

Wielokierunkowość działań terapeutyczno-rehabilitacyjnych

prowadzonych w domach pomocy społecznej na przykładzie Domu Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” w Płocku

Piotr Ostrowicki

Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” w Płocku

Domy pomocy społecznej, zgodnie z obowiązującą ustawą o pomocy społecznej¹, świadczą usługi bytowe, opiekuńcze, wspomagające, edukacyjne w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb mieszkańców domu. Zakres tych usług, który szczególnie określa Rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej², jest bardzo szeroki. Wydaje się, że ma to uświadomić kadrze domów pomocy społecznej, iż domy te muszą zapewnić **nie tylko opiekę, ale również terapię i rehabilitację**. W myśl zapisu ustawy w organizacji świadczonych przez

Tabela 1.

Działania terapeutyczno-rehabilitacyjne w DPS „Przyjaznych serc”

KIERUNKI DZIAŁAŃ TERAPEUTYCZNO-REHABILITACYJNYCH	FORMY I ZAKRES DZIAŁAŃ TERAPEUTYCZNO-REHABILITACYJNYCH
wiodące	<ul style="list-style-type: none"> » artterapia, terapia komputerowa, terapia doświadczenia świata » kinezyterapia, fizykoterapia i hydroterapia » terapia psychologiczna
uzupełniające	<ul style="list-style-type: none"> » sekcje terapeutyczne, m.in. choreoterapii, korespondencji internetowej, silwoterapii, ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne, sztuki naiwnej, kawiarenka, stolarska, olimpiad specjalnych, biblioterapii, radiowęzeł » treningi umiejętności społecznych, m.in. kulinarny, higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego, umiejętności praktycznych, techniczny, załatwiania spraw urzędowych, farmakologiczny, budżetowy, interpersonalny » terapia pedagogiczna

dom pomocy społecznej usług należy uwzględnić indywidualne potrzeby mieszkańców, a w konsekwencji – w zależności od tych potrzeb – odpowiednio kształtować kierunki działalności terapeutyczno-rehabilitacyjnej. Oznacza to, że terapia i rehabilitacja musi być zróżnicowana, chociażby w zależności od wieku, stanu zdrowia, sprawności fizycznej, intelektualnej i psychicznej mieszkańców. W przypadku planowania i ustalania form i zakresu działań terapeutyczno-rehabilitacyjnych konieczna jest więc szczegółowa diagnoza mieszkańców pod kątem możliwości ich udziału w danej terapii. Wyniki diagnozy powinny wskazać konkretne kierunki działań terapeutyczno-rehabilitacyjnych, przy czym zakres oraz formy terapii i rehabilitacji muszą być adekwatne do stopnia zróżnicowania mieszkańców. Przykładem domu o dużym zróżnicowaniu mieszkańców jest Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” w Płocku.

W DPS „Przyjaznych Serc” mieszka 80 osób, w tym 50 dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie oraz 30 osób przewlekle chorych psychicznie. Zróżnicowanie mieszkańców DPS, zarówno pod względem wieku, stanu zdrowia, jak i sprawności fizycznej, intelektualnej i psychicznej bezwzględnie wymusza podjęcie wielokierunkowych działań w zakresie prowadzonej terapii i rehabilitacji. Kierunki tych działań zostały określone na podstawie przeprowadzonej diagnozy, która uwzględniała potrzeby mieszkańców wynikające z ich stanu zdrowia, stopnia sprawności, oczekiwań i zainteresowań. Stwierdzono, iż dobrym rozwiązaniem będzie wielokierunkowe prowadzenie terapii, wyszczególniając kierunki wio-

1 Ustawa z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej (Dz. U. z 2008r. Nr 115, poz. 728 z późn. zm.)

2 Rozporządzenie Polityki Społecznej z dnia 19 października 2005 w sprawie domów pomocy społecznej (Dz. U. z 2005r. Nr 217, poz. 1837)



Fot. 1

dące i uzupełniające, przedstawione w tabeli nr 1.

Wiodącymi kierunkami działalności terapeutyczno-rehabilitacyjnej w DPS „Przyjaznych Serc” są: artterapia, terapia z wykorzystaniem komputera, terapia doświadczenia świata, kinezyterapia, fizykoterapia, hydroterapia, jak również terapia psychologiczna.

Artterapia umożliwia wyrażanie emocji, ćwiczy sprawność manualną, pobudza wyobraźnię, wzmacnia poczucie własnej wartości oraz rozwija pasje i zainteresowania. Prace mieszkańców są nieodłącznym elementem wystroju ich pokoi, lecz można je też oglądać na wystawach i przeglądach organizowanych w Płocku. Dzięki artterapii udało się odkryć wiele różnych talentów.

