

## PLAKAT

# DELAVNICE ZA KVALITETNO ŽIVLJENJE S STARŠI VAROVANCEV

VARSTVENO-DELOVNI CENTER POLŽ MARIBOR

VDC POLŽ Maribor je javni socialnovarstveni zavod, namenjen varstvu, vodenju in zaposlitvi odraslih oseb z motnjo v telesnem in duševnem razvoju, ki niso sposobne za samostojno življenje ter potrebujejo pomoč, spremljanje in vodenje, sposobne pa so za delo pod posebnimi pogoji, ki jim jih zagotavlja zavod. Zavod izvaja oblike varstva in obravnave, ki dolgoročno rešujejo problematiko invalidnih oseb in izpolnjujejo temeljne človeške, ustavne in zakonske dolžnosti; pomaga invalidnim osebam najti smisel v življenju, se usposobiti za čim bolj samostojno in neodvisno življenje, ohraniti že pridobljena znanja, razvijati nove sposobnosti, pridobivati socialne in delovne navade, opravljati svojim sposobnostim primerna dela, vključevati se v skupnost in vse sfere matičnega okolja po načelih normalizacije in integracije in navsezadnje tudi razbremeniti družine z invalidno osebo.

Ustanovljen je bil leta 1993 in je danes eden večjih socialnovarstvenih zavodov. Deluje na sedmih lokacijah, v delo in obravnavo pa se vključuje 183 varovancev.

V zadnjih letih se v okviru VDC-jev ob osnovnih dejavnostih (varstvo, vodenje in zaposlitev pod posebnimi pogoji) razvija vse več dodatnih programov z različnimi vsebinskimi podlagami. V VDC Polž je taka dejavnost delo s starši.

Oblike sodelovanja s starši, s katerimi zavod zagotavlja pretok informacij o delu in življenju varovancev, so govorilne ure, roditeljski sestanki, čajanke, delovanje sveta staršev, sodelovanje staršev pri vključitvi, premestitvi, pripravi osebnega načrta ali programov v okviru celostnega načrta dela in razreševanju problemskih in konfliktnih situacij (timsko sodelovanje), razgovori z matičnim delavcem, svetovalni razgovori z osebnim habilitatorjem, srečanja ob različnih praznikih ali kulturnih prireditvah in dnevi odprtih vrat za starše in širšo javnost.

## DRUŽINA

Mnogi straši otrok z motnjo v duševnem in telesnem razvoju se v življenju spotikajo, ustavljajo in obupujejo ob problemih, ki jih velikokrat ne znajo razrešiti, poimenovati, pogosto pa se jih sploh ne zavedajo. Svoje življenje poskušajo prilagoditi otroku. Da bi lahko načrtovali življenje družine, starši potrebujejo izčrpno informacijo o otrokovi oviri, kakšne možnost razvoja ima in koliko se lahko njegovo stanje v času šolanja in pozneje izboljša.

Kakšna bo pot družine in razvojna pot otroka, je v veliki meri odvisno od stopnje sprejemanja otrokove ovire. V odrasli dobi (nad 18 let) je dokončan postopek usmerjanja in izdana odločba o razvrstitvi (kategorizaciji). S tem ima otrok po zakonu pravico do nadomestila za invalidnost, pravico uporabljati storitev varstva v splošnih ali posebnih zavodih (dnevno varstvo, občasno varstvo, stalno varstvo), pravico do varstva v drugi družini, pravico do dodatka za tujo nego in pomoč in druge olajšave (pri dohodnini, pri nakupu nekaterih ortopedskih pripomočkov itn.).

## DRUŽINSKA STRUKTURA

Rojstvo otroka z oviro v duševnem in telesnem razvoju vpliva na vse družinsko življenje, na zakon, odnose med starši in otroki in med samimi otroki, na odnose staršev s svojimi starši, na sorodnike in prijatelje. Starši in ostali člani družine imajo pogosto težave pri vključevanju v družabno življenje zaradi otrokovega videza in vedenja (Plankar – Grgurevič 1995: 89–93).

