

Plan pracy na rok 2014 Środowiskowego Domu Samopomocy w tarnowskich Górach przy Stowarzyszeniu „Serdeczni”

Rodzaje terapii zajęciowej	Metody i techniki zajęć	Zadania	Termin realizacji	Prowadzący	Cel / grupa docelowa
Postępowanie wspierająco-aktywujące	Trening funkcjonowania w codziennym życiu.	Kształtowanie nawyków codziennego i prawidłowego dbania o higienę osobistą, wygląd zewnętrzny, czystość ubioru, załatwiania potrzeb fizjologicznych. Przypominanie o utrzymaniu porządku w poszczególnych pomieszczeniach.	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Uświadamianie konsekwencji zaniedbań w tej sferze. Wypracowywanie poczucia obowiązku, dokładności, systematyczności. Grupa A,B,C
	Trening budżetowy	Uczestnicy poznają wartość pieniądza, uczą się robienia zakupów, przygotowywania listy potrzebnych artykułów, rozpoznawania przydatności do użycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń.	Dwa razy w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Kształtowanie nawyków racjonalnego dysponowania własnym budżetem. Grupa A,B,C
	Trening kulinarny	Nauka przygotowywania prostych posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości (estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznawanie przepisów kulinarnych, nauka przygotowywania potraw, dobór artykułów spożywczych).	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Kształtowanie zasad zdrowego odżywiania się, nauka obsługi sprzętu AGD. Grupa A,B,C
Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Elementy muzykoterapii	Wspólne słuchanie muzyki, śpiew.	Dwa razy w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Wprowadzanie w pogodny nastrój, umożliwienie rozładowania napięcia Grupa A,B,C
	Biblioterapia	Zachęcanie do przeglądania prasy codziennej, głośne czytanie wybranych książek, opowiadań, artykułów (w grupie), motywowanie do dyskusji o przeczytanych opowiadaniach, społecznie akceptowana obrona własnych przekonań, umożliwienie wypowiedzenia się na forum grupy.	Trzy razy w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii Grupa A,B,C
	Filmoterapia	Wspólne oglądanie wybranych filmów, inicjowanie dyskusji na temat obejrzanego filmu, umożliwienie wyrażania własnego zdania na forum grupy.	Raz w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	

	Teatroterapia	Przygotowywanie i prezentacja małych form teatralnych.	Okolicznościowo	Terapeuta zajęciowy	Ujawnianie stanów emocjonalnych, ich przedstawianie bądź wywołanie lub rozładowanie uczuć. Grupa A,B,C
	Terapia ruchowa	Prowadzenie gimnastyki ogólnousprawniającej, terapia tańcem, aerobik, jogoterapia. Prowadzenie pogadanek propagujących zdrowy styl życia.	Trzy razy w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Zmniejszenie zaburzeń równowagi, przywracanie sprawności fizycznej i psychicznej w możliwym do osiągnięcia zakresie. Grupa A,B,C
	Zajęcia społeczno-integracyjne	Poznanie różnorodnych form: kino, teatr, filharmonia, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie muzeów, zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne, spotkania w ramach różnych kół zainteresowania.	Zgodnie z kalendarzem imprez	Terapeuta zajęciowy, opiekunowie	Umożliwienie funkcjonowania w społeczeństwie. Grupa A,B,C
Ergoterapia	Hafciarstwo	Prowadzenie zajęć z zakresu technik: różnego rodzaju haftu (płaski, krzyżkowy, richelieu). Wykonywane prace: - haftowane obrusy - serwetki - poduszki - wełniane zabawki.	Raz w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Utrwalanie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, usprawnianie motoryki małej, koordynacji wzrokowo-ruchowej. Wypracowanie umiejętności samodzielnego podejmowania decyzji odnośnie zmiany wykonywanej czynności, kształtowanie cierpliwości poprzez stopniowe wydłużanie czasu pracy. Rozwijanie wyobraźni, rozwijanie kreatywności, estetyczne wykonanie zadania, podwyższenie poczucia własnej wartości. Grupa A,B,C
	Dziwiarstwo	Powiększanie zakresu umiejętności poprzez: wykonywanie takich czynności jak: fastrygowanie, szycie ręczne, szycie artystyczne, szydełkowanie.	Raz w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	

