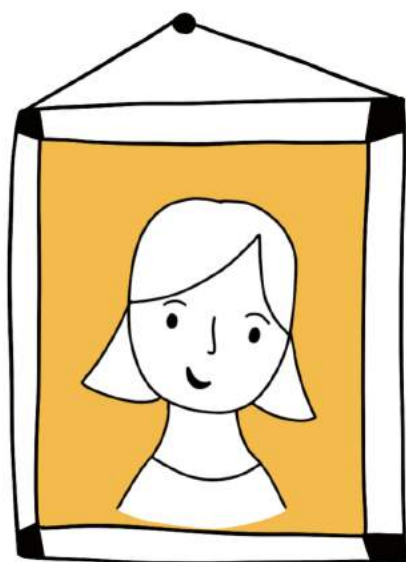


INDIVIDUÁLNE PLÁNOVANIE



**POMOCNÍK DOBREJ PODPORY
NEZÁVISLÉHO ŽIVOTA**



Individuálne plánovanie a tieto nástroje majú zmysel,
len ak ich robíme spoločne s ľuďmi, ktorých podporujeme



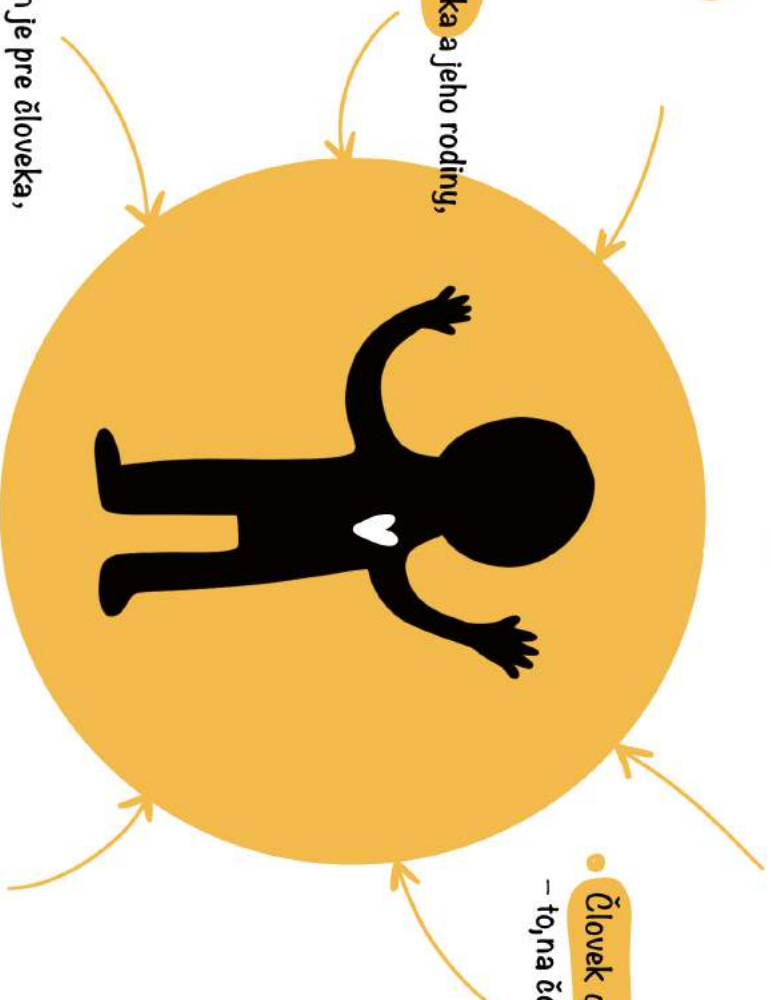
ČO TU NÁJDETE

- Základné princípy IP I
- Základné princípy IP II
- Základné princípy IP III
- Aktívna účasť
- Kľúčový pracovník
- Podmienky individuálneho plánovania
- Proces individuálneho plánovania
- Zručnosti podpory
- Právo na primerané riziko
- Rizikové oblasti
- 4 fázy práce s rizikom
- Ja Muž
- Ja Žena
- Všetko o mne Muž
- Všetko o mne Žena
- Profil na jednu stranu Muž
- Profil na jednu stranu Žena
- Túžby a obavy Muž
- Túžby a obavy Žena
- Zvyky I
- Zvyky II
- Moje dary
- Mám na sebe rád
- Mám na sebe rada
- Moje zdravie
- Moje duševné zdravie
- Dôležité
- Dôležité veci
- Dobrý a zlý deň
- Mój týždeň
- Ako som sa mal (a)?
- Základná komunikačná tabuľka I
- Základná komunikačná tabuľka I plus
- Základná komunikačná tabuľka II
- Základná komunikačná tabuľka III
- Základná komunikačná tabuľka IV
- Základná komunikačná tabuľka V
- Moja sieť Muž
- Moja sieť Žena
- Kam chodievam?
- Mapa komunity
- 4+1 otázka
- Čiara života
- Path I
- Path II
- Moja cesta Muž
- Moja cesta Žena
- Moja cesta budúcnosť
- Maps Muž
- Maps Žena
- Mesačný rozpočet Muž I
- Mesačný rozpočet Muž II
- Mesačný rozpočet Žena I
- Mesačný rozpočet Žena II
- Podporované rozhodovanie I
- Podporované rozhodovanie II
- Podporované rozhodovanie III
- Podporované rozhodovanie IV
- Podporované rozhodovanie V
- Podporované rozhodovanie VI
- Koláčové delenie podpory
- Evidencia podpory
- Od účasti k prispievaniu
- Plán účasti a skúsenosti Muž
- Plán účasti a skúsenosti Žena
- Rizikový plán

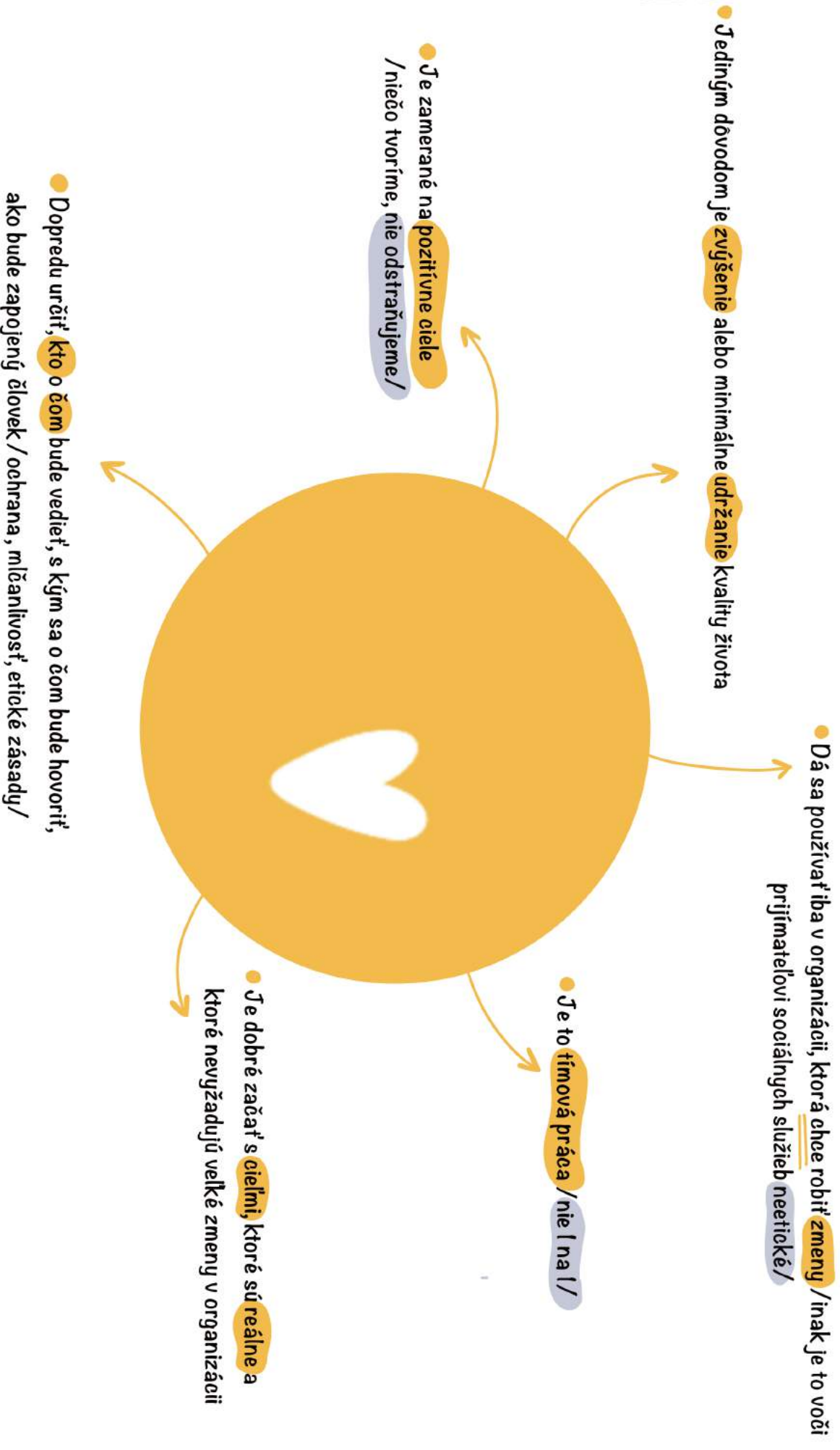




- Nejde o špeciálnu metódu / využívame všetko čo vieme / ale o princíp práce s človekom
- Ústredná postava – človek
- Posilňujeme aktívnu účasť človeka a jeho rodiny, priateľov / využiť ich energiu /
- Človek definuje to, čo chce / zmeny, ktoré chce / – to, na čom chce pracovať
- Používame prirodzený jazyk, plán je pre človeka, nie na to, aby sme ním ohúrili nadriadených, kontroly...
- Zameriavame sa primárne na jeho schopnosti, nie na diagnózu



ZÁKLADNÉ PODMIENKY IP



1. Chápem človeka v jeho individuálnej osobitosti a podporujem ho v nachádzaní jeho vlastných ciest, aby sa v rámci svojich možností dokázal vyrovnať s realitou.



2. Beriem človeka vážne.

3. Priznávam, že sú veci, ktoré neviem.



4. Vytváram vzťah na báze partnerstva
/ viac ako manipuláciou a motiváciou dosiahnem tím, že si navzájom pomenujeme veci, čo sú mne aj jemu príjemné a nepríjemné /.

5. Vytváram priestor na to, aby sme pracovali s predstavou človeka, nie s tím, čo si ja myslím, že je pre neho najlepšie.

6. Nie vysvetľovať ale rozumieť a chápať.



7. Nevychádzam z predstavy, aký MÁ človek byť, ale aký JE, vychádzam z jeho situácie, z možností aké má.



8. Pracujem s aktuálnou situáciou, tu a teraz, podporujem človeka, aby bol prítomný, dávam mu priestor, aby na mňa reagoval.

9. Nejde mi o hľadanie a nachádzanie ciest PRE ľudí, ale S nimi.



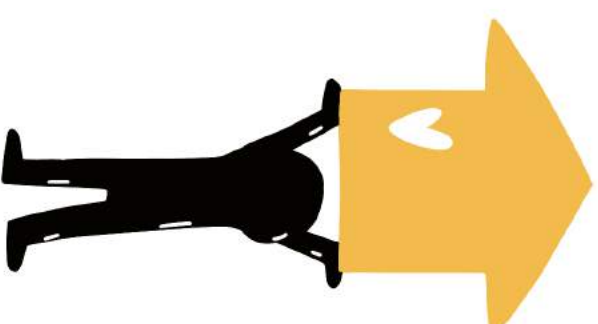
10. Nie práca za človeka, ale spolu s ním.



