

Metodika výchovných, vzdělávacích a aktivizačních činností

Výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti

- Aktivita denního stacionáře probíhá v určených místnostech, které jsou ke konkrétním aktivitám prostorově i materiálně vybaveny. Délka trvání aktivit se pohybuje kolem 1 hodiny, záleží na druhu aktivity a aktuálním psychickém a fyzickém stavu konkrétního klienta.
- Pracovník přistupuje k jednotlivým klientům individuálně, dle jejich motorických a psychických dovedností. Před každou aktivitou je klient seznámen s tématem a postupem při práci. Téma si mohou klienti vybrat i sami.
- Pracovník klienta vhodně motivuje pro danou činnost – specifikuje účel dané aktivizace a její výstup (výrobek). Pracovník vede klienta k co největší samostatnosti, dle jejich individuálních schopností (příprava a úklid pomůcek, pracovní postup apod.)
- Zařazení klienta do aktivity určuje vedoucí provozu při ranní poradě, dle plánu činností klienta a dle informací uvedených na nástěnce v jídelně. Zde má každý klient svoji fotku s aktivizací, ve které je stanoven jeho individuální cíl.
- Na závěr aktivity pracovník sám zhodnotí činnost (pochválí apod.) nebo spolu s klientem zrekapitulují a zhodnotí celý průběh činnosti, případně se domluví na dalším postupu, který povede k cíli nebo k dokončení výrobku. Aktivita je zapsána do Záznamu péče klienta v IS Orion.

1. Pohybové aktivity

Charakteristika

Pohybové aktivity jsou pravidelnou součástí režimu dne v Centru Zdislava. Jedná se o širokou škálu činností, která ovlivňuje somatické ale i duševní funkce osobnosti klienta. Tyto činnosti umožňují klientům rozvíjet jejich fyzické a pohybové možnosti skrze jednoduché a pravidelné tělovýchovné aktivity, dále se snaží o naladění pozitivních pocitů při cvičení. V neposlední řadě touto formou dochází ke sdílení informací o světě sportu a sportovních disciplínách, zdravém životním stylu, osobní a duševní hygieně a péči o zdraví své i druhých lidí.

Do pohybových aktivit je zařazeno cvičení v rehabilitační místnosti, plavání a vycházky.

Cvičení v rehabilitační místnosti

V rehabilitační místnosti je pro pohybové aktivity k dispozici rotoped a motoped, zátěž a délka jízdy na strojích se orientuje podle aktuálního klientova stavu. Využívají se rehabilitační míče, žíněnky, balónkový bazének a další pomůcky ke cvičení a relaxaci. Tělesná aktivita a relaxace zde může být stimulována hudební kulisou.

Plavání

Klienti v bazénu používají potřebné bezpečnostní pomůcky a zábavné pomůcky pro hry a rehabilitaci ve vodě a jsou stále pod dozorem pracovníka. Náplní v bazénu je rozcvička, plavání a jeho nácvik, rehabilitační prvky pro rozvoj pohybových schopností, míčové hry,

vodní soutěže, vodní masáže proudem, pobyt ve vířivce. Návštěva bazénu je podmíněna dobrým zdravotním stavem klientů.

Vycházky

Cílem vycházek jsou různá místa v okolí denního stacionáře, dle zájmu klientů. Na procházkách klienti podle potřeby používají kompenzační pomůcky pro pohyb nebo jim pracovník poskytuje při chůzi oporu. Klienti dbají pokynů pracovníka, který má vycházku na starosti, dodržují pravidla silničního provozu a bezpečnost.

Cíle

Obecným cílem při pohybových aktivitách je navodit pozitivní pocity a tím dojít ke zklidnění a uvolnění klienta. Dále pak zlepšení fyzického zdraví, zautomatizování zdravého životního stylu, kdy se bude klient rád pohybovat. V případě velkého omezení klienta, jde o udržení jeho stávajících fyzických schopností.

Cvičení směřuje k získání zdravých pohybových návyků, např. správné držení těla, správné dýchání apod. Rozvíjí se koordinace pohybů hlavně hrubé ale i jemné motoriky.

Uvolňuje komunikační bariéry skrze zábavu a individuální práci, stimuluje psychický stav a kladné pocity. Pohybové aktivity souvisí i s rozvojem poznávacích schopností, bezprostředního vnímání, pozornosti, paměti, obrazotvornosti, představitivosti, myšlení a řeči. Utváří časoprostorové představy.

