

**PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
POWIATOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W WĘGORZEWIE
DLA TYPU DOMU A**

Cel ogólny działania Domu

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie jest ośrodkiem wsparcia o zasięgu ponadlokalnym działającym w formie jednostki budżetowej, jako jednostka organizacyjna Powiatu Węgorzewskiego. Dom jest jednostką dziennego pobytu przeznaczoną dla 34 osób tj. dla osób przewlekle psychicznie chorych, osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, w tym również dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi i osób ze spektrum autyzmu.

Celem działalności Domu jest utrzymanie osoby w jej naturalnym środowisku społecznym i rodzinnym poprzez udzielanie wsparcia psychicznego, pomocy w zaspokajaniu potrzeb bytowych, edukacyjnych i społecznych oraz zapewnienie osobom korzystającym ze świadczeń Domu rehabilitacji społecznej obejmującej różnorodne formy treningów umiejętności społecznych oraz elementy terapii zajęciowej, a także podtrzymywanie i rozwijanie u osób z zaburzeniami psychicznymi umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, podejmowanie działań w celu przygotowania do podjęcia pracy, służyć partnerską radą i pomocą w sprawach związanych ze współżyciem społecznym, gospodarowaniem pieniędzmi, załatwieniem spraw poza Domem, wykonywaniem różnych zajęć i prac, aktywnym spędzaniem czasu wolnego, motywowaniem do pracy przez wykorzystanie posiadanych umiejętności, utrzymaniem kontaktów z rodziną i przyjaciółmi.

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie jest elementem przyjętej Uchwałą Nr XVIII/82/2016 Rady Powiatu w Węgorzewie z dnia 31 marca 2016r. i realizowanej „Strategii Rozwiązywania problemów społecznych Powiatu Węgorzewskiego na lata 2016-2023”. Działalność Domu wpisuje się w następujące Jej cele i zadania: Cel strategiczny: Wsparcie osób wymagających opieki, w tym rozwój systemu pieczy zastępczej, Cel szczegółowy nr 1: Wsparcie osób starszych i niepełnosprawnych.

Podstawą działalności Domu są:

- Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r.,
- uchwała Nr XLIV/302/2005. Rady Powiatu w Węgorzewie w sprawie utworzenia jednostki organizacyjnej: ośrodka wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi pod nazwą Powiatowy Dom Samopomocy,
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- wytyczne Wojewody Warmińsko-Mazurskiego dotyczące zasad i sposobu realizacji zadania z zakresu administracji rządowej – środowiskowe domy samopomocy.

Cele szczegółowe działania domu

Działania Domu:

- organizacja całokształtu spraw zmierzających do realizacji usług w ramach indywidualnych lub zespołowych treningów samoobsługi i treningów umiejętności społecznych zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika,
- umożliwienie udziału w terapii zajęciowej indywidualnej i grupowej oraz w innych formach zajęć wspierająco-aktywizujących,
- wsparcie w zakresie poradnictwa psychologicznego i pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- zapewnienie możliwości skorzystania z posiłku przygotowanego w ramach treningu kulinarnego w czasie pobytu,
- udzielanie kompleksowej pomocy przy rozwiązywaniu spraw i problemów,
- współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika oraz innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- zapewnienie właściwego poziomu usług.

Formy działalności

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie w celu zapewnienia integracji społecznej uczestników stale **współpracuje** z rodzinami uczestników. Częste są kontakty telefoniczne oraz osobiste rozmowy indywidualne zawsze wtedy, gdy zachodzi taka potrzeba.

Dzięki częstemu kontaktowi pracowników PDS z rodzinami, możliwa jest bieżąca wymiana informacji dotyczących zdrowia i samopoczucia uczestników, jak i aktualnych problemów, na które napotykają uczestnicy i ich bliscy. Ponadto pracownik socjalny udziela pomocy w zakresie rozwiązywania spraw i problemów życiowych domowników. Często jest mediatorem przy rozwiązywaniu różnych problemów. Wzmacnia i pobudza aktywność społeczną, inicjuje nowe formy udzielania pomocy.

