

Užimtumo specialistų įžanginiai mokymai

40 akademinių valandų mokymosi medžiaga

Tema: Senyvo amžiaus asmenų ir žmonių su negalia socialiniai ir psichosocialiniai poreikiai užimtumo veiklose

Tikslinė auditorija

Socialinių paslaugų darbuotojai,
individualios priežiūros
darbuotojai, užimtumo
specialistai

Mokymų trukmė

40 akademinių valandų – teorija,
praktinės užduotys, refleksija ir
diskusijos

Mokymų tikslas

Suteikti žinių ir įgūdžių,
reikalingų prasmingam,
individualizuotam užimtumui
planuoti ir įgyvendinti

Mokymų struktūra ir temos

01

I skyrius

Senyvo amžiaus asmenų ir žmonių su negalia socialiniai ir psichosocialiniai poreikiai

03

III skyrius

Kultūrinis, socialinis ir ekonominis kontekstas

05

V skyrius

Užimtumo formų įvairovė ir taikymas tikslinėms grupėms

07

VII skyrius

Kūrybiniai metodai užimtumo veiklose

02

II skyrius

Psichosocialinių poreikių teorinis pagrindas: Maslow, Eriksonas, Ryff

04

IV skyrius

Individualus gebėjimų vertinimas ir veiklų pritaikymas

06

VI skyrius

Užimtumo specialisto vaidmuo ir tarpdisciplininis bendradarbiavimas

08

VIII skyrius

Užimtumo veiklų planavimas ir vertinimas praktikoje

I skyrius. Kas yra psichosocialiniai poreikiai?

Senyvo amžiaus žmonės ir asmenys su negalia **nėra vienalytės grupės**. Jų poreikiai, galimybės ir motyvacija priklauso nuo daugybės veiksnių: sveikatos būklės, gyvenimo patirties, asmeninių vertybių, socialinės aplinkos, ekonominių išteklių ir visuomenės požiūrio.

Norint užtikrinti prasmingą, individualizuotą užimtumą, būtina atpažinti ne tik fizinius, bet ir socialinius, emocinius, pažintinius bei dvasinius poreikius, kurie lemia žmogaus įsitraukimą ir gyvenimo kokybę.

Socialiniai poreikiai

Priklausyti, bendrauti, būti bendruomenės dalimi

Emociniai poreikiai

Savivertė, saugumo jausmas, pripažinimas

Pažintiniai poreikiai

Smalsumo išlaikymas, mokymasis, mąstymo aktyvumas

Dvasiniai poreikiai

Prasmės paieška, susitaikymas, vertybių išraiška

Užimtumas – tai daugiau nei laisvalaikis

Užimtumo veiklos socialinių paslaugų kontekste nėra vien laisvalaikio organizavimas – tai priemonė stiprinti žmogaus savivertę, palaikyti socialinius ryšius, skatinti kognityvinę veiklą ir išlaikyti savarankiškumo pojūtį.

Tam, kad užimtumas taptų tikrai vertingas, jis turi būti pritaikytas pagal konkretaus žmogaus gebėjimus ir poreikius. Pirmas žingsnis – poreikių supratimas, remiantis šiuolaikinėmis psichosocialinių poreikių teorijomis.

Užimtumas kaip santykio kūrimas

Per veiklą žmogus atpažįsta save, kuria ryšius, grįžta į bendruomenę, lavina gebėjimus, jaučiasi reikalingas.

Ką reiškia prasminga veikla?

Veikla turi turėti prasmę – ne būti imituojama, bet atitikti žmogaus patirtį, stiprybes, pomėgius. Pavyzdžiui, buvęs mokytojas gali padėti rengti skaitymo užsiėmimus, buvusi virėja – dalyvauti maisto ruošimo grupėje, o rankdarbių mėgėja – mokyti kitus siuvimo ar mezgimo.

Specifiniai iššūkiai: senyvo amžiaus žmonės

Senyvo amžiaus žmonės neretai susiduria su gyvenimo prasmės klausimu. Sulėtėjęs gyvenimo tempas, išėjimas į pensiją, fizinių funkcijų ribotumas ir draugų ar artimųjų netektys gali sukelti vidinį tuštumos jausmą.

Užimtumo veiklos turi padėti žmogui atgauti buvusį vaidmenį – ne būtinai profesinį, bet socialinį. Tai gali būti pagalbinė veikla grupėje, pasakojimų dalijimasis, rūpinimasis kitais, tradicijų ar amatų perdavimas.

Socialiniai poreikiai

Vienišumo jausmas senatvėje yra vienas pavojingiausių veiksnių psichinei sveikatai. Net mažos socialinės patirtys – dienos centro lankymas, dalyvavimas meniniuose ar kulinarinuose užsiėmimuose – gali ženkliai pagerinti žmogaus emocinę savijautą.

Pažintiniai poreikiai

Užimtumo veiklos, kuriose siūlomos problemų sprendimo užduotys, atminties treniruotės, naujų dalykų mokymasis ar kūrybiniai iššūkiai, gali padėti sulėtinti pažintinės funkcijos silpnėjimą.

Dvasiniai poreikiai

Vyresniame amžiuje žmonės ieško susitaikymo, nori perduoti prasmę, apmąsto savo gyvenimą. Veiklos gali apimti tylos laiką, gamtos pažinimą, muzikos klausymą, prisiminimų dalijimąsi, pokalbius apie vertybes.

Specifiniai iššūkiai: žmonės su negalia

Žmonės su negalia taip pat patiria specifinius psichosocialinius iššūkius: socialinę izoliaciją, menkavertiškumo jausmą, visuomenės lūkesčių neatitikimą. Dėl ilgalaikių priklausomybės nuo kitų situacijų jie gali būti praradę pasitikėjimą savo jėgomis.

Todėl svarbu, kad užimtumo veiklos stiprintų **įgalinimą** – leistų žmogui patirti sėkmę, būti naudingam, išreikšti save. Net jei žmogaus fiziniai ar pažintiniai gebėjimai riboti, jis vis tiek gali patirti džiaugsmą iš buvimo kartu, iš klausymosi, dalyvavimo, pasirinkimo galimybės.

- ❑ Užimtumas nėra šablonas – tai lankstus procesas, kuris kinta kartu su žmogumi. Ne visi gali piešti, bet gal gali spalvinti? Ne visi kalba, bet gal gali reikšti emocijas per muziką? Ne visi nori būti grupėje, bet gal gali dalyvauti mažoje poroje ar net individualiai?

Aptarimo klausimas: Prisiminkite žmogų, su kuriuo dirbote ar pažįstate. Kokie jo psichosocialiniai poreikiai liko nepastebėti? Kaip tai paveikė jo kasdienybę?

II skyrius. Psichosocialinių poreikių teorinis pagrindas

Psichosocialinių poreikių teorinis pagrindas yra itin svarbus, norint ne tik planuoti, bet ir prasmingai įgyvendinti užimtumo veiklas senyvo amžiaus žmonėms ir asmenims su negalia. Šie teoriniai modeliai suteikia gilesnį supratimą apie tai, kokie poreikiai slypi už elgesio, motyvacijos stokos ar emocinių svyravimų.

Maslow poreikių hierarchija

Žmogaus motyvacija ir psichosocialinių poreikių pasiskirstymas pagal lygmenis

Eriksono psichosocialinio vystymosi teorija

Gyvenimo etapų dinamika ir prasmės pojūtis senatvėje

Ryff psichologinės gerovės teorija

Kaip žmogus jaučiasi pats su savimi ir aplinka – autonomija, augimas, tikslas

Šie teoriniai modeliai padeda darbuotojui suprasti, kad už kiekvienos veiklos – ar tai būtų rankdarbių valanda, žaidimas ar pasivaikščiojimas – slepiasi daug gilesni tikslai: prasmės paieška, tapatybės išlaikymas, socialinių ryšių stiprinimas, emocinė gerovė.

Maslow poreikių hierarchija užimtumo kontekste

Senyvo amžiaus žmonėms ar žmonėms su negalia dažnai jau būna patenkinti baziniai fiziologiniai poreikiai, tačiau kyla grėsmė, kad aukštesnio lygmens – socialiniai, savivertės ar saviraiškos – poreikiai liks nepastebėti.

Užimtumo veiklos gali tapti būdu šiuos poreikius patenkinti. Galimybė prisidėti prie bendros veiklos, pasidalinti įgūdžiais, būti pastebėtam ar pagirtam gali padėti žmogui atgauti pasitikėjimą savimi, patirti pripažinimą.

Tai itin aktualu žmonėms, kurie dėl ligos ar negalios neteko ankstesnių vaidmenų – darbinio, tėvų ar socialinio statuso. **Kuo daugiau prasmingų vaidmenų žmogus turi, tuo didesnė jo motyvacija gyventi aktyviai.**

- ❏ **Praktinis pavyzdys:** Buvęs inžinierius, gyvenantis globos namuose, gali jaustis beprasmiškai. Pasiūlius jam padėti planuoti grupės veiklą erdvę ar tvarkyti įrankius – jis atgauna kompetencijos ir reikalingumo jausmą.

Eriksono teorija: prasmė prieš neviltį

Eriksono psichosocialinio vystymosi teorija papildo Maslow modelį, nes ji pabrėžia ne tik poreikių hierarchiją, bet ir gyvenimo etapų dinamiką.

Senyvo amžiaus žmogus, anot Eriksono, susiduria su iššūkiu – kaip susitaikyti su savo gyvenimo eiga, praradimais, išgyventi prasmės pojūtį, o ne neviltį. Tokiam žmogui būtina galimybė reflektuoti, perduoti patirtį, pasijusti reikalingam.

Ką reiškia „duodantysis“?

Užimtumo veiklos, kurios įgalina žmogų būti „duodančiuoju“, o ne vien „gaunančiuoju“, atkuria savigarbą ir padeda susikurti teigiamą tapatybę.

Praktiniai pavyzdžiai

Bendravimas su jaunimu, pasakojimų sesijos, rankdarbių parodos ar net prisiminimų knygos kūrimas – visa tai leidžia senyvo amžiaus žmogui perduoti patirtį ir jaustis reikalingam.

Aptarimo klausimas: Kaip galėtumėte organizuoti veiklą, kurioje senyvo amžiaus žmogus galėtų dalintis savo gyvenimo istorijomis? Kaip tai padeda pereiti nuo nevilties prie susitaikymo su gyvenimu?

Ryff psichologinės gerovės teorija

Ryff psichologinės gerovės teorija ypač tinka integruojant užimtumo veiklas į socialinių paslaugų sistemą. Ši teorija remiasi ne tik tuo, ką žmogus turi gauti, bet tuo, kaip žmogus jaučiasi pats su savimi ir aplinka.

