. W sali nr 2: trening nauki higieny, trening dbałości o wygląd zewnętrzny i otoczenia pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

Zajęcia realizowane są w oparciu o założenia ww. rehabilitacji leczniczej. Istotne jest tutaj idea promowania zdrowego stylu życia oraz utrwalanie odpowiednich nawyków i umiejętności dotyczących higieny.

Dodatkowe formy działalności:

1. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Trening dotyczy wszystkich możliwych celowych działań związanych z kontaktem z drugą osobą i grupą, naukę rozwiązywania problemów i adaptacji do różnorodnych sytuacji społecznych, w tym:

- podtrzymywanie umiejętności komunikowania się werbalnego i niewerbalnego,
- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi i z innymi osobami (na terenie ŚDS, w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury, w punktach użyteczności publicznej)

2. Poradnictwo psychologiczne

Forma pomocy oferowana przez psychologa uczestnikom ŚDS-u i ich opiekunom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze. Celem jest zidentyfikowanie problemu i poszukiwanie sposobów jego rozwiązania.

Poradnictwo obejmuje ponadto:

- Interwencję kryzysową – działanie zmierzające do odzyskania przez osobę dotkniętą kryzysem zdolności jego samodzielnego rozwiązania, służy wsparciu emocjonalnemu osoby w kryzysie. Kryzys jest stanem, który cechuje się dużym napięciem emocjonalnym, uczuciem przerażenia, obawą przed utratą kontroli i poczuciem bezradności oraz różnymi formami dezorganizacji zachowania i objawami somatycznymi.
- Prewencję psychologiczną – zespół działań, w których wykorzystuje się metody i środki psychologiczne w celu obniżenia prawdopodobieństwa wystąpienia zaburzeń w

funkcjonowaniu somatycznym, psychicznym i społecznym. Cel ten osiąga się poprzez przeciwdziałanie czynnikom ryzyka lub ich minimalizowanie i wzmacnianie zasobów.

3. Poradnictwo socjalne

Forma pomocy oferowana przez pracownika socjalnego uczestnikom ŚDS-u oraz ich rodzinom i opiekunom, której celem jest prowadzenie dokumentacji, pomoc w załatwianiu formalności, wypełnianiu dokumentów do urzędów i instytucji, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych oraz aktywizacja zawodowa uczestników.

4. Działalność klubowa

Działalność klubowa – prowadzona zgodnie z potrzebami zgłaszanymi przez uczestników, w czasie wyznaczonym przez dyrektora

5. Punkt konsultacyjny

Pomoc oferowana osobom z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzinom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze.

6. Dowóz uczestników

ŚDS zapewnia uczestnikom dowożenie na zajęcia i odwożenie po zajęciach.

W ramach wszystkich usług przewiduje się sprawowanie niezbędnej opieki, którą objęty zostanie każdy uczestnik Środowiskowego Domu Samopomocy.

— Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania:

Zatrudniona w Środowiskowym Domu Samopomocy w Pleszewie kadra, która tworzy zespół wspierająco-aktywizujący posiada odpowiednie kwalifikacje do świadczenia usług na rzecz uczestników. Pracownicy posiadają kwalifikacje zgodne z obowiązującymi przepisami. W miarę możliwości systematycznie korzystają ze szkoleń zewnętrznych i wewnętrznych.

Personel ŚDS stanowią:

- dyrektor,
- z-ca dyrektora,
- główna księgowa,
- psycholog,
- pracownik socjalny
- terapeuci,
- instruktorzy terapii zajęciowej,
- fizjoterapeuta,

- pielęgniarka,
- opiekun
- sprzątaczką.

Obiekt, w którym usługi są świadczone jest usytuowany w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestników zajęć, jest pozbawiony barier architektonicznych, jest wyposażony w udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym.

Pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty niezbędne do prowadzonych w nich zajęć i do realizacji zadań wspierająco-aktywizujących.

— Metody, sposoby i kryteria oceny efektów działalności ŚDS, w tym postępów uczestników

Dla każdego z uczestników ŚDS w Pleszewie ustalony jest indywidualny plan wspierająco-aktywizujący, odpowiedni do jego potrzeb i możliwości psychofizycznych, zawierający rodzaj świadczonych usług oraz metody oddziaływania.

Zespół wspierająco-aktywizujący zbiera się w zależności od potrzeb, co najmniej raz na 6 miesięcy, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.

Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestnika, prowadzone są dzienniki dokumentujące pracę zespołu wspierająco-aktywizującego, w których odnotowuje się prowadzone zajęcia, ich rodzaj oraz tematykę.

— Współpraca z innymi podmiotami

W realizacji swych zadań ŚDS współpracuje między innymi z:

- rodzinami i opiekunami podopiecznych,
- Miastem i Gminą Pleszew,
- Poradniami Zdrowia Psychicznego oraz Szpitalami psychiatrycznymi i innymi Zakładami
- Opieki Zdrowotnej,
- organizacjami pozarządowymi,
- Miejsko Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej
- Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie
- innymi Środowiskowymi Domami Samopomocy, Ośrodkami Wsparcia, Warsztatami Terapii
- Zajęciowej, Domami Pomocy Społecznej,
- ośrodkami kultury, sportu i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi,
- placówkami oświatowymi,
- Powiatowym Urzędem Pracy,

- Zakładami Pracy Chronionej,
- Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych,
- innymi osobami i podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników.

Szczególny nacisk ŚDS kładzie na integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym rodzinnym) poprzez wycieczki, imprezy sportowe, towarzyskie, kulturalne, spotkania integracyjne, świąteczne na większą i mniejszą skalę.

— Przyjęte kierunki dalszego rozwoju ŚDS w Pleszewie

- Wprowadzenie nowych form wsparcia i rodzajów zajęć w celu zainteresowania uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych oraz rozwijania, podtrzymania umiejętności uczestników,
- Budowanie właściwych relacji z otoczeniem społecznym w celu wzrostu świadomości i akceptacji społeczności lokalnej na temat osób niepełnosprawnych,
- Szkolenia pracowników doskonalące ich warsztat merytoryczny,
- Wyposażenie placówki w nowy sprzęt ułatwiający pracę oraz urozmaicający ofertę zajęć terapeutycznych.