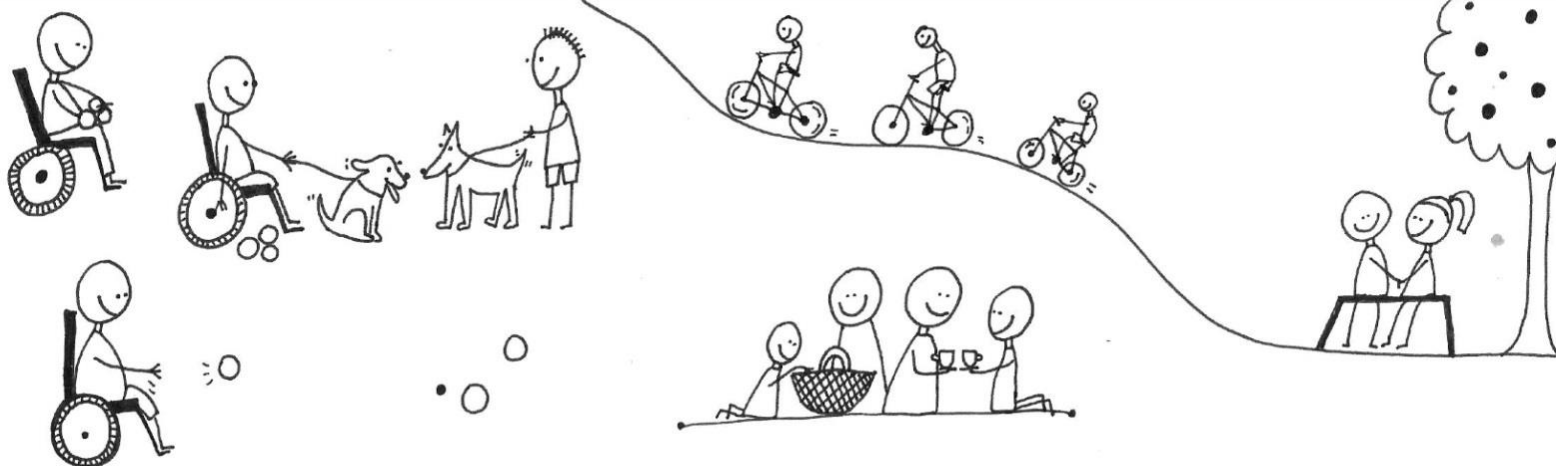


ČAS NA VOLNÝ ČAS

aneb bydlím v chráněném bydlení

Publikace vznikla v rámci projektu Podpora procesu transformace
pobytových sociálních služeb v Moravskoslezském kraji II,
CZ.1.04/3.1.00/A9.00005



červen 2015

Obsah

Úvod aneb ... Proč psát o volném čase ☺?.....	3
II. Co je to vlastně „volný čas“?	7
III. Pracovníci, dobrovolníci, studenti, opatrovníci, rodina... prostě LIDÉ!.....	10
1. Pracovníci poprvé... aneb málo LIDÍ, co s tím?	10
2. Dobrovolníci aneb LIDÉ k nezaplacení ☺.....	10
3. Pracovníci podruhé aneb i my jsme LIDÉ.....	13
4. Opatrovníci aneb LIDÉ v roli podporovatelů v rozhodování...?	18
5. Rodina, přátelé, známí a sousedi – LIDÉ.....	19
V. Peníze, peníze, peníze	19
VI. ZÁVĚR ... ?.....	21
Příběhy našeho projektu	23
Fotogalerie.....	23,24
Na tvorbě publikace se podíleli.....	25

Zpracoval: JINAK, o.p.s.

Autoři: Martina Chlápková

Kateřina Krčmářová

Úvod aneb ... Proč psát o volném čase ☺?

DOBRÝ DEN, JAK SE MÁTE? MY SE MÁME SKVĚLE! Jak typická fráze pro ty, kteří si prošli alespoň základy konverzace v angličtině ☺. Přestože v našich zeměpisných šířkách tato fráze není tak hojně užívaná, my (myslím náš tým, který na této publikaci pracoval) by zcela určitě odpověděli: „DÍKY, MÁME SE SKVĚLE ☺! Myslím, že by tak každý z nás odpovídal právě proto, že jsme díky projektu Moravskoslezského kraje „Podpora procesu transformace pobytových sociálních služeb v Moravskoslezském kraji II“ dostali v JINAK, o.p.s. příležitost realizovat podporu v šesti vybraných chráněných bydleních (CHB), která se týkala volného času lidí, kteří zde bydlí a využívají službu CHB.

V průběhu 8 měsíců jsme měli k dispozici všechny prostředky k tomu, abychom v těchto bydleních zjistili, jak to vlastně s volným časem jeho obyvatelé mají, jakou podporu jim pracovníci dávají a co by obyvatelé CHB i pracovníci případně potřebovali k tomu, aby se příležitost trávit volný čas podle svého stala zcela běžnou součástí života vybraných obyvatel. Do každého vybraného CHB docházel jednou měsíčně metodik, jehož úkolem bylo, aby s patřičným nadhledem a na základě své vlastní zkušenosti pomohl mapovat situaci a nastavit v oblasti volného času potřebnou podporu a asistent, který zde přímou podporou obyvatel trávil 8 hodin týdně. Jeho hlavním úkolem bylo nejen obyvatele při trávení volného času doprovázet, ale také vnášet sem spoustu nápadů a nabídek, jak by volný čas každého z obyvatel CHB mohl vypadat.

Než Vám popíšeme, co se nám dařilo, co se nedařilo vůbec a co by se třeba za určitých podmínek dařit mohlo, podívejme se do nedávné historie...