Terapia komputerowa umożliwia mieszkańcom aktywne zdobywanie wiedzy i nowych umiejętności oraz rozwój ich zainteresowań. Rozwija twórcze myślenie, pobudza wyobraźnię, doskonali funkcje poznawcze i pamięć oraz kształtuje koordynację wzrokowo-ruchową i sprawność manualną. Terapia obejmuje naukę posługiwania się klawiaturą, myszką, jak również korzystania z różnego typu programów komputerowych. W ramach tera-



Fot. 2

pii mieszkańcy piszą własne teksty: listy, opowiadania, wiersze, dzięki czemu rozwijają swoje umiejętności grafomotoryczne, rozszerzają zasób słownictwa. Teksty są publikowane w formie tomików wierszy

Fot. 1 - zajęcia w pracowni plastyczno-manualnej
Fot. 2 - zajęcia terapeutyczne w ramach sekcji terapeutycznej "Sztuki naiwnej"

szy, broszur lub w gazetce „Przyjazne Serca”. W zakres terapii wchodzi również nauka obsługi sprzętu współpracującego z komputerem (drukarki, skanera, kamery itp.), jak również biurowego (laminatora, gilotyny, bindownicy). W terapii wykorzystuje się multimedialne programy dydaktyczne oraz internet. Mieszkańcy mają możliwość swobodnego przeglądania stron www, dzięki czemu mogą na bieżąco śledzić ważne wydarzenia kulturalne i polityczne z kraju i ze świata. Pra-

muje m.in. ćwiczenia i zabawy dotykowe, ćwiczenia rozwijające wzrok, wrażliwość słuchową i stymulujące zmysł równowagi, treningi zapachowe, komunikacji językowej z wykorzystaniem piktogramów i komunikatora, różnego rodzaju zabawy i zajęcia relaksacyjno-wyciszające, zajęcia rytmiczne z wykorzystaniem instrumentów muzycznych oraz zajęcia ruchowe. Terapeuta wykorzystuje dodatkowo metody wspomagania psychoruchowego, tj. metodę W. Sherborne – ruch rozwijający, metodę Denisona, alternatywnej i wspomagającej komunikacji, metodę Ch. Knillów – „Pogromy aktywności” oraz „Dotyk i komunikacja”. Zajęcia odbywają się w specjalistycznie wyposażonej sali. Panuje w niej atmosfera relaksu i odprężenia, wytworzona za pomocą odpowiedniej muzyki relaksacyjnej. Wnętrze sali przypomina kolorowy świat bajki. Na ścianach wyświetlane są różnorodne kolory za pomocą projektora z barwną tarczą i kuli lustrzanej. Do stymulacji percepcji wzroku służy wodospad światłowodów, który zapewnia zróżnicowane efekty świetlne. Do stymulacji zmysłu dotyku terapeuta wykorzystuje suchy basen terapeutyczny, który wpływa kojąco na pracę mięśni. Wykorzystuje się też tablice manipulacyjne oraz materiały o różnej fakturze i różnym kształcie. Natomiast do stymulacji słuchu służy tablica świetlnodźwiękowa z funkcją odtwarzania głosu i z mikrofonem, która jednocześnie zachęca mieszkańców do wydawania dźwięków i aktywuje mowę. Sala doświadczania świata wyposażona jest także w łóżko wodne z podstawą muzyczną, które redukuje napięcia mięśniowe i zapewnia relaks całego ciała.

Terapia psychologiczna ma na celu m.in. poprawę stanu psychicznego mieszkańców, zmniejszenie natężenia objawów chorobowych oraz zapobieganie nawrotom choroby psychicznej, niwelowanie poczucia osamotnienia, wspieranie w trudnych sytuacjach, wyzwalanie procesów twórczego działania, rozwój umiejętności interpersonalnych. Psycholog wykorzystuje przede wszystkim elementy psychoterapii podtrzymującej, behawioralno-poznawczej, rehabilitacji neuropsychologicznej oraz bioenergetyki. Stosuje również psychorysunek, relaksację i psychoedukację. Prowadzi treningi psycho-



Fot. 3

Fot. 3 - terapia psychologiczna

ownia komputerowa jest nie tylko miejscem wytężonej pracy terapeutycznej, ale i dobrej zabawy. Mieszkańcy bardzo chętnie korzystają z różnych gier, rozwiązują krzyżówki, quizy, układają puzzle, słuchają muzyki, oglądają filmy.

