

Якість життя: інструмент для персоналу догляду

Використання при догляді за людьми, які не завжди можуть розповісти про свої потреби

Цей запитальник є додатковим інструментом для тих, хто надає послуги догляду. Він може вказати на фактори, які можуть поліпшити якість життя людини. Документ призначений для заповнення особою, що здійснює догляд та яка добре знає людину, якій надається допомога, якщо людині важко відповідати на запитання і вона не завжди може сказати, чого хоче або чого потребує.

Тим, хто може відповісти на запитання про своє життя з деякою допомогою або без неї, слід замість цього використовувати форму *Моє краще життя: інструмент, за допомогою якого ви зможете розповісти іншим людям про те, що ви відчуваєте*.

Хоча існує багато інструментів, які допомагають поліпшити якість життя людини, цей інструмент зосереджений на тому, що особи, що здійснюють догляд, можуть зробити або спостерігати у поведінці людини, а не намагатися здогадуватися про те, як людина почувається або що думає.

Інструкції

1. У кожному рядку на наступних сторінках виберіть ступінь вашої згоди з твердженням.
2. Після заповнення форми прочитайте про наступні кроки наприкінці цього документа в розділі [Використання цього інструмента для позитивних змін у житті людини](#).
3. Складіть план і вживіть заходів, щоб допомогти людині поліпшити якість свого життя. Людина має інформувати про наступні кроки настільки, наскільки це можливо зробити.

Приклад

Стратегія догляду, яка може покращити життя людини: людина отримує необхідну допомогу з використанням допоміжних технологій.

Можливі відповіді:

Цілком не згоден(на): якщо персонал догляду не намагався допомогти людині, використовуючи якісь допоміжні технології.

Не згоден(на): якщо допоміжні технології було випробувано в минулому, але зараз вони не використовуються.

Не знаю або незастосовно: у цьому прикладі варіант «Не знаю або незастосовно» не слід вибирати, тому що підтримку з використанням допоміжних технологій необхідно вивчити та випробувати для всіх людей, яким важко спілкуватися.

Згоден(на): якщо людина має комунікаційний пристрій і використовує його час від часу, але не часто, або якщо процес навчання ще триває. Візьміть до уваги, що це звичайне та цілком нормальне явище, коли для повного розвитку навичок спілкування за допомогою пристрою потрібно багато років.

Цілком згоден(на): якщо людина має ефективний комунікаційний пристрій і часто й вільно використовує його для спілкування з персоналом догляду. Якщо обрано варіант «Цілком згоден(на)», можливо, буде краще використовувати близьку за призначенням форму цього інструмента, «Моє краще життя: інструмент, за допомогою якого ви зможете розповісти іншим людям про те, що ви відчуваєте».

Можливі дії, щоб допомогти людині: соціальний працівник, що веде справу, може додати до плану підтримки людини нову послугу, а фахівець може допомогти людині вибрати ефективний комунікаційний пристрій і навчити їм користуватися.

Початок форми

Ім'я людини: _____

Дата заповнення або останнього перегляду цієї форми: _____

Хто допоміг заповнити цю форму: _____

Показники та стратегії підтримки, на які може орієнтуватися персонал догляду

Перелічені нижче пункти охоплюють широкий спектр тем, пов'язаних з якістю життя, при цьому не кожен пункт застосовний до всіх людей. Користувачі можуть вносити корективи в цей інструмент.

Стосунки	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
Людина має тривалі стосунки з людьми, які не є оплачуваним персоналом догляду за нею.					
Людині регулярно надається можливість святкувати та спілкуватися з людьми, які розділяють її культуру, особисті переконання або ідентичність.					
За бажанням людини люди, що про неї піклуються, щороку організують і відзначають її день народження.					
Не рідше двох разів на рік людина та персонал догляду за нею зустрічаються, щоб визначити особистісно-орієнтовані цінності, важливі для даної людини.					
За потреби для людини розробляється план (який можна додати до інших документів) зі збільшення позитивних соціальних взаємодій, пов'язаних з особистісно-орієнтованими цінностями, і весь персонал догляду проходить навчання за цим планом.					
Персонал догляду заохочує й вітає позитивні соціальні взаємодії на щоденній основі.					
Персонал пройшов формальну підготовку з рівнів рецептивної й експресивної мови та навичок людини.					
Людина має спосіб повідомити про свої бажання та потреби (тут не враховується поведінка, яка заважає процесу), який персонал майже завжди розуміє, або є письмовий план допомоги людині з розвитку цих навичок.					
За потреби людина отримує допомогу шляхом використання допоміжних технологій, послуг письмових і усних перекладачів, а також іншу підтримку.					