AKTÍVNA ÚČASŤ

• Človek je aktívne zapojený vtedy, ak je niečím **ovplyvňovaný** alebo niečo **ovplyvňuje** on sám, keď **reaguje** na niečo, alebo dosiahne, že sa niečo **deje** v jeho okolí (Sláttá 2004).

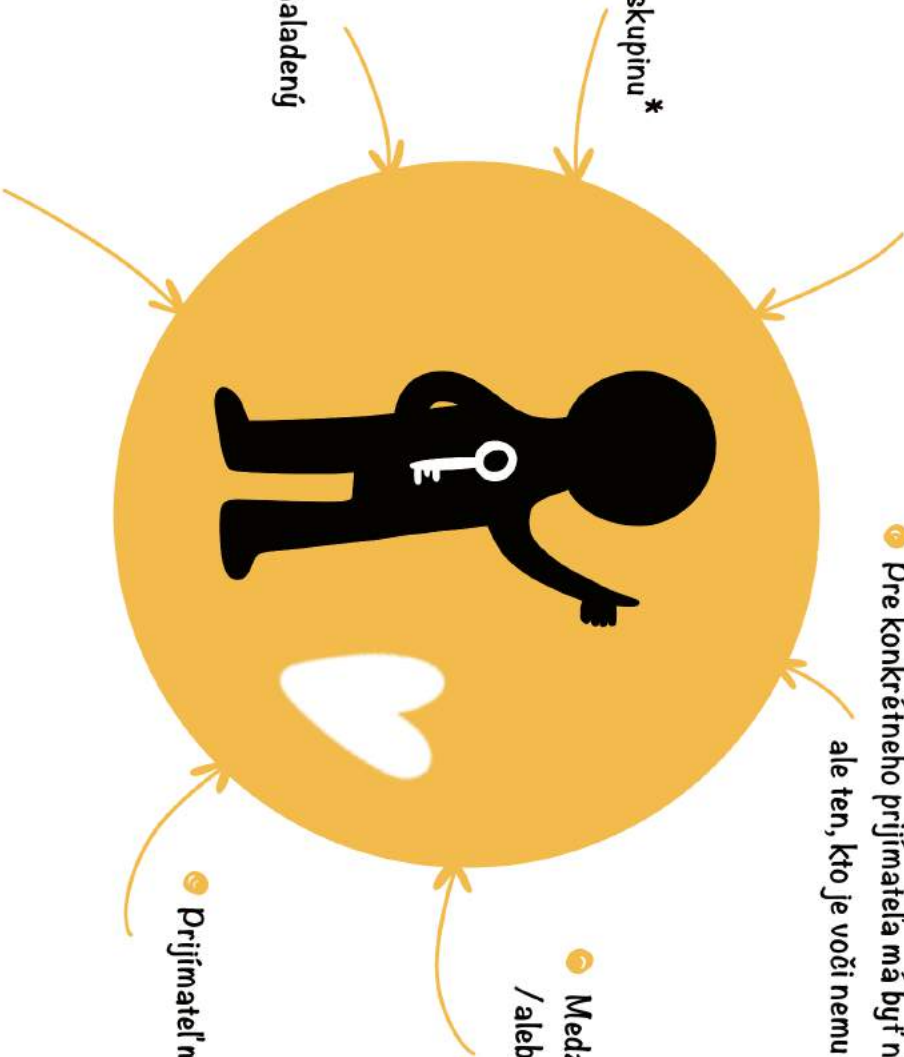
• Za účasť teda môžeme považovať **každý prejav** (aj minimálny), ktorým človek potvrdzuje, prostredníctvom svojho správania a prejavov, **dôležitosť** prebiehajúcej **aktivity** alebo **situácie**.



1. **Voľové správanie a prejavy** – napr. človek použije komunikačnú tabuľku so znakom jedla.
2. **Očakávané správanie a prejavy** – napr. dieťa sa usmeje, keď mu podáme jeho obľúbenú hračku.
3. **Pozorovacie správanie a prejavy** – napr. človek sleduje pohľadom pohyby pracovníka pri aktivite.
4. **Prírodné reakcie** – napr. smiech, keď človeka štekľime, pokojné dychanie pri masáži. (Sláttá 2004)



- Určuje sa na základe osobnej preferencie prijímateľa
- Vedie pre prijímateľa podpornú skupinu *
- Prijímateľ o ňi jeho podporu, je nalaďený na spoluprácu s ním
- Pre konkrétneho prijímateľa má byť nie ten, kto sa o neho najviac stará, ale ten, kto je voči nemu úprimný /pravdivý/
- Medzi ním a prijímateľom je iskra /alebo zdá sa, že môže vzniknúť/
- Prijímateľ má k nemu dôveru a váži si ho
- Vie, ako zapojiť prijímateľa do plánovania, aby to nebolo „o ňom, bez neho“

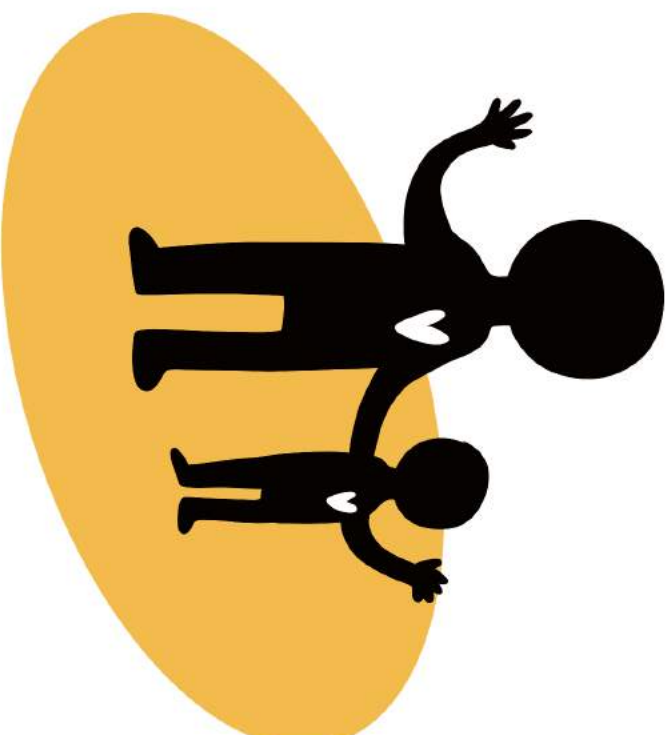


* Podporná skupina = skupina ľudí, ktorých si človek vybral, aby ho podporovali.

