

A jó gyakorlat gazdája	Szervezet/Intézmény neve:	Baptista Szeretetszolgálat Szeretetotthona
	Szervezet/Intézmény címe:	7636 Pécs, Malomvölgyi út 21.
	Nyújtott szolgáltatás típusa:	Idősek ápoló, gondozó otthona
	Jó gyakorlatot prezentáló szakember neve és titulusa:	Bácsi Annamária részlegvezető
	telefonszáma:	06/20/241-2009
	e-mail címe:	titkarsag.pecs@baptistasegely.hu
A jó gyakorlat címe	„Egymáshoz való alkalmazkodás és az intézményi életforma elfogadásának elősegítése idősek otthonában feladatorientált komplex közösségi munkával”	

A jó gyakorlat célcsoportja/i

A jó gyakorlat célcsoportja az idősek otthona lakói a lehető legnagyobb számban, lehetőség szerint függetlenül a mentális vagy egészségi állapotuktól. Nyilván mindig lesznek olyan ellátottak, akiknek állapotukból adódóan kizárólag ápolást és gondozást tudunk nyújtani, ők nem lesznek bevonhatók a jó gyakorlat e formájába.

A jó gyakorlatot életre hívó probléma / A helyzet leírása

Intézményünkben a négyórás ápolási szükséglet bevezetése mellett is nagyon heterogén a lakók összetétele mind életkorukat, mind egészségi és mentális állapotukat tekintve. A lakók heterogén összetétele, az intimszféra szűkössege fokozott pszichés nyomást jelent számukra. Intézményi keretek között élnek együtt a demencia különböző fázisában, eltérő egészségi állapotban, különböző testi, illetve szellemi fogyatékkal rendelkező emberek.

Mindez megnehezíti az egymáshoz való alkalmazkodást, csakúgy, mint az intézményi életforma elfogadását. A passzivitás nem csak a kiszolgáltatottságot növeli, hanem a konfliktusok számát és nagyságát is. Ezért különösen fontos olyan praxisok bevezetése, amelyek támogatják egymás megismerését és elfogadását.

A jó gyakorlat leírása

A heterogén összetétel miatt a foglalkoztatás eltérő módjait kell alkalmazni a különböző problémával küzdő embereknél. Egy fizikailag és mentálisan viszonylag jó állapotban lévő lakóval pl. az otthon parkosított udvarában kitűnően tudunk kisebb-nagyobb munkákat, feladatokat együtt elvégezni. A némileg csökkentebb szellemi képességekkel bíró lakóknál szintén járható út ez, de nyilván több irányítással és kontrollal. Nekik sikerélményt, hasznosságtudatot, a „képes vagyok rá” és a „szükség van rám” érzését nyújthatja ez, illetve az ilyen jellegű foglalkoztatás. Nyilván a súlyosabb mentális problémával küzdőknél, illetve a szellemileg ép, de mozgásukban erősen korlátozott lakóknál ez nem kivitelezhető, hiszen teljesíthetetlen feladat elé állítanánk őket. Ez nem csupán kudarcélményt okozna, de megerősítené bennük azt a kellemetlen érzést, hogy a betegségük miatt mennyire korlátozottak a lehetőségeik. Könnyen előfordulhat, hogy azokat a foglalkoztatásokat, amelyek az ő hasznosságtudatuk erősítését hivatottak elérni, abszolút élvezhetetlen, akár hasztalan, üres időtöltésnek minősítik a szabadabb fizikai vagy szellemi kapacitás birtokában lévő lakóink.