Placówka współpracuje z różnymi urzędami i instytucjami. Najczęściej potrzebny jest kontakt z Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej oraz z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Węgorzewie. Pracownik socjalny udziela uczestnikom informacji o świadczeniach, które można uzyskać z ośrodków pomocy społecznej i PCPR. W miarę potrzeb pomaga też w przygotowaniu i wypełnianiu niezbędnych dokumentów. Współpracujące instytucje są także pomocne w pozyskiwaniu nowych osób do PDS. Jednak przede wszystkim istotna jest możliwość podjęcia współdziałania mającego skoordynować działania pomocowe w każdym indywidualnym przypadku.

Wśród jednostek ochrony zdrowia najbardziej niezbędna jest współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego oraz ze Szpitalem Psychiatrycznym w Węgorzewie. Wczesne wykrycie niepokojących i nasilających się objawów choroby, umożliwia podjęcie rozmów z chorym, mających skłonić go do hospitalizacji .

PDS chętnie bierze aktywny udział w różnorodnych imprezach organizowanych przez zaprzyjaźnione placówki. Udział w tych licznych imprezach ma dwojakie oddziaływanie integracyjne. Daje to uczestnikom naszej placówki możliwość poznawania osób niepełnosprawnych z innych placówek. Skutkuje to nawiązywaniem nowych znajomości, a czasem nawet przyjaźni. Uczestnictwo w tego rodzaju spotkaniach spełnia też bardzo ważną rolę w integracji naszych uczestników ze środowiskiem lokalnym. Efektem tych imprez jest obalanie stereotypów na temat ludzi chorych psychicznie i niepełnosprawnych intelektualnie. Przeciwdziała to ich wyizolowaniu i stygmatyzacji. W efekcie chętniej i łatwiej wtapiają się oni w społeczność lokalną, chętniej i aktywniej uczestniczą w życiu kulturalnym miasta, doświadczają poczucia więzi z innymi ludźmi. Czując przychylność otoczenia odważniej wychodzą z domów. Następuje znaczna zmiana w społecznym funkcjonowaniu. Są ośmieleni, następuje stopniowa redukcja napięcia lękowego i strachu przed innymi. W konsekwencji zachęca to ich do podnoszenia swoich kompetencji społecznych (m.in. samodzielności i zaradności w załatwianiu swoich spraw w różnych urzędach i instytucjach). Przełamują niechęć i lęk przed nawiązywaniem kontaktów interpersonalnych. Zmniejszeniu ulega deficyt umiejętności społecznych czego efektem jest podniesienie samooceny i poczucia własnej wartości, co w sposób istotny wpływa na jakość życia uczestników.

Formy i metody prowadzonej działalności terapeutycznej – w odniesieniu do domu typu A

tj. osób przewlekłe psychicznie chorych, w tym również dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub osób ze spektrum autyzmu

Trening funkcjonowania w codziennym życiu

- trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny, który ma na celu nabycie umiejętności związanych z higieną osobistą,
- trening kulinarny, mający na celu opanowanie oraz doskonalenie umiejętności planowania, przygotowywania posiłków, rozwijanie umiejętności pracy w grupie,
- trening umiejętności praktycznych, ma na celu nabycia umiejętności posługiwania się sprzętem AGD i RTV oraz umiejętności wykonywania czynności niezbędnych i przydatnych w codziennym życiu (sprzątanie, pranie, dbanie o rośliny doniczkowe, prace na zewnątrz budynku, szycie na maszynie, szycie ręczne).

Trening budżetowy

W ramach treningu budżetowego, uczestnicy poznają wartość pieniądza, uczą się robienia zakupów, przygotowywania listy potrzebnych artykułów m.in. do treningów kulinarnych, rozpoznawania przydatności do użycia, orientacji w cenach i dokonania obliczeń, zapoznanie się ze sklepami w mieście i udzielania informacji, gdzie można nabyć konkretne grupy artykułów.

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

- rozwijanie zainteresowań indywidualnych uczestników poprzez wskazywanie ciekawych pozycji książkowych, artykułów, audycji telewizyjnych, stron internetowych,
- rozwijanie umiejętności korzystania z takich form spędzania wolnego czasu jak: udział w imprezach kulturalnych, towarzyskich i sportowych,
- angażowanie w gry i zabawy integracyjne,
- udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.