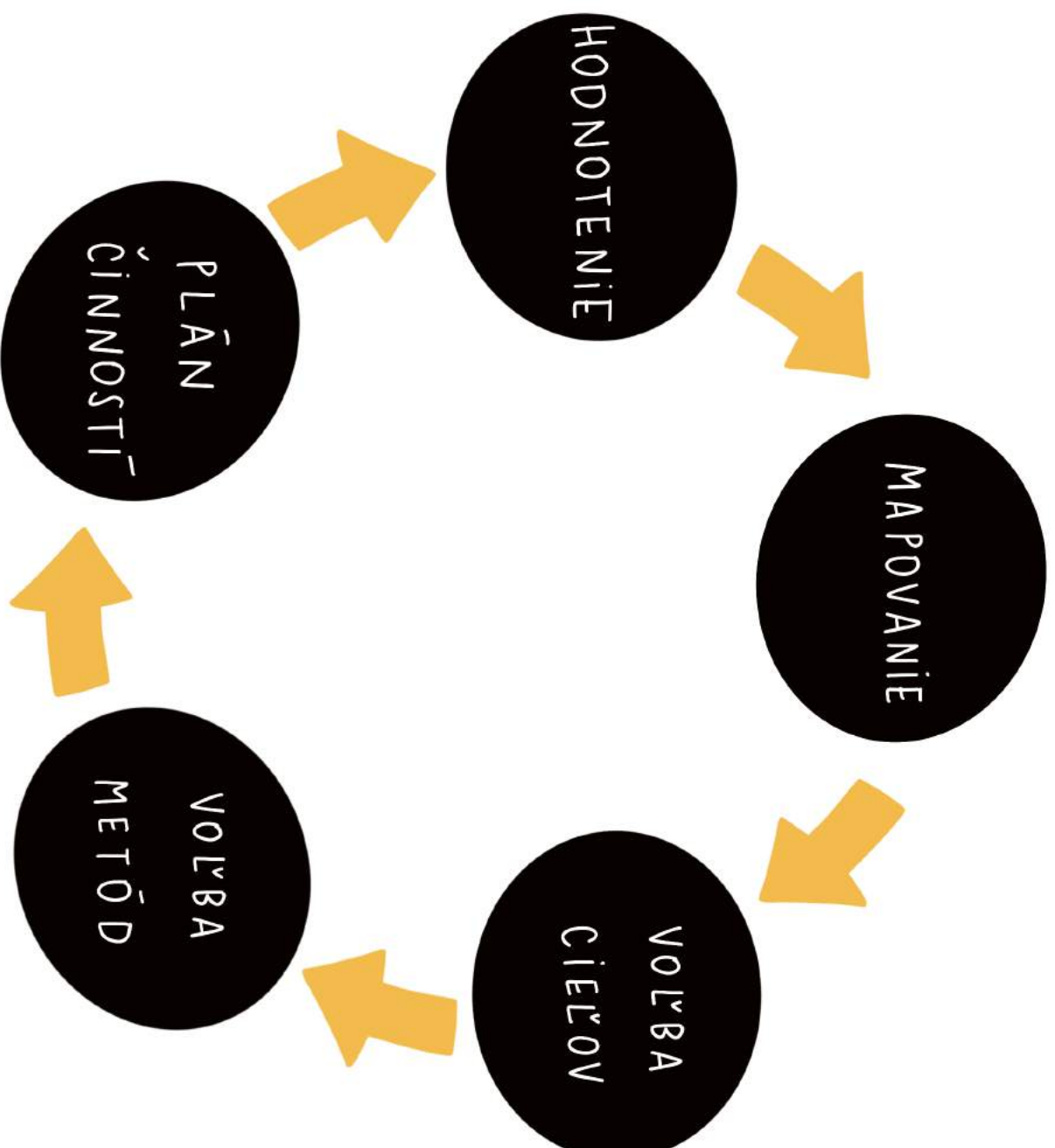


PODMIENKY INDIVIDUÁLNEHO PLÁNOVANIA

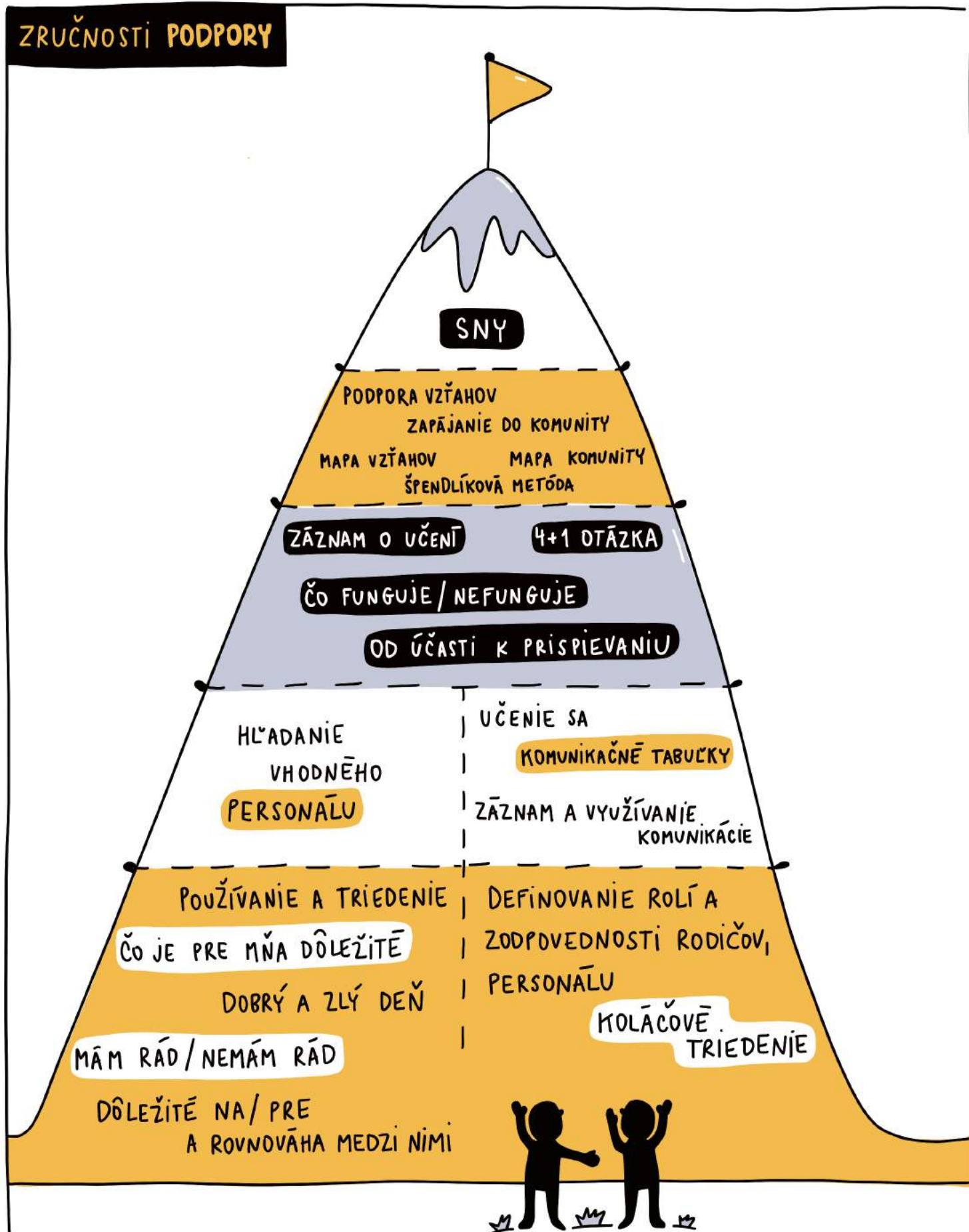
- IP je plánom prijímateľa sociálnej služby a on sa na ňom aktívne zúčastňuje
- Účasť na IP je dobrovoľná
- IP – písomná alebo audiovizuálna forma
- IP – zrozumiteľný pre prijímateľa sociálnych služieb, jeho rodinu a komunitu
- IP s deťmi – rozhodujúce postavenie rodiny
- Cieľ IP je vytvorenie takej podpory, aby prijímateľ sociálnej služby mohol žiť zmysluplný a čo najsamostatnejší život



PROCES INDIVIDUÁLNEHO PLÁNOVANIA



ZRUČNOSTI PODPORY



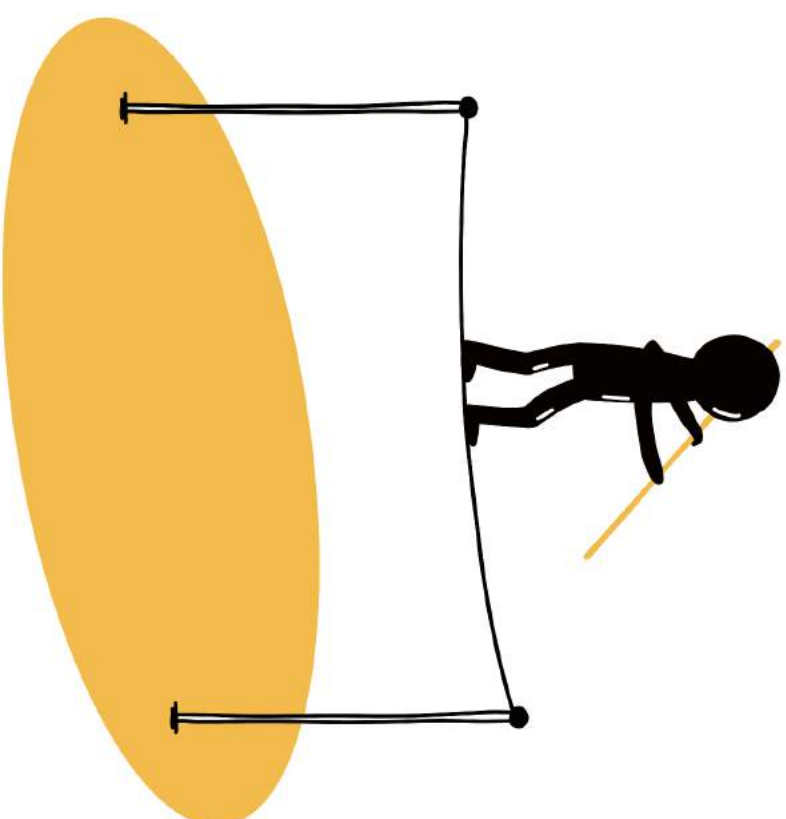
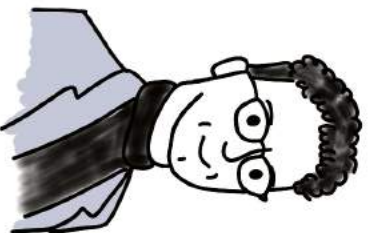
PRÁVO NA PRIMERANÉ RIZIKO



Riziko je situácia, kde hrozí prijímateľovi ujma

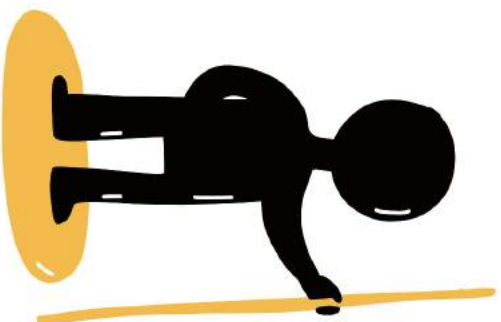
- Riziko je nedeliteľnou súčasťou našich životov a podmienkou rozvoja človeka.
- Úlohou poskytovateľa nie je riziko zo života prijímateľov odstrániť, ale naopak, umožniť im riziko podstupovať, ak ide o riziko primerané.
- Riziko môže byť u každého prijímateľa iné (individualizácia) a môže sa veľmi rýchlo meniť (flexibilita).

M. Matiaško



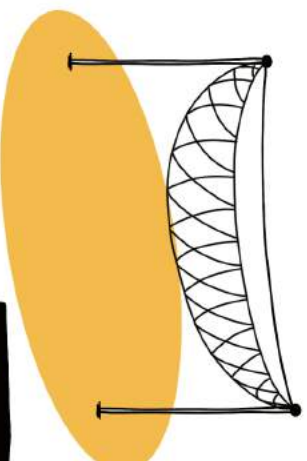
RIZIKOVÉ OBLASTI

1. Samostatný pohyb
2. Riziká v domácnosti
3. Pracovné a voľnočasové aktivity
4. Zdravotné riziká
5. Oblasť partnerských vzťahov a sexualitu
6. Oblasť problémov v správaní
7. Finančné riziká
8. Ďalšie riziká



Popis rizikovej situácie

- Aké nebezpečie a riziko hrozí prijímateľovi (alebo iným ľuďom)?
- Došlo k nejakému incidentu v podobnej situácii v minulosti?
- Je si prijímateľ vedomí rizika a jeho možných následkov?
- Čo mu prináša riziková situácia?
- Akým spôsobom bude riziko minimalizované na prijateľnú úroveň?
- Čo budeme robiť ak nastane kríza (krízový plán)?



PLÁN RIEŠENIA RIZIKOVEJ SITUÁCIE



4 FÁZY PRÁCE S RIZIKOM

I. FÁZA IDENTIFIKÁCIA RIZÍK

- A** Oblasť, kde môžeme riziká **mapovať** u všetkých prijímateľov
- Samostatný pohyb, prechod cez cestu
 - Cestovanie
 - Riziká v domácnosti (kúpeľňa, kuchyňa, spotrebiče, chodza po schodoch)
 - Finančné riziká
 - Zdravotná starostlivosť, voľný čas, šport, sociálne riziká
- B** Oblasť **relevantné** (sú podľa nás rizikové) len pre konkrétneho človeka
- C** Kombinácia: **Základné zmapovanie**, plus zvlášť **rizikové**

II. FÁZA POSÚDENIE RIZÍK

- riziko nie je vyššie, než hrozí bežnému človeku v podobnej situácii. Riziko akceptujeme, nepreberáme kontrolu
- 1. **Primerané riziko**
- riziko je vyššie, ale nie je významne ohrozujúce pre človeka. S rizikom pracujeme a uplatňujeme napr. návky. Snažíme sa ho znížiť. Spoločná práca s človekom.
- II. **Zvýšené riziko**
- veľká pravdepodobnosť, že hrozí úraz, ujma. Kontrolu preberá poskytovateľ, ktorý môže človeka obmedziť. **ALE!** (V súlade s právmi človeka)
- III. **Neprimerané riziko**

III. FÁZA NÁVRH RIEŠENÍ

- **Meno človeka**
- **Popis rizikovej situácie**
- Aké **nebezpečie** hrozí (človeku a iným)
- Došlo k nejakejmu incidentu v **minulosti**?
- Je si **človek vedomý** rizika a možných následkov?
- Aký **význam** má táto situácia pre človeka?
- Akým spôsobom bude **riziko minimalizované** na prijateľnú úroveň? (konkrétne kroky, termíny a zodpovedné osoby)

IV. FÁZA VYHODNOCOVANIE

- Pravidelnosť** (napr. 1x 6 mesiacov)
- **Overujeme:**
 - či bol naplnený predpokladaný **prínos** (napr. návky) Možné otázky:
 - **Hrozí človeku rovnaké riziko** ako pri minulom hodnotení?
 - Ako sa **osvedčil postup**, ktorý sme s človekom naplánovali?
 - Dostal sa **človek do situácie**, ktorá by ho **ohrozila**?
 - **Čím to bolo spôsobené**? Bolo možné tomu **zabrániť**?
 - **Zmenili sa schopnosti človeka** (zlepšenie / zhoršenie)?
 - **Zmenili sa vonkajšie okolnosti**?
 - či sa **nezmenili okolnosti**