Autonomija

Patenkinamas leidžiant žmogui rinktis – kada, kiek ir kaip jis nori dalyvauti veikloje.

Aplinkos kontrolė

Žmogus jaučiasi galintis paveikti savo dienotvarkę, veiklos eigą, o ne būti pasyvus vykdytojas.

Teigiami santykiai

Stiprinami per bendrą veiklą, grupinius projektus, mažus pasiekimus, kurie skatina dalintis džiaugsmu su kitais.

Gyvenimo tikslas ir augimas

Palaikomas net mažais žingsniais – mokantis naujų dalykų, kuriant, dalyvaujant socialinėje aplinkoje.

Praktinė užduotis: Pasirinkite vieną praktinę veiklą (pvz., piešimas, grupinis pokalbis) ir paaiškinkite, kaip ji padeda stiprinti savęs priėmimą, teigiamus santykius su kitais ir gyvenimo tikslą.

Teorijų apibendrinimas: nuo akademijos iki praktikos

Svarbu suvokti, kad visi šie teoriniai modeliai nėra tik „akademiniai“. Jie padeda darbuotojui suprasti, kad už kiekvienos veiklos – ar tai būtų rankdarbių valanda, žaidimas ar pasivaikščiojimas – slepiasi daug gilesni tikslai.

Todėl planuojant užimtumą labai svarbu atsakyti sau ne tik „**ką darysime**“, bet ir „**kam to reikia**“ – ir ne iš organizacijos, o iš žmogaus perspektyvos. Tai – tikroji individualizuota, poreikiais grįsta užimtumo samprata.



Maslow

Kokio lygmens poreikis šiuo metu nepatenkintas? Kaip veikla gali jį patenkinti?



Eriksonas

Ar veikla leidžia žmogui perduoti patirtį, jaustis reikalingam, susitaikyti su gyvenimu?



Ryff

Ar veikla stiprina autonomiją, santykius, augimą ir gyvenimo prasmę?

III skyrius. Kultūrinis, socialinis ir ekonominis kontekstas

Kultūrinis, socialinis ir ekonominis kontekstas yra vienas svarbiausių veiksnių, formuojančių tai, kaip žmogus priima socialines paslaugas ir dalyvauja užimtumo veiklose. Tai nėra tik fonas – tai aktyvi struktūra, per kurią žmogus suvokia savo tapatybę, santykį su kitais ir galimybę būti vertinamu bendruomenėje.

Kultūrinė patirtis

Vertybių sistema, požiūris į pagalbą, į senėjimą, į negalią. Tai ne tik tautybė ar kalba.

Socialinė patirtis

Ar žmogus ilgą laiką buvo atskirtas? Ar jo gebėjimai socializuotis yra silpnesni?

Ekonominis fonas

Santykis su veiklomis: vertinamas naudingumas, praktinė nauda ar estetiškas malonumas?

Visuomenės požiūris

Kaip žmogus buvo auklėjamas vertinti savo ribotumą, prašyti pagalbos, dalyvauti?

Kultūrinė patirtis ir požiūris į senėjimą

Kultūrinė patirtis reiškia ne tik tautybę ar kalbą – tai ir vertybių sistema, požiūris į pagalbą, į senėjimą, į negalią. Vieni žmonės užaugę aplinkoje, kur senatvė reiškia išmintį, gali lengviau priimti senėjimo pokyčius ir aktyviai dalyvauti užimtumo veiklose.

Kiti – ypač jei senatvė buvo laikoma silpnumu ar nenaudingumu – gali vengti veiklų, kurios jų pačių akimis primena „pasenimą“ ar „nereikalingumą“. Panašiai, žmogus, kuris visą gyvenimą pats rūpinosi kitais – dirbo ūkyje, gamykloje, augino vaikus, gali nenorėti imtis užsiėmimų, kurie jam atrodo neproduktyvūs arba vaikų žaidimas.

- ❏ **Praktinis pavyzdys:** Tokiais atvejais labai svarbu ne siūlyti bet kokią veiklą, o išsiaiškinti, kas žmogui atrodo prasminga. Gal tai bus senų įrankių taisymas, augalų prižiūrėjimas, o gal – patarimų dalijimas jaunesniems ar prisiminimų sesijos.

Socialinė izoliacija ir kvietimas dalyvauti

Socialinė patirtis taip pat daro didelę įtaką. Jei žmogus ilgą laiką buvo atskirtas – gyveno vienas, neturėjo artimųjų, nedalyvavo bendruomenės veikloje – jo gebėjimai socializuotis gali būti silpnesni. Tokie žmonės gali būti jautresni pokyčiams, patirti nerimą dėl buvimo tarp kitų, bijoti būti nesuprasti ar pasirodyti „nepritampantys“.

Tokiais atvejais užimtumo veiklos negali būti vien tik suplanuotas grafikas – jos turi būti **kvietimas**. Kvietimas prisijungti ne spaudžiant, o siūlant:

- „Gal norėtum pabūti šalia?“
- „Jei norėsi – gali prisijungti“
- „Pasižiūrėkim kartu, o jei patiks – padarysim dar kartą.“

Tai ne išorinis aktyvinimas, bet vidinio saugumo stiprinimas.

Ekonominis fonas ir visuomenės požiūris

Ekonominis fonas

Žmonės, kurie patyrė materialinį nepriteklių, dažnai turi kitokį santykį su veiklomis: jie gali būti jautrūs išteklių švaistymui, vertinti naudingumą labiau nei estetinius ar kūrybinius aspektus. Tokiems žmonėms svarbu pasiūlyti veiklas, kurios turi matomą, „realią“ naudą – siuvinėjimas, dovanų gamyba, organizaciniai darbai, aplinkos puoselėjimas.

Visuomenės požiūris

Žmonės su negalia dažnai buvo auklėjami gėdytis savo ribotumų, slėpti poreikius, būti „kuklūs“ – tai gali reikšti, kad jie nenorės prašyti pagalbos, nors jos reikia. Arba – jausis kalti, jei užims kitų laiką. Tokiems žmonėms būtinas nuoseklus, švelnus įtraukiantis darbas – su mažais tikslais, palaikymu, pasiekimų pripažinimu.

Aptarimo klausimas: Parenkite užimtumo plano pavyzdį asmeniui, kuris visą gyvenimą dirbo fizinį darbą, neturi aukšto išsilavinimo, augo kaime. Kaip įtrauksite kultūrinę ir socialinę patirtį į veiklų individualizavimą?

IV skyrius. Individualus gebėjimų vertinimas

Individualus gebėjimų vertinimas yra neatsiejamas nuo tikslinio, prasmingo ir žmogų įgalinančio užimtumo planavimo. Užimtumas negali būti „bendra veikla visiems“ – jis turi atitikti konkretaus žmogaus gebėjimus, interesus ir poreikius.

ADL skalė

Activities of Daily Living – įvertina žmogaus savarankiškumą atliekant kasdienes veiklas: valgant, rengiantis, prausiantis, judant, naudojantis tualetu. Rodo, kiek žmogus pajėgus savarankiškai gyventi.

ICF modelis

Tarptautinė funkcionavimo, negalumo ir sveikatos klasifikacija – leidžia įvertinti socialinius, emocinius, pažintinius aspektus: bendravimą, sprendimų priėmimą, orientaciją aplinkoje, dėmesio išlaikymą, emocijų reguliavimą.

Svarbu suprasti, kad vertinimas nėra tik formalus etapas prieš veiklų planavimą – tai **nuolatinis procesas**. Žmogus gali vieną dieną būti aktyvus, o kitą – nusilpęs, liūdnas ar fiziškai apribotas.

Individualios priežiūros darbuotojo vaidmuo vertinime

Individualios priežiūros darbuotojo (IPD) vaidmuo yra labai svarbus. Būtent jis kasdien stebi žmogų ir gali pastebėti niuansus, kurių nemato net socialinis darbuotojas ar gydytojas.

Pavyzdžiui, IPD gali pastebėti, kad žmogus pradėjo mažiau kalbėti, ilgiau žiūri į vieną tašką, nenoriai atsikelia ryte, vengia anksčiau mėgtos veiklos. Tai – vertingos užuominos, kad reikia peržiūrėti veiklos planą, galbūt pakeisti krūvį, pasiūlyti kitą užduotį arba inicijuoti pokalbį su specialistais.

→ Stebėti kasdien

Nuotaikos, aktyvumo,
bendravimo pokyčiai

→ Fiksuoti pastebėjimus

Rašyti konkrečiai, ne
apibendrintai

→ Reaguoti laiku

Inicijuoti pokalbį su komanda,
koreguoti planą

Veiklos pritaikymas: „aukso vidurys“

Labai svarbu, kad veikla būtų subalansuota – ji neturi būti per sunki, kad nesukeltų nesėkmės jausmo, bet ir ne per lengva, kad neatrodytų bevertė. Tai reiškia, kad reikia atrasti „aukso vidurį“, kur veikla yra iššūkis, bet pasiekiamas. Tokiu būdu stiprinamas žmogaus pasitikėjimas savimi ir motyvacija.

Pritaikymas reiškia kūrybišką ir pagarbų požiūrį. Pavyzdžiui:

- Jei žmogus anksčiau mėgo siūti, bet dabar dėl rankų drebėjimo nebegali to daryti – galima pasiūlyti parinkti audinius, sukurti idėjas, būti patarėju kitiems.
- Jei žmogus nebegali išeiti į lauką sodinti daržų – galime jam atnešti gėlių vazoną į kambarį arba leisti prižiūrėti žaliąją erdvę per langą, įtraukiant į želdinimo planavimą.

Pritaikymas nereiškia veiklos nuvertinimo – tai reiškia, kad veiklos esmė išlieka tokia pat prasminga, tik pasiekiamama kitu keliu. Svarbu išlaikyti žmogaus identitetą – jei jis visą gyvenimą buvo „mokytojas“, „meistras“, „kūrėjas“, jis vis dar turi teisę į tokį vaidmenį, tik jo forma gali būti kita.

Dienos ritmas ir individualus pritaikymas

Taip pat būtina atsižvelgti į žmogaus dienos ritmą, fizinę būklę skirtingu paros metu, vaistų poveikį. Kai kuriems žmonėms ryte lengviau susikaupti, kiti jaučiasi gyvesni po pietų. Tad veiklų planavimas neturi būti mechaninis – jis turi būti jautrus, lanksčiai reaguojantis į žmogaus dinamiką.

Galiausiai, individualus pritaikymas reiškia pagarbą žmogui kaip unikaliai asmenybei. Tai – atsisakymas taikyti „vieno dydžio visiems“ modelį ir siekis kurti veiklą, kurioje žmogus ne tik dalyvautų, bet ir jaustųsi įtrauktas, reikalingas ir galintis prisidėti. Ir tai nėra papildomas priedas prie paslaugų – tai jų esmė, jei tikslas yra iš tiesų gerinti žmogaus gyvenimo kokybę.