PDS organizuje dla uczestników imprezy okolicznościowe, wyjazdy do kina i teatru, pikniki w okresie letnim, wycieczki krajoznawczo-rekreacyjne, obchodzenie kolejnej rocznicy działalności Domu, festyn rodzinny, festyn dla zaprzyjaźnionych placówek oraz Wojewódzki Przegląd Teatrów Pantomimy. Organizowane są także wyjazdy na coroczne spotkania integracyjne, przeglądy artystyczne, festyny, zawody sportowe.

Udział w takich formach spędzania czasu wolnego ma na celu wyrabianie i podtrzymywanie u uczestników zainteresowania życiem społecznym i kulturalnym, a także nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów ze społecznością lokalną.

Trening umiejętności interpersonalnych, rozwiązywania problemów oraz trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się

- umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi oraz nawiązywania i podtrzymywania rozmów,
- umiejętność rozwiązywania sytuacji konfliktowych,
- skłonność do pomagania innym,
- wywiązywanie się ze zobowiązań podjętych wobec innych,
- umiejętność funkcjonowania w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności,
- kształtowanie zdolności komunikacyjnych,
- treningi asertywności.

Terapia zajęciowa prowadzona codziennie zgodnie z harmonogramem i planem pracy w poszczególnych pracowniach.

Efektem prowadzonych zajęć powinno być nabycie przez uczestnika praktycznych umiejętności przydatnych w codziennym życiu, rozwijanie umiejętności manualnych i percepcyjnych, wyzwalamie aktywności twórczej, poprawa samooceny, nauka staranności i dokładności w pracy, rozwijanie wyobraźni i wrażliwości, kształtowanie umiejętności pracy w grupie.

Terapia ruchowa

Celem działań podejmowanych w Sali rehabilitacyjnej są ćwiczenia ogólnousprawniające, relaksacyjne, oddechowe i przy muzyce, zabawy sportowe, które mają na celu podtrzymanie

ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, pobudzenie aktywności, przygotowania do zawodów sportowych, turniejów;

Zajęcia z treningu komunikacji interpersonalnej i umiejętności społecznych

1. Zasady pracy w grupie
2. Treningi podstawowych umiejętności prowadzenia rozmowy
3. Zachowania werbalne i niewerbalne w kontakcie z drugą osobą
4. Nauka zachowań prospołecznych
5. Komunikacja interpersonalna
6. Agresja słowna i werbalna
7. Pisanie podania, wniosku, prośby

Zajęcia z psychologiem

Psycholog ma za zadanie poznać uczestników Domu pod kątem rodzaju schorzenia i stopnia zaburzeń osobowości. Prowadzi zajęcia z psychoedukacji, zajęcia terapeutyczne mające na celu integrację uczestników, zwiększenie wglądu we własny świat psychiczny, nauka radzenia sobie z emocjami, pogadanki, trening umiejętności społecznych (integracja – poznajmy się, rozwiązywanie konfliktów, radzenie sobie z trudnymi emocjami, asertywność, relaksacja); Poradnictwo psychologiczne, diagnostyka (wskazówki/zalecenia do wykorzystania w tworzeniu, ewentualnej modyfikacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących).

Zaproponowane zajęcia dla uczestników PDS będą w ciągu roku realizowane w pełnym zakresie zgodnie z rocznym planem pracy. Poszczególne formy zajęć dopasowane są do możliwości i umiejętności uczestników. Każdy rozwija się zgodnie z własnymi predyspozycjami, bez presji czasu. Każda z osób podczas dnia zajęć w PDS uczestniczy w zajęciach różnych pracowni, w pracach porządkowych, treningach umiejętności społecznych, terapii ruchowej oraz treningach kulinarnych, ma również czas na rozmowy z innymi uczestnikami i pracownikami PDS. Efekty działań nie są w pełni mierzalne. Wskaźnikiem może być udział naszych uczestników w licznych konkursach, zawodach, festiwalach i przeglądach co świadczy o polepszeniu się ich stanu psychofizycznego i socjalizacji.

Sposoby oceny efektów działalności domu, w tym postępów uczestników

Oceny postępów uczestników dokonuje się w oparciu o indywidualne plany postępowania wspierająco-aktywizujące, które zawierają zakres usług terapeutycznych świadczonych w domu oraz określają czas niezbędny do realizacji założonych celów terapeutycznych. Ocena dokonywana jest w oparciu o szczegółowe kryteria:

1. Trening umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu
2. Trening budżetowy
3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów oraz umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się
5. Trening umiejętności nabywanych podczas terapii zajęciowych
6. Trening umiejętności nabywanych podczas terapii ruchowej

Możliwości realizacji poszczególnych form działania

Powiatowy Dom Samopomocy mieści się w zakupionym przez Powiat obiekcie, w którym swoje siedziby mają: Powiatowy Urząd Pracy, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna.