Starši lahko do otroka reagirajo pretirano zaščitniško ali tudi pretirano zahtevno. Razlag in teorij za to je veliko (npr. kompenzacije občutkov zavračanja, nesprejemanje otroka, jeza,

sovrastvo, ipd.). Mnogi starši v pretirani skrbi odložijo svoje potrebe in spregledajo potrebe drugih družinskih članov. To lahko zavre razvoj sposobnosti otroka, še zlasti sposobnosti za samostojno življenje.

Z odraščanjem otroka se pojavi tudi skrb za njegovo prihodnost (Kaj bo, ko mene več ne bo? Kdo bo skrbel za mojega otroka?) in prilagajanje družine in družinskega stila življenja na odraslo osebo z motnjo v duševnem in telesnem razvoju. Otroci z težjo ali težko motnjo v duševnem in telesnem razvoju ne bodo nikoli zmogli skrbeti zase ter bodo vse življenje odvisni od drugih. Motnja v duševnem razvoju je pomembna ovira v vsesplošnem funkcioniranju posameznika, je drugačnost in bo taka vedno ostala (Lačen 2001: 11). Motnja v duševnem razvoju se pojavi v razvojni dobi in se kaže v splošnem podpopovprečnem intelektualnem funkcioniranju posameznika, ki trajajo vse življenje (*op. cit.*: 16–17).

Za družino je zelo pomembno, kakšen podporni sistem deluje znotraj nje. Srečamo tako družine, kjer partnerja dolga leta molče prenašata breme, kakor tudi družine, ki jih je rojstvo otroka z motnjo v duševnem in telesnem razvoju zblížalo zaradi potrebe po skupnem reševanju problemov.

## DRUŽBENA POMOČ

Pomemben dejavnik, ki vpliva na uspešno prilagajanje družine z otrokom z motnjo v duševnem in telesnem razvoju, je kvalitetna in kontinuirana družbena pomoč. Starši odraslih oseb z motnjo v duševnem in telesnem razvoju pogosto povedo, da so imeli v življenju premalo podpore in pomoči. Večina pomoči je bila usmerjena v njihove otroke.

V odraslem obdobju osebe z motnjo v duševnem in telesnem razvoju je družbena skrb usmerjena v varstvo, vodenje in zaposlitev pod posebnimi pogoji. Še vedno pa ni izdelan celostni sistem pomoči takim družinam. Kakšno pomoč bo prejela družina, je pogosto odvisno od konkretnih institucij, strokovnih delavcev in staršev.

## POMOČ STARŠEM

Starši so v razgovorih pri osebnem habilitatorju in pri matičnih delavcih pogosto izrazili željo in potrebo po uporabnih, konkretnih in

osebnih oblikah pomoči za življenje, za boljšo interakcijo z ožjo in širšo socialno okolico, za reševanje običajnih vsakdanjih problemov pa tudi težjih konfliktov. Želijo si tudi, da bi kdo končno preusmeril pozornost z njihovega otroka tudi na njihove probleme in težave.

Zavod je v letu 2003 predvidel vpeljavo skupine staršev za samopomoč. Na povabilo zunanjim izvajalcem se ni odzval nobeden. V letu 2004 je zato ponudil staršem delavnice za kvalitetnejše življenje z lastnimi izvajalci. Avtorica in vodja programa je psihologinja Jasna Vešligaj – Damiš, sovodja pa socialna delavka Zvonka Novak.

## DELO V DELAVNICAH

Delavnice so edukacijsko-terapevtske. Delo poteka po principih skupinskega vodenja v kombinaciji s psihodramo, vedenjsko-kognitivnimi metodami, nevrolingvističnim programiranjem in različnimi tehnikami komunikacije, sproščanja, okrepljene ekspresije, reševanja konfliktov, igranja vlog, spontanosti in drugimi. Vodenje delavnic izhaja iz ideje o osebnem spreminjanju, učenju in komunikaciji oz. iz koncepta logičnih ravni učenja in spreminjanja, ki ga po Batesonovem delu sredi 80. let 20. stol. prilagodil R. Dilts. Logične ravni se nanašajo na hierarhijo procesov znotraj posameznika ali skupine. Metoda dela povezuje zamisli o okoliščinah, odnosih, ravneh učenja in zaznavnih položajih. Model daje okvir za organiziranje in zbiranje podatkov, da lahko določimo najboljšo točko, v kateri posežemo v dogodke in usmerimo dogajanje v željeno smer spremembe.