- ❏ **Praktinė užduotis:** Pateikite išgalvoto asmens pavyzdį, įvertinkite jo gebėjimus pagal ADL ir ICF ir parenkite jam dvi individualizuotas veiklas. Tikslas: įgūdžių pritaikymas praktikoje.

V skyrius. Užimtumo formų įvairovė

Užimtumo veiklos socialinių paslaugų kontekste – tai kryptingos, struktūruotos, tačiau lanksčiai pritaikomos veiklos, kurios suteikia prasmingą užsiėmimą ir padeda žmogui išlaikyti ar atkurti savarankiškumą, stiprinti psichinę ir emocinę gerovę bei skatinti įtrauktį į bendruomenę.

Kuo tiksliau pritaikytos veiklos, tuo didesnė tikimybė, kad žmogus jose aktyviai dalyvaus ir patirs naudą.

1.1 Kūrybinės veiklos

Piešimas, tapyba, rankdarbiai, muzika, kūrybinis rašymas

1.2 Sensorinės veiklos

Pojūčių stimuliacija, sensorinės dėžutės, kvapai, šviesa, garsas

1.3 Kasdienio gyvenimo veiklos

Buities įgūdžiai, apsipirkimas, maisto gaminimas, asmens higiena

1.4 Socialinės dirbtuvės

Darbiniai įgūdžiai, rūšiavimas, pakavimas, savanoriška veikla

1.5 Judėjimo veiklos

Mankšta, terapinis šokis, pasivaikščiojimai, kvėpavimo pratimai

1.6 Kognityvinės veiklos

Žaidimai, galvosūkliai, diskusijų klubai, atminties lavinimas

1.7 Dvasinio pobūdžio veiklos

Tylos užsiėmimai, gamtos stebėjimas, pokalbiai apie vertybes

Kūrybinės ir sensorinės veiklos

1.1 Kūrybinės veiklos

Kūrybinės veiklos leidžia žmogui išreikšti emocijas, sumažinti vidinę įtampą, stiprina pasitikėjimą savimi, padeda formuoti ar išlaikyti tapatybės jausmą. Ypač vertingos tiems, kurie turi kalbos ar emocinio reiškimo sunkumų, nes kūryba tampa alternatyvia komunikacijos forma. Taip pat jos gerina smulkiąją motoriką, lavina dėmesį, susikaupimą, gali būti taikomos individualiai arba grupėje.

1.2 Sensorinės veiklos

Sensorinės veiklos skirtos skatinti ir palaikyti sensorinį (pojūčių) suvokimą. Ypatingai naudingos žmonėms, turintiems pažintinių ar raidos sutrikimų, demenciją, autizmo spektro sutrikimų arba sunkią negalią. Pojūčių stimuliacija padeda mažinti nerimą, gerina nuotaiką, palaiko pažintines funkcijas, mažina sutrikusio elgesio pasireiškimą. Pavyzdžiai: pojūčių dėžutės, kvapų atpažinimo užduotys, švelni muzika, šviesos ir garso kambariai.

Kasdienio gyvenimo veiklos ir socialinės dirbtuvės

1.3 Kasdienio gyvenimo veiklų atkūrimas

Šios veiklos skirtos palaikyti arba ugdyti gebėjimus, reikalingus kasdieniam gyvenimui: apsirengimas, daiktų tvarkymas, buities darbai, maisto gaminimas, apsipirkimo planavimas, asmens higiena. Tokias veiklas svarbu pateikti kaip prasmingas, ne „mokymą“, o įgalinimą – pvz., „padėk mums paruošti stalą“ ar „gal gali patarti, kaip lengviau išplauti šį paviršių?“.

1.4 Socialinės dirbtuvės ir darbinis užimtumas

Tai veiklos, orientuotos į produktyvumą, darbinių įgūdžių palaikymą ar formavimą: daiktų rūšiavimas, pakavimas, dovanėlių gaminimas, aplinkos tvarkymas, savanoriškos veiklos. Socialinės dirbtuvės skirtos žmonėms, kurie turi motyvacijos dirbti ar prisidėti, bet dėl sveikatos ar socialinių aplinkybių negali dalyvauti atviroje darbo rinkoje. Ypač tinkamos intelekto ar psichosocialinę negalią turintiems asmenims.

Judėjimo, kognityvinės ir dvasinės veiklos

1.5 Judėjimo veiklos

Judėjimas – būtinas ne tik kūnui, bet ir emocinei sveikatai. Šios veiklos mažina įtampą, gerina nuotaiką, padeda reguliuoti miegą, skatina bendravimą, stiprina fizinį pajėgumą. Taikant šias veiklas būtina atsižvelgti į žmogaus fizinę būklę, koordinacijos galimybes, ištvermę – labai svarbus individualus tempas ir adaptuotas judesys.

1.6 Kognityvinės veiklos

Kognityvinės veiklos padeda palaikyti ar lavinti pažintines funkcijas – atmintį, dėmesį, orientaciją, mąstymą, kalbą. Svarbu, kad veikla būtų nei per sunki, nei per lengva – ji turi kelti susidomėjimą, skatinti mąstymą, bet nekelti frustracijos.

1.7 Dvasinio pobūdžio veiklos

Dvasinės veiklos apima ne tik religines praktikas, bet ir gilesnį santykio su savimi, gamta, bendruomene bei gyvenimo prasme ieškojimą. Ypač reikalingos vyresnio amžiaus žmonėms ar tiems, kurie patiria vienišumą, netektis, ieško vidinės ramybės. Turi būti siūlomos pagarbiai, neverčiant – jos turi būti pasirinkimo galimybė, o ne įpareigojimas.

Užimtumo veiklų taikymas pagal tikslines grupes

Kiekviena tikslinė grupė pasižymi savitais poreikiais, gebėjimais ir gyvenimo kontekstu, todėl veiklų organizavimas turi būti ne šabloninis, o jautrus, lankstus ir atliepiantis tiek funkcinis, tiek emocinius ir dvasinius aspektus.

Senyvo amžiaus asmenys

Tapatybės nykimas, netektys, lėtinės ligos – bet ir didelė gyvenimo patirtis, vertybės, prisiminimai

Žmonės su fizine negalia

Prieinamumas ir orumo išlaikymas – fizinis pritaikymas yra žmogaus teisė, ne paslauga

Žmonės su intelekto sutrikimais

Vizualiai aiškios, nuoseklios, struktūruotos veiklos su aiškia pradžia ir pabaiga

Asmenys su emociniais sutrikimais

Saugi, nesmerkianti aplinka; atpalaiduojančios veiklos be konkurencinio elemento

Mišrios grupės

Lanksti struktūra su skirtingo sudėtingumo lygmenimis ir įvairiomis rolėmis

Senyvo amžiaus asmenys: veiklų principai

Senyvo amžiaus asmenys dažnai susiduria su tapatybės nykimu, artimųjų netektimis, lėtinėmis ligomis, judėjimo ar sensoriniais sutrikimais. Tačiau kartu tai žmonės, turintys didelę gyvenimišką patirtį, galias asmenines vertybes ir prisiminimus, kurie tampa vertingu šaltiniu prasmingoms veikloms.

Veiklos turi būti orientuotos į praeities prisiminimų integravimą į dabartį: pasakojimų valandos, fotografijų albumų kūrimas, prisiminimų knygelės, tradicinių patiekalų gamyba, senų dainų klausymasis ar giedojimas.

Svarbu, kad veiklos atitiktų ne tik fizines galimybes, bet ir kognityvinį tempą – būtina vengti skubos, per didelio krūvio ar sudėtingumo, taip pat būtina prisitaikyti prie sensorinių ypatumų, tokių kaip silpnas regėjimas ar klausos praradimas. **Veiklos turinys turi būti orus, ne infantilus** – tai suaugę žmonės, kuriems būtina pasiūlyti turinį, kuris būtų prasmingas ir tinkamas jų gyvenimo etapui.

Žmonės su fizine negalia ir intelekto sutrikimais

Žmonės su fizine negalia

Svarbiausias veiklų planavimo principas yra prieinamumas ir orumo išlaikymas. Visų pirma reikia įvertinti aplinkos barjerus: ar žmogus gali pasiekti medžiagas, ar stalo aukštis yra tinkamas, ar reikia specialių priemonių. Fizinis pritaikymas – tai ne paslauga, o žmogaus teisė. Kūrybinės veiklos, rankdarbiai, darbinės dirbtuvės ar net administraciniai pagalbinių darbų – visos šios veiklos gali būti vertingos, jei žmogus jose jaučiasi aktyvus ir savarankiškas bent iš dalies.

Žmonės su intelekto ar pažintiniais sutrikimais

Veiklos šiai grupei turi būti vizualiai aiškios, nuoseklios, struktūruotos, su aiškiai apibrėžta pradžia ir pabaiga. Labai svarbu naudoti vaizdines instrukcijas, kartojimą, tiesioginius pavyzdžius. Tačiau tai nereiškia, kad veiklos turi būti primityvios – jos turi teikti džiaugsmą, pasitenkinimą ir prasmę. Svarbu vengti vaikiško tono, bet kartu būti aiškiems ir palaikantiems. Veiklos turi skatinti pasikartojantį pasiekimo jausmą.

Asmenys su emociniais sutrikimais ir mišrios grupės

Asmenys su emociniais sutrikimais

Itin svarbi saugi, nesmerkianti, į žmogaus emocinį ritmą reaguojanti aplinka. Veiklos turi būti atpalaiduojančios, skatinančios vidinę pusiausvyrą, neturinčios konkurencinio elemento ar spaudimo rezultatui. Tinka dailės terapijos, muzikos, kūrybinio rašymo, gamtos stebėjimo, tylos valandų ar refleksinių pokalbių formos. Grupinė veikla gali būti naudinga tik tada, kai asmuo jaučiasi pakankamai saugus.

Mišrios grupės

Mišrios grupės kelia didesnę organizacinę iššūkį, tačiau jos taip pat gali būti puiki galimybė socialinei įtraukčiai ir tarpusavio mokymuisi. Ta pati veikla turi turėti skirtingo sudėtingumo lygmenis, įvairias roles. Pavyzdžiui, vieni gali spalvinti, kiti – karpyti, tretieji – klijuoti. Arba vieni gali būti kūrėjai, o kiti – pasakotojai, vertintojai, pateikėjai. Net jei žmogus tik stebi, bet yra šalia – jis jau dalyvauja.