Самовизначення та вибір	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
Людина контролює свої власні фінанси, або, якщо їй потрібен догляд, людина сама вирішує, як (на які розваги) вона витратить свої вільні гроші.					
Щодня людина може спілкуватися з людьми, які не є персоналом догляду (це може бути особиста зустріч, розмова телефоном, у відеочаті тощо). (Тут не враховуються постанови суду або обмеження прав з метою безпеки.)					
Пропоновані людині заходи відображають її культурні або інші особисті переваги.					
Людина має особисті речі, які відображають її культуру або інтереси (наприклад, ігри, музика, засоби для рукоділля тощо).					
Житловий простір людини обставлено й оформлено так, як вона хоче, і містить приємні, стимулюючі речі, на які людина може дивитися та якими може користатися.					
Людина має одяг, який відображає її особистий стиль та бажану гендерну ідентичність.					
Людина сама вибрала місце проживання або людині запропонували додаткову допомогу для переїзду на нове місце.					
Людина сама вибрала, з ким їй жити чи жити одній, або людині запропонували додаткову допомогу для переїзду на нове місце.					
Принаймні раз на рік людині пропонують інформований вибір можливостей працевлаштування або волонтерства, які їй можуть сподобатися, зокрема можливостей змінити роботу або області волонтерства.					
Людина щодня сама вирішує, як їй проводити свій час (виключеннями можуть бути погана погода, медичне обслуговування, школа тощо).					
У людини щодня є кілька варіантів для вибору, коли вона буде щось робити (це не означає, що заняття пропонуються постійно, але людині має бути надано деякий вибір).					
Є досить персоналу для підтримки потреб і виборів людини.					
Людина може сама вибирати, які продукти та в якій кількості їй їсти (тут не враховуються обмеження прав з огляду на небезпечні для життя стани здоров'я).					
Людина має регулярні можливості сповідати релігію за своїм вибором, вона має можливість вивчати інші релігії (якщо їй це цікаво) або може не сповідати жодну релігію.					

Особистісний розвиток	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
У людини є особистісно-орієнтований план, оцінка її переваг або якийсь інший документ, де перелічені суспільні або інші види діяльності, у яких людина зацікавлена.					
Щодня людині пропонують ряд суспільних або інших заходів, що можуть їй сподобатися.					
Зазвичай людина погоджується брати участь у пропонуваній їй заходах.					
У розроблених для людини планах відображено обрані нею цілі навчання, які містять опис того, як персонал догляду буде надавати інструкції та допомогу.					
Цілі навчання може бути досягнуто менше ніж за рік (хоча вони можуть бути етапом на шляху до довгострокової мети).					
Зазвичай людина бажає брати участь у досягненні цілей свого навчання.					
Розроблено письмовий план (який може бути додано до інших документів) розвитку незалежності людини.					
Існує система або процес для забезпечення виконання цілей і планів так, як вони написані, з розподілом ролей персоналу.					

Права	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
Права людини роз'яснено їй у такий спосіб, який має для неї сенс, або , якщо людині важко зрозуміти, у неї є представник, який може їй допомогти.					
Не менше ніж раз на півроку людині нагадують про можливість зв'язатися з представниками або організаціями самоадвокації.					
Людина регулярно отримує інформацію про можливості участі в громадській діяльності (наприклад, голосування, присутність на засіданнях міської ради, приєднання до протестів, придбання футболок або плакатів, щоб продемонструвати солідарність зі спільнотами, які людина підтримує, тощо).					
Якщо людина зацікавлена в участі в якійсь громадській або правозахисній діяльності, персонал догляду всіляко підтримує ці зв'язки (наприклад, відвозить людину на зустрічі, допомагає людині викликати правозахисника тощо).					

Соціальна інтеграція	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
Кілька разів на тиждень людині надають можливість відвідати різні громадські місця, які їй можуть сподобатися, крім дому, місця навчання або роботи.					
Кілька разів на тиждень людині надають можливість брати участь у суспільній діяльності з людьми, які не є сусідами по кімнаті, колегами або оплачуваним персоналом.					
Людина може будь-коли відмовитися від соціальної або громадської діяльності, і персонал поважає її вибір (тут не враховуються обмеження прав або судові розпорядження про проведення перевірок доброчесності).					
Якщо відбулося зниження соціальної активності людини, було розпочато кроки для визначення та вирішення причин, таких як зміна інтересів, втрата друзів, медичні або психологічні висновки (наприклад, депресія, деменція, біль тощо) тощо.					
Не рідше двох разів на рік людина отримує інформацію про можливості приєднатися до таких громадських організацій, як центри відпочинку або спортивні зали, клуби, бібліотеки, ліги боулінгу, волонтерські групи тощо.					
Людина, якщо бажає, має можливість, допомогу та необхідне обладнання для участі в соціальних мережах.					

