

## Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie

### Inštruktor sociálnej rehabilitácie

Vzdelávací program je zameraný na rozvoj teoretických vedomostí účastníka kurzu o nepriaznivej sociálnej situácii človeka v jeho domácom prostredí alebo v zariadení sociálnych služieb zameraných na integrovaný model sociálnej rehabilitácie. Vedie k rozvoju schopností a zručností účastníka kurzu kreatívne pôsobiť na emocionálny a mentálny život v prospech klienta, v spolupráci s ním naplánovať aktivity, ktoré obmedzia negatívne dopady zmien jeho zdravotného a/alebo sociálneho stavu, zmien v starobe alebo v inej životnej etape a generujú pozitívnu spoločenskú integráciu. Obsah programu je samostatne štruktúrovaný tak, že využíva informácie iných vzdelávacích programov, ako aj vzdelania v sociálnej práci, a to pre účely prípravy komplexných, integrovaných aktivít u klienta s ohľadom na jeho životné skúsenosti s jednotlivými aktivitami.

Hlavné ciele vzdelávacieho programu:

- pripraviť klienta na samostatnosť, nezávislosť a sebestačnosť pri sebaobsluže a úkonoch starostlivosti o domácnosť.
- zabezpečovať organizáciu života so zameraním na potreby a prania klienta a jeho pozitívne prežívanie situácie,
- zachovávať optimálnu úroveň emocionálnej a mentálnej spôsobilosti klienta,
- zabezpečovať kompenzáciu nedostatkov individuálne orientovanými aktivitami denného života,
- využívať techniky na oživenie výkonu pamäte a fantázie klienta,
- využívať techniky na zabezpečovanie aktivít denného života, ktoré povedú k zlepšeniu fyziologických funkcií, ale aj alebo k zmene psychosociálnych funkcií u klienta so zdravotným postihnutím s cieľom integrácie postihnutej osoby do bežných spoločenských štruktúr,
- pracovať v interdisciplinárnom tíme so zameraním na integrovaný model rehabilitácie,
- zabezpečovať zapojovanie klienta do integrovaných programov zariadenia alebo komunity,
- poznať osobnosť klienta v integrácii s prostredím, v ktorom žije,
- zabezpečovať integráciu v kontexte širšej komunity,
- poznať a využívať princípy plánovania, realizácie, vyhodnocovania programov aktivity a integrácie tak, aby klient prijal svoje zdravotné postihnutie, alebo svoj zmenený zdravotný, či sociálny stav.

Štúdium programu má viesť účastníka kurzu k využívaniu humánneho prístupu a k ovládaniu metód odbornej práce s klientom, k praktickému zvládnutiu naplánovaných postupov dennej aktivácie a integrácie klienta, k zabezpečeniu prostredia, pomôcok a podmienok k denným aktivitám, k limitovaniu bariér realizácie denných aktivít, k udržiavaniu a rozvíjaniu rozsahu denných aktivít klientov, k praktickému zvládnutiu spôsobov starostlivosti o denné aktivity klienta.

## Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie

Sociálna rehabilitácia je procesom, ktorého cieľom je, aby klient (prijímateľ sociálnej služby), alebo osoba s dlhodobým, či trvalým zdravotným postihnutím sa aktívne zúčastňovala nácvikov na základe svojich individuálnych potrieb, ktoré budú smerovať k dosiahnutiu samostatnosti a sebestačnosti v maximálnej možnej miere s ohľadom na jeho zdravotné postihnutie s cieľom dosiahnutia čo najvyššieho stupňa spoločenskej integrácie.

Ide o aktívne nástroje a väčšinou služby, ktoré majú pôsobiť na znižovanie miery závislosti osoby vyplývajúcej z jej zdravotného postihnutia a následného handicapu. Jedná sa o nácvik sebaobsluhy, vedenie domácnosti, nácvik špeciálnych komunikačných zručností, nácvik používania kompenzačných pomôcok, nácvik priestorovej orientácie a samostatného pohybu, nácvik sociálnej komunikácie, poradenstvo

**Cieľom** vzdelávacej aktivity je vyškoliť odborníka, ktorý bude vedieť vykonávať odbornú činnosť na podporu samostatnosti, nezávislosti, sebestačnosti fyzickej osoby rozvojom a nácvikom zručností alebo aktivizovaním schopností a posilňovaním návykov pri sebaobsluhy, pri úkonoch starostlivosti o domácnosť a pri základných sociálnych aktivitách s maximálnym využitím prirodzených zdrojov v rodine a komunite.

