

REKOMENDACJE

Podsumowanie pracy uczestników seminarium pt.: „Metody pracy z Seniozem z uwzględnieniem najczęściej występujących schorzeń wieku podeszłego”

Seminarium zostało przeprowadzone 11 września 2018r. W ośmio-godzinnym spotkaniu uczestniczyli pracownicy: placówek zapewniających dzienną opiekę i aktywizację osób starszych, środowiskowych domów samopomocy, domów pomocy społecznej. Seminarium miało charakter warsztatowo- teoretyczny.

Podczas seminarium poruszono następujące obszary:

1. Indywidualne potrzeby seniorów.
2. Sposoby opieki i aktywizacji seniorów.
3. Organizacja miejsca przyjaznego dla pobytu seniorów.
4. Potrzeby osób pracujących z seniorami.

Uczestnicy seminarium dzieląc się własnymi doświadczeniami i przemyśleniami wyróżnili następujące zagadnienia związane z indywidualnymi potrzebami seniorów:

- Potrzeby bytowe (żywność, miejsce zamieszkania, ubranie, sprawy urzędowe, opieka lekarska, itp.).
- Potrzeby psychologiczne (bezpieczeństwo, uwaga, szacunek, bycie zauważonym i docenionym, samorealizacja).
- Potrzeby społeczne (możliwość pełnienia roli, integracja międzyludzka, kontakty rodzinne).
- Potrzeba realizacji wartości religijnych.
- Potrzeby obywatelskie.
- Potrzeby poznawcze, samorealizacji i rozwoju zainteresowań (czytelnictwo, wyjazdy, itp. - rozwój procesów poznawczych).
- Potrzeba aktywności fizycznej.
- Potrzeba atrakcyjnego wyglądu.
- Potrzeba poszanowania indywidualnego zdania.
- Potrzeba bliskości, dotyku, seksualne.

Dużą dyskusję wywołało zagadnienie związane z potrzebą bliskości wśród seniorów, potrzebami seksualnymi – uczestnicy otworzyli temat, pt.: jak oni jako pracownicy mają reagować w takiej sytuacji?

W dalszej kolejności został poruszony temat dotyczący opieki i aktywizacji seniorów. Uczestnicy podkreślili, że aby seniorzy chcieli być aktywni, przyjmowali opiekę ze strony innych, niezbędne jest zapewnienie im:

- Poczucia bezpieczeństwa -aby człowiek chciał się włączyć w działanie/współdziałanie dla jego komfortu niezbędne jest zapewnienie poczucia bezpieczeństwa zarówno fizycznego jak i psychicznego.

- Poczucia bycia docenionym - człowiek potrzebuje poczuć się doceniony, zauważony (zaleca się stosowanie nagród za aktywność w formie wycieczek, bonusów, pochwał).
- Poczucia bycia potrzebnym – wykluczenie społeczne wydarza się m.in. z przyczyny iż ludzie przestają być „społecznie potrzebni” – istotne jest aby zapewnić seniorom warunki, aby czuli: że są ważni dla „innych”, że komuś na nich zależy, że mają możliwość pokazania się i dzielenia tym co potrafią.
- Poczucia bycia zaangażowanym – istotne jest aby seniorzy przyjmowali na siebie zobowiązania vs. odpowiedzialność, dzięki czemu stają się zaangażowani.
- Poczucia bycia traktowanym zgodnie z własnym „ja” seniora - proponować zadania, które mają znaczenie dla seniora, które są dla niego atrakcyjne ze względu na wiek, doświadczenie życiowe. NIE dla traktowania seniorów jak dzieci.
- Poczucia bycia we wspólnocie, towarzyszenie – ważne aby człowiek był w grupie ludzi, zwłaszcza rówieśników, którzy posiadają podobne problemy i potrzeby.
- Poczucia wyboru – istotne jest aby proponować różnorodne zajęcia i dawać seniorom wolność w wyborze tych, które dla nich są najatrakcyjniejsze.

Dodatkowo uczestnicy podkreślili, iż aby stworzyć atmosferę sprzyjającą aktywizacji seniorów z strony pracowników placówek niezbędna jest uważność i obserwacja nastawiona na „ja” seniorów. „Ja” w rozumieniu – indywidualne potrzeby, przyzwyczajenia, radości seniora.

