

Průvodce individuálním plánováním online

Cíle a jejich stanovování

adpontes.cz

Struktura individuálního plánu

Osobní profil:

co je pro mě důležité, moje
přání a potřeby

Popis potřebné podpory:

s čím potřebuji pomoci

Cíle:

na co se zaměříme



Průběžné
záznamy

Vyhodnocení
plánu

K čemu jsou cíle dobré

- ❑ Cíl nám dává spolupráci s klientem **směr**, nepřeslapujeme se na místě.
- ❑ Cíle **brání zapadnout do vyjetých kolejí**
- ❑ Cíl vyjadřuje, **co je teď důležité** (priorita)
- ❑ Můžeme se **soustředit na jednu věc** (= větší šance na úspěch).
- ❑ Cíl = závazek pro personál, klient má **jistotu**, že se na danou věc nezapomene
- ❑ Můžeme vidět **posun** při práci s klientem

PLÁN ZAMĚŘENÝ NA CÍLE

Cíl

- ✓ co se naučím
- ✓ v čem se osamostatním
- ✓ čeho chci dosáhnout

PLÁN ZAMĚŘENÝ NA POTŘEBY

**Přání, potřeby,
očekávání**

- ✓ na co se zaměříme, aby se klientovi lépe dařilo
- ✓ jak lépe naplníme jeho potřeby a přání



Smysl individuálního plánování

- ❑ Individuální plánování znamená **stanovování cílů, jejich následné plnění a vyhodnocování.**



Smysl individuálního plánování

- ❑ **Plánovat průběh poskytování sociální služby** podle osobních cílů, potřeb a schopností osob, kterým poskytovatelé poskytují sociální služby.

Zákon o sociálních službách (§88, odst. f)



Zaměřujeme se na:

Přání

Očekávání

Cíle

Potřeby

Požadavky

Jaký je ~~vaš~~ cíl?

Otázky pro klienta

- ❑ Co od nás potřebujete? **A co ještě?**
- ❑ S čím potřebujete **pomoci?**
- ❑ Co si **přejete?**
- ❑ Co potřebujete k tomu, abyste byl **spokojený?**
- ❑ Co vám **schází?** Trápí vás něco?
- ❑ Co je teď pro vás **důležité?**
- ❑ Co potřebujete **vyřešit?**
- ❑ Co byste chtěl zvládat **samostatněji?**
- ❑ Na co se nyní **společně zaměříme?**



Otázky pro tým

- ❑ **Co je teď důležité?**
- ❑ Na co se nyní **společně zaměříme?**
- ❑ Jaký **problém** je nyní potřeba řešit?
- ❑ **Trápí** klienta něco?
- ❑ Má nějaké **nenaplněné potřeby?**
- ❑ Má nějaké **konkrétní přání?**
- ❑ Chce se klient něco **naučit?**
- ❑ Chce se v něčem se **osamostatnit?**



Krátkodobý individuální plán

Cíl dojednaný s klientem (na co se společně zaměříme):

Kroky (co udělá klient, co udělají pracovníci, do kdy):

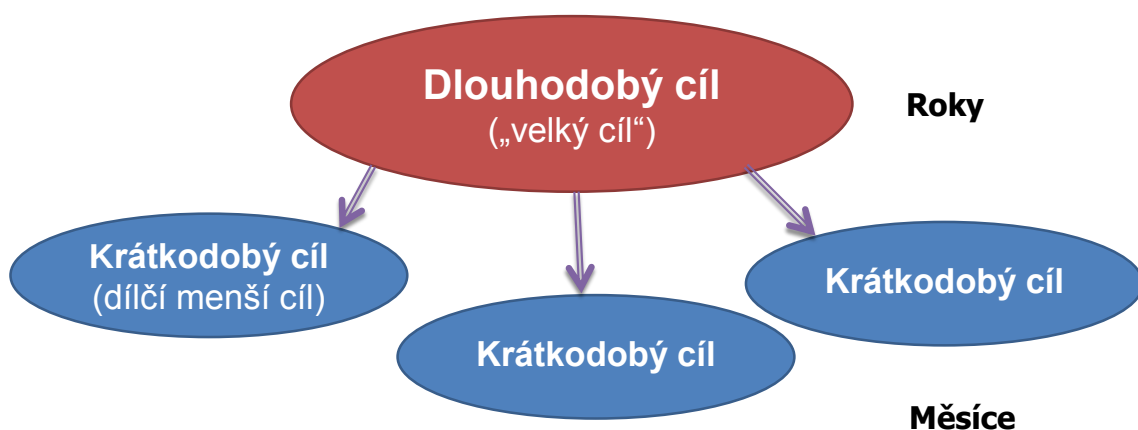
Překážky a rizika spojené s tímto cílem a jak je řešit:





Krátkodobý individuální plán		Jméno uživatele: Karolína Nováková
Cíl dojednaný s klientem: Chci se naučit prát si sama v pračce své oblečení do tří měsíců. 		
Konkrétní kroky, potřeba podpory, odpovědná osoba, termín (co, kdo, do kdy):		
 1. seznámím se s ovládáním pračky a s pravidly bezpečnosti (já a klíč. pracovníce, 1. týden)		
 2. vysvětlím jak se prádlo třídí a jak se každý druh pere (já a klíč. pracovníce, 2. týden)		
 3. budu nacvičovat třídění prádla, vkládání do pračky, dávkování prášku, nastavení programu (já a klíčová pracovníce, 3. a 4. týden)		
 4. budu prát samostatně pod dohledem zaměstnance, vždy před práním musím zavolat zaměstnance, který má službu (já a všichni členové týmu, 2. měsíc)		
 5. budu prát samostatně, zaměstnance zavolám pouze, když si nebudu vědět s něčím rady (já, 3. měsíc)		
Překážky, obavy, rizika: Riziko: úraz elektrickým proudem: budu poučena o zásadách bezpečnosti. Asistent bude ze začátku sledovat, jestli nedělám něco nebezpečného. Překážky: pokud bych obarvila nebo zničila nějaké cenné oblečení, matka by mi mohla prání zakázat. Bud dávat pozor, když nebudu vědět, jak se co pere, zeptám se asistenti. Asistenti mě matce předem vysvětlí, že se budu učit prát. 		
Datum: 1. 4. 2009 Podpis uživatele: K. Nováková		Datum příští revize: 30. 6. 2009 Podpis pracovníka: Josef Novotný

Když klient nemá krátkodobý cíl, většinou to nevadí.
Když nemáme jasno v dlouhodobém cíli spolupráce, bývá to **problém**.



Kam společně
s klientem
směřujeme?



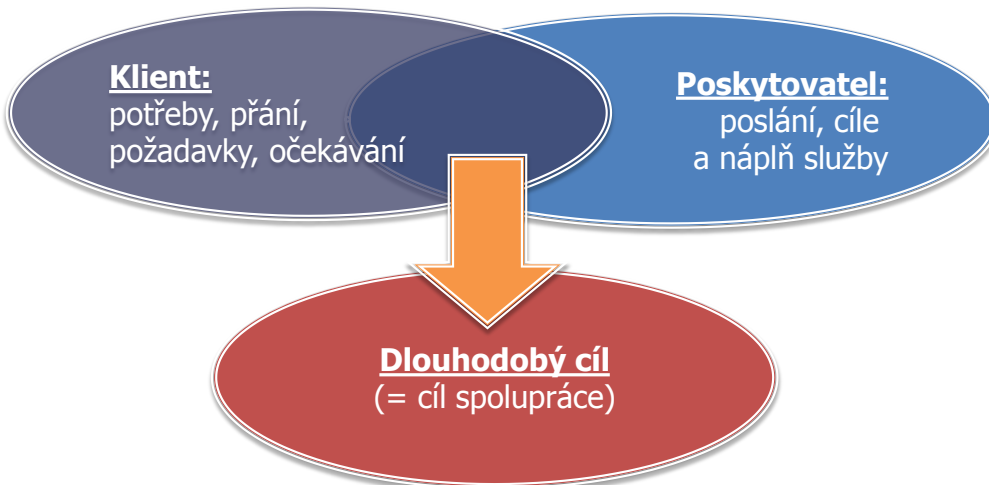
Dlouhodobý cíl

- **Proč** klient využívá vaší službu?
- **K čemu** má klientovi služba posloužit?
- **Co** chce klient za pomoci služby dosáhnout?
- **Kam** společně s klientem směřujete?



