

# Качество жизни: инструмент для персонала ухода

## Использование при уходе за людьми, которые не всегда могут рассказать о своих потребностях

Этот вопросник является дополнительным инструментом для людей, оказывающих услуги ухода. Он может указать на факторы, которые могут улучшить качество жизни человека. Документ предназначен для заполнения лицом, осуществляющим уход, который хорошо знает человека, если человек, которому оказывается помощь, затрудняется ответить на вопросы и не всегда может сказать, чего он хочет или в чём нуждается.

Тем, кто может ответить на вопросы о своей жизни с некоторой помощью или без неё, следует вместо этого использовать *Моя лучшая жизнь: инструмент, с помощью которого вы сможете рассказать другим людям, что вы чувствуете*.

Хотя существует множество инструментов, помогающих улучшить качество жизни человека, этот инструмент касается вещей, которые лица, осуществляющие уход, могут сделать или наблюдать в поведении человека, а не пытаться догадываться о том, что человек чувствует или думает.

### Инструкции

1. В каждой строке на следующих страницах выберите степень вашего согласия с утверждением.
2. После заполнения формы прочитайте последующие шаги в конце этого документа в разделе [Использование этого инструмента для позитивных изменений в жизни человека](#).
3. Составьте план и примите меры, чтобы помочь человеку улучшить качество своей жизни. Человек должен информировать о следующих шагах настолько, насколько это возможно.

### Пример

*Стратегия ухода, которая может сделать жизнь человека лучше:* человек получает необходимую помощь с использованием вспомогательных технологий.

*Возможные ответы:*

**Полностью не согласен(на):** если персонал ухода не пытался помочь человеку с помощью каких-либо вспомогательных технологий.

**Не согласен(на):** если вспомогательные технологии были опробованы в прошлом, но в настоящее время не используются.

**Не знаю или неприменимо:** в этом примере вариант «Не знаю или неприменимо» не следует выбирать, потому что поддержку с помощью вспомогательных технологий следует изучить и опробовать для всех людей, которым трудно общаться.

**Согласен(на):** если у человека есть коммуникационное устройство и он использует его время от времени, но не часто, или если процесс обучения ещё продолжается. Примите во внимание, что это обычное и совершенно нормальное явление, когда для полного развития навыков общения с помощью устройства требуется много лет.

**Полностью согласен(на):** если у человека есть эффективное коммуникационное устройство, и он часто и свободно использует его для общения с персоналом ухода. Если выбран вариант «Полностью согласен(на)», может быть лучше использовать близкую по назначению форму этого инструмента, «Моя лучшая жизнь: инструмент, с помощью которого вы сможете рассказать другим людям о том, что вы чувствуете».

*Возможные действия, чтобы помочь человеку:* социальный работник, ведущий дело, может добавить в план поддержки человека новую услугу, а специалист может помочь человеку выбрать эффективное коммуникационное устройство и научить им пользоваться.

## Вводная часть

Имя человека: \_\_\_\_\_

Дата заполнения или последнего просмотра этой формы: \_\_\_\_\_

Кто помог заполнить эту форму: \_\_\_\_\_

---

## Показатели и стратегии поддержки, на которые может ориентироваться персонал ухода

Перечисленные ниже пункты охватывают широкий спектр тем, связанных с качеством жизни, при этом не каждый пункт применим ко всем людям. Внесение корректив в этот инструмент пользователями приветствуется.

Отношения	Полностью не согласен (на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен(на)
Человек имеет длительные отношения с людьми, не являющимися оплачиваемым персоналом ухода за ним.					
Человеку регулярно предоставляется возможность праздновать и общаться с людьми, которые разделяют его культуру, личные убеждения или идентичность.					
По желанию человека люди, которые о нём заботятся, каждый год организуют и отмечают его день рождения.					
Не реже двух раз в год человек и персонал ухода за ним встречаются, чтобы определить личностно-ориентированные ценности, которые важны для данного человека.					
При необходимости для человека разрабатывается план (который можно включить в другие документы) по увеличению позитивных социальных взаимодействий, связанных с личностно-ориентированными ценностями, и весь персонал ухода проходит обучение по этому плану.					
Персонал ухода поощряет и приветствует позитивные социальные взаимодействия на ежедневной основе.					
Персонал прошёл формальную подготовку по уровням рецептивного и экспрессивного языка и навыкам человека.					
У человека есть способ сообщить о своих желаниях и потребностях (здесь не учитывается препятствующее этому поведение), который персонал почти всегда понимает, <b>или</b> есть письменный план помощи человеку в развитии этих навыков.					
При необходимости человек получает помощь путём использования вспомогательных технологий, услуг письменных и устных переводчиков, а также другую поддержку.					