TOTO SOM JA

TO, ČO MÁM RĀD 

 TO, ČO NEMĀM RĀD

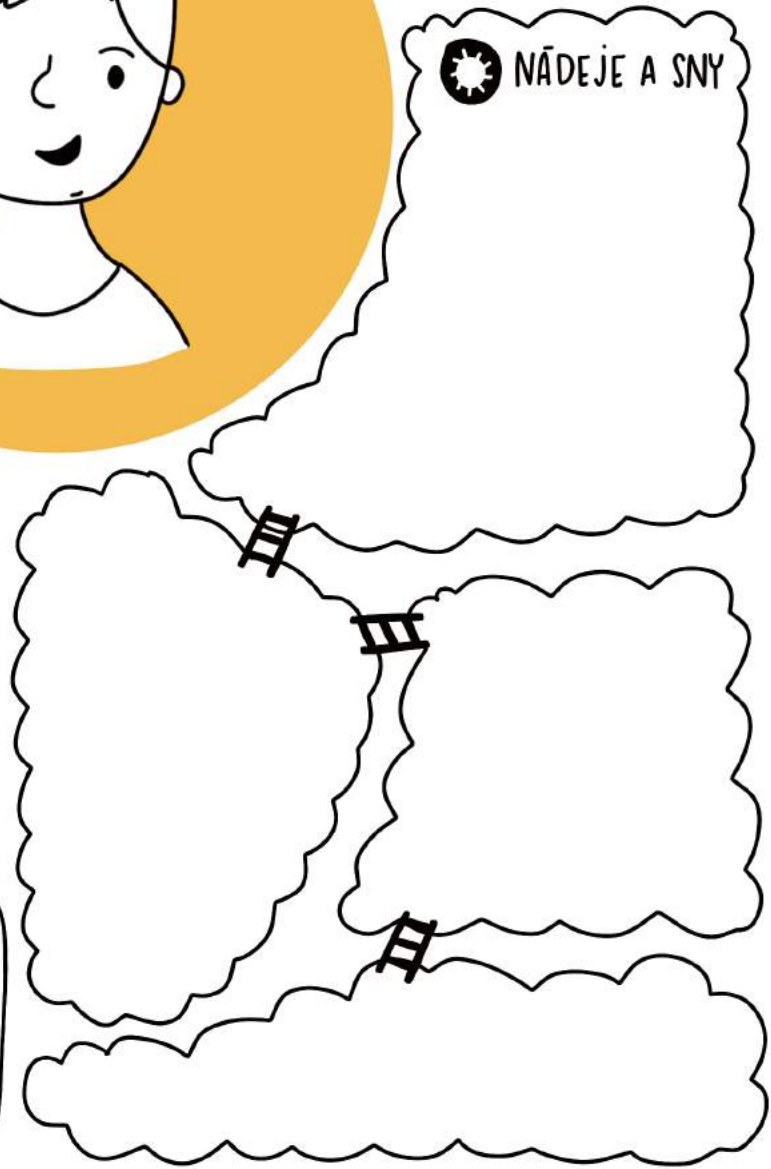


 DŔLEŽITĚ PRE MĀA

 NĀDEJE A SNY

 ČŔ CHCEM, ABY ZOSTALO ROVNAKĚ

 ČŔ CHCEM, ABY SA ZMENILO






TOTO SOM JA

TO, ČO MÁM RĀD 

 TO, ČO NEMĀM RĀD

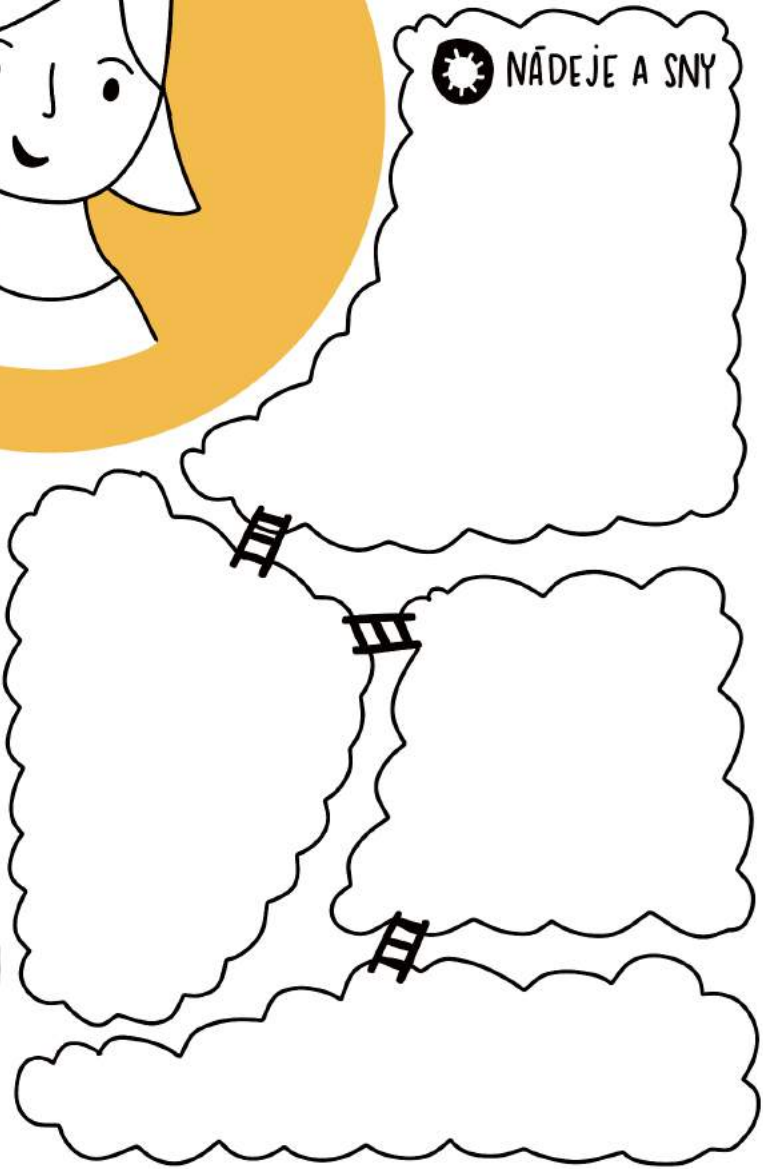


 DŔLEŽITĚ PRE MĀA

 NĀDEJE A SNY

 ČŔ CHCEM, ABY ZOSTALO ROVNAKĚ

 ČŔ CHCEM, ABY SA ZMENILO



VŠETKO O MNE

MOJE MENO

Blank rectangular box for writing the name.

NAJLEPŠÍ PRIATELJA

Cloud-shaped box for writing the best friend's name.

NAJLEPŠIA HUDBA

Cloud-shaped box for writing the best music.

NAJLEPŠÍ VÝLET

Cloud-shaped box for writing the best trip.

NAJLEPŠIE SPOMIENKY

KDE?

S KÝM?

ČO SA STALO?

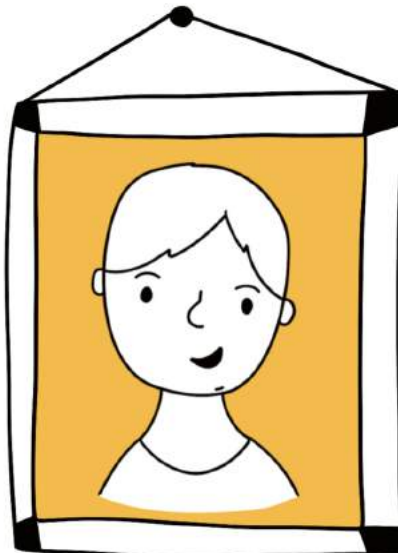
A POTOM?

A ĎALEJ?

A NAKONIEC?

DÔLEŽITÉ DÁTUMY

Three small boxes with 'eeeeee' above them, each containing a square for a date.



DÔLEŽITÉ O MNE

- VEK:
- FARBA VLASOV:
- ČÍSLO TOPÁNK:
- OBLÚBENÁ FARBA:
- NARODENINY:
- MENINY:
- VÝŠKA:
- FARBA OČÍ:

ČO MA ROZOSMEJE?

Large cloud-shaped box for writing what makes you laugh.

OBLÚBENÉ JEDLO

Large circular box for writing the favorite food.



NAJ ŠPORT

Large dashed rectangular box for writing the favorite sport.

ČO NA MNE MAJÚ RADI INÍ

Five horizontal oval boxes with a small heart icon, for writing what others like about you.

ČO SI ŽELĀM DO BUDÚCNA?

Two large cloud-shaped boxes with ladders leading up to them, for writing future wishes.



VŠETKO O MNE

MOJE MENO

Blank rectangular box for writing the name.

NAJLEPŠÍ PRIATELJA

Cloud-shaped box for writing the best friend's name.

NAJLEPŠIA HUDBA

Cloud-shaped box for writing the best music.

NAJLEPŠÍ VÝLET

Cloud-shaped box for writing the best trip.

NAJLEPŠIE SPOMIENKY

KDE?

Blank box for location.

S KÝM?

Blank box for who.

ČO SA STALO?

Blank box for what happened.

A POTOM?

Blank box for then.

A ĎALEJ?

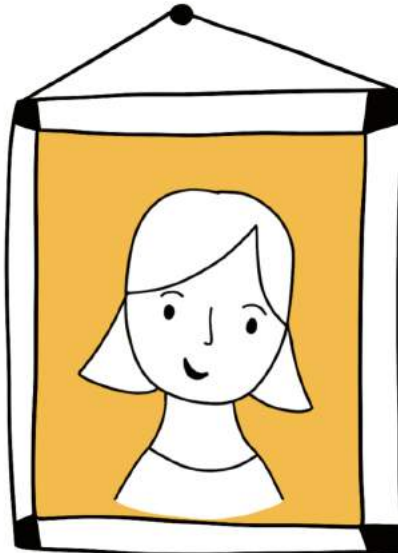
Blank box for further.

A NAKONIEC?

Blank box for finally.

DÔLEŽITÉ DÁTUMY

Three calendar icons with orange squares for dates.



DÔLEŽITÉ O MNE

- VEK:
- FARBA VLASOV:
- ČÍSLO TOPÁNK:
- OBLÚBENÁ FARBA:
- NARODENINY:
- MENINY:
- VÝŠKA:
- FARBA OČÍ:

ČO MA ROZOSMEJE?

Large cloud-shaped box for writing what makes you laugh.

OBLÚBENÉ JEDLO

Large circular box for writing favorite food.

ČO NA MNE MAJÚ RADI INÍ

Five horizontal oval boxes with small hearts, for writing what others like about you.

NAJ ŠPORT



Dashed rectangular box for writing favorite sport.

ČO SI ŽELĀM DO BUDÚCNA?

Two cloud-shaped boxes with ladders, for writing future wishes.