Cílem pohybových aktivit je posílení odolnosti organismu, zkvalitnění oběhové a podpůrné soustavy těla, respirace a metabolismu.

V sociální složce je velmi důležitým cílem sociální adaptabilita klientů, navázání přátelských kontaktů, spolupráce a začleňování klientů do společnosti (návštěva bazénu).

Organizace

Aktivita probíhá v rehabilitační místnosti v prostorách Centra Zdislava, která je materiálně i prostorově uzpůsobena, ta je klientům k dispozici po celý den. Na plavání se chodí jednou týdně do bazénu v Novém Městě na Moravě. Vycházky jsou pak každodenní součástí dopoledního režimu zařízení, popř. po individuální domluvě klienta s pracovníkem. Cílem je obvykle přírodní nebo městská část v okolí Centra Zdislava.

Na všechny aktivity kromě plavání docházejí klienti pěšky. Jízdu do bazénu hradí Centrum Zdislava, pobyt v bazénu hradí klient.

Jednotlivé aktivity probíhají vždy po individuální domluvě s klientem (dle Individuálního plánu a jeho zájmu). Jedná-li se o kolektivní cvičení, domluví se celá skupina. Pracovník pak všem zúčastněným oznámí plánované činnosti a vhodně je motivuje. Obsah, délku a náročnost pak pracovník volí podle aktuálního fyzického stavu klientů a jejich přání.

Veškeré osoby, které používají kompenzační a tělovýchovné pomůcky jsou dostatečně poučeni o jejich použití a bezpečnosti. Při využívání cvičebních pomůcek dbá pracovník na bezpečnost, poskytuje záchranu či oporu, je na blízku pro případnou pomoc.

2. Duchovní setkávání

Charakteristika

Duchovní setkávání zahrnuje denní modlitbu, duchovní setkávání a mše svaté. Klienti zde mohou vyjádřit své myšlenky a názory a podělit se s ostatními o duchovní zážitky a zkušenosti. Modlitbou, diskuzemi a sdílením různých náboženských témat klienti mohou najít

duchovní podporu a prohlubovat tak svůj duchovní život. Účast na duchovních setkáváních není povinná, klient má možnost, především pokud není věřící, využít jiné aktivity nabízené Centrem Zdislava.

Cíle

Posláním setkávání je naplňování duchovních potřeb klientů, rozšiřování společenských kontaktů a prohlubování pozitivních mezilidských vztahů mezi klienty a pracovníky při každodenním setkávání. Mimo jiné se jedná i o aktivitu směřující k začleňování klientů do širší společnosti při mších svatých v místním kostele.

Cílem aktivity je naplňování spirituální potřeby klientů. Procvičování a podpora myšlení a následně řeči, rozvíjí schopnost vyjadřovací schopnosti, naslouchání druhým, toleranci a empatii. V neposlední řadě pomáhá klientům rozšiřovat přehled o aktuální společnosti a světě.

Organizace

Duchovní setkání a denní modlitbu připravuje a následně vede jeden pracovník, aktivně se ale podílí i klienti a ostatní zaměstnanci. Témata vybírá sám pracovník, klient nebo se námět setkání vybere podle aktuální atmosféry a stavu klientů.

Obsahem setkání je vždy společná modlitba. Po domluvě s klienty mohou následovat následující aktivity: četba krátkého textu k zamyšlení, poslech náboženských promluv, diskuze na náboženské téma, zhlédnutí křesťanských filmů či přednášek, zpěv duchovních písní.

Při mších svatých v denním stacionáři, konajících se cca 4x ročně, se klienti aktivně podílejí na přípravě a průběhu celé mše svaté (příprava prostor, zpěv, četba apod.). Po mši mají klienti možnost požádat o rozhovor s duchovním. Mše svaté se také konají 1x měsíčně v katolickém kostele sv. Kunhuty v Nové Měště na Moravě.

3. Rozvoj paměti a postřehu

Charakteristika

Rozvoj paměti a postřehu je určen všem klientům Centra Zdislava a probíhá během celého denního režimu, dle individuálních plánů, jejich zájmu a doplnění osobních programů klientů v zařízení. Aktivně se účastní nejen klienti ale i pracovníci.