První chráněné bydlení v Moravskoslezském kraji vzniklo v roce 1999, což je téměř 16 let. Chráněná bydlení vznikala zejména v souvislosti s transformací velkých ústavů. Lidé, kteří z ústavů odcházeli, nebyli zvyklí zastávat běžné činnosti související se samostatnějším bydlením mimo ústav – např. vedení domácnosti, vaření, úklid, praní, nakupování či hospodaření s penězi. Proto také byla podpora zaměřena především na tyto základní činnosti. Postupem času však lidé v CHB získávali větší rozhled, osamostatňovali se a někteří i z CHB odešli bydlet do jiné formy bydlení, např. do bytu s podporou zajištěnou terénní službou.

A co současnost... ?

Přestože se postupem let situace proměňuje a lidé, kteří odcházejí z ústavů, jsou již více připraveni na změnu, mají stávající i nově vzniklá chráněná bydlení stále charakter pobytové služby, která jejich obyvatele podporuje **převážně v oblasti vedení domácnosti** (tj. úklid, praní, vaření, nakupování). Musíme také bohužel konstatovat, že i když rizika z přechodu lidí z ústavní péče do bydlení komunitního typu umíme poměrně dobře popsat, hůře se s nimi v praxi každodenního života vyrovnáváme.

Snažili jsme se odpovědět na otázky, proč to tak vlastně je? Je to jen tím, že jsme stále příliš ochraňující, nebo je pro nás jen jednodušší dělat to, co dobře umíme, nebo si stále neumíme nebo nechceme připustit, že běžný život není jen o pozitivních událostech, ale také o běžných starostech, zklamáních a překonávání obtíží.

Abychom se mohli dobře starat o sebe, o svou domácnost, pracovat a plnit své povinnosti, musíme mít také možnost **aktivně trávit svůj volný čas** tak, jak nás baví, potkávat se nejen s lidmi, které dobře známe, ale mít také příležitost seznamovat se s novými lidmi a novými neznámými situacemi.

Ze zkušenosti můžeme konstatovat, že volnému času, využívání běžných zdrojů, které nabízí komunita v okolí chráněného bydlení, nebo navazování běžných vztahů (kamarádských, sousedských, partnerských) se stále nevěnuje dostatečná pozornost. Usilujeme-li však o to, aby lidé v chráněných bydleních **žili jako jejich vrstevníci** – tedy normálně – je nezbytné je **cíleně podporovat** i v těchto oblastech života.

Vycházíme z konceptu, že běžná struktura dne dospělého člověka v produktivním věku je:



Jedná-li se o člověka v důchodovém věku, je zřejmé, že se běžné povinnosti přesouvají do časů, které si určí sám, a rovněž volného času přibývá.

Zdání klame...

V chráněném bydlení se velice často setkáváme s názorem, že trávení volného času je až druhořadá potřeba člověka, která nespadá do základních činností služby chráněného bydlení (§ 51 zákona o sociálních službách). „Je přece nezbytné“ poskytnout činnosti související se zajištěním stravy a s bydlením. Tento postoj je zcela jistě pochopitelný, nicméně je třeba se nad ním trochu zamyslet...

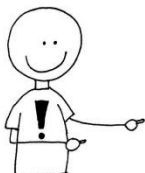
Praxe ukázala, že pokud člověk tráví svůj volný čas mimo domov, zapojuje se do místní komunity, využívá běžné nabídky dostupných služeb, má to pak přímý dopad na míru jeho sociálního začlenění, na normální život, který může žít:



Přinášíme vám sdělení pracovníků v přímé práci z doby, kdy lidé začínali trávit svůj volný čas s podporou asistenta mimo chráněné bydlení:

- „Pan P. je na sebe hrdý, že se mu to podařilo, posunulo ho to...“ (pozn.: pan P. začal navštěvovat počítačový kurz).
- „Seznámili se s novými lidmi, našli si kamarády. Předtím se přátelili jen s ostatními v chráněném bydlení.“
- „Dříve nás nenapadlo, že když mluvíme o vodní dýmce, že nevědí, co to je, protože ji nikdy neviděli. Poznávají realitu života.“
- „Máme teď mnohem víc společných témat – ptáme se jich, co dělali, kde byli, jak se jim to líbilo a oni s námi mnohem více mluví 😊!“

Pracovníci popsali své zkušenosti tak, jak je viděli v každodenní praxi. V podstatě svými slovy vyjádřili realizaci toho, co sociálním službám ukládá zákon o sociálních službách¹ v § 2 a také jeho prováděcí vyhláška², to je **podporovat člověka v jeho životě tak, aby byl co nejvíce samostatný, využíval všech dostupných zdrojů, které mu komunita nabízí, a žil životem srovnatelným s vrstevníky.**



Závěrem této kapitoly tedy konstatujeme, že podpora člověka, který bydlí v chráněném bydlení, v oblasti TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU PODLE VLASTNÍCH PŘEDSTAV A NAVAZOVÁNÍ BĚŽNÝCH KONTAKTŮ V KOMUNITĚ je důležitá a je nedílnou součástí základních činností tohoto druhu služby.

¹ Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění (dále jen „zákon o sociálních službách“).

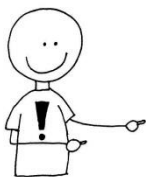
² Vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, v platném znění.

V individuálním plánu podpory volný čas neřešíme, patří sem?

Je poměrně běžnou praxí, že individuální plán podpory neobsahuje potřebnou podporu při trávení volného času. Velmi často se v záznamech k individuálnímu plánování objevují informace o tom, co člověk dělá rád a co naopak rád nedělá, v samotném plánu podpory se ale s těmito informacemi dále nepracuje.