A tapasztalatok is ezt igazolják. Ebből adódik, hogy ahhoz, hogy mindenki számára elérje a foglalkoztatás a hivatott célját, csak egyénileg, illetve olyan kiscsoportos keretek között tudjuk foglalkoztatni lakóinkat, ahol csak a hasonló állapotban lévők vannak együtt. Csupán a nagy rendezvények nyújtanak lehetőséget arra, hogy az eltérő állapotú lakóink szélesebb köre legyen együtt (pl. koncertek, különböző előadások). Ezek a nagy rendezvények azonban csak passzív részvételt engednek meg számukra, ezeken csupán egymás mellett, de nem egymással vesznek részt. Természetesen ez nem fogja közelebb hozni lakóinkat egymáshoz, így ezeknek a nagy rendezvényeknek nem lesz produktumuk a másik elfogadásának kialakulása. Szükségesnek láttuk olyan programok szervezését, amelyben lakóink a lehető legnagyobb számban aktív résztvevők lehetnek, és a részvétel örömet, és a hasznosságtudat élményét nyújtja számukra. Intézményünkben erre többek között a minden évben megrendezésre kerülő farsangi bál kínált lehetőséget.

Korábban ez a rendezvény is csupán az „egymás melletti” részvételt engedte meg az eltérő állapotban lévő lakóink számára. Jó néhány évvel ezelőtt azonban teljesen átalakult ez a program, és azóta is évről-évre folyamatos fejlődésen megy keresztül. Természetesen konkrét protokollt nem lehet kidolgozni, mint ahogy lehet például egy ápolási-gondozási feladat elvégzésére, hiszen a lakók összetétele folyamatosan változik, így nagy rugalmasságot és kreativitást igénylő feladattal állunk szemben. Azonban lehet irányelveket, szempontokat megfogalmazni, és azokat szem előtt tartva végezni a feladatunkat. Ennek próbálunk megfelelni évről évre, és büszkén mondhatom, hogy sikeresen. A továbbiakban ezeket az irányelveket szeretném bemutatni.

A farsangra való készülődés már jó két hónappal megelőzi magát a rendezvényt. A készülődés fázisa lehetőséget teremt arra, hogy feladathoz jussanak a demencia különböző fázisában és az eltérő egészségi állapotban lévő lakók is. Van, aki a díszlethez rajzol, más fest és megint más kivágja vagy éppen összeilleszti az alkotást. Így állnak össze a részfeladatok egésszé. A szöveges szereplőket is a lehető legnagyobb számban igyekszünk bevonni. Különösen fontosnak tartjuk, hogy a munkatársak is szerepeljenek minél többen és lehetőleg minden munkacsoportból. A lakók és a dolgozók közös próbái tekintélyt adnak a produkciónak. A lakók ettől fogva nem tekintik a készülő műsort "bohóckodásnak", amit esetleg szégyellnének a többiek előtt.

Minden ilyen program, esemény bizonyos fajta stresszel jár. Ez nem feltétlenül káros, hiszen ösztönzőleg is hathat. Tapasztalataink szerint lakóink szívesen foglalkoznak a szerepeikkel, feladataikkal a próbákon és a felkészítő foglalkozásokon kívül is. Ezt azzal ösztönözzük, hogy a program teljes szöveges részét, az esetleges dalszövegeket kinyomtatjuk, dossziéba fűzzük és azt minden szereplő meg is kapja. A díszletek, dekoráció vagy a jelmezkészítés azon részeit, melyeket a foglalkozások keretein kívül is el lehet készíteni, kiosztjuk, az ehhez szükséges eszközökkel együtt, így lakóink a foglalkozások keretein kívül is tudnak ezeken dolgozni. Úgy tapasztaltuk, hogy ezt szívesen meg is teszik.

A programot szervező, vezető munkatársnak a felelőssége, hogy a feladatokat úgy ossza meg, hogy abban minél többen részt vegyenek és minden résztvevőnek örömet és sikerélményt nyújtson.

A program fontos irányelvei:

1. Az idősek fokozottan kudarckerülők, egy rosszul kiosztott feladat, egy nem megfelelő hangú instrukció, vagy kritika elég ahhoz, hogy a lakó kivonja magát a feladatból és a produkcióból, és így a közösségi élményből is. Az idős ember személyisége különösen sérülékeny, hiszen a legtöbb esetben, az intézményi életforma miatt nincs, vagy csak nagyon kicsi személyes tere maradt, fizikai és mentális értelemben egyaránt. A foglalkozások is csoportban, közösségi keretek között zajlanak, a nagy rendezvényre való készülődés esetében is így van ez. Ezért az instrukciók módja, hangneme különösen felértékelődik. Ha az nem megfelelő, akkor az okozott kár sokkal nagyobb, mint ha az amúgy négy szemközt hangzott volna el.
2. Rendkívül fontos a produkció kiválasztásánál, hogy az ne sértse az idősek méltóságát. Lehet egy produkció humoros, hiszen az idősek is szeretnek nevetni. Azokat a szerepeket, melyek már nem valók a lakóknak a koruk miatt, a dolgozók veszik át. Például nem öltöztetünk be görög istennőnek egy idős hölgy lakót, míg Poszeidón szerepét bátran rábízzhatjuk egy idős férfira (utalok itt a 2017. évben megrendezett „Görögöröm” című produkcióra, amelyben az ókori görög istenek világát idéztük meg). A jelmezek lehetnek szépek, viccesek, de a lakókon neveltségek nem.
3. Kerülni kell a sztárhelyzet kialakulását, és a mellőzöttséget egyaránt, miközben törekedni kell arra, hogy a produkcióra való felkészülés és maga a kész produkció örömet és sikerélményt nyújtson a résztvevőknek.
4. Nagyon fontos, hogy a lakóink által elkészített dolgokat valóban felhasználjuk, a lakók ne a szemetesnek dolgozzanak. Ha valami nem sikerült tökéletesre, nem baj, hiszen egy kis festéssel, ollóval szinte minden menthető. A manuális foglalkozásokon és kiosztott feladatoknál ugyanúgy fontos a sikerélmény, mint a program szöveges, vagy zenei részén.
5. Egy ilyen komplex feladatorientált program sikeréhez elengedhetetlenül fontos, hogy ismerjük lakóink képességeit, terhelhetőségét és korlátait. Nem szabad lehetetlen feladat elé állítani senkit.
6. Kulcsfontosságú a pozitív visszajelzés és megerősítés. Ez ráadásul lehetővé teszi számunkra azt, hogy a következő hasonló feladatra, programra nem kell különösen motiválni a résztvevőket, mert már várják, hogy azon is részt vegyenek.

Módszerünket egy már lezajlott farsangi rendezvényen keresztül mutatom be („A bűdös banda balladája” című produkcióra fogok utalni, mely a vadnyugat hőskorát idézte meg), abból a célból, hogy kézzelfoghatóbbak legyenek a módszer gyakorlati lépései.

A jó gyakorlat lépései:

- 1.) Tervezés, a témaválasztás a munkatársak feladata (pl.: "A bűdös banda balladája" című farsangi produkció, amely a vadnyugat hőskorát idézte meg.)
- 2.) A szöveg megírása szintén dolgozói feladat. Itt figyelni kell arra, hogy a választott történet sokszereplős legyen és lehetőséget adjon a kreatív foglalkozásoknak
- 3.) Az is fontos, hogy minél több munkát, részfeladatot jelentsen a díszlet és a jelmez elkészítése (pl. a " A bűdös banda balladája " című produkcióban 10 lakó és 14 dolgozó vett részt szereplőként).
- 4.) A dekoráció megtervezése és kivitelezése: ennek illeszkednie kell a történethez. Ebbe már a mentális állapotuktól függően a lakók is bevonhatók, és tapasztalat szerint szívesen is vesznek részt az ötletelésben. Ezzel biztatjuk őket a kreatív gondolkodásra. Ennél a pontnál ügyelünk arra, hogy a megvalósítható ötleteik kivitelezésre kerüljenek. " A bűdös banda balladája " című produkcióban lovakat, legyeket, kirabolandó bankot, és vadnyugati kocsmát készítettünk, melyek kivitelezésében a lakóké volt a főszerep, a dolgozók csak irányították a munkát. A díszletek nagyméretűek és összetettek voltak, ez lehetővé tette azt, hogy a mozgássérült, illetve a finommotorikájában korlátozott lakók is dolgozhattak ezeken. 10 mozgásában korlátozott lakó működött közre a díszletek elkészítésében.
- 5.) Jelmezek megtervezése és kivitelezése: természetesen ennek is a témához kell illeszkednie. A fenti produkcióhoz felhasználtuk a lakók saját ruházatát is (farmernadrág, kockás ing), kalapokat és kendőket szabtuk, varrtunk, ragasztottunk. Ebben nyilván a megtartott finommotorikával rendelkező lakók működtek közre. Az ő számuk 7 fő volt.
- 6.) Szereplők kiválasztása: a szereplés soha nem lehet kényszer. Mivel a dolgozók is szerepet vállalnak a produkcióban, a lakók is nagyobb kedvvel és bizalommal fogadják el a rájuk osztott szerepeket. A tapasztalat azt mutatja, hogy gyakori a túljelentkezés, ezért ebben a szakaszban tovább alakul és bővül a szöveg annak érdekében, hogy senki ne maradjon ki a produkcióból, aki egyébként szívesen szerepelne benne. A szereplők kiválasztásának fontos szempontja, hogy a szerep ne haladja meg a lakó képességeit.