Jde o prostor k přátelskému setkání u kolektivních i individuálních her (deskové hry, karty, puzzle apod.). Pro klienty tento čas znamená zábavu a prožívání společných zážitků. Je-li zájem, obsahem mohou být i vzdělávací činnosti, a to převážně procvičování již získaných znalostí (četba, psaní, počítání, logické hry, úkoly apod.).

Cíle

Sociálním cílem je utváření přátelských mezilidských vztahů a podporování vzájemné komunikace.

Aktivita je zaměřena na rozvoj jednotlivých kognitivních procesů klientů, zvláště pak na pozornost, vnímání pomocí všech smyslů, paměť a myšlení. Cvičí se také postřeh, intuice, představivost a orientace v prostředí. Tyto činnosti by měly procvičovat již získané vědomosti, schopnosti, upevňovat je a snažit se je nadále zdokonalovat a udržovat do co největší možné míry.

Organizace

Klient může pracovat samostatně, spolupracovat s pracovníkem nebo s ostatními klienty. Dle domluvené činnosti klient či pracovník připraví potřebné pomůcky (knihu, karty, deskové či jiné společenské hry, kostky apod.), které se nachází v prostorách zařízení na dostupném místě pro všechny.

Časový rozsah určuje klient sám, stejně tak formu práce. Průběžně může měnit jednotlivá témata her a aktivit.

4. Hudebně-relaxační činnosti

Charakteristika

Hudebně-relaxační činnosti jsou aktivně a pasivně přijímající aktivizační činností, která probíhá v rámci dopoledních činností v Centru Zdislava, ale také při oslavách narozenin nebo nepravidelných akcích denního stacionáře. Využívá působení hudby a jejích prvků k navození pozitivního vzájemného kontaktu, důvěry, relaxace, spontaneity v pohybu a jakéhokoli způsobu vyjádření hudby ale třeba i pozitivních změn v chování a myšlení klienta. Prostřednictvím hudebních složek (melodie, harmonie, rytmus, barva, tempo, dynamika) tak působí bezprostředně a intenzivně na člověka, který tak může vnímat jinak obtížně sdělitelné informace.

Jedná se o metodu podpory individuálních hudebních a dramatických schopností klientů, zachování a prohlubování jejich stávajících potenciálů. Tato metoda klade důraz na prožívání a celkový zážitek z celé aktivity.

Cíle

Cílem hudebně-relaxačních činností je vzájemné setkávání klientů, navozování přátelských kontaktů a sdílení pozitivních emočních zážitků. Činnosti, které jsou obsahem muzikoterapie, mají uspokojovat potřeby seberealizace. Dávají prostor, aby zde klienti zažili vlastní úspěch a naučili se pracovat s vlastními emocemi. Hudebně-relaxační činnosti by tak měly zlepšovat sociální, ale i emocionální složku osobnosti klientů.

Soustředí se na práci s vokálním a instrumentálním projevem na poslech živé nebo reprodukované hudby.

Jednotlivé hudební, dramatické a pohybové prvky se zaměřují na rozvoj koncentrace pozornosti, vnímavosti, jemné a hrubé motoriky při hře na hudební nástroj a tanci, spontaneity a kreativity, receptivního vnímání hudby, myšlení, řeči apod..

Organizace

Pracovník seznámí klienty s náplní aktivity, následně pak vede celou muzikoterapii a její obsah, vždy s ohledem na přání a aktuální psychický a fyzický stav skupiny klientů. Důležitá je vhodná motivace klientů pracovníkem a dobrovolnost aktivní účasti na veškerých společných aktivitách.

Klienti používají v muzikoterapii různé pomůcky ke hrám, hudební nástroje a zpěvníky, přičemž jsou pracovníky vedeni k co největší samostatnosti při jejich přípravě, používání i uklidu. Pracovník je spíše prostředníkem, který motivuje, podporuje, poskytuje pomoc, doprovází, dává možnosti výběru a způsobu realizace jednotlivých činností.

5. Pracovní a výtvarné činnosti

Charakteristika

Pracovní a výtvarné aktivity aplikují prostředky výtvarného umění a manipulaci s různými materiály ke zlepšení a podpoře psychické i fyzické stránky osobnosti klienta.