### 1. Cieľové skupiny

- sociálny pracovník,
- špeciálny pedagóg,
- iný odborný pracovník s úplným stredným vzdelaním.

### 2. Požadované vstupné vzdelanie

Minimálne stredoškolské vzdelanie.

### 3. Profil absolventa

Absolvent vzdelávacej aktivity Inštruktor sociálnej rehabilitácie:

- zabezpečuje organizáciu života klienta so zameraním na jeho potreby a prania a jeho pozitívne prežívanie situácie,
- napomáha sociálnou rehabilitáciou pri zachovávaní optimálnej úrovne emocionálnej a mentálnej spôsobilosti klienta,
- zabezpečuje v spolupráci s opatrovatelkami a sestrami kompenzáciu nedostatkov u klienta individuálne orientovanými aktivitami denného života,
- pomáha klientovi pri oživení výkonu pamäte a fantázie klienta,
- zabezpečuje zapájanie klienta do integrovaných programov v interdisciplinárnom tíme,
- pozoruje a zaznamenáva zmeny v osobnosti klienta v integrácii s prostredím, v ktorom žije,
- zabezpečuje integráciu v kontexte širšej komunity,
- plánuje, realizuje, vyhodnocuje program sociálnej rehabilitácie
- vedie odborný záznam z procesu sociálnej rehabilitácie klienta (PSS),
- vypracúva individuálny plán sociálnej rehabilitácie klienta,
- spolupracuje s rodinnými príslušníkmi klienta,

### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

- vypracúva plán záujmovej činnosti pre klientov (týždenný, mesačný, štvrtročný, polročný, ročný),
- vykonáva vyhodnotenie plánu záujmovej činnosti,
- informuje klientov o aktivitách v zariadení, vykonáva propagáciu zariadenia prostredníctvom médií, televízie a internetu.

#### **4. Metódy výučby**

Lektor ovláda a volí vyučovacie stratégie, metódy a postupy tak, aby zahŕňali interaktívne zážitkové a skúsenostné učenie, rozvíjali kompetencie zamestnancov/študentov. Popri klasických formách prednášky, výkladu, demonštrácie a inštruktáže využíva nacvičovanie a tréning jednotlivých postupov a ich upevňovanie.

- Stimulačné programy
- Modelovanie správania – nácvik, hranie rolí( interakčné hry, simulačné hry, scénické hry)
- Programovaná výučba
- Cvičenia sú integrovanou časťou programu. Sú zamerané na rozvoj zručností účastníka kurzu kreatívne využívať prirodzené podmienky a zdroje pre účely optimálnej aktivácie klienta a uspokojovania jeho potrieb - pohybových, manuálnych aktivít, estetických a hudobných aktivít v prostredí sociálneho zariadenia, alebo jeho domáceho prostredia. Zároveň rozvíja zručnosti plánovať, organizovať, realizovať a riadiť konkrétnu aktivitu.
- Projektovanie

#### **5. Forma záverečnej skúšky**

Teoretická časť sa ukončuje písomným testom; praktická časť sa ukončuje obhajobou písomnej záverečnej práce na základe zadania.

Absolvent získa akreditované osvedčenie: Inštruktor sociálnej rehabilitácie.

#### **6. Celkový rozsah vzdelávacej aktivity**

Celkový rozsah je 150 hodín.

## **UČEBNÁ OSNOVA PREDMETU**

### **1. Obsahové štandardy**

- Chápanie pojmu integrita klienta. Životné prostredie – kultúrne, spoločenské, zdravotné bariéry. Význam organizovania bežného dňa klienta.
- Spôsoby realizácie každodenných činností klienta – individuálne plány aktivít a integrácie a ich význam.

### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

- Poznávacie (kognitívne) schopnosti klienta – využívanie kníh, časopisov, knižničných služieb. Kultúra v aktivácii a integrácii klienta – špecifiká v osobnom prežívaní v rámci sociálnej skupiny (komunity).
- Hudobno-estetické prvky kultúry a ich využívanie v práci s klientmi. Výtvarno-estetické prvky kultúry a ich využívanie v práci s klientmi. Kultúra prostredia v zariadeniach sociálnych služieb a kultúra životného prostredia klienta v domácom prostredí, či v najbližšej komunite.
- Socio-integratívne aktivity – návšteva kultúrnych podujatí, výlety, prechádzky po kultúrnych pamiatkach. Zapájanie klientov v klubovej činnosti a v spoločenských združeniach. Dobrovoľnícka činnosť klienta v komunitách (rodinná, kresťanská, svojpomocné skupiny)
- Socio-integratívne aktivity v zariadeniach – využívanie sviatkov (osobné, náboženské), osláv, slávností, spoločensky významných udalostí; zvyky v spojitosti s ročnými obdobiami. Možnosti a spôsoby ich využitia v práci s klientmi.
- Práca a jej význam v aktivácii a integrácii klienta. Pracovný životopis klienta a jeho význam k príprave individuálneho zamestnávania.
- Sebaobslužné činnosti a ich význam v aktivácii a integrácii klienta. Návrik sebaobslužných činností podľa diagnózy a individuálnej potreby.
- Úvod do teórie hier. Základný prehľad teórií hier z pohľadu vybraných psychologických a sociálnych vied. Druhy hier. Význam pre rozvoj psychických a sociálnych schopností klienta.
- Tréning pamäti – rozbor jednotlivých fáz tréningu pamäti a podmienky realizácie.

## **2. Výkonové štandardy**

- venovať pozornosť otázke dôstojnosti človeka v jeho jednotlivých etapách života a socio-ekonomických situáciách, iniciovať činnosti na obhajovanie práv klienta,
- udržiavať dynamiku správania skupín klientov v súlade s harmonogramom zamestnávania a organizáciou prevádzky zariadenia sociálnych služieb,
- organizovať denné aktivity klienta v súlade s časovou snímku dňa a jeho aktuálnou potrebou, telesným a duševným stavom,
- sledovať optimálnu úroveň emocionálnej a mentálnej spôsobilosti klienta a zostaviť mu individuálny plán aktivít a integrácie s krátkodobým/dlhodobým dosahom,
- zostavovať podmienky prostredia (izby, zariadenia sociálnych služieb, domácnosti) na vykonávanie bezpečnej opatery a existencie klienta,
- využívať a začleňovať prvky životného prostredia na pozitívne prežívanie situácie klientom, zdokonaľiť estetiku a účelnosť najbližšieho prostredia,
- usmerňovať komunikáciu s klientom a kompenzovať nedostatočné zapájanie sa klienta do spoločenského diania,

### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

- kombinovať techniky na podporu poznávacích schopností klienta so zameraním na využívanie kníh, časopisov, knižničných služieb,
- poznať hudobno-estetické prvky a využívať ich v každodenných činnostiach klienta systematickým, plánovaným spôsobom,
- posúdiť potrebu hry u klienta, naplánovať, realizovať hru, vyhodnotiť účinok hry na klienta,
- navrhnúť spoluprácu s ďalšími odborníkmi tímu a vytvoriť integrovaný program klienta v zariadení sociálnych služieb a/alebo domácnosti,
- upevňovať pravidelný kontakt s blízkymi podpornými osobami klienta, organizovať spoločné kultúrno-spoločenské podujatia,
- organizovať prostredie, materiálne technické pomôcky a vybavenie k pohybovým, tanečným aktivitám seniora, skupín seniorov,
- navrhnúť a viesť dokumentáciu sociálnej rehabilitácie, využívať ju k podpore a udržiavaniu sebestačnosti klienta, a k optimálnej úrovni nezávislosti,
- koordinovať sebaobslužné činnosti klienta a využívať techniky na uvoľnenie a oddych, zdravý spánok,
- poznať schopnosti klienta, individuálne rozdielnosti, využívať zistené údaje pri plánovaní tréningu pamäti a jeho realizácii,
- poznať a využívať pri práci s klientom sviatky (osobné, náboženské), oslavy, slávnosti a spoločenské udalosti,
- plánovať, organizovať a triediť prirodzené podmienky a zdroje k podpore pozitívneho myslenia klienta, sebestačnosti a sebadôvere.