Самоопределение и выбор	Полностью не согласен (на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен(на)
Человек контролирует свои собственные финансы, либо, если ему требуется уход, человек сам решает, как (на какие развлечения) он потратит свои свободные деньги.					
Ежедневно человек может общаться с людьми, не являющимися персоналом ухода (это может быть личная встреча, по телефону, в видеочате и т. д.). (Здесь не учитываются постановления суда или ограничения прав в целях безопасности.)					
Предлагаемые человеку мероприятия отражают его культурные или другие личные предпочтения.					
У человека есть личные вещи, которые отражают его культуру или интересы (например, игры, музыка, принадлежности для рукоделия и т. д.).					
Жилое пространство человека обставлено и оформлено так, как он хочет, и включает в себя приятные, стимулирующие вещи, на которые человек может смотреть и пользоваться ними.					
У человека есть одежда, которая отражает его личный стиль и желаемую гендерную идентичность.					
Человек сам выбрал место проживания <b>или</b> ему предложили дополнительную помощь для переезда на новое место.					
Человек сам выбрал, с кем ему жить или жить одному, <b>или</b> ему предложили дополнительную помощь для переезда на новое место.					
По крайней мере раз в год человеку предлагают <a href="#">информированный выбор</a> возможностей трудоустройства или волонтерства, которые ему могут понравиться, включая возможности сменить работу или области волонтерства.					
Человек каждый день сам решает, как ему проводить своё время (исключениями могут быть плохая погода, медицинское обслуживание, учёба и т. д.).					
У человека каждый день есть несколько вариантов для выбора, когда он будет что-то делать (это не означает, что занятия предлагаются постоянно, но человеку должен быть предоставлен некоторый выбор).					
Имеется достаточно персонала для поддержки потребностей и выбора человека.					
Человек может сам выбирать, какие продукты и в каком количестве ему есть (здесь не учитываются ограничения прав при опасных для жизни состояниях здоровья).					
У человека есть регулярные возможности исповедовать религию по своему выбору, он имеет возможность изучать другие религии (если ему это интересно) или может не исповедовать никакую религию.					

Личностное развитие	Полностью не согласен (на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен (на)
У человека есть личностно-ориентированный план, оценка его предпочтений или какой-либо другой документ, в котором перечислены общественные или другие виды деятельности, в которых человек заинтересован.					
Ежедневно человеку предлагается ряд общественных или других мероприятий, которые могут ему понравиться.					
Обычно человек соглашается участвовать в предлагаемых ему мероприятиях.					
В разработанных для человека планах отражены выбранные им цели обучения, которые содержат описание того, как персонал ухода будет предоставлять инструкции и помощь.					
Цели обучения могут быть достигнуты менее чем за год (хотя они могут быть этапом на пути к долгосрочной цели).					
Обычно человек предпочитает участвовать в достижении целей своего обучения.					
Разработан письменный план (который может быть включён в другие документы) развития независимости человека.					
Существует система/процесс для обеспечения выполнения целей и планов так, как они написаны, с распределением ролей персонала.					

Права	Полностью не согласен(на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен (на)
Права данного человека были разъяснены ему таким образом, который имеет для него смысл, <b>или</b> , если человеку трудно понять, у него есть представитель, который может ему помочь.					
Не менее чем раз в полгода человеку напоминают о возможности связаться с представителями или организациями, помогающими в защите своих прав.					
Человек регулярно получает информацию о возможностях участия в гражданской деятельности (например, голосование, посещение заседаний городского совета, присоединение к протестам, покупка футболок или плакатов, чтобы продемонстрировать солидарность с сообществами, которые человек поддерживает, и т. д.).					
Если человек заинтересован в участии в какой-либо гражданской или правозащитной деятельности, персонал ухода всемерно поддерживает эти связи (например, отвозит человека на встречи, помогает человеку вызвать правозащитника и т. д.).					

Социальная интеграция	Полностью не согласен(на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен (на)
Несколько раз в неделю человеку предоставляют возможность посетить различные общественные места, которые ему могут понравиться, помимо дома, школы или работы.					
Несколько раз в неделю человеку предоставляют возможность участвовать в общественной деятельности с людьми, которые не являются соседями по комнате, коллегами или оплачиваемым персоналом.					
Человек может в любое время отказаться от социальной или общественной деятельности, и персонал уважает его выбор (здесь не учитываются ограничения прав или судебные распоряжения о проведении проверок благополучия).					
Если произошло снижение социальной активности человека, были предприняты шаги для определения и принятия мер по преодолению причин, таких как изменение интересов, потеря друзей, медицинские или психологические заключения (например, депрессия, деменция, боль и т. д.) и т. д.					
Не реже двух раз в год человек получает информацию о возможностях присоединиться к таким общественным организациям, как центры отдыха или спортивные залы, клубы, библиотеки, лиги любителей боулинга, волонтерские группы и т. д.					
При желании у человека есть возможности, помощь и необходимое оборудование для участия в социальных сетях.					

