

Odlehčovací služba APLA Jižní Čechy, z.ú.



Jak můžeme pomoci snížit stres člověka s autismem při nástupu do pobytové služby? Aneb příklad dobré praxe APLA JČ o postupné adaptaci klientů s autismem v Odlehčovací službě

V naší organizaci poskytujeme odlehčovací služby pro osoby s poruchou autistického spektra (dále jen PAS) ve věku od 3 do 35 let ve frekvenci dvou víkendů v měsíci (od pátku od 17 hodin do neděle do 17 hodin). Rádi bychom Vám proto představili způsoby, jakými dokážeme nástup do služby klientům i jejich rodinám co nejvíce zpříjemnit a usnadnit.

Pro mnoho pečujících může být využití odlehčovací služby pro jejich dítě nebo blízkého náročnou a emočně zatíženou situací. Vnímání těchto služeb může být ovlivněno domněnkami, předchozími negativními zkušenostmi z jiných organizací, nejistotou nebo nedostatkem informací, ale také otázkami „Jak

to moje dítě zvládne?“ či „Dokáže se někdo o moje dítě postarat?“.

Úvodní setkání

Prvním krokem je ve většině případů telefonický rozhovor, kde zjistíme, zda je služba pro klienta vhodná a zda zájemce spadá do cílové skupiny, pro kterou tuto služby poskytujeme. K hladkému průběhu adaptace napomáhá i úvodní schůzka mezi pečujícími, osobou s PAS a vedoucím pracovníkem odlehčovací služby. Během tohoto setkání vedoucí pracovník představí provozní informace, poskytne prostor pro otevřenou diskusi a zodpovězení dotazů a společně s rodinou projde potřeby, zvyky a specifika chování klienta. Některé informace

mohou mít pro klienta citlivější povahu, proto se pak doptáváme pečující osoby v soukromí. Pokud je klient schopný sám verbálně komunikovat, můžeme zjistit informace i přímo v individuálním rozhovoru s ním. Cílem je zmírnit obavy pečujících a zároveň co nejlépe poznat člověka s PAS, aby byla poskytovaná péče co nejvíce přizpůsobena jeho individuálním potřebám. Jedním z našich nástrojů, jak klienta poznat, je i obsáhlý „Dotazník dovedností a míry podpory“, kde zjišťujeme, jaké činnosti klient zvládá samostatně, v jakých potřebuje dopomoc slovní a v jakých fyzickou. Dalšími dokumenty, které jsou později součástí klientských dešek, jsou:

- Individuální plán
- Jednostránkový profil klienta - „Jak vypadá a co způsobuje můj dobrý a špatný den“ a „Co zvládám a v čem potřebuji pomoci“
- Ve spolupráci s pečujícími osobami klienta, kterého se toto téma týká, také vyplňujeme Plán podpory klienta s epilepsií, který nám napomáhá se připravit na možné situace, které jsou s touto nemocí spojeny.

Dalším zdrojem informací o klientovi mohou být také kolegyně z jiných sociálních služeb naší organizace, které již s klientem pracují či pracovaly a znají jeho zvyklosti, zájmy a potřeby. V závislosti na jejich pracovních kapacitách mohou na první pobyt za klientem dojet a být pro něj známou tvář v novém prostředí. Před první návštěvou se mohou zájemci seznámit s prostory služby prostřednictvím webových stránek organizace, kde jsou k dispozici fotografie, které mohou být příjemnou jistotou a možností připravit se na nové prostředí.

Možnost postupného začátku

Ačkoli je obvyklá délka pobytu v naší odlehčovací službě 48 hodin, nabízíme v adaptační fázi možnost kratšího pobytu či návštěvy. Tento postup umožňuje klientovi i jeho rodině si postupně zvyknout na nové prostředí a navázat první kontakt s personálem i ostatními klienty. Zájemci o službu se mohou přijet podívat na prostory, prohlédnout si pokoje a společné místnosti, seznámit se s týmem pracovníků a vyzkoušet si hračky, pomůcky či vybavení, které jsou během pobytu k dispozici. Pokud klient využívá ke komunikaci komunikační kartičky, můžeme mu připravit a poskytnout sadu fotografií přizpůsobenou jeho potřebám. Součástí mohou být snímky asistentů odlehčovací služby nebo konkrétních předmětů a činností, se kterými se během pobytu setká. Tyto materiály pomáhají klientovi lépe porozumět novému prostředí, usnadňují orientaci a podporují pocit jistoty.

Co si přivést z domova?