PROFIL NA JEDNU STRANU

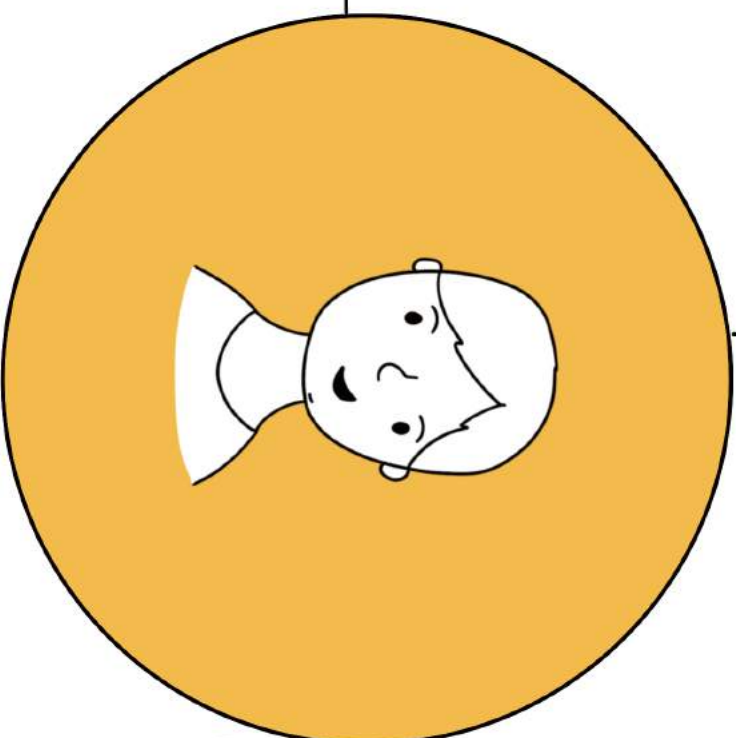
ČO JE PRE MŇA DÔLEŽITÉ ?



TOTO SOM JA



AKO MA PODPORIŤ



ČO NA MNE ĽUDIA MAJÚ
RADI ? ČO SI NA MNE VÁŽIA ?



PROFIL NA JEDNU STRANU

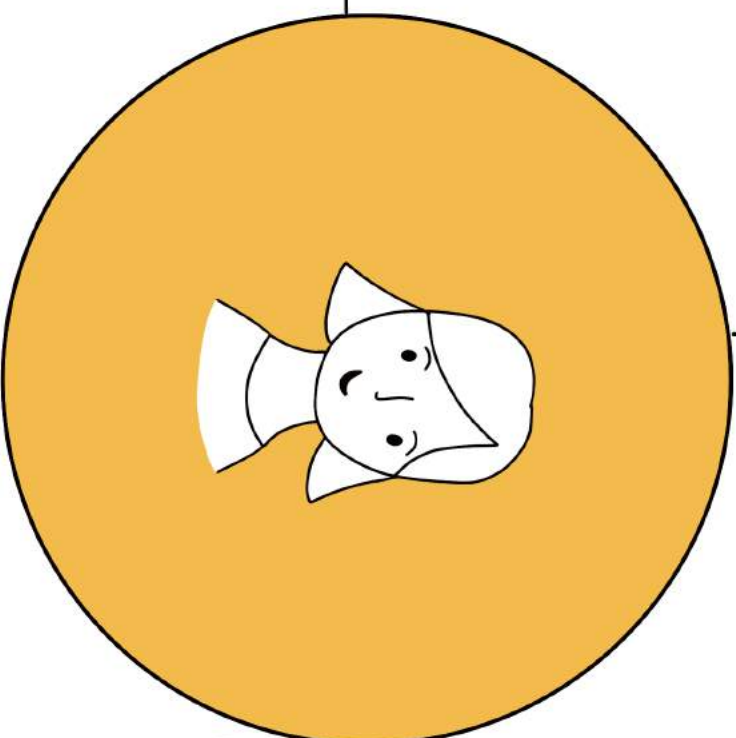
ČO JE PRE MŇA DÔLEŽITÉ ?



TOTO SOM JA



AKO MA PODPORIŤ



ČO NA MNE L'UDIA MAJÚ
RADI ? ČO SI NA MNE VÁŽIA ?



MOJE TŮŽBY A OBAVY

TŮŽBY



OBAVY



MOJE TŮŽBY A OBAVY

TŮŽBY



OBAVY



POZITÍVNE ZVYKY A RUTINY

ČO MI POMÁHA, ABY SOM MALA DOBRÝ DEŇ?

RAŇO A ZVYKY

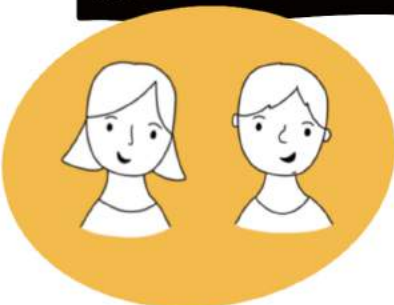
VEČER A ZVYKY PRED SPANÍM

DOCHÁDZKA DO PRÁCE, ŠKOLY, TRÉNING

KEĎ PRÍDEM DOMOV

NEDEĽA A ZVYKY CEZ VÍKEND

PRAVIDELNÉ ZVYKY CEZ TÝŽDEŇ



POZITÍVNE ZVYKY A RUTINY

ČO MI POMÁHA, ABY SOM MALA DOBRÝ DEŇ?