Veiklos adaptavimo principai

Veiklos adaptavimo principai yra viena iš kertinių sąlygų, siekiant, kad užimtumo veikla taptų tikra žmogaus savirealizacijos, įsitraukimo ir emocinės gerovės priemone. Adaptavimas nereiškia vien supaprastinimo ar fizinės pagalbos suteikimo – tai kur kas platesnė, gilesnė, jautresnė praktika.

1 Individualizavimas

Kiekvienas žmogus – tai visuma fizinių, psichologinių, socialinių, kultūrinių ir dvasinių ypatumų. Veikla turi būti suderinta su tuo, kas žmogui yra priimtina, įmanoma ir prasminga.

2 Lankstumas

Veiklos organizavimas turi būti pagrįstas galimybėmis pasirinkti: kada pradėti, kiek laiko dalyvauti, ar būti vienam, ar su kitais. Nėra „teisingo“ ar „neteisingo“ būdo dalyvauti.

3 Fizinis pritaikymas

Veikla turi būti pritaikyta žmogaus judėjimo galimybėms, regos, klausos, lytėjimo ar pusiausvyros ypatumams. Fizinis pritaikymas – tai kvietimas ieškoti alternatyvių formų.

4 Įtraukimas

Užimtumas turi būti ne tik aktyvi veikla, bet ir galimybė būti šalia, stebėti, klausytis, reaguoti neverbaliniais signalais.

5 Grįžtamasis ryšys

Po veiklos reikia pasikalbėti – paklausti, kaip žmogus jaučiasi, kas patiko, kas buvo sunku, ką jis norėtų veikti kitą kartą.

Užimtumo veiklų tikslai

Tinkamai suplanuotos ir individualiai pritaikytos užimtumo veiklos tampa esminiu instrumentu, padedančiu stiprinti paslaugų gavėjo savarankiškumą, psichologinę gerovę, bendruomeniškumo jausmą ir gyvenimo prasmę.



Savarankiškumo palaikymas

Lavinti ar palaikyti buities įgūdžius, motoriką, orientaciją aplinkoje. Net dalinis savarankiškumas stiprina pasitikėjimą ir mažina priklausomybės jausmą.



Socialinių ryšių skatinimas

Grupinės veiklos, bendra kūryba, pokalbiai, žaidimai padeda užmegzti santykius, kurti pasitikėjimu grįstą bendravimą, ugdyti bendrumo ir priklausymo jausmą.



Kognityvinių funkcijų lavinimas

Atminties treniruotės, diskusijos, prisiminimų užrašymas, skaitymas, žaidimai – net paprasta pokalbių grupė lavina pažintinį aktyvumą.



Pasitikėjimo savimi ugdymas

Veiklos turi būti parenkamos taip, kad žmogus galėtų patirti sėkmę, būti įvertintas, parodyti savo gebėjimus. Net mažas pasiekimas gali tapti savivertės atkūrimo pradžia.



Prasmės ir naudingumo jausmas

Veiklos, kurios turi aiškų tikslą – kur rezultatas matomas ar naudingas kitiems – padeda atstatyti žmogaus tapatybę kaip aktyvaus, veiklaus ir svarbaus bendruomenės nario.



Emocinis stabilumas ir tapatybė

Kurti saugią erdvę, kur žmogus gali išreikšti jausmus, sumažinti įtampą. Padėti žmogui sugrįžti prie savo vaidmenų – tėvo, mokytojo, meistro – kad ir modifikuota forma.

Praktiniai veiklų pavyzdžiai

Senjorų prisiminimų kambarys

Naudojami senoviniai daiktai, fotografijos, laikraščiai, buities reikmenys ar kvapai, susiję su praeities patirtimis. Aktyvina autobiografinę atmintį, skatina dalijimąsi istorijomis, stiprina tapatybės pojūtį.

Socialinės dirbtuvės

Lengvo pakavimo darbai, lipdukų klijavimas, segtukų rūšiavimas pagal spalvą ar dydį, dovanėlių dekoravimas. Skatina savivertę, dėmesio sutelkimą ir darbo įgūdžių palaikymą.

Sensoriniai staleliai

Skirtingos juslinės medžiagos: įvairūs audiniai, kruopos, mygtukai, kvapieji aliejai, šviesų efektai, raminanti muzika. Ramina, suteikia saugumo pojūtį, ypač esant pažintiniams apribojimams.

Kasdienio gyvenimo mokymai

Apsipirkimo imitacija, arbatėlės paruošimas, stalelio serviravimas. Leidžia iš naujo patirti kompetenciją, stiprina pasitikėjimą savimi.

Judesio žaidimai

Balionų perdavimas, švelnios mankštos su muzikiniu fonu, „veidrodinis“ judesys. Skatina bendradarbiavimą, stiprina kūno suvokimą, ritmą, koordinaciją.

Kūrybinės dirbtuvės

Darbas su tekstile, popieriumi, moliu. Sezoniniai darbai padeda integruoti žmogų į metų laikų ciklą, palaikyti orientaciją laike.

Praktinės užduotys: tikslinių grupių analizė

1 užduotis. Tikslinės grupės analizė

Tikslas: Suprasti skirtingų tikslinių grupių poreikius ir gebėjimus.

Užduotis: Pasirink dvi skirtingas tikslines grupes (pvz., senyvo amžiaus žmones ir žmones su intelekto sutrikimais).

Užpildyk lentelę, kurioje įrašyk šios grupės:

- Fizinės ypatybės / apribojimai
- Emociniai poreikiai
- Socialiniai iššūkiai
- Galimi motyvatoriai
- Galimos užimtumo veiklos

Papildoma refleksija: Kuo skiriasi veiklos pritaikymo principai šiems dviem atvejams?

2 užduotis. Užimtumo veiklos individualizavimas

Tikslas: Mokyti planuoti veiklas pagal individualius asmens poreikius.

Užduotis: Sugalvok konkretų paslaugų gavėją (galima sugalvoti profilį: amžius, sveikatos būklė, pomėgiai, kognityviniai ir fiziniai gebėjimai). Suplanuok 3 dienų užimtumo veiklų planą šiam žmogui. Įtrauk: veiklos pavadinimą, tikslą (ką ugdo?), kodėl ši veikla tinkama konkrečiam žmogui, kokie bus adaptavimo būdai.

Refleksinis klausimas: Kaip vertintum šių veiklų poveikį žmogaus emocinei savijautai?

Praktinės užduotys: kūryba ir analizė

3 užduotis. Kūrybinės užduoties sukūrimas

Tikslas: Kurti kūrybinę veiklą, tinkamą mišriai grupei.

Užduotis: Sukurk kūrybinės veiklos scenarijų, tinkantį grupei, kurioje yra: senyvo amžiaus asmenys, vienas žmogus su fizine negalia, vienas žmogus su kognityviniais sutrikimais. Aprašyk: veiklos eigą (žingsnis po žingsnio), kaip prisitaikysi veiklą kiekvienam dalyviui, kokia veiklos paskirtis (kognityvinė, emocinė, motorinė), kaip įvertinsi veiklos sėkmę.

4 užduotis. Praktinio pavyzdžio analizė

Tikslas: Vertinti praktinę veiklą taikant teorinius principus.

Užduotis: Pasirink vieną iš aprašytų praktinių veiklų (pvz., „Sensorinis stalelis" arba „Prisiminimų kambarys"). Atsakyk raštu: kam ši veikla tinkamiausia? Kokias funkcijas ji stiprina? Kokie gali būti sunkumai organizuojant šią veiklą? Kokius adaptavimo principus būtina taikyti?

5 užduotis. Veiklos adaptavimo planas

Tikslas: Mokytis lankstaus veiklos pritaikymo pagal individualias galimybes.

Užduotis: Pasirink vieną iš šių veiklų: piešimas, stalelio serviravimas, mankšta, sensorinis dėklas. Pritaikyk ją trims skirtingiems asmenims: asmeniui su rankų koordinacijos sutrikimu, asmeniui su demencija, asmeniui, turinčiam žemą motyvaciją. Kiekvienam asmeniui: ką palengvinsi ar supaprastinsi? Kaip skatinsi dalyvavimą? Kokį grįžtamąjį ryšį taikysi po veiklos?

VI skyrius. Užimtumo specialisto vaidmuo

Užimtumo specialistas socialinių paslaugų srityje – tai ne tik veiklų organizatorius, bet ir tiltas tarp paslaugų gavėjo, jo artimųjų ir kitų komandos narių. Tai profesija, reikalaujanti ne tik kūrybiškumo, bet ir gebėjimo struktūruoti, planuoti, analizuoti, bendradarbiauti bei reflektuoti.

01

Poreikių pažinimas

Stebėjimas, pokalbiai, informacijos rinkimas apie žmogaus sveikatos būklę, buvusią veiklą, pomėgius, vertybes, fizines bei pažintines galimybes

02

Individualaus plano sudarymas

Strateginis instrumentas su konkrečiais siekiais ir priemonėmis – gyvas dokumentas, nuolat koreguojamas

03

Veiklų organizavimas ir stebėseną

Kiekviena veikla turi aiškų tikslą; specialistas stebi įsitraukimą, emocinę grąžą, priima sprendimus dėl tęstinumo

04

Dokumentavimas

Stebėjimai, pažanga, svarbūs pokyčiai, planų korekcijos – informacijos perdavimo priemonė komandai

05

Koordinavimas ir strategija

Tiltas tarp paslaugų gavėjo, šeimos ir tarpdisciplininės komandos; ilgalaikės veiklų sistemos kūrimas

Tarpdisciplininis bendradarbiavimas

Tarpdisciplininis bendradarbiavimas – tai ne tik kelių specialistų veikimas vienoje institucijoje, bet sąmoningas, koordinuotas ir lygiavertis bendradarbiavimas, kuriame kiekvieno komandos nario žinios, įžvalgos ir gebėjimai tampa vienas kitą papildančia visuma, siekiant bendro tikslo – paslaugų gavėjo gerovės.

Komandos nariai

Socialiniai darbuotojai, socialinių darbuotojų padėjėjai, užimtumo specialistai, psichologai, ergoterapeutai, slaugytojai, gydytojai, administracijos atstovai, savanoriai, šeimos nariai

Užimtumo specialisto vaidmuo komandoje

Jis dažnai pirmasis pastebi pokyčius žmogaus elgesyje, emocinėje savijautoje, motyvacijoje ar bendravimo ypatumuose. Jo informacija tampa labai vertinga planuojant tolimesnes paslaugas. Jis gali būti tirtas tarp teorinio požiūrio ir praktinės kasdienybės.

Profesinė etika ir ribų atpažinimas

Efektyvus tarpdisciplininis bendradarbiavimas reikalauja bendros krypties ir aiškiai suformuluoto tikslo. Skirtingų profesinių perspektyvų susikirtimas – neišvengiamas reiškinys. Tokiose situacijose svarbu ne konfrontuoti, o diskutuoti – atsižvelgiant į paslaugų gavėjo poreikius, vertybes, pasirengimą ir individualias aplinkybes.