Деньги и личные вещи	Полностью не согласен (на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен (на)
У человека достаточно дохода или других финансовых ресурсов, чтобы получить то, что ему необходимо, и некоторые вещи, которые он хотел бы иметь, <b>или</b> есть письменный план, который поможет человеку достичь финансовой стабильности.					
Человек имеет неограниченный доступ к принадлежащим ему личным вещам, которые ценит больше всего (это может быть мобильный телефон, проездной билет, велосипед, видеоигры, компьютер и т. д.). (Здесь не учитываются постановления суда или ограничения прав в целях безопасности.)					
Оплачиваемый персонал, соседи по комнате и посетители уважительно относятся к вещам человека.					
У человека на каждый день есть несколько вариантов одежды, которая соответствуют погоде, хорошо сидит и не имеет дыр или дефектов (если только это не желаемый стиль человека).					

Физическое и психическое здоровье	Полностью не согласен(на)	Не согласен (на)	Не знаю или неприменимо	Согласен (на)	Полностью согласен (на)
У человека есть возможность обратиться к специалистам по возникающим у него медицинским вопросам (например, к специалисту по обезболиванию, мануальному терапевту, психиатру и т. д.).					
Имеется письменный план по поддержанию или улучшению физического здоровья человека.					
Имеется письменный план по поддержанию или улучшению психического здоровья человека.					
У человека в доме, во дворе и на работе достаточно физического пространства для поддержания физического и психического здоровья.					
Человеку предлагается множество креативных способов оставаться физически здоровым, которые выходят за рамки простого употребления салатов и монотонных упражнений (например, прогулка в красивом парке или танцы под музыку во время приготовления обеда).					
Человек имеет доступ к культурно адекватному медицинскому обслуживанию в соответствии с рекомендациями лицензированных медработников.					
На приёме у врача при необходимости предоставляется помощь переводчика.					
Дома у человека относительно чисто, не загромождено, а предметы обихода содержатся в хорошем состоянии (например, ковровое покрытие, плитка, ящики, шкафы и т. д.).					
Человеку в доступной для него форме предоставлена информация о том, как защитить себя и других людей от инфекционных заболеваний.					
Люди, которые ухаживают за человеком, умеют распознавать признаки стресса и реагировать на них.					
По желанию человека история любой известной травмы записывается в планы обслуживания человека с инструкциями о том, как другие люди могут наиболее эффективно помочь человеку.					
Люди, которые ухаживают за человеком, обучены распознавать и реагировать на признаки травмы и понимать, как травма может проявляться в поведении, переживаниях, здоровье и т. д. человека.					

## Использование этого инструмента для позитивных изменений в жизни человека

Теперь, когда заполнение этого инструмента завершено, просмотрите все пункты и обсудите в кругу персонала ухода, что можно сделать, чтобы изменить или усилить помощь человеку, чтобы улучшить качество его жизни. Если персонал ухода не знает, что делать, можно попробовать следующее:

- Обратитесь за советом к [методисту по лично-ориентированному планированию](#) (прокрутите веб-страницу вниз до раздела «Методисты по планированию» (Planning facilitators) и нажмите «Региональный список доступных методистов по лично-ориентированному планированию» (Regional listing of available person-centered planning facilitators), чтобы найти методиста недалеко от вас).
- Наладьте сотрудничество с другой организацией или региональной группой помощи, где у других поставщиков услуг или социальных работников могут быть интересные идеи.
- Оцените, нужны ли для реализации какого-либо плана дополнительные сотрудники, и при необходимости отправьте к социальному работнику запрос на увеличение штата.
- Если на жизнь человека негативно влияет частая смена персонала, посетите [страницу DHS, посвящённую проблеме нехватки трудовых ресурсов](#), где можно найти идеи и ресурсы для поиска и удержания персонала.
- Обратитесь за технической помощью в DHS по адресу [PositiveSupports@state.mn.us](mailto:PositiveSupports@state.mn.us).

Работу с помощью этого инструмента, вероятно, потребуется контролировать в течение нескольких месяцев или лет, чтобы убедиться, что человек и персонал ухода за ним продолжают оценивать и улучшать качество жизни. Одним из способов отслеживания хода работы может быть определение шагов/целей действий и включение их в план скоординированных услуг и поддержки человека (Coordinated services and supports plan, CSSP).