Terapia Doświadczania Świata zwana inaczej „Snoezelen” pozwala na poznanie „innego świata”, pobudzenie zmysłów poprzez odpowiednio dobrane bodźce stymulujące wzrok, słuch, dotyk, węch. Terapia ta rozwija aktywność mieszkańców oraz ich funkcje poznawcze, tj. pamięć, uwagę, myślenie; stwarza poczucie bezpieczeństwa, daje możliwość odprężenia, redukuje stres, napięcie nerwowe, a także zachowania agresywne lub autoagresywne. Zakres terapii obej-

logiczne, takie jak rozwiązywanie problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich, umiejętności prowadzenia rozmowy, rozwiązywanie sytuacji konfliktowych, zachowania asertywne. Wśród mieszkańców bardzo dużym zainteresowaniem cieszy się również grupa wsparcia, która przy udziale psychologa pomaga w rozwiązaniu sytuacji konfliktowych, wspiera emocjonalnie i kształtuje umiejętności radzenia sobie z problemami dnia codziennego. Psycholog udziela wsparcia i porad także pracownikom oraz rodzinom mieszkańców.

Tabela nr 1 ukazuje, iż poza wiodącymi kierunkami działalności terapeutyczno-rehabilitacyjnej DPS prowadzi kierunki uzupełniające. Wśród nich wyróżnia się sekcje terapeutyczne (choreoterapii, korespondencji internetowej, silwoterapii, ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne, sztuki naiwnej, biblioterapii, stolarska, olimpiad specjalnych, kawiarenka, radiowęzeł), treningi umiejętności społecznych oraz terapię pedagogiczną.

Sekcja choreoterapii (wokalno-instrumentalno-teatralna) ma przede wszystkim „leczyć” ruchem i tańcem. Choreoterapia wpływa na polepszenie nastroju, ułatwia nawiązywanie kontaktów interpersonalnych, odrzucenie zahamowań związanych z aktywnością ruchową, poprawę pamięci i koncentracji. Mieszkańcy układają scenariusze, organizują i przygotowują programy artystyczne, a następnie prezen-

tują je na imprezach okolicznościowych, uroczystościach w DPS oraz na pokazach i przeglądach artystycznych osób niepełnosprawnych. Terapeuta prowadzi również zabawy muzyczno-ruchowe, zajęcia choreograficzne i rytmiczne, naukę gry na instrumentach muzycznych. W ramach choreoterapii działa w DPS składający się z mieszkańców zespół „Rozśpiewane Serca”.

Sekcja korespondencji internetowej pozwala mieszkańcom DPS zdobyć wiedzę na temat internetu, zapoznać się ze

Fot. 4 - zajęcia terapeutyczne w ramach sekcji wokalno-instrumentalnej "Rozśpiewane serca"

Fot. 5 - zajęcia terapeutyczne w "Sali Doświadczania Świata"



Fot. 4



Fot. 5

słownictwem, kulturą, obyczajami w „wirtualnym” świecie, przekazać swoje opinie na forum internetowym, nauczyć się posługiwać pocztą elektroniczną, wysyłać e-maile do znajomych, załączając zdjęcia, teksty piosenek, artykuły czy pozdrowienia. Możliwość korespondowania ze swoimi bliskimi, przyjaciółmi czy kolegami z innych DPS-ów stwarza mieszkańcom warunki do bardziej czynnego życia społecznego. Terapeuta pomaga mieszkańcom w nawiązywaniu kontaktów z osoba-

kańcy pielęgnują roślinność oraz dbają o czystość i porządek na terenie ogrodu. Terapeuta dostosowuje zajęcia do możliwości psychofizycznych mieszkańców, prowadząc je w formie biernej i czynnej. Bierny udział polega na obserwacji pracy innych mieszkańców w przydomowym ogródku kwiatowym i warzywnym, obserwowaniu przyrody podczas spacerów, wyjść do ogrodu zoologicznego, parku czy wyjazdów do lasu. Czynną formą udziału w sekcji jest dbanie o rośliny doniczko-



Fot. 6

Fot. 6 - zajęcia terapeutyczne w pracowni komputerowej
Fot. 7 - zajęcia rehabilitacyjne w sali rehabilitacyjnej

mi z całej Polski, m.in. poprzez korzystanie z komunikatorów. Efektem działalności tej sekcji jest zawiązanie się wśród mieszkańców wielu przyjaźni, które są kontynuowane. Opisywana sekcja uzupełnia zajęcia prowadzone w ramach terapii komputerowej.