Profesinė etika

Etika reikalauja pagarbos kitam specialistui, jo žinioms, o taip pat – aiškaus savo vaidmens suvokimo. Užimtumo specialistas turi mokėti pagrįsti savo sprendimus – remiantis paslaugų gavėjo reakcijomis, stebėjimais, pokalbiais, veiklos rezultatais.

Ribų atpažinimas

Kiekvienas specialistas veikia tam tikrame profesinės kompetencijos lauke. Užimtumo specialistas turi žinoti, kada tam tikra problema viršija jo kompetenciją – kai žmogus rodo depresijos ar suicidinio elgesio požymių, kai kyla sudėtingų medicininių sprendimų klausimų. Tokiais atvejais būtina nedelsti ir kreiptis į atitinkamą specialistą.

Nuolatinė refleksija

Tarpdisciplininis bendradarbiavimas reikalauja ir nuolatinės refleksijos – tiek apie savo vaidmenį, tiek apie komandos funkcionavimą. Kiekvienas komandos narys yra ne tik savo funkcijos atlikėjas, bet ir bendro proceso dalyvis.

Vertybinės dilemos užimtumo veiklose

Dirbant socialinių paslaugų srityje, ypač su pažeidžiamomis žmonių grupėmis, neišvengiama susidurti su situacijomis, kuriose nėra vieno teisingo atsakymo. Tokios situacijos vadinamos **vertybinėmis dilemomis** – kai reikia rinktis tarp dviejų ar daugiau sprendimų, iš kurių kiekvienas turi tiek privalumų, tiek trūkumų.

Dažniausios dilemos

- Ar leisti paslaugų gavėjui prisiimti tam tikrą riziką, jei jis nori aktyviai dalyvauti veikloje, kuri gali būti fiziškai ar emociškai nesaugi?
- Kai žmogus kategoriškai atsisako dalyvauti veiklose, kurios, specialistų vertinimu, jam būtų labai naudingos

Kaip spręsti?

Sprendžiant tokias dilemas, labai svarbu atsižvelgti į pagrindines profesinės etikos vertybes: žmogaus orumą, laisvą pasirinkimą, autonomiją, privatumo apsaugą ir individualių poreikių pripažinimą. Komandiniai susirinkimai ir supervizijos – būtina praktika tiems, kurie nuolat dirba su žmonėmis.

- ❏ **Atvejo analizė:** Gyventoja, 78 metų moteris, po patirtos traumos sunkiai vaikšto, bet kategoriškai atsisako naudoti vaikštynę, nors tai rekomenduoja gydytojas ir slaugytoja. Ji nori dalyvauti keramikos veikloje, kurioje reikia stovėti. Kokias profesines vertybes ir principus taikytumėte šioje situacijoje? Kaip turėtų pasireikšti užimtumo specialisto vaidmuo?

Tvari užimtumo veiklų sistema

Užimtumo veiklos socialinių paslaugų sistemoje negali būti laikomos atsitiktinėmis, neplanuotomis ar priklausomomis tik nuo konkretaus darbuotojo motyvacijos ir asmeninio stiliaus. Veiklos turi būti grindžiamos aiškia struktūra, kuri užtikrina jų tvarumą, tęstinumą ir kokybę net tada, kai keičiasi personalas.

Tęstinumas

Kai visa informacija kruopščiai fiksuota, naujas darbuotojas gali greitai perimti situaciją ir tęsti darbą be atspirties taško praradimo

Ilgalaikių pokyčių matymas

Struktūruotas dokumentavimas leidžia matyti ilgalaikius pokyčius, kurie nesimato per dieną ar savaitę

Kokybės vertinimas

Aiškūs veiklos planai, įgyvendinimo ataskaitos, žmogaus progreso analizė rodo ne tik darbo procesą, bet ir jo kokybę

Atsakomybės apibrėžimas

Kiekvienas komandos narys žino savo funkcijas, turi prieigą prie bendros informacijos, gali remtis tuo pačiu pagrindu sprendimams priimti

Kokybė – tai ne tik kiekybiniai rodikliai (kiek veiklų įvyko), bet ir kokybiniai: kaip žmogus jautėsi, ką jis išsinešė iš veiklos, kaip tai paveikė jo savijautą, socialinius ryšius, savarankiškumą.

Praktinės užduotys: specialisto vaidmuo ir bendradarbiavimas

2 užduotis. Užimtumo plano sukūrimas

Užduotis: Sukurkite individualų užimtumo planą asmeniui (pasirinkite vieną iš šių profilių):

- 45 metų vyras, turintis priklausomybės patirties ir šiuo metu gyvenantis stacionarioje socialinės globos įstaigoje.
- 25 metų moteris su autizmo spektro sutrikimu, turinti aukštąjį išsilavinimą, tačiau patirianti socialinę izoliaciją.
- 70 metų senjorė su demencijos pradžia, gyvenanti pas šeimą.

Plano struktūra: Trumpas asmens aprašymas; pagrindiniai poreikiai; užimtumo tikslai (trumpalaikiai ir ilgalaikiai); siūlomos veiklos ir jų pagrindimas; vertinimo ir koregavimo būdai.

6 užduotis. Vertybinės dilemos analizė

Užduotis: Pasirinkite vieną vertybinę dilemą (pvz., prievartinis įtraukimas į veiklą vs. pagarba atsisakymui).

Parašykite: kokia tai dilema? Kaip ją matytum iš užimtumo specialisto pozicijos? Koks būtų etiškai pagrįstas veiksmas? Kaip tai paveiktų žmogaus orumą ir santykį su komanda?

VII skyrius. Kūrybiniai metodai užimtumo veiklose

Kūrybinės veiklos užimtumo srityje – tai daugiau nei estetiškas laisvalaikio praleidimo būdas. Jos yra stipri priemonė, padedanti žmonėms išreikšti save, atgauti kontrolės jausmą, išlaikyti ar atkurti ryšį su savimi ir aplinkiniais.

Kūryba gali tapti būdu kalbėtis be žodžių, apdoroti emocijas, sumažinti stresą ar nerimą, sustiprinti tapatumo pojūtį ir atrasti gyvenimo prasmę net sunkiose gyvenimo situacijose.

Vaizduojamojo meno veiklos

Piešimas, tapyba, koliažai, spalvinimas, lipdymas, darbas su tekstile ar gamtinėmis medžiagomis

Kūrybinis rašymas ir pasakojimas

Dienoraščiai, prisiminimų knygos, sakytiniai pasakojimai, kolektyviniai pasakų kūrimai

Sensorinė kūryba

Kvapai, spalvos, tekstūros, garsai, šviesa – patirtys, kurios veikia tiesiogiai pojūčius

Muzikinė kūryba

Klausymasis, ritminiai pratimai, dainavimas, instrumentų naudojimas garsams kurti

Teatrinės formos

Vaidmenų žaidimai, judesio išraiška, pantomima, šešėlių teatras

Kūryba su praktiniu tikslu

Kūrinys tampa dovana, šventine dekoracija, kambario papuošimu ar funkcionalių daiktų

Kūrybinių metodų taikymo principai

Kūrybiškumo formų yra daug, ir jos turi būti taikomos jautriai, atsižvelgiant į kiekvieno žmogaus patirtį, gebėjimus, emocinį foną, kultūrinę aplinką bei tai, ką jam gali reikšti pats kūrimo procesas.

Vienam žmogui piešimas gali būti spontaniška išraiška, kitam – streso šaltinis dėl baimės „nesugebėti“, trečiam – būdas prisiminti vaikystę ar išreikšti nuoskaudą. Todėl užimtumo specialistas turi ne tik išmanyti technikas, bet ir gebėti „skaityti“ situaciją.

- ❏ **Svarbiausias principas:** Veiklos neturi būti matuojamos estetiniu kriterijumi. „Gražu“ ar „negražu“ – tai sąlyginės sąvokos, kurios neturi reikšmės užimtumo veikloje. Svarbiausia – ne rezultato kokybė, o pats procesas, kuriame žmogus patiria prasmingą buvimą, atradimą, ryšį.

Kūryba tampa prasminga tuomet, kai žmogus joje mato savo atspindį, kai gali būti savimi – be vertinimo, be prievartos, be poreikio atitikti kažkieno lūkesčius.

Paslaugų gavėjo pasirengimo vertinimas kūrybinėje veikloje

Norint kūrybinę veiklą paversti prasmingu, įtraukiančiu ir žmogaus orumą puoselėjančiu užimtumo elementu, vien techninės žinios apie menines formas nepakanka. Veiklos pasirinkimas negali būti atsitiktinis ar remtis vien specialisto mėgstama technika.

1 Kognityviniai gebėjimai

Kiek laiko žmogus gali išlaikyti dėmesį? Ar jam reikia aiškos struktūros, nuoseklių žingsnių, vizualinių ar žodinių instrukcijų? Ar jis orientuojasi laike, aplinkoje, ar geba suprasti simbolius, spalvas, formas?

3 Emocinė būsena

Ar kūrybinė veikla jam gali padėti atsipalaiduoti, atgauti pasitikėjimą, susikaupti, ar priešingai – sukelti nemalonių prisiminimų, pasimetimo jausmą, spaudimą būti „geru“?

2 Motoriniai įgūdžiai

Ar žmogus gali naudotis įprastomis priemonėmis – pieštukais, teptukais, žirkklėmis – ar reikia alternatyvų: stambesnių įrankių, lipnių elementų, šablonų, veiklų su mažesniu judesių reiklumu?

4 Kultūrinis ir vertybinis kontekstas

Ar jo kultūroje tam tikros raiškos formos yra priimtinos? Ar piešimas žmogui nesukelia gėdos jausmo, nes jis „nemoka“? Ar pasidalijimas savo darbu su kitais nėra peržengimas privatumo ribos?

Specialisto kompetencijos kūrybinėse veiklose

Užimtumo specialisto vaidmuo kūrybinėse veiklose nėra tik veiklų vedimas ar medžiagų pateikimas. Tai jautrus buvimas šalia žmogaus, kuris bando išreikšti save per spalvą, formą, garsą ar judesį.

Emocinės reakcijos atpažinimas

Stebėti ne tik žodžius, bet ir kūno kalbą, veido išraišką, akių kontaktą. Pastebėjus neigiamą reakciją, neskubėti vertinti ar daryti išvadų – paklausti, kaip žmogus jaučiasi.

Jautrus reagavimas

Nediskredituoti žmogaus kūrinio, nekritikuoti netiesiogiai. Kiekvienas darbas yra žmogaus vidinio pasaulio išraiška – svarbiausia vertinti pastangas, procesą, buvimą kūryboje.