V pracovních a výtvarných činnostech se mísí formy práce, postupy i metody a nejsou zřetelné hranice pracovní a výtvarnou složkou, proto jsou činnosti zahrnuty do jednotného celku. Do pracovních a výtvarných činností jsou tedy zařazeny práce v keramické dílně, výtvarné činnosti, šití a vyšívání, práce na tkalcovském stavu. Tyto aktivity probíhají v dopoledních hodinách skupinovou či individuální formou práce.

Jedná se o metodu podpory individuálních rukodělných činností klientů tak, aby byl jejich stávající potenciál co nejdéle zachován a prohlubován.

Práce v keramické dílně

Klienti zde pracují s keramickou hlinou, která má mimo jiné rehabilitační charakter pro jemnou motoriku. Seznamují se s materiálem a tvoří výrobky pomocí různých technik a metod. Díky keramické peci přímo v zařízení jsou výrobky dle potřeby vypalovány a dokončovány.

Výtvarné činnosti

Různorodé techniky a pomůcky zajišťují pestrost práce a velkého výběru možných činností. Dle tématu se volí již konkrétní postup. Na konkrétní práci může pracovat jednotlivec ale i skupina klientů. Témata výtvorů se orientují i podle témat výtvarných soutěží, kterých se klienti Centra Zdislava pravidelně účastní.

Individuální práce ve výtvarné činnosti zahrnuje většinou malování obrazu – klienti vybírají téma, předkreslují (pokud se jedná o předlohu), nanášejí a míchají barvy, pracují s přírodním materiálem (luštěniny, listy, písek, kámen, sušené květiny a plody).

Při skupinové práci klienti malují obrazy různými technikami, vytvářejí přáníčka, modelují, malují dle předlohy a ročního období, vystřihují nůžkami, pracují s přírodním materiálem (luštěniny, listy, písek, kámen, sušené květiny a plody...), malují prstovými barvami, vytvářejí výrobky z korálek a gumiček.

Šití a vyšívání

Výrobky, které jsou v šití a vyšívání tvořeny, mají praktické využití v běžném životě. Jedná se o jednoduché šité a vyšívané předměty (např. prostírání, zástěry, ubrusy, tašky či hračky, ale i křestní roušky). Klienti při této aktivizaci pracují s jehlou (ruční šití, stehování), s žehličkou (do zásuvky ji zapojí i vypne zaměstnanec, klient pracuje za dohledu zaměstnance) s nůžkami (odstřihování nití a látek a nastříhávání látek), s šicím strojem (zaměstnanec připraví stroj do provozu, klient sešlapuje pedál a za pomoci zaměstnance řídí dráhu šití a rychlost stroje, učí se zvládnout zpáteční chod stroje, navíjet nitě).

Při vyšívání zkonstruuje pracovník spolu s klientem pracovní postup, vede klienta k co největší samostatnosti (příprava a úklid pomůcek, samostatná práce) a dbá na jeho bezpečnost při manipulaci s ostrými předměty (nůžky, jehla...). Klient si zvolí styl vyšívání (křížkový, řetízkový, stonkový) a zaměstnanec vystříhne z tesilenu nebo jiné látky rozměry a tvary deček, ubrusů, prostírání, polštářů a předkreslí na ně vybranou předlohu.

Práce na tkalcovském stavu

Tkalcovský stav umožňuje kreativní způsob práce, ať už se jedná o barevné rozvržení nebo vzor plánovaného výrobku. Díky své snadné přístupnosti a možnosti tkaní na přenosném tkacím stavu, je tato aktivita vhodná i pro klienty, kteří jsou na invalidním vozíku.

Postup práce: Klient si vybere druh výrobku a barvu nití, se kterými chce tkát, navine útkové nitě na tkalcovskou jehlu, protahuje tkalcovské jehly osnovními nitěmi, utáhne paprskem a přehodí páky listů, učí se pravidelně zvedat a spouštět listy pro vytvoření požadovaného vzoru, zauzlíkuje nitě a vypere a vyžehlí výrobek.

Cíle

Posláním je co největší samostatnost klienta a zvýšení kvality jeho života skrze aktivitu, která sama o sobě dává smysl. Jde také o jeho seberealizaci, může zde tak najít svůj koníček a tím i efektivní trávení volného času.

Sociálními cíli jsou socializace a navázání přátelských kontaktů. U kolektivní práce jde o nácvik schopnosti spolupráce a tolerance druhého člověka či celé skupiny.

