

PRAVIDLA PRO DOBROVOLNÍKY

v Domě pokojného stáří



Vytvořili:

Bc. Lucie Zíková, DiS. – vedoucí oddělení 2 a sociální pracovník
kontaktní osoba pro dobrovolníky

Mgr. Martina Petrová – koordinátorka dobrovolníků

Schválil:

Mgr. Vlastimil Petr – vedoucí Domu pokojného stáří

Aktualizováno: 28. června 2019

Kdo může být dobrovolníkem v Domě pokojného stáří

- člověk s minimálním věkem 16 let
- s čistým trestním rejstříkem
- člověk, který věnuje svůj volný čas druhým lidem
- chce blíže poznat Charitu Frýdek-Místek a její klienty
- je proškolen v bezpečnosti a ochraně zdraví při práci
- je proškolen v manipulaci s invalidním mechanickým vozíkem (jen v případě, že bude chtít chodit s imobilním klientem ven)



Co dobrovolníkům nabízíme

- prostor k seberealizaci a kreativitě
- získání zkušeností se seniory, obohacení o jiný úhel pohledu na smysl a kvalitu života
- obohacení po lidské stránce
- dobrý pocit z prospěšné, užitečné a smysluplné činnosti
- možnost sdílet životní příběh konkrétního člověka

Kdy a jak často může dobrovolník docházet

- **pravidelně:** vyhrazený den v týdnu v určitou hodinu 1x týdně nebo 1x za 14 dní

- **nepřavidelně:** dle programu střediska s ohledem na možnosti dobrovolníka, a to po předchozí domluvě s kontaktní osobou pro dobrovolníky

Co dobrovolník dělá

- povídá si s klienty, hraje s nimi deskové hry, čte jim nebo se společně modlí a luští křížovky, rébusy nebo sudoku
- zapojuje se do volnočasových aktivit ve skupině klientů, kde jim pomáhá s různými rukodělnými činnostmi, s tréninkem paměti, společně zpívají, vzpomínají atd.
- pomáhá klientům individuálně s kreativními a rukodělnými aktivitami
- chodí s klienty na procházky nebo je doprovází na různá místa, např. do obchodu, na mši, do divadla atd.
- poslouchá s klienty rádio, vyhledává zajímavosti na internetu
- má možnost účastnit se jednorázových akcí Domu pokojného stáří
- na základě zájmu dobrovolníka je možné domluvit také jinou, např. manuální činnost

Co dobrovolník nedělá

- nevykonává žádnou odbornou sociální činnost
- neřeší konflikty a krizové situace klientů
- neřeší stížnosti klienta na poskytovanou péči
- neposkytuje situační intervence a poradenství
- nejedná s rodinnými příslušníky klientů
- nezjišťuje osobní informace od klientů
- nevede agendu a dokumentaci apod.



Co se od dobrovolníka očekává

- respektuje Domovní řád, pravidla, zásady a poslání Domu pokojného stáří
- zajímá se o klienty, vyptává se na jejich zájmy a na zážitky
- zachovává mlčenlivost a anonymitu klientů
- má sociální citění a schopnost empatie
- má spolehlivý a zodpovědný přístup
- má pozitivní vztah k seniorům
- je schopen komunikovat a navázat rozhovor
- dodržuje smluvené termíny návštěv – pokud nemůže přijít, dá kontaktní osobě pro dobrovolníky alespoň den předem vědět, pokud je to možné (SMS, e-mailem nebo telefonicky)
- pokud dojde ke konfliktu mezi klienty, přizve pracovníka Domu pokojného stáří a sám konflikt neřeší
- nenabízí ani klientům nekupuje cigarety, alkohol a léky
- může klienta obdarovat drobnostmi (květiny, malý dárek, jídlo...) a sám může tyto drobnosti od klienta přijmout
- od dobrovolníka se očekává, že bude jednat s lidmi s pochopením a tolerancí a bude se umět přizpůsobit různým situacím



Jak komunikovat s klientem - seniorem

- s klientem jednám slušně, respektuji jeho zdravotní stav a jeho osobnost
- klientovi vykám a dle domluvy používám místo příjmení křestní jméno (familiární oslovení „babi, dědo“ je nevhodné)

- naslouchám, ať může klient říct vše, co by chtěl a dávám najevo zájem o to, co říká
- mluvím méně a jednoduše. Používám krátké věty, které jsou srozumitelné a mluvím tak, aby mi klient rozuměl.
- mluvím s klientem trpělivě a pomalu s ohledem na jeho zrakové a sluchové možnosti a jeho tempo. V případě potřeby věty nebo otázky zopakují.
- neskáču klientovi do řeči a nedoplňuji za něho věty
- porozumění řeči se ve stáří zhoršuje v hlučném prostředí, proto „nepřekřikujeme“ jiný hovor, rozhlas nebo televizi, ale snažím se hluk odstranit. Mluvím přiměřeně nahlas.
- udržuji oční kontakt a dávám si pozor na svou neverbální komunikaci
- oceňuji snahu ke komunikaci a to, co se klientovi doposud povedlo
- ochraňuji své soukromí – říkám pouze to, co říci chci
- jsem na stejné úrovni – když člověk, se kterým mluvím, stojí, tak stojím také; když sedí, sedím také



Přehled možných obtíží v komunikaci se seniorem

- nezapamatování si informací, poruchy paměti (senior si nemůže rychle nebo vůbec vybavit některé situace, čísla, jména, fakta atd.)
- pomalejší reagování
- stálé se opakující dotazy
- sklon opakovat již sdělené (jakoby se senior ubezpečoval, že druhý člověk naslouchá, pochopil ho, nebo se jedná o pocity nejistoty, snížené koncentrace atd.)

- zkreslené vnímání skutečnosti, a to zvláště při stížnostech na personál, kdy není vždy úplně pravda, co říkají
- ztráta schopnosti porozumět slovům
- nepřiměřené reagování v důsledku problémů se sluchem
- zaměňování výrazů
- poruchy vyjadřování
- netrpělivost
- němota

Témata, o kterých senioři rádi hovoří

- dřívější pracovní aktivity
- politika
- jídlo, recepty
- rodinné události
- vzpomínky
- koníčky
- počasí
- zdravotní problémy
- co by dělali, kdyby mohli...

I když stáří není považováno za nemoc, ale za přirozený fyziologický proces, je nutné si uvědomit, že jej provázejí nemoci a dochází k celkové změně osobnosti člověka.

Mějme na paměti, že komunikace dává seniorovi pocit sebedůvěry a umožňuje mu společenský kontakt.

Dobrovolník se může kdykoliv obrátit na personál domova, pokud vnímá, že je důležité probrat nějakou situaci nebo potřebuje poradit.



Důvody pro ukončení spolupráce s dobrovolníkem

ze strany dobrovolníka:

- z osobních důvodů: dobrovolník je nemusí sdělovat, jen oznámí kontaktní osobě pro dobrovolníky a koordinátorce dobrovolníků, že chce ukončit dobrovolnickou činnost
- dobrovolník zjistí, že mu nevyhovuje: cílová skupina, časové nebo jiné podmínky služby a případně si vybere středisko Charity s jinou cílovou skupinou

ze strany Domu pokojného stáří:

- z důvodů nespolehlivosti: nedodržování smluvených termínů, časů a jiných dojednání
- z důvodů závažného porušení základních pravidel a principů Domu pokojného stáří a vnitřních norem Charity Frýdek-Místek