PDS jest usytuowany w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestników zajęć, przystosowany architektonicznie do potrzeb osób niepełnosprawnych, w tym dla osób mających problemy z poruszaniem się oraz pozbawiony jest zewnętrznych i wewnętrznych barier architektonicznych. Powierzchnia użytkowa, ilość pomieszczeń, urządzenia, wyposażenia pracowni jest zgodna ze standardami przewidzianymi w §18 rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy. Wszystkie pracownie, sale i pomieszczenia posiadają wyposażenie niezbędne do prowadzenia zajęć wspierająco-aktywizujących.

Kadra stała i zatrudniana doraźnie

W Powiatowym Domu Samopomocy w Węgorzewie jest zatrudniona wykwalifikowana kadra pracowników merytorycznych jak i obsługi spełniająca m.in. wymagania w zakresie odpowiednich cech osobowościowych. Pracownicy merytoryczni podwyższają stale swoje kwalifikacje zawodowe, biorą udział w różnego rodzaju: szkoleniach, kursach, warsztatach. Kierownik PDS zatrudnia, odpowiednio do potrzeb, osoby posiadające następujące kwalifikacje zawodowe:

1. psychologa,
2. pracownika socjalnego,
3. pedagoga,
4. instruktora terapii zajęciowej,
5. inne specjalistyczne, które będą odpowiadały rodzajowi i zakresowi usług świadczonych w domu.

Przyjęte kierunki dalszego rozwoju

W związku z potrzebą urozmaicenia zajęć planowane jest uczestniczenie w szkoleniach dotyczących nowych technik pracy i wprowadzanie ich do harmonogramu pracy.

Wnioski

Swoje działania na rzecz naszych uczestników kierujemy w obszarze wsparcia w zakresie podstawowych potrzeb bytowych, rehabilitacji społecznej, socjoterapii, psychoterapii, rozwoju, organizacji czasu wolnego, rozwijania potencjalnych umiejętności bez niepotrzebnego izolowania od środowiska.

Utworzenie Powiatowego Domu Samopomocy w Węgorzewie rozszerzyło ofertę pomocową dla osób z zaburzeniami psychicznymi na terenie Powiatu Węgorzewskiego. Dzięki temu osoby mające poważne trudności w życiu codziennym, wymagające pomocy i opieki niezbędnej do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, znalazły swoje miejsce.

Podstawowe efekty jakie zakładamy osiągnąć podczas codziennej pracy z uczestnikami PDS to:

- opanowanie określonych czynności w terapii pracą,
- poprawa koordynacji ruchowej i kondycji fizycznej,
- poprawa sprawności manualnych,
- rozwój zdolności poznawczych otaczającego świata, uwrażliwienie na piękno,
- rozwój artystyczny, wyobraźni, pomysłowości, ekspresji i inwencji twórczej,
- konstruktywne rozładowanie negatywnych emocji i napięć,
- otwieranie się na innych i własną rzeczywistość,
- wyrabianie nawyku poszanowania cudzej pracy i własności,
- wyrabianie poczucia odpowiedzialności za wykonywaną pracę,
- nabycie większej zaradności życiowej, wyrażającej się w lepszym radzeniu sobie z obowiązkami codziennego życia,
- rozszerzenie zakresu zainteresowań i umiejętności,
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości oraz godności, wiary we własne możliwości oraz usamodzielnienie,
- wdrożenie do porządku i czystości, wyrobienie nawyków stosowania form grzecznościowych i zachowania się w różnych sytuacjach życia publicznego,
- umiejętność współdziałania i porozumiewania się w grupie, pomocy koleżeńskiej,
- zwalczanie monotonii i uaktywnienie społeczne życia,
- zmniejszenie marginalizacji i alienacji społecznej,
- możliwości integracyjne, czyli ukształtowanie prawidłowych więzi ze środowiskiem.

Efekty w zakresie postępów uczestników nie są możliwe do określenia jednoznacznie dla wszystkich uczestników z uwagi na różne ich schorzenia, predyspozycje, osobowości.