Víte to?

Dlouhodobý cíl (cíl spolupráce)



Co není osobní cíl

- ❑ **obecná proklamace** („zajištění trvalého zázemí“)
- ❑ **cíl personálu** („zlepšit úklid a hygienu, chodit na vycházky“)
- ❑ **přání rodiny či opatrovníka** („chceme, aby zhubnul“)
- ❑ **činnost, která již probíhá a stále se opakuje** („pravidelné procházky“)
- ❑ **činnost, které se lehce uskuteční i bez plánování** („poslech rádia, sledování televize“)
- ❑ **nereálné cíle a přání** („cesta kolem světa“)
- ❑ **cíl, o který klient ve skutečnosti nemá zájem**



Nereálný cíl

- ❑ Opravdu je to nereálný cíl?
- ❑ K nereálnému cíli přistupujeme **s respektem**, vnímáme ho jako důležitou touhu či přání klienta.
- ❑ Zjišťujeme, co přesně chce klient dosáhnout, jaká **potřeba** se za nereálným cílem skrývá.
- ❑ Existuje nějaký **jiný způsob**, jak bychom tuto potřebu mohli naplnit?
- ❑ Neslibujeme klientovi nemožné, citlivě ho **konfrontujeme s realitou**.
- ❑ Touhy, přání a sny (i nereálné) mají své místo **v osobním profilu**.



Jak správně formulovat cíl

Co je vhodnější?

- ❖ **1. osoba** („Chci sám dojít do jídelny...“)
- ❖ **3. osoba** („Pan Novák chce dojít sám do jídelny...“)
- ❖ **infinitiv** („Chodit sám do jídelny...“)
- ❖ **slovy klienta**



Jak správně formulovat cíle

Cíl by měl být **SMART**:

- **S**pecifický a konkrétní
- **M**ěřitelný
- **A**traktivní
- **R**eálný
- **T**ermínovaný



Jak správně formulovat cíle

Specifický a konkrétní = jasně, srozumitelně, česky

- ❑ Každému, kdo si cíl přečte, musí být jasné, o co jde.
- ❑ Cíl jako novinový titulek.
- ❑ Mlhavý cíl = mlhavý a neužitečný plán.



Jak správně formulovat cíle

Měřitelný

- ❑ Kolikrát, jak dlouho nebo jak často se má naplánovaná věc odehrát?



Jak správně formulovat cíle

Atraktivní

- Má klient o tento cíl skutečný zájem? Je to pro něj důležité?



Jak správně formulovat cíle

Reálný

- Lze naplánovanou věc reálně uskutečnit?



Jak správně formulovat cíle

Termínovaný

- do kdy se má naplánovaná věc stihnout



Jak správně formulovat cíle

Která slova zásadně **nepoužívat**:

- zvýšit, posílit, zlepšit, prohloubit, rozvinout, pokračovat, zapojit...



Která slova **používat** při formulaci cílů:

- umí, dokáže, pozná, ovládá, rozliší, najde, vyjádří, napíše, přečte, spočítá...



 Nekonkrétní cíl (chybně)	Konkrétní cíl (správně) 
Zvýšit samostatnost v péči o domácnost.	Chci sama zvládnout ustlat postel.
Rozvoj jemné motoriky.	Chci si umět sám zapnout knoflíky u košile.
Zlepšit kontakt s rodinou.	Chci alespoň jednou měsíčně vidět svého bratra.
Prohlubování školních znalostí.	Chci si procvičit počítání, abych zvládla spočítat peníze při nakupování.
Zapojit se do volnočasových aktivit.	Chci se dvakrát za týden účastnit práce v keramické dílně.
Pokračovat v nácviku vaření.	Do tří měsíců se chci naučit vařit tři nová jídla.
Zlepšit orientaci v areálu.	Chci umět sám dojít do dílny, do jídelny a do tělocvičny.

Plán „Jak být v pohodě“

Co mi pomáhá být v pohodě a cítit se dobře:

-
-
-
-
-

Co způsobuje, že se cítím špatně a v nepohodě:

-
-
-
-
-

Co je potřeba udělat pro zachování pohody (konkrétně):

-
-
-
-
-

zdroj: Helen Sanderson Associates