Ribų laikymasis

Jei neturi psichoterapinio išsilavinimo, negali atlikti analizės, interpretuoti kūrinių. Gerbti žmogaus teisę į privatumą – jei žmogus nenori dalintis savo kūrinium, nevalia jo spausti.

Grupės dinamikos valdymas

Kurti erdvę, kurioje kiekvienas dalyvis turėtų savo laiką ir galimybę. Riboti pertraukimus, skatinti vieni kitų klausymąsi, vengti palyginimų.

Metodinis pasirengimas

Mokėti pateikti užduotį paprastai, aiškiai ir įvairiai. Parinkti tinkamas medžiagas, numatyti jų pritaikymą pagal žmogaus poreikius.

Etika kūrybinėse veiklose

Etika kūrybinėse veiklose nėra tik taisyklių rinkinys – tai yra profesinės laikysenos išraiška, kuri apsaugo paslaugų gavėją ir užtikrina jo orumą, saugumą bei pasitikėjimą.

Pagarba žmogaus privatumui

Eksponuoti, rodyti, fotografuoti ar aptarinėti kūrinį be aiškaus ir išreikšto paslaugų gavėjo sutikimo – neleistina. Visada paklausti leidimo – tai nėra tik formalumas, tai yra būdas parodyti, kad žmogaus valia yra svarbiausia.

Susilaikymas nuo kūrinio vertinimo

Kūrybinė veikla užimtumo kontekste nėra meno mokykla. Tokie vertinimai kaip „gražu“ ar „negražu“ gali sukelti nepasitikėjimą, nusivylimą, gėdą ar net atgrasyti nuo tolimesnio dalyvavimo.

Vengti spaudimo dalyvauti

Kūrybinės veiklos turi būti grindžiamos laisvu apsisprendimu. Savanoriškumas ir pasirinkimo laisvė – tai ne išimtys, o kūrybinės veiklos prielaidos.

Reagavimas į emocinius pokyčius

Jei žmogus pradeda verkti, nutilsta, tampa įsitempęs ar atsiriboja, specialistas turi būti pasiruošęs sureaguoti. Neignoruoti šių ženklų ir nesistengti veiklos „užbaigti kaip planuota“.

Būti prieinamu, bet ne įkyriai aktyviu

Žmogus turi teisę tylėti, o specialistas – pareigą tą tylą gerbti. Sakyti: „Jei norėtum pasikalbėti – aš esu“, bet nespausti.

Praktinės pavyzdinės kūrybinės užduotys

Užimtumo veiklose taikomos kūrybinės užduotys turi būti lengvai pritaikomos prie įvairių žmonių poreikių, saugios, skatinančios saviraišką, bet kartu ir pakankamai struktūruotos, kad žmogus galėtų jaustis užtikrintas.

1. Spalvų emocijų ratas

Žmogui pateikiamas apskritimas, padalytas į kelis laukus. Kiekvienas laukelis nuspalvinamas spalva, kuri šiuo metu žmogui asocijuojasi su konkrečia emocija. Skatina refleksiją be žodžių, padeda pažinti emocinį foną.

2. Prisiminimų koliažas

Žmogus kviečiamas sukurti koliažą iš žurnalų iškarpų, nuotraukų, pieštų ar lipdytų elementų, kurie jam primena vaikystę, šeimą, svarbias vietas ar mylimus žmones. Leidžia kalbėti apie save per vaizdus.

3. Mandalos spalvinimas ar kūrimas

Siūlomos iš anksto atspausdintos mandalos arba kviečiama pačiam sukurti apskritiminį ornamentą. Veikia kaip meditacinė praktika. Tinka dirbant su nerimu ar emociniu nestabilumu.

4. Diena per kvapus

Naudojami kvapų buteliukai. Žmogus kviečiamas pauostyti ir pasakyti, su kuo kvapas jam asocijuojasi. Tinka žmonėms, kurių verbalinė išraiška ribota – kvapas išprovokuoja stiprius vaizdinius.

5. Balsas be žodžių

Naudojami paprasti daiktai, iš kurių galima išgauti garsą. Žmogus kviečiamas sukurti „savo garsą“ – ritmą, seką, melodiją, kuri atspindi jo savijautą. Grupėje galima jungti garsus į bendrą „muzikinį kilimą“.

6. Judesio portretas

Žmogus kviečiamas atlikti kelis laisvus judesius, kurie jam šiuo metu „tinka“. Galima kurti „savo pozą“, savo „emocijos figūrą“. Ypač tinkama, kai žodžiai nesisako.

7. Emocijų lipdinys

Žmogui pateikiama plastilino ar molio gabalėlis. Uždavinys: „sukurk tai, ką jauti šiandien“. Lipdinyje nevertinama forma, bet leidžiama išreikšti nuotaiką, įtampą, lūkestį.

8. Gėrio laiškas

Kviečiama parašyti laišką sau pačiam iš perspektyvos, kuri palaiko: „Brangus mano žmogau...“ Laiške gali būti padėsinimas, atleidimas, padėka. Ugdo teigiamą savivaizdį.

9. Bendras paveikslas

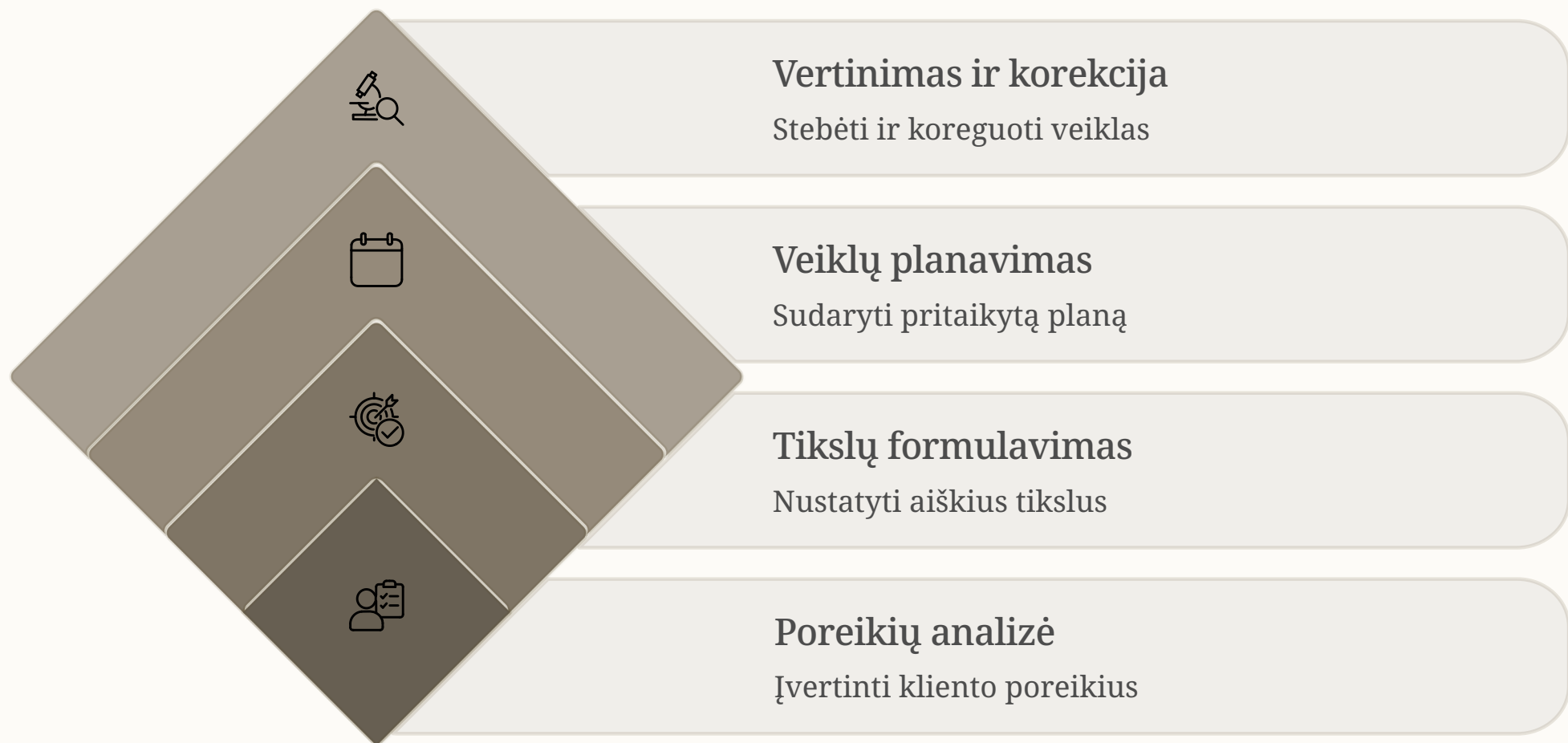
Didelis popieriaus lapas, prie kurio kviečiami prisidėti visi grupės nariai – kiekvienas savo laiku, savo noru. Ugdo grupės atmosferą, mažina konkurenciją.

10. Vaizdinės istorijos kūrimas

Naudojamos nuotraukos, paveikslėliai, kortelės su simboliais. Žmogus kviečiamas pasirinkti vieną ir sukurti istoriją. Leidžia kalbėti netiesiogiai apie tai, kas rūpi.

VIII skyrius. Užimtumo veiklų planavimas ir vertinimas

Užimtumo veiklos socialinių paslaugų srityje nėra atsitiktinės ar vien tik laisvalaikio formos. Tai – kryptingos, tikslų turinčios, žmogui adaptuotos intervencijos, kurios siekia palaikyti, stiprinti ar atkurti žmogaus funkcinius, socialinius, emocinius ir saviraiškos gebėjimus.



Kiekvienas žingsnis – nuo veiklos pasiūlymo iki jos analizės – turi būti grindžiamas duomenimis, aiškiais tikslais ir refleksija.

Poreikių ir galimybių analizė

Pirmasis ir bene svarbiausias žingsnis užimtumo veiklų planavime – tai nuodugni paslaugų gavėjo situacijos analizė. Šiame etape specialistas turi kuo geriau pažinti žmogų – ne tik tai, ką jis šiuo metu sugeba ar nesugeba padaryti, bet ir kaip jis gyvena, kokie jo poreikiai, ką jis vertina, kas jam suteikia motyvacijos.

Svarbu atsakyti į klausimus: ką žmogui šiuo metu sunkiausia atlikti savarankiškai? Kokie kasdieniai ar socialiniai įgūdžiai yra silpniausi? Ką jis pats norėtų išmokti ar tobulinti? Ar jis nori veikti, ar veiklos vengia? Kokia jo emocinė būklė?