Mezi cíle zaměřené na psychickou stránku osobnosti klienta patří uvolňování kreativity a její rozvoj, odstranění komunikačních bariér či vytvoření prostoru pro jiný způsob komunikace se svým okolím. Klient se zde pokouší se o sebereflexi, učí se ovládat svoji vůli. Dále se pracuje s představivostí, fantazií a emocemi.

Podstatným cílem je skrze pracovní a výtvarné činnosti rozvíjet jemnou motoriku a grafomotoriku.

Konkrétní a hlavním cílem pro klienta je výrobek, který má svůj účel (klient si ho odnese domů, využije se jako dárek nebo se prodá při příležitosti prezentace Centra Zdislava na veřejných akcích apod.).

Organizace

Jednotlivé činnosti probíhají v prostorách v Centru Zdislava., které jsou k těmto aktivitám uzpůsobeny prostorově i materiálně.

Klient i pracovníci používají dle potřeby pracovní oděvy a dbají na zvýšenou hygienu rukou při práci s barvami, hlinami, lepidly a jinými materiály, které by mohly znečistit oděvy nebo pokožku.

Aktivita probíhá vždy po předchozí domluvě pracovníka s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu klienta a jeho zájmu) stejně tak téma, forma práce, případný výrobek a jeho účel. Přičemž pracovník má předem připravené možnosti výběru různorodých aktivit, na který se může klient zaměřit.

Výrobek či aktivita by měla být vybrána tak, aby klienta bavila a aby byla pro klienta dosažitelná. Podstatná je motivace, která je usnadněna tím, že výsledkem práce může být výrobek, který klient hned vidí nebo ho může při nejbližší příležitosti dokončit.

Klient je před každou pracovní nebo výtvarnou aktivitou seznámen s pomůckami a materiály, které bude při práci používat, a s bezpečností práce s danými materiály. Je mu vysvětlena forma a postup práce. Během činnosti pracovník s klientem spolupracuje, pomáhá mu nebo je na blízku v případě potřeby. Neustále kontroluje práci klienta a popisuje po sobě jdoucí kroky, které vedou k výsledku aktivity.

Pracovník dbá o co největší samostatnost klienta při přípravě pomůcek, jejich použití u úklidu prostor po skončení práce.

6. Práce na počítačích

Charakteristika

Klienti při této aktivitě získávají nové informace a zkušenosti z oblasti výpočetní techniky, učí se čerpat a zpracovávat získaná data s nejrůznějšími tématy podle zájmů a ty pak prakticky využívat při dalších úkonech nejen v Centru Zdislava.

Cíle

Cílem je osvojení a prohlubování schopností obsluhovat počítač na uživatelské úrovni, dále pak seznámení s možnostmi výpočetní techniky, čerpání a zpracování získaných dat.

Ve své podstatě je cílem také rozvoj koncentrace, myšlení i postřehu, multisensoriálního vnímání a mimo jiné i rozvoj jemné motoriky.

Organizace

Pro práci na počítačích je využívána místnost v Centru Zdislava, kde je k dispozici specifické vybavení místnosti (PC s dotykovým displejem apod.) a programové vybavení se speciálními výukovými a zábavnými programy. Některé programy mohou klienti také vyzkoušet při práci s tabletem.

Klient je adekvátně podle potřeby seznámen s bezpečností práce s počítačem. Učí se základní ovládání počítače, zapínání, vypínání, práci s myší, jsou mu vysvětleny základní programy, se kterými bude pracovat. Dále se může věnovat práci s Wordem, Excelem, malováním a internetem.

Práce probíhá vždy po individuální dohodě s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu). Délku a náročnosti si klient volí sám. Po celou dobu práce podporuje pracovník klienta v co možná největší samostatnosti práce na počítači. Pracovník neustále kontroluje práci, v případě potřeby pomáhá.

Datum vytvoření	7.9.2009
Aktualizace	8. 11. 2010, 4. 9. 2012, 1. 2. 2014, 1. 8. 2014 14.12.2015 (Mgr. Andrea Hašková, Mgr. Mária Peňázová) 30.11.2017 (Mgr. Andrea Schrollerová, Mgr. Hana Pohanková)
Zpracoval	Tým pracovníků denního stacionáře
Schválil	Ing. Mgr. Hana Janů