Sekcja silwoterapii oparta jest na wykorzystaniu kontaktu z przyrodą jako środka oddziaływania terapeutycznego, który działa na człowieka pozaintelektualnie, pobudza go do życia, a zarazem wycisza emocje. W ramach silwoterapii miesz-



Fot. 7

we w pomieszczeniach domu oraz wykonywanie różnych prac w przydomowym ogródku warzywnym i kwiatowym. Wyhodowane warzywa mieszkańcy wykorzystują w ramach zajęć w sekcji kawiarenka, natomiast kwiaty z przydomowego ogródka są wykorzystywane w artterapii i ozdabiają pokoje mieszkańców oraz pomieszczenia DPS, co daje mieszkańcom dodatkową motywację do pracy.

Sekcja ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne jest oparta na metodzie polecanej do wspierania i stymulowania roz-

woju dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie i ruchowo. Podczas zajęć sekcji terapeuta uczy mieszkańców wykorzystywania dotyku, ruchu, emocji poprzez wzajemne relacje fizyczne i społeczne, uczy świadomości własnego ciała oraz pogłębiania kontaktów z innymi osobami i z grupą. Mieszkańcy wykonują specjalistyczne ćwiczenia, co poza korzyściami zdrowotnymi daje również możliwości doskonałej zabawy.



Sekcja sztuki naiwnej powstała z przeznaczeniem dla mieszkańców przejawiających uzdolnienia artystyczne. Jest to zjawisko nieprofesjonalnej twórczości osób niepełnosprawnych, która jest wynikiem potrzeby ekspresji, próbą ukazania wewnętrznych przeżyć. Jej charakterystycznymi cechami są: pewna nieporadność warsztatowa, fantastyczny klimat obrazów, poetycka wrażliwość i dosłowność w traktowaniu tematu. Terapeuta uświadamia mieszkańcom drzemiące w nich talenty (malar-

skie, rysunkowe i rzeźbiarskie), ukazuje nowe możliwości warsztatowe oraz pobudza mieszkańców do wysuwania własnych propozycji. Dostarcza mieszkańcom bodźców aktywizujących procesy poznawcze oraz potrzeby twórczości własnej, m.in. poprzez udział w ciekawych przedsięwzięciach artystycznych na terenie miasta oraz pokazach wartościowych filmów ukazujących różne sposoby patrzenia na rzeczywistość (klasyka filmowa, biografie najciekawszych twórców sztuki naiwnej). Zajęcia sekcji sztuki naiwnej są uzupełnieniem zajęć terapeutycznych prowadzonych w pracowni artterapii.

Sekcja Kawiarenka powstała w celu rozwijania umiejętności kulinarnych mieszkańców DPS. Przygotowują oni rozmaite potrawy, a następnie dokonują uroczystej degustacji w towarzystwie swoich kolegów i zaproszonych gości. Terapeuta zapoznaje uczestników z obsługą sprzętu AGD, uczy mieszkańców nakrywania do stołu oraz podstawowych zasad *savoir-vivre* podczas przyjmowania gości i podawania posiłków. Prowadzi również trening budżetowy, ucząc mieszkańców racjonalnego gospodarowania różnymi kwotami pieniężnymi, jak również dokonywania zakupów na potrzeby kawiarenki. Mieszkańcy zdobywają wiedzę dotyczącą zasad higieny, które muszą być bezwzględnie przestrzegane i są niezbędne podczas przygotowywania i podawania posiłków. Zajęcia i spotkania w kawiarence są doskonałą okazją do prowadzenia ciekawych dyskusji na temat diet, zdrowego odżywiania oraz wymiany ciekawych przepisów kulinarnych. Dużą atrakcją tej sekcji są też wspólne wyjścia do restauracji i kawiarni.

Sekcja stolarska ma na celu naukę umiejętności związanych z obróbką drewna. Mieszkańcy przygotowują różnorodne prace z przeznaczeniem na konkursy, przeglądy twórczości i wystawy. Sekcja stolarska współpracuje z pracownią artterapii, wykonując m.in. ramy do obrazów, elementy i ozdoby drewniane, służące do dekoracji DPS i ogrodu. Mieszkańcy dokonują również drobnych napraw mebli i innego sprzętu.

Sekcja olimpiad specjalnych ma pobudzić aktywność sportową mieszkańców Domu. Stwarza „zawodnikom” możliwość zaprezentowania swoich umiejętności sportowych, uczy zdrowego współzawod-

nictwa, które jest bodźcem i stymulatorem rozwoju psychofizycznego. Pod opieką rehabilitantów mieszkańcy przygotowują się do udziału w regionalnych i ogólnopolskich zawodach sportowych dla osób niepełnosprawnych. Sukcesy, jakie osiągają, dają im motywację do dalszych treningów.