Siekiant sistemingumo ir aiškumo, gali būti taikoma **ICF sistema** (Tarptautinė funkcionavimo, neįgalumo ir sveikatos klasifikacija). Ji leidžia analizuoti žmogų per keturias perspektyvas:

- Kūno funkcijos ir struktūros (ar žmogus geba atlikti smulkius judesius, ar turi kalbos sutrikimų)
- Veikla ir dalyvavimas (ar žmogus gali atlikti kasdienes užduotis, ar dalyvauja bendruomenėje)
- Aplinkos veiksniai (kiek artima aplinka jį palaiko, ar yra reikalingos pagalbinės priemonės)
- Asmeniniai veiksniai (koks žmogaus amžius, motyvacija, pomėgiai, vertybinės nuostatos)

Tikslų formulavimas pagal SMART modelį

Kai paslaugų gavėjo poreikiai ir galimybės jau aiškios, kitas žingsnis – veiklos tikslų formulavimas. Tikslai turi būti ne bendri ir migloti, o aiškūs, pamatuojami ir realistiški. Tam pasitelkiamas **SMART modelis**.

S – Specific

Konkretus: ką tiksliai norime pasiekti?

M – Measurable

Pamatuojamas: kaip žinosime, kad tikslas pasiektas?

A – Achievable

Pasiekiamas: ar šis tikslas realistiškas konkrečiam žmogui?

R – Relevant

Aktualus: ar tai jam svarbu?

T – Time-bound

Terminuotas: per kiek laiko tikimės rezultato?

- ☐ **Pavyzdys:** Vietoj „gerinti bendravimą“ – SMART tikslas: „Per artimiausius 2 mėnesius skatinti socialinį bendravimą, kad žmogus 1 kartą per savaitę dalyvautų grupinėje kūrybinėje veikloje ir pasisveikintų su bent vienu grupės nariu.“

Veiklų planavimas: nuo trumpalaikių iki ilgalaikių tikslų

Kai tikslai aiškūs, pradedamas detalus veiklų planavimas. Čia svarbu apibrėžti, kokios veiklos padės pasiekti trumpalaikius ir ilgalaikius tikslus, kaip šios veiklos bus organizuojamos, koku ritmu, kokiomis priemonėmis, kokiose erdvėse ir kokia forma.

Trumpalaikiai tikslai

Apima konkrečias dienos ar savaitės veiklas, kurios padeda palaikyti ritmą ir motyvaciją. Jie padeda žmogui matyti greitą rezultatą, patirti sėkmę, ugdyti pasitikėjimą savimi.

Ilgalaikiai tikslai

Numato veiklos kryptį ilgesniam laikotarpiui – tai gali būti gebėjimas savarankiškai atlikti užduotį, bendrauti su grupės nariais ar reguliariai dalyvauti užsiėmimuose.

Svarbi planavimo dalis – veiklų loginė seka. Negalima pradėti nuo per sudėtingų, neaiškių ar emociškai reikalaujančių užduočių, nes tai gali sukelti frustraciją. Reikia leisti žmogui pamažu įsitraukti, pritaikyti užduotis pagal jo pasirengimą ir pajėgumą.

Svarbiausia – veikla turi būti ne tik formaliai suplanuota, bet ir prasminga. Tai reiškia, kad ji turi turėti sąsajų su žmogaus gyvenimo patirtimi, pomėgiais, vertybėmis. Veikla neturi būti tik „užimtumas dėl užimtumo“.

Vertinimo kriterijai ir duomenų rinkimo metodai

Vertinimas leidžia specialistui išlikti sąmoningam procese, koreguoti veiklas ir įgalinti paslaugų gavėją jaustis matomu bei girdimu. Tai yra nuolatinis grįžtamojo ryšio ciklas tarp plano, žmogaus patirties ir specialisto reakcijos.

Vertinimo kriterijai turi apimti keletą lygių:

- **Įsitraukimo pokytis** – ar žmogus įsitraukia labiau nei anksčiau, ar jo dėmesys, domėjimasis, pastangos išauga
- **Savarankiškumo lygis** – ar žmogus sugeba atlikti veiksmus be pagalbos, ar inicijuoja veiksmus pats
- **Elgesio dinamika** – ar mažėja pasipriešinimas, agresyvumas, uždarumas
- **Emocinis atsakas** – ar žmogus patiria teigiamas emocijas – džiaugsmą, susidomėjimą, ramybę
- **Socialinių ryšių pokytis** – ar žmogus noriai bendrauja, rodo iniciatyvą kontaktuoti

Stebėjimo lapai

Fiksuojami veiklos elementai: kas vyko, kiek laiko truko, kaip žmogus reagavo, kokių veiksmų ėmėsi

Dalyvio refleksija

Trumpas pokalbis ar atsakymas į paprastus klausimus – leidžia girdėti paties žmogaus balsą

Mini interviu

Struktūruoti pokalbiai, leidžiantys pasigilinti į žmogaus požiūrį, patirtis, lūkesčius

Veiklos dienynas

Ilgesnio laikotarpio dokumentas, kuriame fiksuojamos veiklos, emociniai ir elgesio pokyčiai

Neveiksmingų veiklų atpažinimas ir korekcija

Net gerai suplanuota veikla ne visada duoda lauktų rezultatų. Tai nėra klaida ar nesėkmė – tai natūrali praktikos dalis, kuri atveria galimybę giliau suprasti žmogų ir tobulinti procesą.

Neveiksmingumo požymiai:

- Žmogus pradeda vengti veiklų, kurios anksčiau galbūt patiko
- Nuobodulys – žmogus tampa neaktyvus, jam trūksta susidomėjimo
- Aktyvus priešinimasis – irzlumas, pasipiktinimas, net agresyvūs komentarai
- Nesikeičia siekiami įgūdžiai per ilgesnį laiką
- Emocinė reakcija išlieka neigiama ar neutrali

Korekciniai veiksmai:

- Iš naujo įvertinti žmogaus poreikius – gal keitėsi prioritetai, fizinė ar emocinė būklė
- Peržvelgti tikslus – galbūt jie buvo per platūs, neaiškūs ar nebeatitinka dabartinės situacijos
- Pasiūlyti alternatyvias veiklas, kurios išlaiko tą pačią kryptį, bet leidžia ją pasiekti kitu keliu
- Koreguoti veiklos formą, tempą ir trukmę
- Pasitelkti tarpdisciplininę komandą
- Pasikalbėti su pačiu žmogumi: „Kaip tau čia sekasi?“, „Ar patinka šitos veiklos?“, „Ką norėtum keisti?“

Refleksija kaip profesinio augimo įrankis

Refleksija užimtumo veiklose yra vienas iš kertinių profesinio augimo ir paslaugų kokybės elementų. Tai procesas, kurio metu specialistas ne tik žvelgia atgal į įvykusią veiklą, bet ir gilinasi į savo patirtį, paslaugų gavėjo reakcijas, veiklos rezultatus.

Svarbiausia refleksijoje – ne ieškoti kaltų ar klaidų, bet tyrinėti procesą. Kiekviena veikla tampa savotišku atvejo tyrimu.

→ Ar veikla tiko šiam žmogui?

Ar ji buvo ne tik įgyvendinta, bet ir priimta, prasminga, ar padėjo žmogui augti, atsiskleisti?

→ Ar aš pastebėjau pokyčius?

Pokyčiai nebūtinai dideli – tai gali būti šypsena, ramybė, susikaupimas, trumpas žvilgsnio kontaktas

→ Kaip jaučiausi aš pats?

Ar buvau tikrai šalia žmogaus? Ar jutau frustraciją, abejingumą, džiaugsmą? Kur reikalingas palaikymas?

→ Ką daryčiau kitaip?

Šis klausimas sujungia patirtį su ateitimi, leidžia planuoti pokytį, korekciją, naujus būdus veikti

Refleksija gali vykti įvairiomis formomis: asmeninė (užrašai), žodinė (pokalbis su kolega), komandinė (grupinė diskusija). Labai svarbu refleksijos integracija į planavimą – kai veiklos dienynuose ar planavimo formose numatyta vieta refleksiniam įrašui.

Praktinės užduotys: planavimas ir vertinimas

1 užduotis. Paslaugų gavėjo analizė: „Žmogus – ne tik funkcijos“

Tikslas: Išmokti matyti žmogų holistiškai, taikant ICF modelį.

Instrukcija: Aprašykite konkretų (tikrą ar sugalvotą) paslaugų gavėją. Pabandykite įvertinti jo situaciją pagal keturis ICF aspektus: kūno funkcijos ir struktūros; veikla ir dalyvavimas; aplinkos veiksniai; asmeniniai veiksniai.

Refleksija: Kuri sritis šiuo metu yra didžiausias iššūkis šiam žmogui? Kurioje srityje glūdi potencialas?

2 užduotis. SMART tikslų formulavimas: „Tikslas, kuris veikia“

Tikslas: Išmokti formuluoti tikslus, kurie yra konkretūs, pamatuojami ir realistiški.

Instrukcija: Remdamiesi pirmosios užduoties žmogaus aprašymu, suformuluokite 2–3 SMART tikslus. Kiekvieną tikslą išskaidykite į jo komponentus: Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound.

Refleksija: Kurioje SMART dalyje buvo sunkiausia rasti tinkamą formuluotę? Kodėl?

3 užduotis. Veiklos plano parengimas: „Ką veiksime pirmadienį?“

Tikslas: Išmokti parengti nuoseklų ir individualizuotą užimtumo veiklos planą.

Instrukcija: Pasirinkite vieną iš savo SMART tikslų. Sudarykite trumpalaikį veiklos planą 2 savaitėms: kokia veikla bus vykdoma kiekvieną kartą? Kokie numatyti metodai? Kokios priemonės reikalingos? Kaip veikla bus adaptuota pagal žmogaus poreikius? Kaip planuojama stebėti veiklos poveikį?

Refleksija: Ką sunkiausia suplanuoti iš anksto – veiklos turinį, žmogaus reakciją, ar vertinimo būdą?

Praktinės užduotys: stebėjimas ir refleksija

4 užduotis. Stebėjimo simuliacija: „Stebėtojo akimis“

Tikslas: Išmokti struktūruotai stebėti veiklą ir fiksuoti svarbią informaciją.

Instrukcija: Įsivaizduokite, kad stebite veiklą, kurioje dalyvauja jūsų aprašytas paslaugų gavėjas. Sudarykite stebėjimo lapą su šiais skyriais: dalyvavimo lygis (pvz., aktyvus, pasyvus, atsisako); emocinė reakcija (ramus, susidomėjęs, įsitempęs); bendravimo lygis (inicijuoja, reaguoja, vengia); veiklos eiga (užduoties pradėjimas, tęstinumas, užbaigimas).

Refleksija: Kokių reakcijų būtų sunkiausia nepastebėti? Kodėl būtina rašyti konkrečiai, o ne apibendrintai?