W kwestii najskuteczniejszych/najbardziej lubianych technik pracy z seniorem uczestnicy wymienili:

- Gry i zabawy, takie jak: „Taniec po mapie”, „Gra terenowa na terenie ośrodka i ogrodu”, „Zajęcia teatralne”, „Activ senior”, techniki sensoryczne, reminiscencyjne, poznawcze i inne.
- Dział wszelkiej pomocności - czyli kompleksowe wsparcie seniorów, zapewnienie „łagodnego przejścia”- pomiędzy domem a ośrodkiem, stworzenie „bezpiecznej przystani” w ośrodku.
- Dział skarg i wniosków - czyli jak się skutecznie komunikować z seniorem z poszanowaniem dla jego praw i obowiązków.
- Dział obserwacji - czyli uważność na indywidualne potrzeby, przyzwyczajenia, radości seniora.

Uczestnicy podkreślali również, iż dla zapewnienia komfortu pracy z seniorem niezbędne jest również odpowiednie dostosowanie miejsca. Należy uwzględnić:

- Adaptację schodów, progów, podjazdów, drzwi dla osób na wózkach, windy, platformy na wózki.
- Zapewnienie uchwytów, np. w łazienkach, pokojach, korytarzach.
- Zapewnienie mat antypoślizgowych (np. łazienki, schody).
- Dostosowanie oświetlenia (nocne, dzienne, punktowe).
- Zastosowanie kontrastów – dla poprawy orientacji w przestrzeni.
- Dostosowanie odpowiednich mebli (krzesła, łóżka).
- Opracowanie czytelnych napisów informacyjnych.
- Stworzenie miejsca do odpoczynku/ spotkań (ogród, pokój dzienny, itp.).

- Zapewnienie pojazdów dostosowanych do przewożenia osób starszych.
- Zapewnienie przedmiotów pozwalających orientować się w przestrzeni: zegar, kalendarz, mapa, itp.
- Zapewnienie osobistych przedmiotów seniora- zdjęcia, bibeloty, biblioteka, itp.
- Otwartość i miejsce dla ośrodkowego pupila – zwierzęta.

Ostatnim obszarem poruszonym na seminarium były potrzeby związane z komfortem pracy osób pracujących z seniorami. Uczestnicy seminarium podkreślali, że aby praca była dla nich komfortowa niezbędne jest zapewnienie im następujących warunków, takich jak:

- Odpowiednie wynagrodzenie.
- Odpowiednie warunki pracy (sale, sprzęty, środki finansowe na realizację zajęć, transport).
- Zadbanie o atmosferę – nastawienie na współpracę a nie rywalizację.
- Docenienie.
- Możliwość swobodnej relacji z szefem.
- Elastyczne podejście (szef- pracownik- klient).
- Mniejsza biurokracja.
- Wsparcie przy pracy z „ciężkim klientem”.
- Stwarzanie możliwości rozwoju – podnoszenia kwalifikacji- superwizje, szkolenia, kursy, studia, studia podyplomowe, dofinansowanie do szkolenia, wsparcie i motywacja kierownictwa.
- Zapewnienie odpowiedniej liczby pracowników.
- Po pracy siła na własne sprawy.
- Jasne oczekiwania kierownictwa.

Reasumując aby skutecznie i z radością pracować z seniorem ważne jest aby zadbać zarówno o indywidualne potrzeby seniora, odpowiednie przygotowanie miejsca, jak i o komfort pracy własnej pracowników ośrodków/placówek. Przy doborze technik i metod pracy istotne jest aby wybierać je w konsekwencji wcześniej przeprowadzonej diagnozy potrzeb indywidualnych seniorów jak i możliwości ze strony placówki/ośrodka.

Uczestnicy seminarium reprezentowali różne ośrodki/placówki ale również pełnili w nich różne role (od kierownika po terapeutę zajęciowego, pracownika socjalnego, psychologa, opiekuna). Dodatkowym rezultatem seminarium było zauważenie przez uczestników jak ważne i różnorodne role pełnią poszczególne osoby w swoich ośrodkach/placówkach, poznanie ich pracy. W krok za tym docenienie pełnionych ról z perspektywy funkcjonowania całej organizacji.