Sekcja biblioterapii ma rozbudzić zainteresowania literaturą oraz wprowadzić pozytywne zmiany w sferze emocjonalnej i poznawczej mieszkańców, m.in. poprzez wyrabianie spostrzegawczości, ćwiczenia zmysłu słuchu, wzroku i zdolności zapamiętywania. Mieszkańcy czytają książki, prasę, recytują wiersze, wykonują gazetki ścienne, prowadzą kronikę z życia Domu, organizują spotkania i wieczorki literackie, na których są czytane i recytowane utwory literackie znanych pisarzy. Uczestniczą też w tworzeniu własnej biblioteki, wypożyczają książki i prasę. Pod okiem terapeuty biorą udział w warsztatach biblioterapeutycznych i zabawach czytelniczych w płockich bibliotekach. Corocznie uczestniczą również w ogólnopolskiej kampanii „Cała Polska Czyta Dzieciom”.

Sekcja radiowęzeł umożliwia aktywizację mieszkańców w kierunku rozwoju umiejętności czytania, pisania, słuchania, nagrywania rozmaitych audycji, słuchowisk i ich odtwarzania. Wykorzystanie radiowęzła umożliwia mieszkańcom zaprezentowanie własnych pomysłów i umiejętności, rozwój umiejętności komunikacyjnych, pełniejsze uczestnictwo w życiu DPS, a także szerszy dostęp do aktualnych informacji.

Treningi umiejętności społecznych mają przyczynić się do nabycia umiejętności dnia codziennego oraz zmiany zachowań i nawyków w celu poprawy ich funkcjonowania w DPS i w środowisku społecznym. Wśród tych treningów można wyróżnić:

- » kulinarny
- » higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego
- » umiejętności praktycznych – szycia, prania, prasowania
- » techniczny – nauka wykonywania prostych napraw domowych
- » załatwiania spraw urzędowych
- » farmakologiczny – nauka korzystania z usług poradni specjalistycznych, przychodni lekarskich, nauka właściwego przyjmowania leków, rozpoznawania objawów chorobowych

- » budżetowy – nauka gospodarowania posiadanymi pieniędzmi, robienia zakupów
- » interpersonalny – nawiązywania i utrzymywania kontaktów międzyludzkich, właściwego prowadzenia rozmowy, nauka radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Terapia pedagogiczna odbywa się w formie zajęć indywidualnych i grupowych. Zajęcia indywidualne prowadzone są najczęściej z mieszkańcami niepełnosprawnymi w stopniu głębokim oraz ze sprzężonymi zaburzeniami rozwoju, natomiast zajęcia grupowe z osobami dobranymi pod kątem zbliżonych możliwości poznawczych. Praca terapeutyczna oparta jest na diagnozie mieszkańca, jego obserwacji, a także na ramowym indywidualnym programie rozwoju, który zawiera: ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne zaburzonej funkcji, ćwiczenia psychomotoryczne, rewalidacyjno-edukacyjne oraz relaksacyjne.

W przypadku małego zapotrzebowania na daną formę terapii czy rehabilitacji może ona zostać zawieszona na pewien czas bądź odwrotnie, w przypadku wzrostu zapotrzebowania można utworzyć nowe formy lub zwiększyć zakres dotychczas funkcjonujących.

Poczynione rozważania przekonują, iż duże zróżnicowanie mieszkańców pod względem wieku, stanu zdrowia i sprawności wymaga podjęcia wielokierunkowych działań terapeutyczno-rehabilitacyjnych. Wymaga to zarówno znacznych nakładów finansowych koniecznych do zorganizowania odpowiednich sal i ich wyposażenia, jak również wzmoczonej pracy kadry domu pomocy społecznej. Jednakże na podstawie kilkuletnich doświadczeń z DPS „Przyjaznych Serc” należy uznać, iż szeroka oferta terapeutyczno-rehabilitacyjna daje mnóstwo korzyści, a przede wszystkim widoczną poprawę funkcjonowania mieszkańców w każdej ze sfer życia. Wielokierunkowa działalność terapeutyczno-rehabilitacyjna pozwala na kompleksowy rozwój osobowości mieszkańców, zwalczając ich bezczynność i marazm. Prowadzenie takiej terapii maksymalnie aktywizuje mieszkańców i pozwala w największym stopniu włączyć ich w normalny nurt życia Domu i społeczeństwa. ■

Zdjęcia pochodzą z archiwum Domu Pomocy Społecznej "Przyjaznych Serc" w Płocku.