5 užduotis. Neveiksmingos veiklos analizė: „Kodėl nepavyko?“

Tikslas: Ugdyti gebėjimą kritiškai vertinti planą ir ieškoti korekcijų.

Instrukcija: Aprašykite veiklos situaciją, kai paslaugų gavėjas atsisako dalyvauti arba elgiasi neįprastai (pvz., pyksta, nuobodžiauja, tyliai išeina). Išanalizuokite: kokie galimi neveiksmingumo požymiai? Kokios gali būti priežastys? Ką koreguotumėte: tikslą, veiklą, laiką, aplinką?

Refleksija: Kaip elgtumėtės su žmogumi šioje situacijoje? Kaip išlaikytumėte ryšį?

6 užduotis. Refleksijos užduotis: „Kaip jaučiausi?“

Tikslas: Lavinti profesinę refleksiją ir savęs pažinimą.

Instrukcija: Po ankstesnių užduočių atlikimo parašykite trumpą refleksiją (apie 10–15 eilučių): kas man pasirodė įdomiausia? Ką sužinojau naujo apie planavimą? Ar atradau savo stiprybių, trūkumų? Ką noriu gilinti toliau?

Papildoma: Jei turite galimybę – pasidalinkite šia refleksija su kolega ar mokytoju ir paprašykite grįžtamojo ryšio.

Bendras mokymų apibendrinimas

Užimtumo veiklos socialinių paslaugų kontekste turi aiškų ir kryptingą tikslą – jos nėra vien laisvalaikio užpildymas ar nuobodulio prevencija. Tinkamai suplanuotos ir individualiai pritaikytos užimtumo veiklos tampa esminiu instrumentu, padedančiu stiprinti paslaugų gavėjo savarankiškumą, psichologinę gerovę, bendruomeniškumo jausmą ir gyvenimo prasmę.

Žmogus – ne diagnozė

Kiekvienas paslaugų gavėjas yra asmenybė su savo istorija, vertybėmis, pomėgiais ir potencialu. Užimtumas turi padėti jam išlikti savimi.

Teorija + praktika

Maslow, Eriksono ir Ryff teorijos nėra tik akademinės – jos padeda suprasti, kodėl žmogus elgiasi taip, kaip elgiasi, ir kaip veikla gali padėti.

Individualizavimas – ne papildas

Individualizuotas užimtumas yra ne papildoma paslauga, o kertinė darbo su žmogumi dalis. Jis atspindi, kiek mes iš tiesų pažįstame žmogų.

Komanda – ne vienas

Tarpdisciplininis bendradarbiavimas leidžia paslaugas teikti išsamiai ir įvairiapusiškai. Užimtumo specialisto balsas komandoje yra svarbus ir reikšmingas.

Planavimas + vertinimas

Kiekviena veikla turi tikslą, kiekvieną tikslą galima pamatuoti, kiekvieną planą galima koreguoti. Tai gyvas, nuolat besikeičiantis procesas.

Refleksija – augimo pagrindas

Nuolatinė refleksija apie savo veiksmus, žmogaus reakcijas ir komandos dinamiką yra profesinio augimo ir paslaugų kokybės pagrindas.

Užimtumo specialistas kaip ryšių kūrėjas

Užimtumo specialistas – tai žmogus, kuris jungia daugiasluoksnius santykius tarp paslaugų gavėjo, jo šeimos, komandos narių, institucijos struktūros bei pačių veiklų turinio. Jo darbas – tai ne tik konkrečių veiklų organizavimas ar dokumentų pildymas. Tai jautri, nuolat besikeičianti, refleksyvi pozicija, kurioje būtina įsiklausyti, derinti, stebėti ir, svarbiausia – matyti žmogų kaip visumą.

Užimtumo specialistas nuolat balansuoja tarp įvairių lūkesčių ir realybės: vieną dieną jis planuoja veiklas pagal žmogaus pomėgius, kitą – bando susitarti su komanda, kodėl verta rizikuoti ir leisti žmogui patirti sėkmę ten, kur kiti mato tik pavojų. Trečią dieną jis turi atsakyti į artimųjų klausimus, kodėl jų mamai skirta kūrybinė veikla, o ne praktinė pagalba. Ketvirtą – jis analizuoja, ar pasirinkta užimtumo kryptis iš tikrųjų atliepia žmogaus ilgalaikius tikslus.

Būtent dėl šio tarpininko vaidmens užimtumo specialistas yra tas, kuris gali pastebėti žmogų net tuomet, kai visi kiti jį mato tik per diagnozių ar elgesio filtrą. Jis mato potencialą, kai kiti mato ribas. Jis gali būti tas, kuris pirmasis išvelgia užslėptą žmogaus motyvą, skatina žengti mažą, bet reikšmingą žingsnį.

- ❑ Todėl užimtumo specialisto profesija – tai ne vien pareigybė su aiškiais funkcijų punktais. Tai pašaukimas būti šalia žmogaus jo kasdienybėje, būti jo balsu tuomet, kai jis pats negali kalbėti, būti jo veidrodžiu, kai jis abejoja savimi, ir būti komandos dalimi, kuri nepamiršta, kad kiekvienas žmogus – tai ne tik paslaugų gavėjas, bet ir asmenybė, verta pagarbos, pasirinkimo, orumo ir prasmingo gyvenimo.

Žinių pasitikrinimo klausimai (I dalis)

Psichosocialiniai poreikiai ir teorinis pagrindas

1 klausimas

Kodėl senyvo amžiaus žmonių ir žmonių su negalia poreikiai negali būti traktuojami vienodai? Kokie veiksniai lemia jų skirtingumą?

2 klausimas

Kaip Maslow poreikių hierarchija padeda planuoti užimtumo veiklas? Pateikite konkretų pavyzdį, kaip veikla gali patenkinti savivertės ar saviraiškos poreikį.

3 klausimas

Ką reiškia Eriksono „duodančiojo“ vaidmuo senatvėje? Kaip užimtumo veikla gali padėti žmogui pereiti nuo nevilties prie susitaikymo?

4 klausimas

Išvardykite tris Ryff psichologinės gerovės komponentus ir paaiškinkite, kaip kiekvienas iš jų gali būti stiprinamas per užimtumo veiklas.

5 klausimas

Kaip kultūrinė patirtis gali paveikti žmogaus požiūrį į užimtumo veiklas? Pateikite du skirtingus pavyzdžius.

6 klausimas

Kuo skiriasi ADL skalė ir ICF modelis? Kodėl planuojant užimtumą svarbu taikyti abu?

Žinių pasitikrinimo klausimai (II dalis)

Veiklų formos, planavimas ir specialisto vaidmuo

7 klausimas

Kuo skiriasi kūrybinės, sensorinės ir kognityvinės veiklos? Kuriai tikslinei grupei kiekviena iš jų labiausiai tinka ir kodėl?

8 klausimas

Kodėl užimtumo veiklos žmonėms su intelekto sutrikimais neturi būti „vaikiškos“? Kaip išlaikyti pagarbą ir aiškumą tuo pačiu metu?

9 klausimas

Apibūdinkite penkis veiklos adaptavimo principus. Kurį iš jų laikote svarbiausiu ir kodėl?

10 klausimas

Kas yra SMART tikslai? Suformuluokite vieną SMART tikslą konkrečiam paslaugų gavėjui, kurį pats pasirinksite.

11 klausimas

Kokie yra pagrindiniai neveiksmingos veiklos požymiai? Ką turėtų daryti specialistas, pastebėjęs, kad planas neveikia?

12 klausimas

Kaip tarpdisciplininis bendradarbiavimas padeda užtikrinti geresnę paslaugų kokybę? Koks yra užimtumo specialisto vaidmuo komandoje?

Žinių pasitikrinimo klausimai (III dalis)

Kūrybiniai metodai, etika ir refleksija

13 klausimas

Kodėl kūrybinės veiklos rezultatas neturėtų būti vertinamas estetiniu kriterijumi? Kaip specialistas turėtų reaguoti į žmogaus sukurtą darbą?

14 klausimas

Kokie keturi aspektai turi būti įvertinti prieš pasiūlant kūrybinę veiklą? Pateikite pavyzdį, kaip kiekvienas iš jų gali paveikti veiklos pasirinkimą.

15 klausimas

Ką reiškia etika kūrybinėse veiklose? Išvardykite tris pagrindinius etinius principus ir paaiškinkite, kodėl kiekvienas iš jų svarbus.

16 klausimas

Kaip refleksija padeda tobulinti užimtumo veiklą planavimą? Kokiomis formomis refleksija gali vykti praktikoje?

17 klausimas

Kas yra vertybinė dilema socialinių paslaugų kontekste? Pateikite vieną pavyzdį ir paaiškinkite, kaip ją spręstumėte remdamiesi profesinės etikos principais.

18 klausimas

Kodėl tvari užimtumo veiklų sistema yra svarbi net tada, kai keičiasi personalas? Kokie dokumentavimo elementai užtikrina veiklų tęstinumą?

Baigiamoji refleksija: „Kodėl užimtumo veiklos yra daugiau nei užimtumas?"

Taigi, užimtumas nėra tik veiklos pasiūlymas – tai santykio kūrimas. Per veiklą žmogus atpažįsta save, kuria ryšius, grįžta į bendruomenę, lavina gebėjimus, jaučiasi reikalingas. Individualios priežiūros darbuotojas ar užimtumo specialistas turi gebėti matyti žmogų už jo negalios ar amžiaus – kaip asmenybę, kuri vis dar turi daug ką pasakyti, parodyti ir patirti. Tokiu būdu užimtumas tampa ne terapine priemone, o gyvenimo kokybės dalimi.

Kūryba – tai bendros erdvės kūrimas, kurioje žmogus gali būti ne „pacientas", ne „naudotojas", o kūrėjas – net jei tai tik keli brūkšniai ant popieriaus, net jei tai nebaigtas darbas, net jei tai tik idėja, kuri liko žodžiuose. Specialisto pareiga – saugoti šią erdvę, leisti jai būti atvirai, saugiai ir gyvai.

Tik tokiu būdu kūrybinė veikla tampa ne tik užimtumo forma, bet ir giliu žmogišku aktu, kuris leidžia žmogui vėl patikėti – „mano balsas girdimas", „aš dar galiu", „aš vis dar esu". Ir tai – didžiausia kūrybos galia.

- ❏ **Baigiamoji užduotis:** Parašykite trumpą rašinį (apie 200–300 žodžių) tema: „Kodėl užimtumo veiklos yra daugiau nei užimtumas?" Pabandykite pasiremti teoriniais principais, praktiniais pavyzdžiais, asmenine nuomone ar patirtimi.

Tai darbas, kuriame svarbiau už visus planus ir metodus yra gebėjimas matyti, jausti ir būti kartu.