V průběhu spolupráce s asistentem dostali pracovníci příležitost uvědomit si, že obyvatelé chráněného bydlení potřebují podporu v oblasti trávení volného času. Podporu v oblasti volného času plánujeme stejně jako v jiných oblastech života:

- **člověk** (obyvatel CHB) **má možnost se do plánování aktivně zapojit** tak, že sdělí svou představu a naplánují se kroky k realizaci (i v plánování podpory v trávení volného času myslíme na možná rizika),
- **člověk má příležitost převzít odpovědnost** za některé kroky (např. se domluví s opatrovníkem, kolik peněz může ze svého rozpočtu měsíčně vydat za návštěvu fotbalových zápasů místní ligy nebo koupí lístky, zjistí autobusové spoje),
- člověk, asistent nebo dobrovolník si na danou aktivitu **vyčlení potřebný čas**,
- po akci **všichni společně hodnotí** – cílem je, aby byl člověk co nejvíce samostatný - a to i ve svém volném čase 😊.



Volný čas je zapotřebí cíleně plánovat (vždy, pokud potřebuje obyvatel CHB podporu). **Podpora v oblasti trávení volného času by měla být nedílnou součástí individuálního plánování podpory.**

Nevím, co chci dělat, nic dělat nebudu... aneb motivovat, motivovat, motivovat 😊

Když se asistenti postupně seznamovali s lidmi, které budou podporovat, byli překvapení z jejich pozitivních reakcí a bezprostřednosti. Našli se ale také lidé, kteří jejich nabídku podpory nepovažovali za dobrý nápad a vyjadřovali se v tom smyslu, že žádnou podporu nepotřebují, uvnitř chráněného bydlení je jim dobře a nikam „ven“ vyrazit nechtějí. Nakonec se ale asistentům podařilo je motivovat k tomu trávit svůj volný čas tím, co je baví, co jim dělá radost.

Musíme počítat s tím, že lidé, kteří žili dlouhý čas v pobytových službách ústavního typu, **nemají potřebnou představu** o tom, že by mohli trávit volný čas jinak než ve skupině, chtějí hlavně chodit na akce a jezdit na výlety. Pokud nebylo možné, aby pracovníci nabízeli volnočasovou aktivitu, ocitali se obyvatelé CHB, ve většině případů, ve „volném prostoru“, který nedokázali bez podpory sami vyplnit. Poslouchali rádio, pili kávu, kouřili, sledovali televizi.

Jak změnu hodnotili pracovníci?

- *„Je super, že tam chodil někdo nový. Dříve spoustu aktivit odmítali – ona (asistentka) je ale neokoukaná, vnesla nový vítr!“*
- *„Co ho motivovalo? Mladá holka. 2 noví lidé. Věci, které předtím byly nemožné, které stále odmítal, najednou jdou.“*

Z praxe vyplynulo, že prvotní ostych některých obyvatel chráněného bydlení vyplýval z faktu, že dosud neměli zkušenost s tím, jak aktivně trávit svůj volný čas a nedovedli si představit žádnou konkrétní činnost, kterou by mohli dělat. Často šlo i o obavy z neznámého.

Jako účinná motivace pro ty, kteří měli obavy zkusit „nové věci“, tedy jít tam, kde ještě nebyli, oslovit neznámé lidi, vyzkoušet věci, které nikdy nedělali, se osvědčila pozitivní zkušenost obyvatel, kteří o svých nových zážitcích nadšeně vyprávěli ostatním. Ti, kteří váhali, se postupně přidávali.

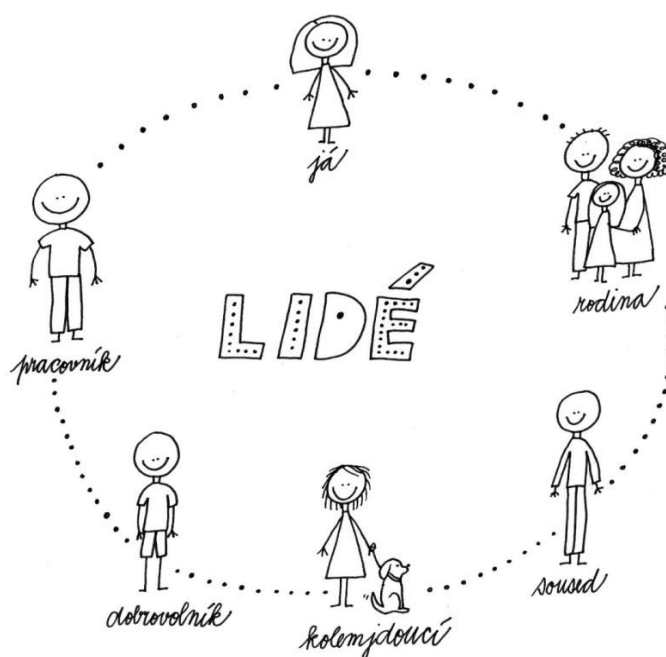
III. Pracovníci, dobrovolníci, studenti, opatrovníci, rodina... prostě LIDÉ!

1. Pracovníci poprvé... aneb málo LIDÍ, co s tím?

„Na volný čas není čas“, aneb kapacita pracovníků často nedovoluje dělat individuální aktivity ☹

- „Na odpolední směně jsem sama. V tom čase, který mám, jsem ráda, když s klienty stihnu udělat základní věci v domácnosti.“
- „Nemůžu přece odejít s jedním člověkem ven a ostatní tam nechat bez dohledu!?“

Takto pracovníci popisují každodenní realitu. Počet pracovníků je velmi často podhodnocený a pak je obtížné poskytovat obyvatelům bydlení individuální podporu. Otázkou bylo, co se stane, když asistent v bydlení ukončí svou činnost. Budou obyvatelé bydlení pokračovat v nastartovaných aktivitách?