- 7.) A produkció betanulása: eleinte 2-3 fős kiscsoportokban történik a szövegek gyakorlása, ami sokszor az olvasás gyakorlását jelenti. Később, amikor már minden szereplő érti és értelmezni tudja a szerepét, az egyes jeleneteket elpróbáljuk az összes szereplővel. Ez mindennapos feladat. Miután a szöveg begyakorlásával szépen haladunk, be kell tanítani a produkció dramaturgiáját az összes szereplővel: ki, ki után jön, hol helyezkedjen el a színpadon, mikor jön be, mikor megy ki, milyen mozdulatokat kell elvégeznie. Ez erősíti az idősek koncentrációs képességét és azt, hogy a késleltetést jobban el tudják viselni, türelmesebbek legyenek, hiszen a produkció során ki kell várja a szerepének a sorrendjét, meg kell várnia az előtte lévő szereplőket. Sok-sok próbát követően jutunk el odáig, hogy az egész produkciót egyben el tudjuk próbálni az elejétől a végéig. Az utolsó próbák így már a komplett produkció gyakorlásából állnak.
- 8.) Zene kiválasztása: ez közös feladat, de a technika kezelése, ha a lakók összetétele ezt lehetővé teszi, akkor az ő feladatuk. Természetesen, akik a technikai háttérért felelnek, szintén részt vesznek a próbákon. Nekik tökéletesen kell ismerni az egész folyamatot ahhoz, hogy a szükséges zenei háttér a megfelelő időben jelenjen meg.
- 9.) Minden farsangi produkciónknak van egy már hagyományosnak számító táncos eleme. Ez mindig a produkció után következik, amivel egyben megnyitjuk a farsangi bált is. A koreográfia megtervezése inkább dolgozói feladat, a táncosok személye pedig szintén a lakók összetételétől függően alakul. Az említett produkcióban country zenére linedance koreográfia készült. A tánc betanulása már az első naptól elkezdődik apró lépésekkel haladva, hiszen egy mozdulatsor memorizálása és kivitelezése nehéz feladat. Tovább nehezíti mindezt az, hogy figyelni kell a zenére is, csak úgy, mint a többi táncosra, hiszen a megfelelő mozdulatsort megfelelő időben és ritmusban kell végrehajtani. A koreográfiának tekintettel kell lenni a lakók korlátaira. A számukra megtervezett mozdulatsorok legyenek egyszerűek, de azért látványosak. A komplikáltabb lépéseket a dolgozók táncolják le.

Fontos a változatosság, az idősek is várják az újdonságot. Minden évben más témát választunk, így más lesz a szöveg, a zene, a díszlet, a jelmez, és így sok új feladat születik. Ezt a módszert egyéb nagy rendezvényen is alkalmazni lehet.