	Krawiectwo	Prowadzenie zajęć z zakresu zaradności życiowej: nauka prasowania, reperacja odzieży, przygotowywanie kostiumów do przedstawień, dekoracji.	Raz w tygodniu	Terapeuta zajęciowy	Ćwiczenie manualne rąk, zachęcanie do samodzielności. Grupa A,B,C
	Hortikuloterapia	Pielęgnacja roślin doniczkowych, zakładanie i utrzymanie klombów, sianie kwiatów - rozwój indywidualnych uzdolnień i własnych zainteresowań;	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Wykształcenie poczucia obowiązku i odpowiedzialności. Grupa A,B,C
Arteterapia	Rysunek	Prowadzenie zajęć z zakresu takich technik jak: rysowanie kredkami, ołówkiem, węglem, kredą itp.	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Poprawienie samopoczucia psychicznego, nawiązywanie kontaktu z otaczającym światem, pogłębienie znajomości samego siebie, uzewnętrznianie problemów, uczuć i przeżyć. Grupa A,B,C
	Malarstwo	Powiększenie umiejętności z zakresu technik: malowanie farbami plakatowymi, akwarelą, witrażowymi, olejnymi, do szkła, tuszem	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Wpływanie na uwolnienie nagromadzonych złych emocji i odreagowanie, pobudzanie sensoryczne, rozwijanie działań twórczych, kreowanie pozytywnego myślenia, rozwijanie umiejętności manualnych.. Grupa A,B,C
	Sztuki użytkowe	Powiększanie zakresu umiejętności poprzez wykonywanie: kartek okolicznościowych. Praca techniką: pergaminową, filcowanie na mokro, decoupage. Przygotowywania projektów witrażowych, wykonywanie prac z witrażu z zachowaniem zasad bezpieczeństwa według wcześniej przygotowanego projektu.	Praca ciągła	Terapeuta zajęciowy	Wzmacnianie i wykorzystanie kreatywności do poprawy samopoczucia psychicznego, usprawnianie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo – ruchowej, zaspokojenie potrzeby samorealizacji.
	Zdobnictwo i	Powiększanie zakresu umiejętności poprzez	Praca ciągła	Terapeuta	

	dekoratorstwo	wykonywanie: stroików okazjonalnych, świątecznych ozdób, ozdób wykorzystywanych podczas różnego rodzaju imprez integracyjnych. Ikebana - układanie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów, roślin, owoców oraz darów natury, np. kory drzewa, szyszek, mchu, muszli, drewna, piór itp., kompozycje w wazonie, w ramach obrazów, koszykach. Zdobienie różnych przedmiotów np. ramek.		zajęciowy	Grupa A,B,C
Kształtowanie umiejętności społecznych i interpersonalnych		<p>Trening umiejętności interpersonalnych, społecznych i rozwiązywania problemów:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie umiejętności interpersonalnych, - nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych, - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikacji w grupie, rozpoczynania, podtrzymywania i kończenia rozmowy, - kształtowanie i rozwijanie asertywności, rozpoznawania emocji, empatia, poznanie metod rozwiązywania problemów i trening umiejętności z tym związanych, pogadanki i dyskusje, odgrywanie scenek, - kształtowanie umiejętności spędzania czasu wolnego, rozwijanie własnych zainteresowań i pasji poprzez różne rodzaje aktywności fizycznej i umysłowej, - kształtowanie odpowiednich postaw w sytuacjach ekspozycji społecznej podczas codziennych zajęć w Domu i poza nim, - kształtowanie postaw podopiecznego jako członka grupy, Domu, społeczeństwa lokalnego i środowiska. <p>Konsultacje psychologiczne:</p>	Praca ciągła	Psycholog	Grupa A,B,C