2. Dobrovolníci aneb LIDÉ k nezaplacení ☺

Pokud chceme poskytovat podporu lidem v chráněných bydleních (bydleních komunitního typu) co nejlépe, tedy tak, aby plnila své poslání, dostáváme se ke snaze využívat co nejvíce **přirozenou podporu a nabídku místa, kde bydlím**. Přestože se u nás, v Moravskoslezském kraji, dějí změny (transformace pobytových služeb) posledních 13 let, je to stále poměrně krátká doba na to, abychom mohli předpokládat, že lidé, kteří bydlí na stejné ulici nebo ve stejné obci, kde je umístěné chráněné bydlení, přirozeně a ochotně nabídnou svým sousedům (obyvatelům CHB) pomoc. Aktivně uchopit příležitosti, které každá komunita

nabízí, zůstává tedy opět na pracovnících CHB. Tou správnou cestou k cíli je cílená spolupráce s dobrovolníky.



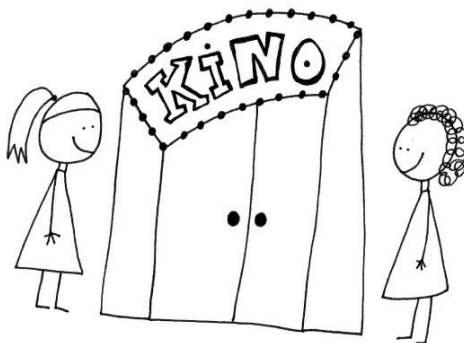
V zemích, kde lidé se zdravotním postižením běžně zůstávají ve svém přirozeném prostředí a potřebná podpora se formou terénní služby dostane za nimi (např. Velká Británie), je zcela běžné, že nejen mladí lidé, ale také ti, kteří už nemusí všechny svůj čas věnovat práci nebo rodině, působí jako dobrovolníci. Dobrovolnická práce v těchto zemích není o lítosti, ale především o potřebě „dávat, a také dostávat“. Tradice, která významným způsobem buduje občanskou společnost, je zde hluboce zakořeněná. Zkušenosti ze zahraničí nepopisujeme proto, abychom si hluboce povzdechli, že u nás „toto přece nejde“, ale abychom stále zůstávali aktivní a trpěliví. Abychom tradici budovali sdílením každého, byť drobného úspěchu, kdy se nám podaří, aby lidé, kteří dostávají příležitost bydlet mezi námi, s námi mohli také skutečně žít.

Jak se práce s dobrovolníky dařila nám?

Chráněná bydlení a asistenti hned v počátku projektu oslovovali **dobrovolníky**. Každé CHB zkoušelo jiné cesty jak dobrovolníky získat. Oslovili dobrovolnické agentury, asistenti přiváděli své přátele a známé. Nejvíce se nám osvědčilo sdílení informace o nabídce dobrovolnictví na sociálních sítích, tam, kde se k ní dostanou studenti, mladí lidé. V krátkém čase se podařilo zapracovat 11 dobrovolníků.

Dobrovolníci předpokládali, že budou muset být s obyvateli chráněného bydlení jen v prostorách jejich domova a pomáhat jim například při každodenních povinnostech typu starání se o domácnost:

„Myslela jsem, že budeme hrát nějaké hry nebo třeba něco vařit. Ale my jsme šli do kina!“



Byli velmi překvapeni, že mohou být s obyvateli i mimo bydlení a společný čas trávit aktivitami, které baví i je samotné.

Co se nám tedy v práci s dobrovolníky osvědčilo a co naopak nešlo?

Co se nám dařilo 😊, co pomáhalo

- **vědět**, co přesně od dobrovolníka očekáváme
- **sdílet** nabídku pro dobrovolníky na sociálních sítích
- nabídku pro dobrovolníka **konkrétně formulovat**
- **dávat** dobrovolníkovi dostatečnou **podporu**
- **sejít se** se zájemcem o dobrovolnictví **osobně**
- **spolupracovat** s dobrovolnickou agenturou

Co se nám nedařilo ☹️

- **bourat předsudky** – najít dobrovolníky v obcích, kde byl dříve umístěn velký ústav
- **přesvědčit některé lidi**, že dobrovolnická práce je k nezaplacení
- **udržet dobrovolníky** tam, kde nebyl zájem pracovníků, je mít v týmu.

A jak může „inzerát“ na dobrovolníka vypadat?

CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ

ARCHA V NOVÉM JIČÍNĚ

HLEDÁ DOBROVOLNÍKY!

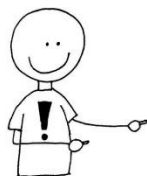


... a chcete vědět, v čem můžete být užiteční? Lidé, kteří v Arše bydlí, by rádi poznali parťáka. Mají spoustu nejrůznějších zájmů - velmi rádi cestují, chodí nakupovat do obchodních center, na procházky, do ZOO, na bazén, do kina, do divadla nebo např. do čajovny zakouřit si vodní dýmku. Někteří pánové si rádi zahrají fotbal nebo třeba zajdou do kavárny na internet. K tomu všemu uvítají společnost někoho dalšího ...

Máte také podobné zájmy a chtěli byste s někým trávit společný čas?

Ozvěte se na tel.: **734 643 233** nebo e-mail: asistenti.ar@sdk.cz a domluvíme se!

„Spolupráce s dobrovolníky se nám moc osvědčila, jsou to lidé, kteří jsou rádi, že mohou být aktivní, a mají dobré a originální nápady 😊“.



Je třeba zajistit dostupnost podpory v oblasti trávení volného času chráněným bydlením. Role pracovníka CHB je nejen o vyhledávání příležitostí v okolí a samotném doprovodu, ale také ve hledání dobrovolníků a neformální podpory v komunitě, podpory obyvatel CHB při navazování běžných kontaktů s lidmi, kteří zde žijí – soused, který taky chodí fandit místním fotbalistům, prodavačka v obchodě, paní z pošty, řidič autobusu.