NARODENINY

PRÁZDNINY A DOVOLENKA

INĚ OSLAVY

ZVYKY, KTORĚ MA UKLŮDNIA

INĚ DŔLEŽITĚ

INĚ DŔLEŽITĚ



MOJE DARY



DARY **HLAVY**

DARY **RŮK**

DARY **SRDCA**

DARY **HISTÓRIE
IDENTITY**

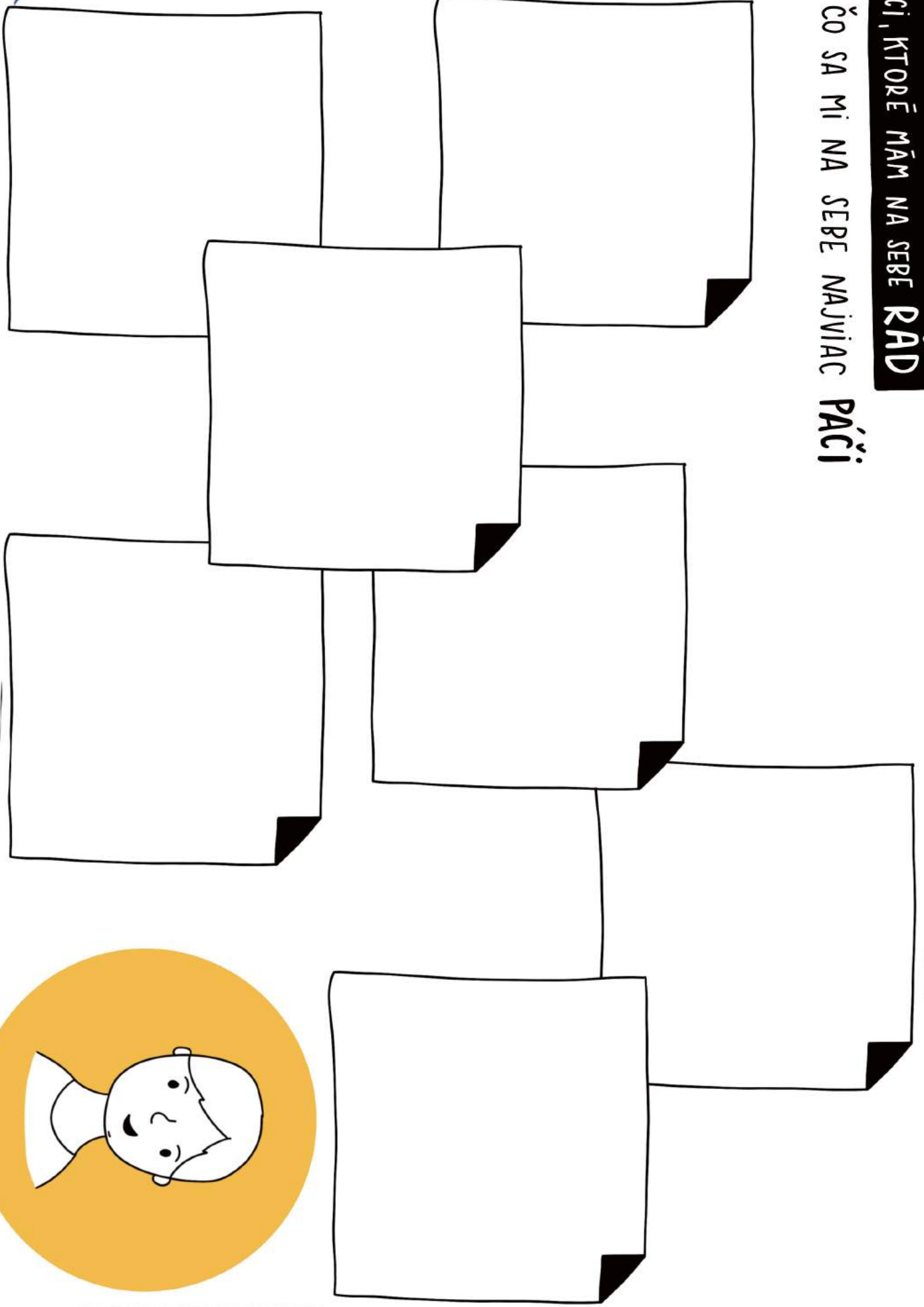


ČO SME SA NAUČILI Z ICH POMENOVANIA



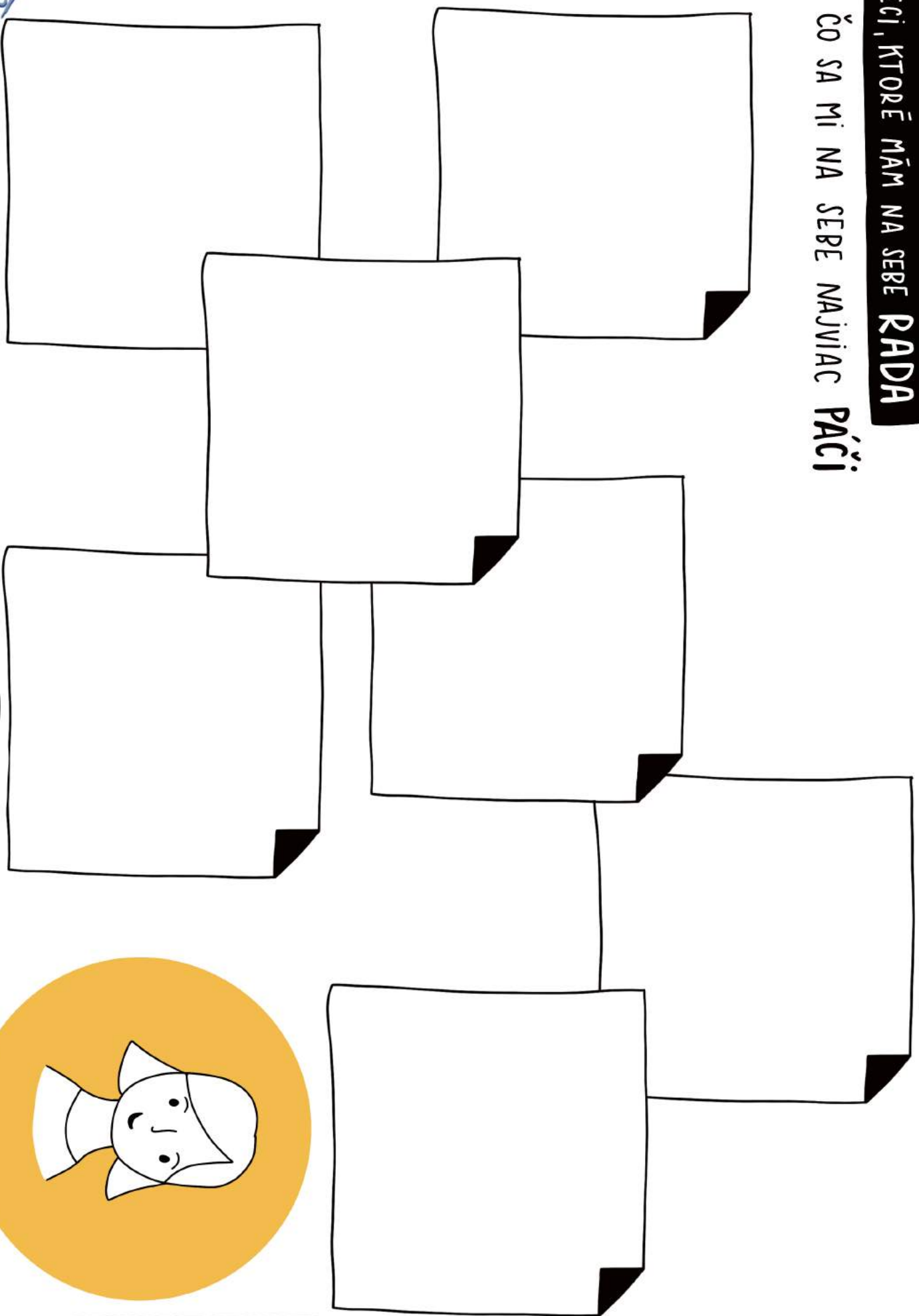
VECI, KTORÉ MĀM NA SEBE RĀD

A ČO SA MI NA SEBE NAJVIAC PÁČI



VECÍ, KTORÉ MÁM NA SEBE RADA

A ČO SA MI NA SEBE NAJVIAC PÁČI



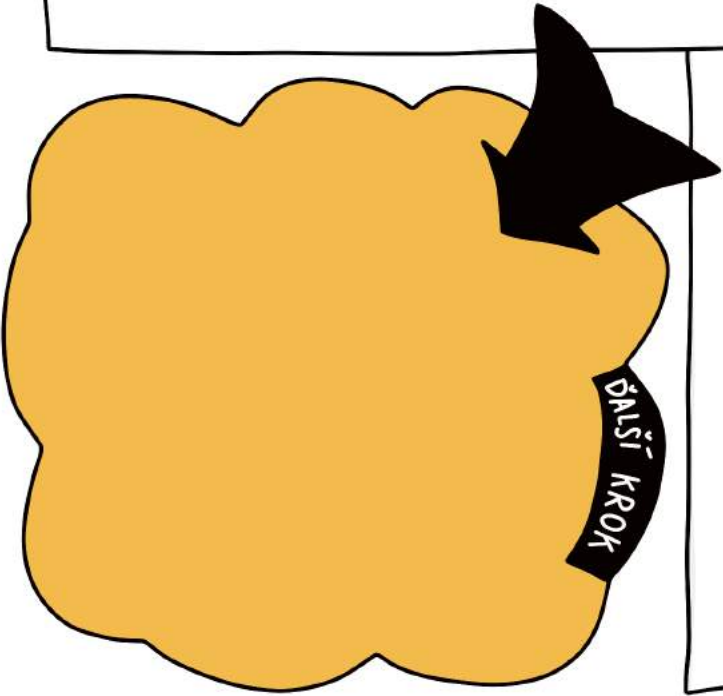
MOJE ZDRAVIE

KAŽDODENNÁ PODPORA MÔJHO ZDRAVIA



 SIGNÁLY KRIZY
A
PODPORA, KTORÚ VTEĎY POTREBUJEM

PODPORA, KTORÚ POTREBUJEM,
KED' MÁM ZLÝ DEŇ 😞

 ĎALŠÍ KROK



MOJE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

 KOGY TREBA ZAVOLAŤ, AK MÁM KRÍZU?

ČO KRÍZU V MŇA SPOSOBUJE?

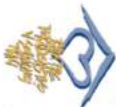
LIKY, KTORÉ MI ROMĀNĀJŪ

AKĀ LIČĀ MI ROMĀNA?

LIKY, KTORÉ MI ŠKODIA

KDE LIČŪ PREFERUJEM?

ČO JE PREVENCIA MOJEJ KRÍZY?



DÔLEŽITÉ

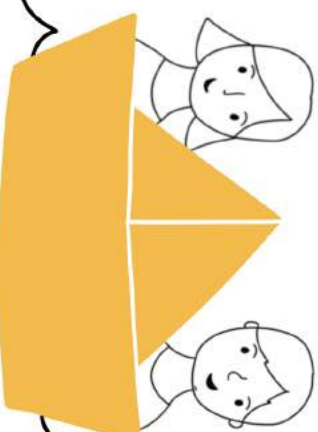
DÔLEŽITÉ Z MÔJHO POHĽADU



DÔLEŽITÉ PRE MOJE ZDRAVIE/BEZPEČIE



PLÁNOVANIE BUDÚCNOSTI

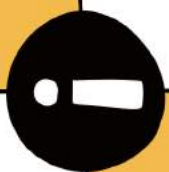


ČO JE PRE MŇA TERAZ **DÔLEŽITÉ**

ČO RĀD/RADA ROBĪM V **ŠKOLE**

ČO RĀD/RADA ROBĪM

DOMA



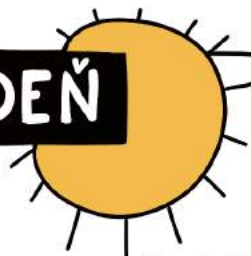
ČO RĀD/RADA ROBĪM

S MOJIMI PRIATEĽMI

ČO RĀD/RADA ROBĪM VO **VOĽNOM ČASE**



DOBRÝ A ZLÝ DEŇ



DOBRÝ
DEŇ




ZLÝ
DEŇ



ČO TREBA, ABY BOLO VIAC DOBRÝCH AKO ZLÝCH DNÍ ?

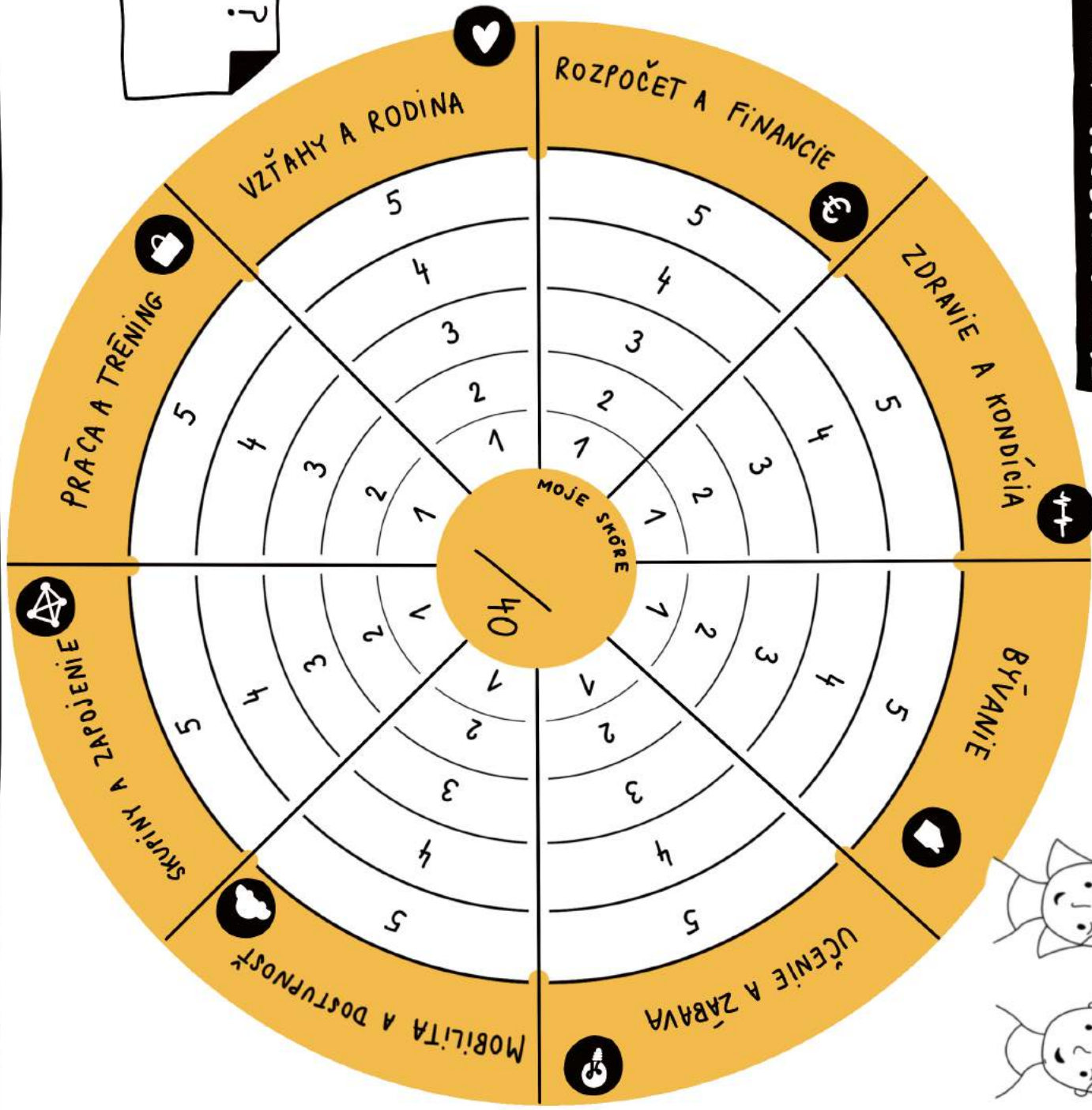
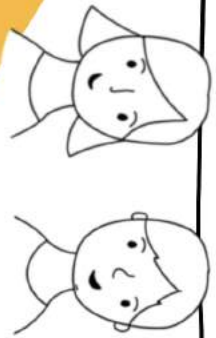


MŮJ IDEÁLNÝ TÝŽDEN

	RÁNO 	POOBĚDE 	VEČER 
PONĚLOK			
UTOROK			
STREDA			
ŠTVRTOK			
PIATOK			
SOBOTA			
NEDEĽA			

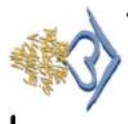


AKO SOM SA MAL(A)? HODNOTENIE



ZA AKÝ ČAS?