### **3. Rozpis učiva**

Počet hodín

#### **1. Osobnosť, aktivity, integrácia**

4

Osobnosť. Aktivity denného života a ich funkcia v integrovanej starostlivosti. Ciele, prvky, prostriedky aktivít denného života. Rola inštruktora sociálnej rehabilitácie pre aktiváciu a integráciu: koordinačná, integrujúca, riadiaca, komunikačná, poradenská. Zdravý spôsob života klienta. Zdravie, ponímanie zdravia, pocit pohody. Faktory fyzického prostredia negatívne ovplyvňujúce zdravie. Podpora a udržiavanie zdravia.

#### **2. Životné prostredie**

4

Riziká životného prostredia. Opatrenia na eliminovanie negatívnych vplyvov životného prostredia. Opatrenia na udržiavanie a podporu pozitívnych vplyvov prostredia. Tvorba programu a jeho význam v súvislosti s každodennými aktivitami.

### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

Životné skúsenosti klienta s vyrovnávaním sa s ťažkosťami života ako individuálne východiská tvorby plánu aktivít a integrácie.

- 3. Význam organizovania bežného dňa** **4**

Reflexia bežného dňa, záujmov a životného prostredia klienta. Zisťovanie životnej situácie klienta. Pozorovanie, vnímanie, rozpoznanie a uspokojovanie individuálnych potrieb klienta.
- 4. Podpora sebestačnosti, nezávislosti klienta** **4**

Povzbudzovanie a podpora samostatného, nezávislého života klienta. Obývací priestor, využívanie priestoru, jeho úprava. Súkromie, intimita a ich význam.  
Konanie v záujme klienta – životné zvyklosti, osobné záujmy, koníčky. Udržiavanie a podpora kontaktov, komunikácie.
- 5. Využívanie pomôcok a služieb na zabezpečenie sebestačnosti pri aktivitách každodenného života** **4**

Zabezpečenie komunikácie, využívanie pomôcok.  
Zabezpečenie akustických podnetov.  
Zabezpečenie domácich prác –náviek s pomôckami.  
Využívanie zdrojov a služieb pri zabezpečovaní zdravotníckych pomôcok na uľahčenie chôdze, pohybu, bezpečnosti, komunikácie.
- 6. Využívanie knižničných výpožičných služieb** **4**

Knižničné výpožičné služby v sociálnom zariadení, v komunite.  
Udržiavanie a podpora psychických funkcií – vnímanie, pozornosť, pamäť, myslenie.  
Zabezpečenie procesu s prihliadnutím na individuálne želania klienta, jeho somatické, mentálne, zdravotné predpoklady.  
Organizácia programu s využitím kníh, časopisov.
- 7. Zvládnutie domácich prác a využívanie pomôcok** **4**

Organizácia domácich prác, záujem a preferencie klienta.  
Organizácia domácich prác s prihliadnutím na pravidlá v sociálnom zariadení, v domácnosti. Využitie priestoru a zariadení, zabezpečenie podmienok a pozitívneho prežívania klienta.  
Opatrenia na zaistenie bezpečnosti a prevencie poškodenia klienta.
- 8. Práca** **16**

Práca v dielni, podmienky, prostredie, formy. Zameranie na utváranie prostredia s dôrazom na radosť, chuť, zručnosti, jemnú motoriku, manuálne zručnosti a tvorivosť.

## Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie

- 9. Zachovanie a podpora výkonu pamäte v rámci koncepcie komplexnej starostlivosti** **10**
- Význam výkonu pamäte pre zvládnutie každodenných aktivít. Význam pamäte z hľadiska kvality života.  
Osobná časová, priestorová a situačná orientácia. Osobná identifikácia, prežívanie role, fungovanie v role.  
Udržiavanie a podpora pamäte – posúdenie, plánovanie a využívanie možností a foriem. Orientácia v realitách skutočného spoločenského prostredia.  
Využitie každodenných situácií k podpore a udržiavaniu výkonu pamäte.
- 10. Hudobno-estetický prvok v organizácii bežného dňa** **6**
- Spolupôsobenie s klientmi a v ich záujme pri individuálnom plánovaní a realizácii hudobno-estetických ponúk.  
Prvky procesu a manažovanie aktivít.  
Posúdenie a výber ponúk.  
Plánovanie.  
Realizácia.  
Vyhodnotenie.  
Počúvanie hudby, podmienky, spôsoby. Zameranie na emocionalitu, podporu a udržiavanie psychických funkcií. Zisťovanie životných skúseností s počítaním a prežívaním hudby ako východiska kreovania plánu aktivít.
- 11. Kultúrne vyžitie** **14**
- Vytváranie kultúrneho prostredia v sociálnom zariadení. Určenie existujúcich a potenciálnych možností. Určenie spôsobov ich využívania.  
Denná aktivácia klienta, začleňovanie prvkov v prospech kvality života – systém ich využitia klientom.  
Zdroje literatúry, časopisov, brožúr, písacích a komunikačných pomôcok, zdroje hudby, nosičov, pomôcky. (pomôcky, umelecké diela, umenie)  
Divadelné predstavenia, koncerty, tanec a pohyb.  
Politika, účasť na politickom dianí, médiá, informácie.  
Výlety, relaxačné pobyty.
- Počet hodín
- 1. Sviatky. Ich integrácia do aktivít denného života** **10**
- Náboženské sviatky, prvky dôležité pri ich realizácii.  
Kultúrne zvyky v spojitosti s obdobím roka – jar, leto, jeseň, zima.  
Význam ich integrácie do denných aktivít ľudí. Osobitosti ich využitia.
- 2. Oslavy a slávnosti** **10**

### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

Význam osláv, slávností. Životné skúsenosti, prežívanie slávností ako východisko ich integrovania do aktivít denného života.

Zabezpečenie technických podmienok – miesto, termín, financovanie, komunikačné spojenia.

Zoznamy potrebných vecí – pozvánky, plagáty, hudba, tanec, pieseň, hry.

Stolovanie, podávanie občerstvenia.

### **3. Verejné kultúrne pamiatky 10**

Účasť seniorov na prehliadke lokálnych a regionálnych kultúrnych pamiatok ako významný prostriedok ich aktivity.

Programy návštev kultúrnych pamiatok – posúdenie, výber, plánovanie, realizácia, vyhodnotenie. Komunikácia a dopravné služby.

Programy regionálneho rozvoja, využívanie fondov pre potreby seniorov.

### **4. Hry 10**

Hra ako základná potreba obohatenia života a komunikácie.

Sociálny a individuálno-psychologický význam hry.

Životné skúsenosti a prežívanie hry.

Posúdenie predpokladu k hre. Limitácie akustické, optické, komunikačné, motorické, pamäťové.

Predpoklady prostredia vzhľadom na konkrétnu osobu, skupinu a prvky hry.

Bezpečnosť pri hre.

Druhy hier – s jedným hráčom, skupinové hry. Spoločenské hry, s hracími kockami, kartové hry, stolové hry.

Hry kvízového typu.

Hry číselné.

Hry konverzačné.

Hry pohybové.

Postup a realizácia hry.

### **5. Pohyb a tanec 10**

Životná skúsenosť s tancom a jej význam pri ovplyvňovaní kvality života.

Vnímanie pohybu vlastného tela. Vnímanie pohybu jednotlivito, v pároch, v skupinách.

Význam pohybu a ovplyvňovanie telesného, psychického, sociálneho, duchovného stavu.

Základné formy pohybu a tanca. Rytmická chôdza.

### **6. Cvičenia – telovýchovné aktivity 10**

Cvičenia bez náradia.

Uvoľňovacie a relaxačné cvičenia.

Cvičenia na rovnováhu a švih, koordináciu pohybov.



### **Kurz: Inštruktor sociálnej rehabilitácie**

Motivácia, schopnosť, interakcia potrebná k tvorbe programov s prvkami tanca.

#### **7. Projektový manažment inštruktora sociálnej rehabilitácie**

16