3. Pracovníci podruhé aneb i my jsme LIDÉ

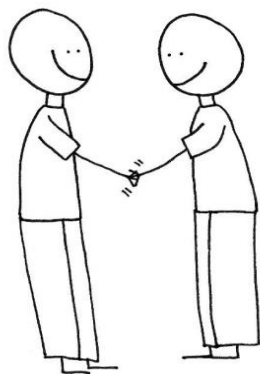
V úvodu této kapitoly jsme zmínili velmi častý a podstatný argument pracovníků, proč je podpora obyvatel chráněného bydlení zaměřená především na aktivity doma – uklízení, vaření a praní, atd.

JE NÁS MÁLO. Z podpory v zařízení ve vybraných chráněných bydleních je zřejmé, že počet pracovníků je dán pouze těmi potřebami, které poskytovatel služby považuje za nezbytné uspokojit. **Míra využívání příležitostí, které nabízí komunita, je tak přímo úměrná samostatnosti obyvatel CHB** (samostatně se pohybovat po okolí CHB a vyhledávat příležitosti) **a dovednostem pracovníků.** Dovednosti nezbytné pro to, aby dostávali

obyvatelé CHB právě takovou podporu, jakou potřebují, se týkají především **práce s rizikem** a s tím souvisejícími nácviky, aby došlo k minimalizaci případných rizik a pak také již několikrát zmíněné **dovednosti a ČASU pro vyhledání „příležitostí“** v komunitě.

Profil pracovníka v přímé práci v CHB

Sami pracovníci vybraných chráněných bydlení popisovali, v čem je práce v bydlení komunitního typu jiná, než ve velkých pobytových službách, kde někteří z nich pracovali dříve. **Pracovník je ve většině situací, které běžně při podpoře obyvatel CHB řeší, „odkázán“ na vlastní dovednosti a zkušenosti.** Určující je také fakt, že za práci, kterou při podpoře obyvatel CHB odvádí, přebírá veškerou **zodpovědnost**. Je tedy nezbytné, aby uměl stručně a výstižně předávat informace do týmu, vést kvalitní a o podpoře vypovídající písemné záznamy z průběhu služby.



„Když jsme se měli s klienty přestěhovat do nového bydlení v malém domečku, měli jsme velké obavy. Jak dokážeme v bytě s našimi klienty všechno zvládnout? Hned po prvním týdnu jsem si uvědomila, jak je všechno jiné, **nějak normální** 😊. Začala jsem se zase po letech těšit do práce, byla to pohoda. No problémy byly, ale s kolegyní, která se mnou v bytě pracuje, se vždycky dokážeme domluvit.“

Výstupem diskusí všech zúčastněných stran v průběhu realizace projektu je tento zobecněný **pracovní profil pracovníka v přímé práci v CHB**. Jsme si vědomi toho, že profily členů pracovního týmu přímo určují aktuální potřeby obyvatel daného CHB.

Pracovník v chráněném bydlení

PARTNER A PRŮVODCE

Vzdělání

- vzdělání dle § 116 zákona o sociálních službách.

Dovednosti (získané celoživotním učením)

- znalost problematiky cílové skupiny
- základy „případové práce“, dovednost individuálně plánovat a hodnotit průběh poskytování služby
- dovednost komunikovat s lidmi, kterým poskytují podporu
- spolupráce a komunikace v týmu,
- podpora obyvatele CHB v rozhodování
- práce s rizikem
- dovednost motivace
- základy mediace
- základy práce PC
- znalost místní komunity

Osobní předpoklady 😊

- respekt k lidem se zdravotním postižením
- důslednost
- zodpovědnost
- komunikativnost
- kreativita
- chuť učit se novým věcem, přijímat změny
- odvaha přijmout zodpovědnost
- životní optimismus 😊

Sociální pracovník v CHB - odborník nebo úředník?

Považujeme za nezbytné zastavit se také u **role sociálního pracovníka v chráněném bydlení**. Jeho pozici vnímáme jako velmi významnou nejen v kontextu jeho povinností, které jsou dány zákonem o sociálních službách, kdy jedná se zájemcem o službu a na jeho uvážení je to, zda služba může přispět k řešení nepříznivé sociální situace zájemce či zda jej neodkázat na jiný druh služby, ale také jako **odborníka na cílovou skupinu služby a službu samotnou**.

Prvním předpokladem, aby mohl tuto roli naplnit, je dostatečně velký úvazek na danou službu, jinak řečeno **dostatek času na řešení všech zodpovědností daných mu zákonem** s tím, že mu stále zůstává **prostor vstupovat do podpory klíčových pracovníků při plánování a hodnocení průběhu služby jednotlivých lidí**. Aby mohl sociální pracovník zastat roli

odborníka ve službě, nebude mu rozhodně stačit pouze vzdělání, které stanoví zákon. Dalším předpokladem je jeho aktivní vstup do přímé podpory obyvatel CHB a další vzdělávání v problematice cílové skupiny služby.

Sociálního pracovníka vnímáme jako **případového manažera**, který vstupuje do případového procesu v roli poradce a odborníka. Sociální pracovník odborně **vede pracovníky v sociálních službách** při realizaci podpory jednotlivých lidí tak, aby jejich podpora směřovala k cíli – tedy k co největší samostatnosti daného člověka (a to i v oblasti volného času).

Praxe ukázala, že kromě dostatečného úvazku je také všestranně výhodné, když sociální pracovník pracuje pouze pro chráněné bydlení a jeho úvazek není dělen mezi další druhy služeb.