5	😊
4	🙂
3	😐
2	😞
1	😫



ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA

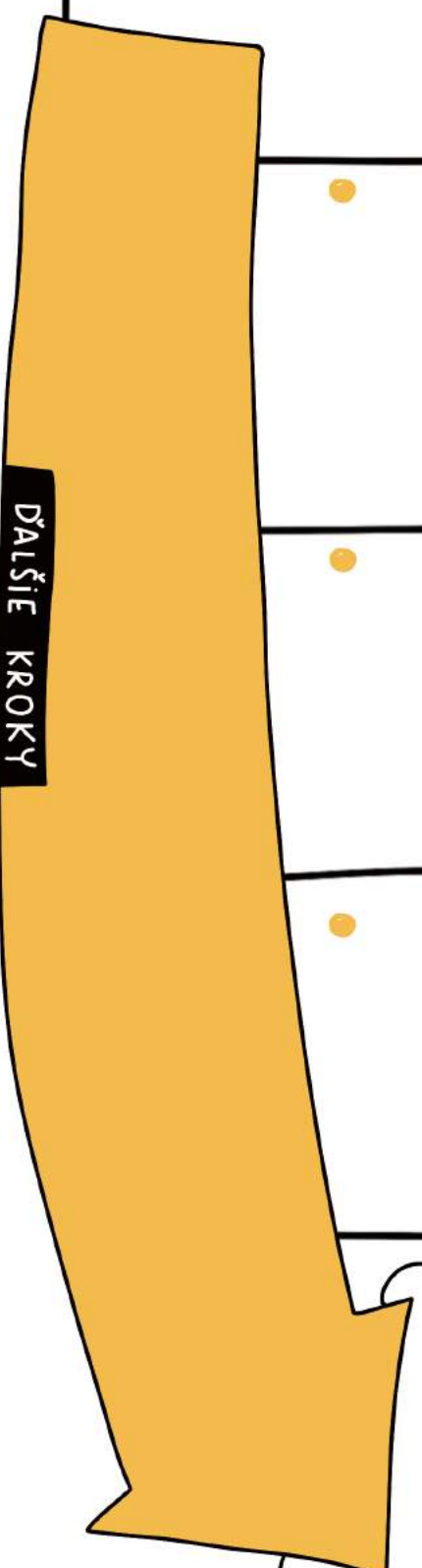
KED' SA DEJE	"JA" ROBIŤ	ZVYČAJNE TO	CHCEM, ABY SI
TOTO A TOTO	TOTO A TOTO	ZNAMENÁ	UROBIL TOTO
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•



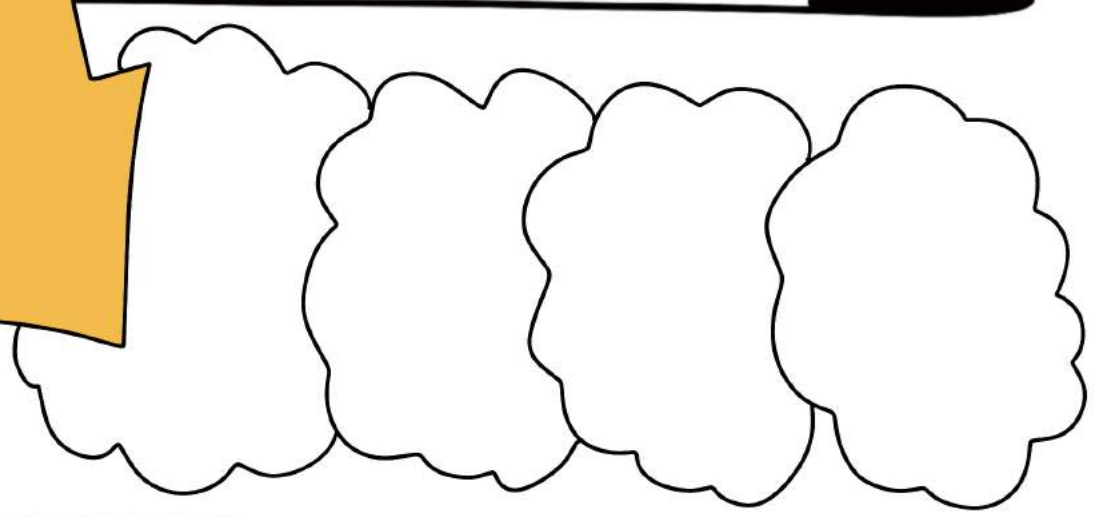
ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA

KEĎ SA DEJE : "JA" ROBÍM : ZVYČAJNE TO : CHCEM, ABY SI
TOTO A TOTO : TOTO A TOTO : ZNAMENÁ : UROBIL TOTO

•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•



DĽAŠIE KROKY



ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA

O ČOM ROZHODUJEM
V MOJOM ŽIVOTE

AKO MUSÍM BYŤ
ZAPOJENÝ

KTO ROZHODUJE
V MOJOM ŽIVOTE?



ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA

Z POHĽADU
KOHŔO?

ČŔO FUNGUJE
V MOJOM ŽIVOTE?

ČŔO NEFUNGUJE
V MOJOM ŽIVOTE?



ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA

Z POHĽADU
KOHÓ ?

ČO FUNGUJE
V MOJOM ŽIVOTE ?

-
-
-
-
-

-
-
-
-
-

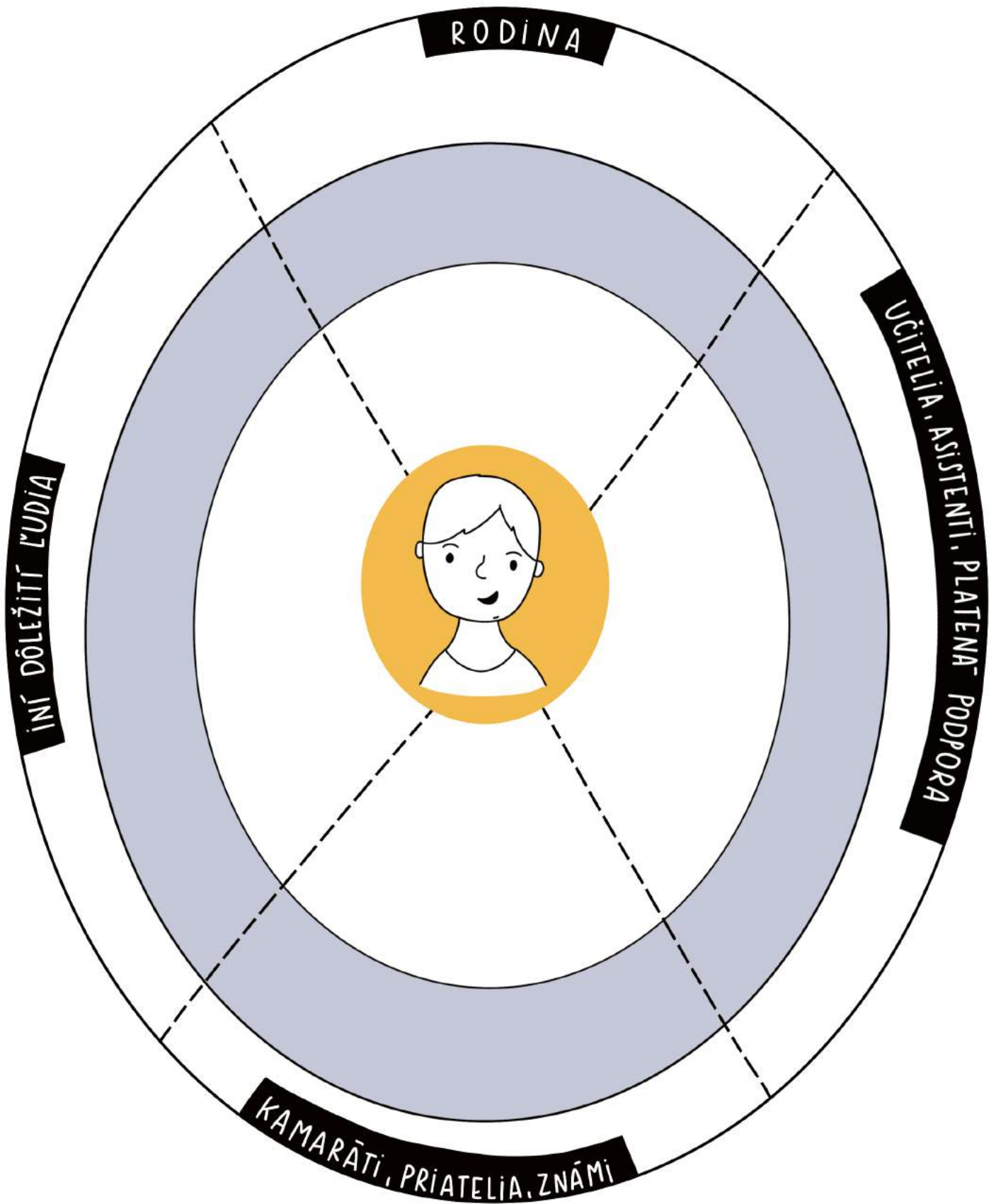


ZÁKLADNÁ KOMUNIKAČNÁ TABUĽKA - INFORMÁCIE A ROZHODNUTIA

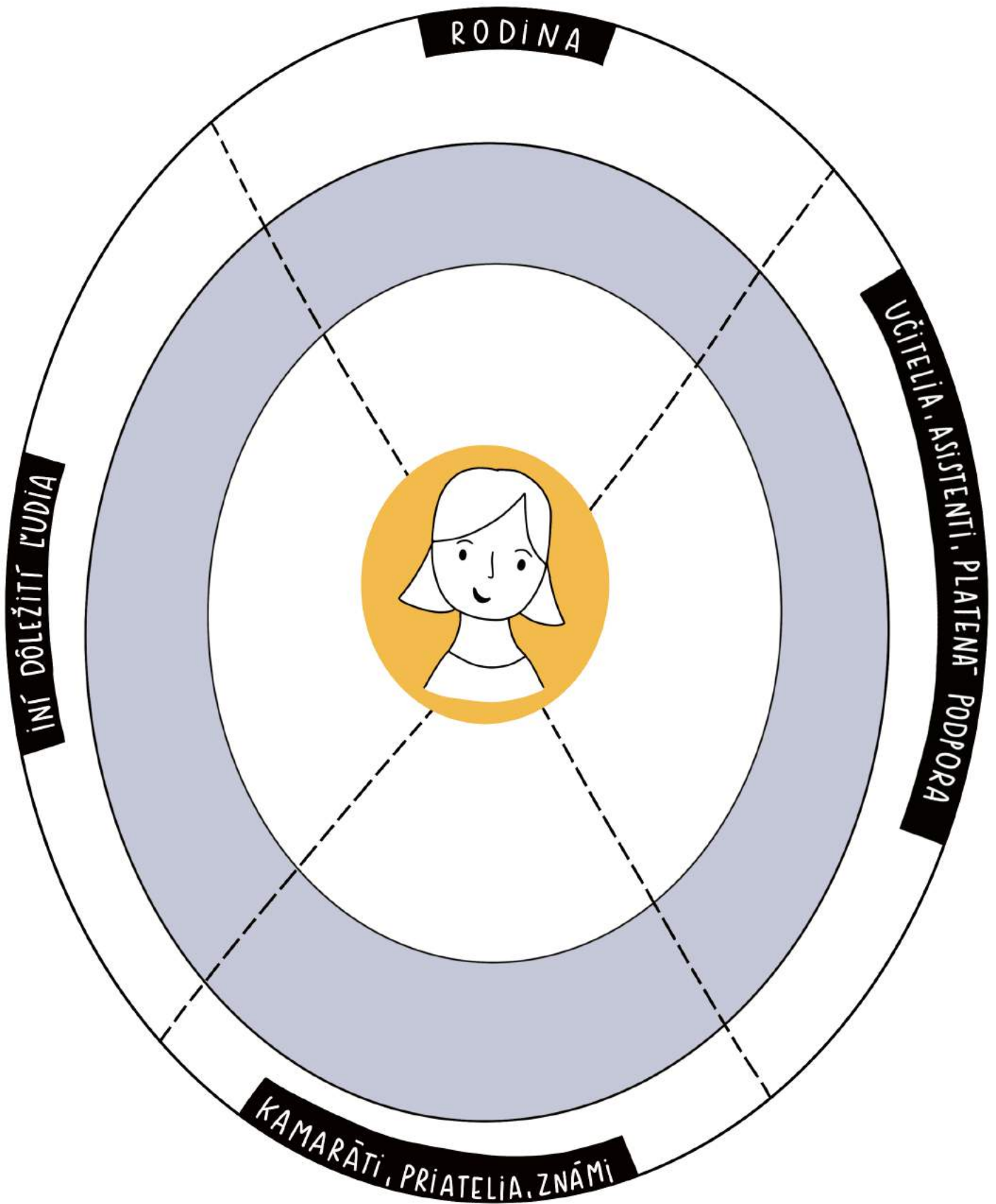
AKO POTREBUJEM DOSTÁVAŤ INFORMÁCIE	AKO SI VOLÍM, VYBERÁM	AKO MI MÔŽETE POMÔCŤ POROZUMIEŤ	KEDY JE PRE MŇA NAJLEPŠÍ ČAS NA ROZHODOVANIE	KEDY NIE JE DOBRÝ ČAS NA TO, ABY SOM SA ROZHODOVAL
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•
•	•	•	•	•



DÔLEŽITÍ ĽUDIA V MOJOM ŽIVOTE



DÔLEŽITÍ ĽUDIA V MOJOM ŽIVOTE

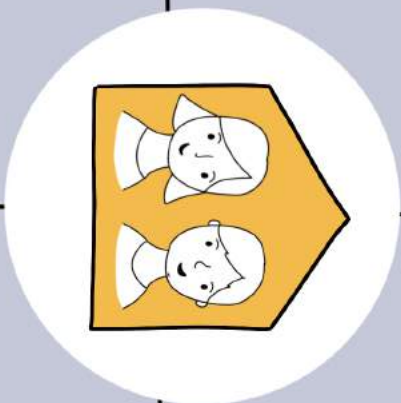


KAM CHODIEVAM ?