Také osobní předměty, které si klient přiveze na pobyt, mohou výrazně zpříjemnit jeho první zkušenost se službou. S pečujícími proto předem domlouváme, aby klientovi zabalili co nejvíce známých a oblíbených věcí. Může jít například o ložní prádlo, ve kterém běžně spí, a které má pro něj příjemný motiv, oblíbenou plyšovou hračku, bez které neusne, nebo oblíbené jídlo či pochutiny. Ty mohou posloužit nejen jako zdroj uklidnění, ale také jako prostředek k motivaci. Vedle standardně zajišťované stravy nabízíme rodinám i možnost přivést klientovi kompletní jídlo z domova. Tato varianta je vhodná zejména pro klienty s omezeným jídelníčkem, speciální dietou či potravinovými alergiemi.

Prostory a program pobytu

Prostory odlehčovací služby jsou navrženy s ohledem na potřeby osob s PAS – a to z hlediska bezpečnosti, vybavení i zajištění soukromí. Klienti mají k dispozici převážně samostatné pokoje určené k odpočinku a relaxaci. Ty jsou vybaveny univerzálně tak, aby si je klient mohl doplnit vlastními



osobními věcmi, a zároveň tak, aby prostředí nepůsobilo senzorické přetížení. Pro chvíle odpočinku i aktivní hry jsou k dispozici dva herní koutky. První z nich tvoří zatemňovací stan, který nabízí klidné prostředí ideální k relaxaci mezi měkkými polštáři a dekami. Tento prostor zároveň podporuje smyslové vnímání a poskytuje možnost pracovat se senzorickými pomůckami. Druhý koutek je více zaměřen na pohybové aktivity – děti si zde mohou vybit energii v prolézacím tunelu nebo rozvíjet jemnou motoriku díky velké interaktivní kostce. Pro hromadné aktivity slouží společenská místnost, která je prostorem setkávání a nabízí široký výběr her, pomůcek a dalších předmětů, jež jsou klientům k dispozici po celý den. Nepřetržitě je klientům k dispozici také jejich asistent, který poskytuje individuální podporu po celou dobu pobytu. Asistenti využívají způsoby komunikace, na které je klient zvyklý, nabízejí vizuálně strukturovanou podporu při činnostech a přizpůsobují program tempu klienta, jeho míře unavitelnosti a potřebě předvídatelnosti. Ke každému klientovi přistupujeme individuálně, s respektem k jeho potřebám, zájmům a možnostem. Naší snahou je naplňovat jeho lidská práva

a podporovat kvalitu života v co největší míře. Využíváme různé metody a přístupy, které přizpůsobujeme konkrétní situaci.

Komunikace mezi pečujícími a asistenty

Během pobytu mají asistenti neustále k dispozici služební telefon určený především ke komunikaci s pečujícími. Pokud si to rodiče nebo blízcí přejí, asistent jim může v průběhu pobytu zasílat fotografie a krátké zprávy o tom, jak si jejich dítě či blízká osoba čas na pobytu užívá. Frekvence sdílení informací je vždy domlouvána individuálně podle přání rodiny. Součástí pobytu je také tvorba „Zážitkového deníku“, na kterém asistent spolupracuje přímo s klientem. Deník slouží jako informace pro pečující, ale zároveň jako vizualizace zážitků, osob a míst. Je v něm vždy několik fotografií a krátký text, který popisuje, co se daný den dělalo. Deník se stává osobním záznamem klienta a při každém dalším pobytu se postupně rozrůstá, čímž pomáhá uchovávat vzpomínky i několik měsíců či let dozadu. Slouží nejen k podpoře pozitivního vztahu ke službě, ale i jako prostředek k připomínání zážitků. Klienti – včetně těch, kteří komunikují neverbálně – i jejich pečující si jej doma rádi prohlížejí a znovu si ožívají momenty z odlehčovacích pobytů.

Adaptace klienta na jakoukoliv sociální službu je proces, který vyžaduje individuální přístup, otevřenou komunikaci a úzkou spolupráci mezi pracovníky organizace, klientem a jeho rodinou. V odlehčovací službě se nám tento přístup dlouhodobě osvědčuje, protože pomáhá zmírnit obavy a nejistotu nových klientů i jejich rodin a usnadňuje jim vstup do nového prostředí. Chceme, aby odlehčovací služba byla pro naše klienty prostorem pro objevování nových zážitků, navazování vztahů a prožívání příjemných chvil. Pro jejich rodiny si přejeme, aby byla místem důvěry a podpory, které jim umožní načerpat síly, odpočinout si od náročné péče o osobu s autismem a věnovat se sobě, svým blízkým i vlastním potřebám.