Гроші та особисті речі	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
У людини досить доходу або інших фінансових ресурсів, щоб отримати те, що їй необхідно, і деякі речі, які вона хотіла б мати, або розроблено письмовий план, який допоможе людині досягти фінансової стабільності.					
Людина володіє та має необмежений доступ до особистих речей, які найбільше цінує (це може бути мобільний телефон, проїзний квиток, велосипед, відеоігри, комп'ютер тощо). (Тут не враховуються постанови суду або обмеження прав із міркувань безпеки.)					
Оплачуваний персонал, сусіди по кімнаті та відвідувачі поважають вибір речей людини.					
Людина щодня має кілька варіантів одягу, який відповідає погоді, добре сидить і не має дірок або дефектів (якщо тільки це не бажаний стиль людини).					

Фізичне та психічне здоров'я	Цілком не згоден(на)	Не згоден(на)	Не знаю або незастосовно	Згоден(на)	Цілком згоден(на)
Людина має можливість за потреби звернутися до фахівців із медичними питаннями (наприклад, до фахівця зі знеболювання, мануального терапевта, психіатра тощо).					
Існує письмовий план із підтримки або покращення фізичного здоров'я людини.					
Існує письмовий план із підтримки або покращення психічного здоров'я людини.					
У людини вдома, у дворі та на роботі достатньо фізичного простору для підтримки фізичного та психічного здоров'я.					
Людині пропонується багато креативних способів залишатися фізично здоровою, які виходять за рамки простого вживання салатів і монотонних фізичних вправ (наприклад, прогулянка в мальовничому парку або танці під музику під час готування обіду).					
Людина має доступ до культурно адекватного медичного обслуговування відповідно до рекомендацій ліцензованих медпрацівників.					
На прийомі в лікаря за потреби надається допомога перекладача.					
Житло в людини відносно чисте, не захаращене, а предмети побуту підтримуються в гарному стані (наприклад, килимове покриття, плитка, шухляди, шафи тощо).					
Людині в доступній для неї формі надано інформацію про те, як захистити себе та інших людей від інфекційних захворювань.					
Люди, які доглядають за людиною, вміють розпізнавати ознаки стресу та реагувати на них.					
За бажанням людини історія будь-якої відомої травми записується в плани обслуговування людини з інструкціями про те, як інші люди можуть найкраще допомогти цій людині.					
Люди, які доглядають за людиною, навчені розпізнавати й реагувати на ознаки травми та розуміти, як травма може проявлятися в її поведженні, переживаннях, здоров'ї тощо.					

Використання цього інструмента для позитивних змін у житті людини

Тепер, коли заповнення цього інструмента завершено, перегляньте всі пункти та обговоріть у колі персоналу догляду, що можна зробити, аби змінити або підсилити допомогу людині, щоб поліпшити якість її життя. Якщо персонал догляду не впевнений, що робити, можна спробувати таке:

- Зверніться за порадою до [методиста з особистісно-орієнтованого планування](#) (прокрутіть веб-сторінку вниз до розділу «Методисти з планування» (Planning facilitators) і натисніть «Регіональний список методистів з особистісно-орієнтованого планування» (Regional listing of available person-centered planning facilitators), щоб знайти методиста поблизу від вас).
- Налагодьте співпрацю з іншою організацією або регіональною групою допомоги, де в інших постачальників послуг або соціальних працівників можуть бути цікаві ідеї.
- Оцініть, чи потрібні для реалізації якогось плану додаткові співробітники, і за потреби надішліть до соціального працівника запит на збільшення штату.
- Якщо на життя людини негативно впливають часті зміни персоналу, відвідайте [сторінку DHS, присвячену проблемі нестачі трудових ресурсів](#), де можна знайти ідеї та ресурси для пошуку й утримання персоналу.
- Зверніться по технічну допомогу до DHS за адресою PositiveSupports@state.mn.us.

Роботу за допомогою цього інструмента, імовірно, потрібно буде контролювати протягом декількох місяців або років, щоб переконатися, що людина та персонал догляду за нею продовжують оцінювати й поліпшувати якість життя. Одним зі способів відстеження ходу роботи може бути визначення кроків/цілей дій і додавання їх до плану скоординованих послуг і підтримки людини (Coordinated services and supports plan, CSSP).