Pomoc psychologiczna		<ul style="list-style-type: none"> - spotkania zespołu wspierająco aktywizującego w celu omówienia indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących dla podopiecznych i ich realizacji (min. raz na 6 miesięcy) , - kształtowania planu dnia Domu - analiza sytuacji trudnych, interwencja kryzysowa, bezpośredni kontakt z podopiecznymi i uzyskiwanie informacji o ich samopoczuciu - budowanie poczucia własnej wartości, kształtowanie i wspieranie poczucia samodzielności i wiary we własne zdolności - poradnictwo psychologiczne, prowadzenie dokumentacji dotyczącej udzielanych porad psychologicznych, profilaktyka prozdrowotna, zwiększanie aktywności podopiecznych w procesie leczenia, rozpoznawania i rozróżniania objawów, konieczności brania leków 	Praca ciągła	Psycholog	Grupa A,B,C
Praca socjalna		<p>Kontakt z kandydatami do ŚDS i ich rodzinami, udzielanie niezbędnych informacji związanych z działalnością Domu.</p> <p>Kompletowanie i prowadzenie niezbędnej dokumentacji socjalnej uczestników.</p> <p>Udzielanie informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych, urzędowych i socjalno-bytowych, udział</p>	<p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Pracownik socjalny</p> <p>Pracownik socjalny</p>	<p>Grupa A,B,C/rodzice opiekunowie</p> <p>Grupa A,B,C/rodzice opiekunowie</p>

		<p>w opracowywaniu indywidualnych planów pracy.</p> <p>Prowadzenie poradnictwa o przysługujących świadczeniach i formach pomocy. Współpraca z rodzinami.</p> <p>Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.</p>	<p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Pracownik socjalny</p> <p>Pracownik socjalny</p> <p>Pracownik socjalny</p>	<p>Grupa A,B,C/rodzice opiekunowie</p> <p>Grupa A,B,C/rodzice opiekunowie</p> <p>Grupa A,B,C/rodzice opiekunowie</p>
--	--	---	---	---	--

Praca zespołu w ramach spotkań grupowych z uczestnikami, rodzicami i opiekunami

1. Tematyka spotkań zespołu prowadzonych przez psychologa:

- 1) praca z osobami z zaburzeniami psychicznymi:
 - a) przebieg choroby, leczenie,
 - b) charakterystyka zaburzeń wedle ICD 10
 - c) etiologia funkcjonowanie osoby chorej i jej potrzeby,
- 2) niepełnosprawność intelektualna – czym jest:
 - a) charakterystyka niepełnosprawności intelektualnych (upośledzenia umysłowe),
 - b) funkcjonowanie osoby niepełnosprawnej intelektualnie w różnych sferach życia,
 - c) kontakt terapeutyczny,
- 3) kontakt terapeutyczny:
 - a) rola kontaktu terapeutycznego w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie i z zaburzeniami psychicznymi,
 - b) komunikacja werbalna i niewerbalna – rozmowa i słuchanie,
- 4) rozwiązywanie konfliktów:
 - a) czym jest konflikt,
 - b) sposoby rozwiązywania konfliktów,
- 5) Rozwiązywanie problemów:
 - a) rodzaje problemów,
 - b) strategie rozwiązywania problemów,
 - c) przeszkody w rozwiązywaniu problemów i sposoby ich przewycięzania,
2. Pomoc pedagogiczna dla osób z zaburzeniami psychicznymi typu A,B,cykl spotkań dla uczestników Domu oraz ich rodziców i opiekunów:
 - 1) źródła pomocy pedagogicznej,
 - 2) metody pracy,

- 3) środki do zaspakajania potrzeb,
 - 4) rozwój zainteresowań i pasji,
 - 5) kształtowanie pozytywnych postaw,
 - 6) funkcjonowanie w grupie rówieśniczej
3. Pedagogiczne aspekty pomocy rodzinie osób z zaburzeniami psychicznymi- 2-3 spotkania dla rodziców i opiekunów podopiecznych ŚDS.

STAROSTA

(-) Józef Burdziak