A jó gyakorlat jelentősége

- A programot elemeire bontva minden lakó a képességeinek megfelelő feladathoz jut, amit sikerrel el is tud végezni.
- Mindeközben részévé válik egy feladatorientált csoportnak, így az egyéni sikerélményt a közösségi élmény is támogatja.
- Megerősödik a lakók önbizalma, önértékelése és a többiek előtti tekintélye is.
- Sokféle készséget, képességet fejleszt, vagy legalábbis szinten tart anélkül, hogy az teher lenne az idős ember számára.
- A feladattudat örömet és pozitív várakozást hoz az életükbe.
- A társadalom többsége, de maguk az idősek is ezt az életszakaszt a veszteségek koraként definiálják. Idős korban már nehéz távlatokban gondolkodni, így különösen felértékelődik a "most" bánata, de az öröme is. Az örömet támogatják ezek a rendezvények, a megvalósítható cél, a belátható távlat segítségével.
- A produkció ünnepélyes keretek között kerül bemutatásra a lakóközösség számára. A nézők soraiban megtaláljuk azokat az embereket, akik aktívan feladatot vállaltak a díszletek és a jelmezek elkészítésében. Ők nagy örömmel ismerik fel munkájukat a bemutató alatt, és látják azt, hogy az fontos volt a produkció szempontjából.
- Lakóink hetekig szokták emlegetni az eseményt, így a produkciónak komoly utóélete van.
- Külön hozadéka a programnak, hogy a lakók és az ellátó személyzet új szerepben is megismerje egymást, új oldalukról is megmutathatják magukat a másik félnek. Mindez egy kicsit átrendezi, árnyaltabbá teszi a dolgozók és a lakók egymáshoz való viszonyát. A dolgozók részvétele biztonságérzetet ad a lakók számára a felkészülés fázisában és az előadás alatt is.

Összegezve elmondható, hogy ezzel a programmal egy 2 hónapot felölelő folyamatos foglalkoztatást biztosítunk lakóink számára. Ez idő alatt mindvégig olyan feladatokat végeznek, aminek egy konkrét célja van, ez a várakozás élményét nyújtja számukra. A produktum közös, mindenki tesz érte és tesz hozzá valamit. A programmal egyszerre valósul meg az egyéni és a kiscsoportos foglalkoztatás, valamint a közösségi élmény. Mivel a produkció sikere minden résztvevő számára fontos, így a szereplők számára fontossá válik a jelmezkészítők, a díszletkészítők munkája, a jelmezeket, díszleteket készítőik számára pedig fontossá válik, hogy a munkájuk produktuma egy jó színvonalú előadásban kapjon méltó helyet. A közös munka közös sikerélményt hoz, és mindez erősíti egymás elfogadását, megkönnyíti az alkalmazkodást és csökkenti a konfliktusok előfordulását a résztvevők között.

Több esetben volt rá példa, hogy az egy szobában lakó ellátottak között kommunikációs probléma volt, majd az egymáshoz való viszonyukat gyökeresen megváltoztatta pozitív irányban egy farsangi produkcióra való készülődés két havi közös munkája.

Alkalmazhatóság

Intézményünkben egyrészt gerontológiai, másrészt gyógypedagógiai elvek alapján működtetjük ezeket a programokat, így szívesen ajánljuk az ország bármely más idősek otthonának, de valószínűleg hasonló sikerrel lehetne alkalmazni fogyatékkal élők intézményeiben, illetve gyermekintézményekben is, az életkori sajátosságokat és a mentális képességeket figyelembe véve. A lényeg az, hogy különböző személyiséggel, képességekkel rendelkező emberek megtalálják szerepüket egy produkcióban úgy, hogy abban örömeiket leljék és képességeik kiteljesedjenek.

Felhasznált irodalom

Madarászné Losonczy Anna – Urbánné Varga Katalin (szerk): Zene és terápia (szöveggyűjtemény). ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola : Budapest, 1996.

Németiné Borbás Andrea (szerk): Játékosan. Játékgyűjtemény a részképességek fejlesztéséhez. EU-Synergion : Vác, 2003.

Somorjai Ildikó – Török Emőke: A játék lendületbe hoz. Közösségi játékok időseknek. Ifjúsági, Családügyi, Szociális és Esélyegyenlőségi Minisztérium és a Jász-Nagykun-Szolnok megye Esély Szociális Közalapítványa Regionális Szellemi Forrásközpont : Szolnok, 2006.