Podpora pracovníků v přímé práci

Aby mohli pracovníci CHB dělat svou práci dobře, potřebují také sami podpořit. V průběhu realizace projektu se nám osvědčily tyto nástroje:

Případová setkání

- Pracovníci si udělají čas a v týmu společně s člověkem, kterého podporují, zjišťují, jaké má představy o svém volném čase, nabízí mu různé možnosti, popřípadě mu pomáhají vlastní představu utvořit. Následně plánují, co se konkrétně v oblasti volného času bude dít,
- v rámci projektu se v této oblasti dobře osvědčila spolupráce s asistentem, který člověka dobře neznal, a tak se dokázal oprostít od limitů, které vůči němu vnímali pracovníci. Asistent tak navrhnul aktivity, které člověka zaujaly a chtěl je vyzkoušet.

Externí případová supervize

- Po čase se pracovníkům v jakékoli službě, nejen v chráněném bydlení 😊, stává, že trpí tzv. profesní slepotou,
- v tomto případě se osvědčuje pravidelný vstup **externího supervizora**, který je schopen se na „případ“ podívat nezávislýma očima a najít nové cesty k řešení někdy zdánlivě „neřešitelného“,
- v rámci projektu se osvědčil vstup metodika, který chráněné bydlení navštěvoval jednou za kalendářní měsíc a konzultoval s pracovníky a asistentem, jak se podpora u jednotlivých obyvatel CHB daří nebo nedaří, vnášel do setkání své osobní zkušenosti, otevíral nové cesty.

Vzdělávání – cílené, efektivní, praktické

- Vzhledem k všestrannosti podpory, kterou pracovník chráněného bydlení poskytuje, je důležité, aby si zvyšoval kompetence formou vzdělávání.

- Oblasti, které jsme v rámci projektu vnímali jako klíčové, jsou:
 - **důsledné plánování a hodnocení podpory** (včetně volného času a navazování kontaktů v komunitě – tzn. volný čas je nezbytnou součástí individuálního plánu podpory),
 - **vyhledávání přirozené podpory v komunitě,**
 - **práce s rizikem,**
 - sexualita a partnerství lidí s postižením,
 - role opatrovníka v kontextu Nového občanského zákoníku.

Co se dařilo, aneb proč měl asistent úspěch ...

Jak tedy poskytovat podporu v CHB tak, aby lidé, kteří službu využívají, nezůstávali ve svém komunitním bydlení izolovaní? Co se v rámci realizace projektu osvědčilo:

Zastavit se – příležitost nebo nutnost?

Myšlenka, kterou přinesli v rámci projektu do chráněných bydlení metodik a asistent, že nezbytným předpokladem, aby se obyvatel CHB **stal součástí komunity** je nejen možnost využívat veřejné služby (obchod, pošta, kino, veřejná doprava atd.) ale také, mít v místě, kde bydlím **příležitost trávit svůj volný čas**, přiměla pracovníky CHB **zastavit se. Zastavit se a s každým s obyvatel CHB** mluvit o tom, co dělají rádi, co by vlastně chtěli dělat. **Příležitost zamyslet se společně nad dosavadním životem každého obyvatele CHB neocenitelnou zkušeností pro všechny strany.**

Spolupráce v týmu

Vstupem metodika a asistenta do služby byli pracovníci motivováni vytvořit tým, posílit týmového ducha, spolupracovat, transparentně si předávat informace. Aby všechno fungovalo podle plánu, bylo zapotřebí „táhnout za jeden provaz“. Po ukončení projektu by měl aktivní roli převzít klíčový pracovník konkrétního člověka a koordinovat tým tak, aby se i nadále plnily kroky obsažené v individuálním plánu podpory.

Role nových tváří a mužský element 😊

Významnou roli v našem projektu sehrála také skutečnost, že do chráněných bydlení vstoupili **noví lidé**. Přišli s jiným pohledem na věc, s novými nápady, s novou motivací. Tam, kde vstoupil do CHB asistent muž, se pracovníci vyjadřovali, že je to pro obyvatele CHB velká pozitivní změna, protože mají, ve většině případů, zkušenost pouze s pracovníci – ženami. Asistent – muž byl parťákem, kamarádem, rozuměl „chlapským věcem“.

Čas na správné věci

Čas byl ve všech našich diskusích (kromě peněz ☺) nejvíce skloňovanou veličinou. A jak tak čas v našem projektu běžel a my jsme se cíleně začali tomuto tématu vyhýbat, dospěli jsme ke zjištění, že mnohdy věnujeme (pracovníci CHB) čas podpoře, kterou obyvatel nepotřebuje. Možná proto, že máme obavy, sami se cítíme vystaveni strachu z toho, co všechno se může stát (pracujeme dobře s rizikem?). Možná šetříme čas tím, že některé věci děláme za lidi, kterým poskytujeme podporu (chceme mít všechno dokonale), možná proto, že nemáme čas se nové věci učit, mluvit o nich, přehodnotit je.

4. Opatrovníci aneb LIDÉ v roli podporovatelů v rozhodování...?

Opatrovníci jsou lidé, kteří vstupovali do spolupráce v rámci realizace podpory ve volném čase v různých kontextech.

Opatrovník – rodič → ochránce

Rodič v roli opatrovníka již dospělého člověka se často projevoval jako člověk, který chrání své dítě před, z jeho úhlu pohledu, nepřiměřeným rizikem, špatnou zkušeností, neúspěchem. Takovýmto rizikem mohl být například výlet do Prahy nebo pohyb po městě bez doprovodu. S rodiči v roli opatrovníků je zapotřebí pracovat citlivě. Jejich role je složitá, především proto, že se ocitají ve střetu zájmů, nicméně i přesto je nezbytné **obhajovat práva konkrétního podporovaného člověka** v souladu s Úmluvou o právech osob se zdravotním postižením, kterou naše země ratifikovala již v roce 2009. Díky projektu jsme měli příležitost si uvědomit, že dovednost citlivě komunikovat s opatrovníkem, rodičem, je pro pracovníka v CHB nezbytná.