V delavnice smo povabili vse starše varovancev v VDC Polž. Omejitev za vključitev ni bilo. Na prvem srečanju smo se dogovorili o velikosti skupine, zaprtost/odprtosti skupine oz. rednosti prihajanja, vključevanju novih članov in pravilih dela v skupini. Skupino sestavlja 10 članov (2 moška in 8 žensk), je zaprta (na željo vključenih staršev), izpada iz skupine ni bilo.

O temah delavnic se dogovorimo vnaprej, glede na potek in razvoj dela v skupini in glede na model oz. koncept logičnih ravni učenja in spreminjanja. Delo prilagajamo tudi aktualno izkazanim potrebam in problemom članov skupine. Teme so: Kdo sem jaz – srečanje jaz-ti. Sprejemanje drugačnosti, toleranca in predsodki. Samovrednotenje – moji viri osebne energije. Osebnostni krog in sociogram. Moja podporna mreža. Oblikovanje

socialnega atoma. Prepoznavanje lastnega čustvenega sveta in čustvenega sveta druge osebe. Učenje tehnike sproščanja (progresivna mišična relaksacija). Samoizražanje v medosebnem odnosu in/ali partnerstvu. Komunikacija: govoriti in poslušati. Družinski zemljevid in načrt. Časovna črta. Kdo mi v življenju kaj pomeni. Oblikovanje, ohranjanje in razvijanje prijateljstva in/ali partnerstva. Srečanje staršev in otrok. Mir v človeku, mir med nama, mir med vsemi ljudmi.

V okviru dela v delavnicah za vključene posameznike skrbimo za celostni osebnostni razvoj in za varnost in zdravje, spodbujamo razumevanje samostojnosti in celovitosti (pri sebi in drugih), izvajamo aktivnosti, ki pomagajo k boljši kvaliteti vsakdanjega življenja, omogočamo več stikov s širšo okolico in s tem vplivamo na njeno sprejemanje drugačnosti. Člani skupine po potrebi in na svojo željo dobijo tudi dodatno individualno pomoč in podporo.

Z izvajanjem delavnic želimo okrepiti osebnostno rast, spodbujati pozitivno samopodobo, spoznati in vaditi različne komunikacijske tehnike, oblikovati pozitivne medosebne izkušnje in boljše medosebne odnose, ublažiti notranje napetosti, prepoznati in reševati osebne probleme, uskladiti želje in realnost, realizirati želje, izboljšati svoje kapacitete za soočanje s kriznimi, stresnimi in obremenilnimi situacijami, pridobiti nova znanja in izkušnje, se psihofizično razbremeniti in sprostiti, delovati psihoterapevtsko in svetovalno itn.

Starši so v program vključeni kot glavni akterji programa, znanje in spretnosti pa lahko preverjajo v realnih življenjskih situacijah. Proces učenja novega se opira na starih izkušnjah; ne rušimo starega, preden ne izgradimo novo. Ko ustvarimo novo, boljše, staro samo po sebi odpade.

## EVALVACIJA

Vpeljali smo začetno, sprotno in sklepno evalvacijo programa. Gre za kompleksno oceno in ugotavljanje vplivov dejavnikov, ki sodelujejo v procesu dela v delavnicah. Sprotna evalvacija kaže, da so delavnice uspešne ter da starši želijo in potrebujejo tovrstne storitve.

Pri oceni uspešnosti se opiramo na anketni vprašalnik in analizo dejavnosti in rezultatov. Ugotavljamo oz. preverjamo uspešnost posameznika in uspešnost skupine, prenos novih znanj na

praktično področje pri vsakdanjem delu, ustreznost programa za udeležence, potrebe po nadaljevanju in nadgradnji programa v prihodnosti, uspešnost in primernost programa za udeležence, učinkovitost (razmerje med vloženim naporom in uspešnostjo pri doseganju ciljev), aktualnost posameznih tematskih sklopov in doseženih ciljev, uspešnost izvajalcev programa, vložen napor (število sodelujočih in njihova usposobljenost, število opravljenih delovnih ur, število sestankov, teoretska osnova, vložena sredstva), proces dela in učinke oz. posledice (namerne in nenamerne) na vključene udeležence.