Pokud je naším cílem, aby člověk se zdravotním postižením žil normální život, pak musíme počítat s tím, že v normálním životě zažíváme dobré i špatné věci. Právě díky těm špatným, máme možnost radovat se z těch dobrých.

Stále mám na paměti slova jednoho mladého člověka, který prožil velkou část svého života v ústavu. Vždycky, když vzpomíná, říká: „ *Proč je život venku lepší než v ústavu? Hlavně proto, že každý den je jiný, v ústavu jsem přesně věděl, co bude následovat. Ted? No ted' mám dobré i špatné dny a díky těm špatným umím rozeznat ty dobré!*“

Opatrovník → správce financí

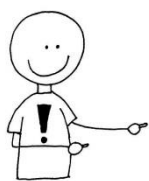
Opatrovník pomáhá obyvateli CHB, pokud je omezený ve svéprávnosti, spravovat jeho finance. Platí výdaje, rozhoduje o tom, za co člověk své peníze utratí. Nežádá se stává, že opatrovník považuje některé výdaje za zbytečné, protože by byly, z jeho úhlu pohledu, vydány za něco tak nedůležitého, jako je trávení volného času. I v této oblasti je však důležité

podpořit konkrétního člověka v realizaci jeho přání, pokud se jedná o běžný výdaj, který bychom v normálním životě zaplatili, popřípadě si na něj našetřili.

Obecně je třeba si uvědomit, že opatrovník zastupuje opatrovaného v oblasti právních úkonů. Není jeho rolí omezovat člověka ve způsobu trávení jeho volného času, v oblasti svobodného pohybu či v případě realizace informovaného rozhodnutí. Je na místě také říci, že jsme se setkali i s opatrovníky osvícenými, kteří byli týmu při podpoře daného člověka partnery a spolupráce s nimi, byla přínosem.

5. Rodina, přátelé, známí a sousedi – LIDÉ

Kvalitu života každého z nás určuje také to, zda a jací lidé jsou nám na blízku. V životě člověka se zdravotním postižením, který bydlí v CHB jsou kontakty s lidmi zásadní nejen pro jejich bezpečí, ale významně určují míru jejich začlenění do běžného života. Stejně jako na podporu při trávení volného času, potřebují obyvatelé CHB také podporu v kontaktu s lidmi. Stejně tak, jak mapujeme potřeby v oblasti péče o domácnost, v oblasti péče o sebe a dalších oblastech, je nezbytné vědět, jakou podporu je třeba poskytovat v oblasti navazování kontaktu s lidmi, v kontaktu s rodinou, když není na blízku, při získání přátel nebo partnera.



Součástí individuálního plánování podpory je také podpora v oblasti navazování běžných vztahů v komunitě. Podpora kontaktů s rodinou, přáteli, komunikace se sousedy a lidmi, které každý potkáváme (prodavač, řidič autobusu, neznámý člověk na ulici 😊)

V. Peníze, peníze, peníze ...

Na počátku spolupráce s asistenty jsme hodně přemýšleli nad náklady, které se pojí s trávením volného času. Pracovníci se obávali, že asistent bude s člověkem plánovat takové aktivity, které nebude finančně zvládat. A tak jsme asistentům nabídli 1000 Kč na měsíc, které mohli využít na vstupné pro sebe a v odůvodněném případě také pro člověka, kterého podporují.

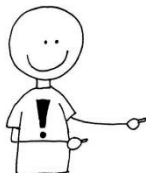
A jaká byla realita?

„Matěj (asistent) je zapojil do běžného života za malé peníze – např. vstupné do kina, návštěva cukrárny... nic, co by stálo moc peněz, a přináší to velký efekt.“

...a nejen Matěj 😊. Na konci projektu se ukázalo, že asistenti nabídnuté peníze téměř nevyužili, protože se jim dařilo plánovat takové aktivity, které nejsou finančně náročné, zaměřili se na vyhledávání nejrůznějších slev a výhod pro lidi s postižením.

Nemám mobil aneb asistentovo překvapení

Bavíme-li se o běžném životě a zvládnání přiměřeného rizika, musíme zmínit, že jsou v životě věci, které považujeme za samozřejmost. Tím je například fakt, že u sebe máme mobilní telefon a v případě nouze ho použijeme. Asistenti se však museli vyrovnat s faktem, že někteří obyvatelé CHB které podporovali, mobilní telefon neměli a tudíž musí případné nenadálé situace řešit operativně jinak. I když pořízení telefonu úzce souvisí s financemi, nelze než konstatovat, že v dnešní době se jedná o běžný standard, který ulehčuje život nejen lidem s postižením 😊.



V průběhu realizace projektu jsme zjistili, že **peníze**, stejně jako **čas** je slovo zaklínadlo 😊. Na nedostatek peněz, jako důvod proč se člověk s postižením aktivně neúčastní „života“ mimo bydlení, se odvolávají pracovníci, opatrovníci, ale i sami obyvatelé CHB. Mnohdy jde především o motivaci. V jednom z CHB zapojených do projektu se v průběhu času zjistilo, že více než peníze, na které se odvolávají všechny výše uvedené strany, byla demotivujícím faktorem vzdálenost bydlení od dostupných služeb, nabídek a příležitostí, kterou musejí obyvatelé CHB překonat.

Co nás při podpoře obyvatel CHB ještě napadalo ... ?

V průběhu realizace projektu jsme se zamýšleli nad tím, co limituje příležitosti neformální podpory, co ji ovlivňuje, aniž bychom do ní nějak iniciativně zasáhli. Přišli jsme na několik faktorů:

Město x vesnice

Město nabízí více příležitostí trávit aktivně volný čas, ale také získat práci nebo třeba nakupovat levněji. V našem projektu jsme rozdíl v možnostech sledovali velmi výrazný. Dostupnost veřejných služeb, možnost práce, ale také jistá míra anonymity jsou faktory, které usnadňují běžný život člověka s postižením a jeho zapojení do komunity.