Ob koncu leta 2004 smo pripravili vmesno evalvacijo programa. Vsi člani skupine so želeli v naslednjem letu nadaljevati delo v delavnicah. Dotlej so vsi redno prihajali, vse odsotnosti so bile najavljene. Na lestvici od 1 do 10 so v povprečju ocenili svoj zadovoljstvo z delom skupine 9,25.

## SKLEP

Delavnice za kvalitetnejše življenje so namenjene osebnostnemu razvoju udeležencev in pridobivanju veščin, ki ohranjajo in krepijo pozitivno samovrednotenje. K zdravi in uspešni osebnosti sodijo zadovoljstvo s samim seboj, odločnost, samozavest, notranji mir, prepričanost vase in v svoje sposobnosti. Kako to doseči in ohraniti ob negativnih odzivih okolja, neuspehih, visokih zahtevah, kritikah, ocenjevanju? Je to sploh mogoče?

Za uresničevanje želja in potencialov so zelo pomembni dober občutek o svoji vrednosti, vzpostavljanje dobrih medosebnih odnosov, uspešnost na delovnem mestu in doma in zadovoljstvo v življenju. Notranje močen in odporen posameznik obvladuje svoje probleme in se uspešno srečuje z življenjskimi izzivi. Živimo v široki mreži odnosov do drugih ljudi, stvari in vsega stvarstva. Ko smo sami, pa se zavemo najintimnejšega in najpomembnejšega odnosa izmed vseh, ki se mu ne moremo nikoli izogniti – odnosa do sebe.

Sprejeti drugačnost otroka s posebnimi potrebami ni vedno lahko. Življenje družine, ki ima otroka z motnjo v duševnem razvoju, je bolj stresno in dnevno doživljajo več fizičnih in emocionalnih obremenitev. Vendar lahko člani tudi uživajo, se veselijo otrokovih uspehov, so ponosni na otroka. Hkrati lahko otroci z motnjo v duševnem razvoju, ko odrastejo, svojim ostarelim

staršem pomagajo pri dnevnih opravilih ter jim postanejo dragoceni sopotniki, prijatelji in partnerji v zadnjem obdobju njihovega starševstva.

Pomembno za družine z otrokom z motnjo v duševnem razvoju je, da dobijo ustrezno pomoč takoj. Ne smemo dopustiti, da se družina do konca izčrpa in se poruši njeno notranje psihosocialno in ekonomsko ravnovesje. Staršem otrok z motnjo v duševnem razvoju smo v delavnicah za starše ponudili obliko pomoči za življenje. Starši izražajo zadovoljstvo s programom in si želijo, da se program nadaljuje. Zavzemamo se, da bi tako delo s starši postalo del storitev v varstveno-delo- vnem centru, saj je nujno potrebno in zaželeno. Menimo, da bi bilo to v interesu vse družbe.

**Jasna Vešligaj – Damiš**

## **VIRI**

- DILTS, R., DELOZIER, J., Encyclopedia of Systemic NLP and NLP New Coding (866-868). nlpuniversitypress.com/ (12. 6. 2006)
- LAČEN, M. (2001), *Odraslost osebe z motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Zveza Sožitje.
- PLANKAR – GRGUREVIČ, T. (1995), *Starševstvo pri otrocih z motnjo v razvoju: Izkušvena družinska terapija: Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Cicero.
- VEŠLIGAJ – DAMIŠ, J. (2004), *Delavnice za kvalitetno življenje: Program dela za starše varovancev VDC POLŽ Maribor*. Maribor: VDC Polž (interno gradivo).
- Zakon o družbenem varstvu duševno in telesno prizadetih oseb. *Ur. l. RS*, 41/83.