Tradice

Zásadním faktorem, který se podílí na izolaci lidí se zdravotním postižením, přestože bydlí v bydlení komunitního typu, je fakt, že bydlí v místě, kde byl historicky umístěn ústav sociální péče. Lidé, kteří zde žijí, si za dlouhá léta vybudovali předsudky, které je velmi těžké odstranit.

Riziko přenosu ústavních prvků do CHB a volný čas

Limitem mohou být také převzaté „ústavní“ mechanismy podpory, kdy jsou obyvatelé chráněného bydlení přepečováváni – např. v oblasti hospodaření se svým finančním rozpočtem.

VI. ZÁVĚR ... ?

Hodně jsme přemýšleli nad tím, jak naši brožuru zakončit. A nakonec jsme se rozhodli pro několik zásadních konstatování, která jsou pro nás důležitá a nesou naši filosofii a také filosofii celého projektu...

- ✓ Volný čas je **běžnou součástí života** každého člověka, jen někteří lidé potřebují podporu v tom, aby ho trávili podle svých představ.
- ✓ **Podpora v trávení volného času** podle vlastních představ není něco, na co bychom si měli vyčlenit čas až na posledním místě. Je v životě člověka **důležitá** stejně jako možnost chodit do práce či prožívat běžné vztahy.
- ✓ Pokud člověk potřebuje podporu v trávení volného času, měl by být volný čas **cíleně plánován a vyhodnocován** v plánu podpory, stejně jako je tomu u jiných oblastí života.
- ✓ Volný čas je možné trávit dobře i za malých finančních nákladů – **je jen potřeba chtít, mít motivaci.**
- ✓ **Motivace není samozřejmost** a nechuť být aktivní ve svém volném čase nemusí pramenit jen z osobního nastavení, ale také proto, že lidé nemají pozitivní zkušenost v této oblasti a obávají se neznámého.
- ✓ **Čím více příležitostí** se nachází poblíž bydlení (dostupné služby apod.), tím **jednodušeji je možné zapojit se** do života komunity a využít běžných zdrojů.
- ✓ Aby bylo možné se osamostatnit i ve volném čase, je třeba **pracovat s běžným rizikem**. Člověk se učí také z chyb.

- ✓ **Dobrovolníci** jsou při trávení volného času a podpoře lidí velmi **dobrým pomocníkem**.
- ✓ Jsem-li asistentem, musím **být člověku s postižením partnerem a respektovat ho** – stejně, jako bych to očekával já v roli klienta.
- ✓ **Osvědčilo se**, když do plánování podpory **vstoupil někdo zvenčí**, někdo, kdo není zatížen stereotypy.

A zakončíme citátem francouzského osvícenského spisovatele filosofa Denise Diderota, který již v 18. století řekl:

„Volný čas tvoří nejdůležitější část našeho života.“

Osvícená myšlenka, nemyslíte ...

Příběhy našeho projektu ...

Pan Ivoš začal v rámci projektu navštěvovat pravidelně knihovnu v nedalekém městě, kde využívá veřejný internet. Díky tomu objevil YouTube, kde si sám vyhledává hudbu a filmy, které má rád. Do knihovny jezdí autobusem sám a sám si hlídá také termíny výpůjček 😊.

Pan Petr má 33 let a je upoutaný na invalidní vozík. Díky projektu začal 2 x týdně ve městě, kde bydlí, trénovat Boccii³. S pomocí asistenta se přihlásil a nacvičil trasu na místo, kde probíhá trénink. Teď už dojíždí sám a sám si vyhledává spojení nízkopodlažní tramvají. Sám také komunikuje s trenérem pomocí e-mailu a dojíždí i na zápasy mimo město, ve kterém žije. S pomocí asistenta se naučil cestovat do čajovny, kam dělá doprovod i lidem z chráněného bydlení, v němž žije. Doprovází ty, kteří by cestu sami nezvládli 😊.

Jmenuji se Katka, je mi 36 let. Mám ráda květiny, kino a pořádek. Než jsem začala čas trávit s Matějem nebo dobrovolnicí, tak jsem trávila svůj volný čas jenom na bydlení. Většinu času jsem byla s přítelem Petrem, sledovali jsme televizi, pili kávu. Když na CHB nebyl, tak jsem na něj čekala. S Matějem jsem poznala, co všechno se dá, stihnou ve volném čase, jak ten čas vyplnit, jak si ho užít. Teď vím, že volný čas můžu trávit s přítelem, ale i bez něho. Zajímá mě všechno. Potřebovala bych nadále někoho, kdo mi pomůže čas naplánovat a nenechá mě v tom samotnou.

³ **Boccia** (boča) je sport podobný francouzskému pétanque určený lidem s těžkým tělesným postižením, kteří jsou odkázáni na invalidní vozík. Jedná se o modifikaci klasických her (bocce, boules, pétanque, lawn bowling). Původně byla zamýšlena jako hra pro postižené dětskou obrnou, v dnešní době ji však provozují i sportovci s jinými vážnými poruchami hybnosti. V roce 1984 se Boccia stala paralympijským sportem s jasně danými pravidly. V roce 2008 ji provozovali tělesně postižení sportovci ve více než 50 státech.

Fotogalerie, opravdu jen malá 😊





Na tvorbě publikace se podíleli

Lukáš Spurný

Jana Musálková

Pavla Stojkovová

Lenka Gwozdiová

Hana Rousová

Markéta Svobodová

Matěj Kopa

David Rýpar

Aneta Venclíková

Zdeněk Frolich

Lucie Minksová