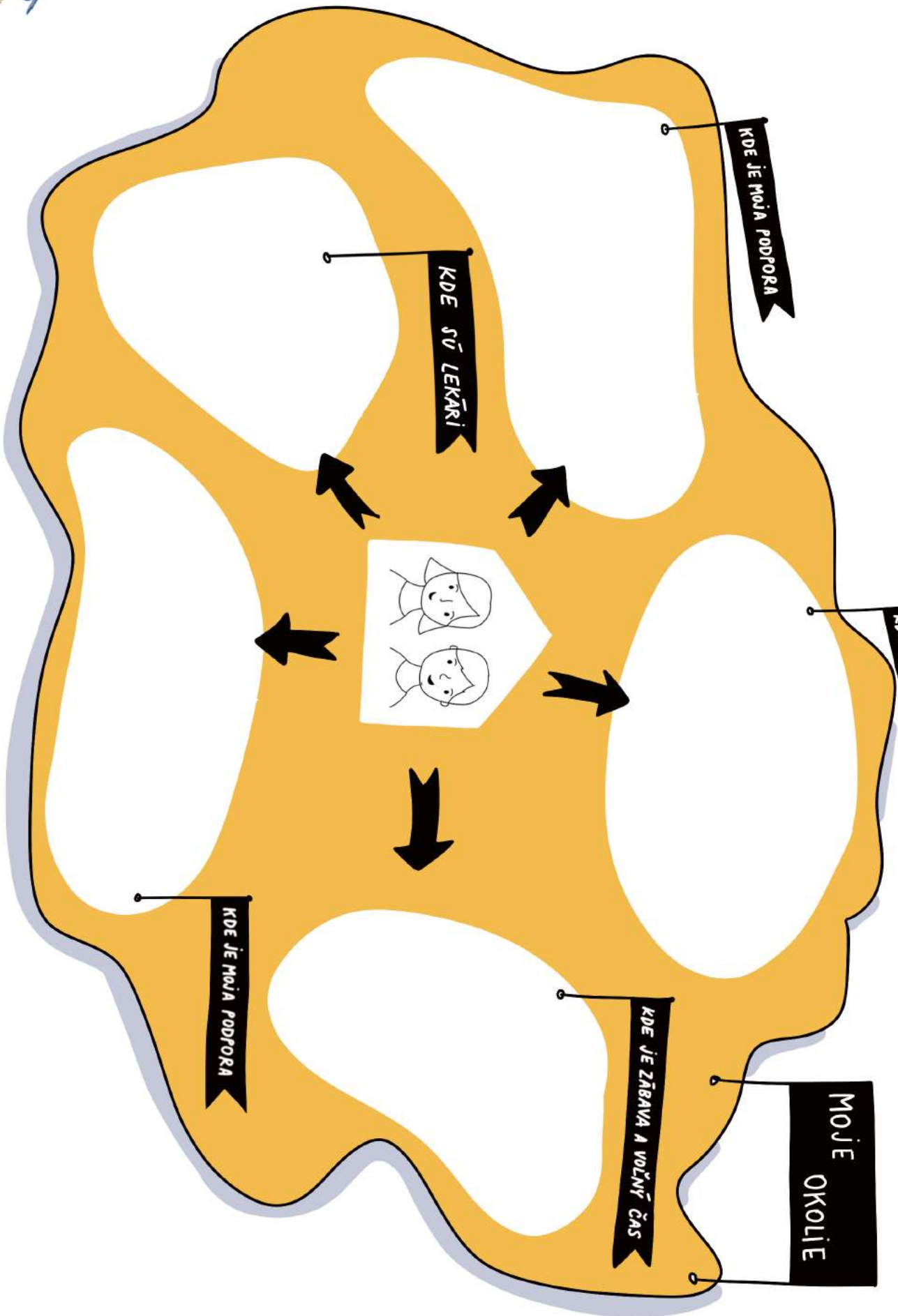


RODINA A PRIATELIA
PRÁČA A VZDELANIE

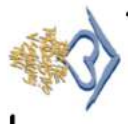
KOMUNITNÝ ŽIVOT
KOMUNITNÉ SKUPINY



MAPOVANIE KOMUNITY



MOJE OKOLIE



4 + 1 OTÁZKA

ČO SME SKŮSILI?

ČO NĀS POTEŠILO?



ČO SME SA NAUČILI?

ČO NĀS ZNEPOKOJILO?

ČO UROBÍME
DĀLEJ?

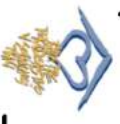
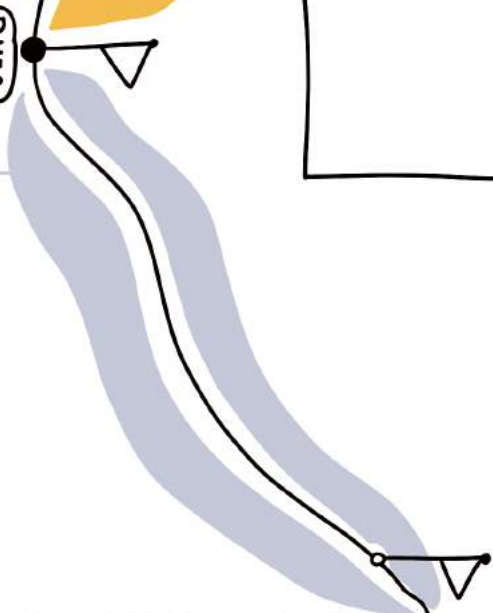
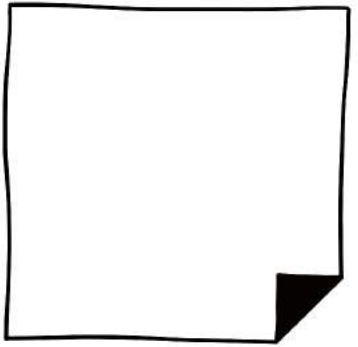
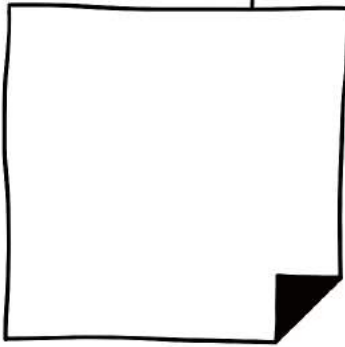
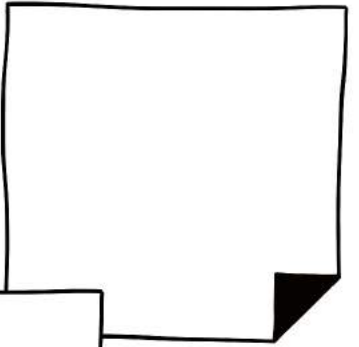
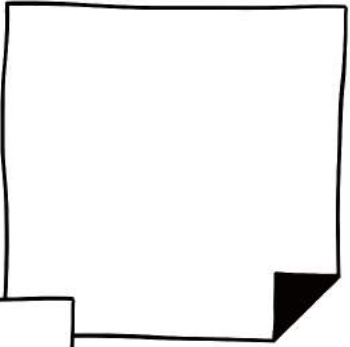
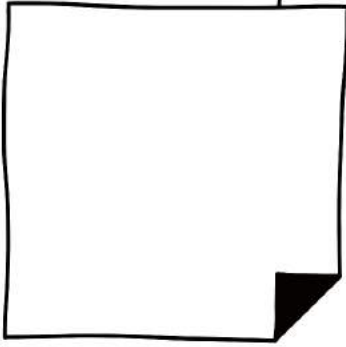
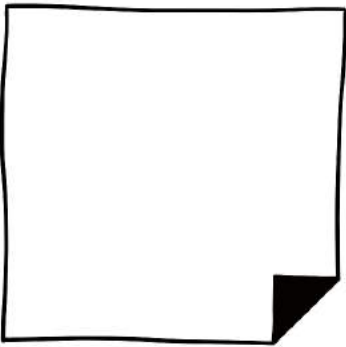
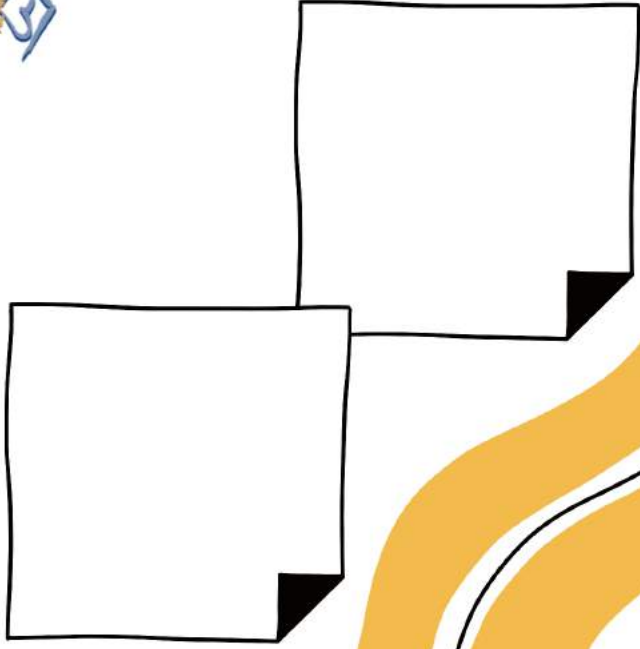


ČIARA ŽIVOTA

MOJA MINULOSŤ

MOJA BUDÚCNOSŤ

DNES



PATN

PLÁNOVANIE NOVEJ BUDÚCNOSTI
S NÁDEJOU

TERAZ

ĽUDIA, KTORÍ MÔJÚ ZOSTAŤ SILNÍ

1. KROK

ĎALŠÍ MESAČ

ĎALŠIE 3 MESAČE

CIEĽ

SEN



PÄTŤ

PLÄNOVANIE NOVEJ BUDÜCNOSTI
S NÄDEJOU

ČO NÄM POMÖŽE
KTO NÄM POMÖŽE!

ČO BUDE
KTO ROBIŤ

ŽELANIA

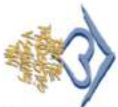
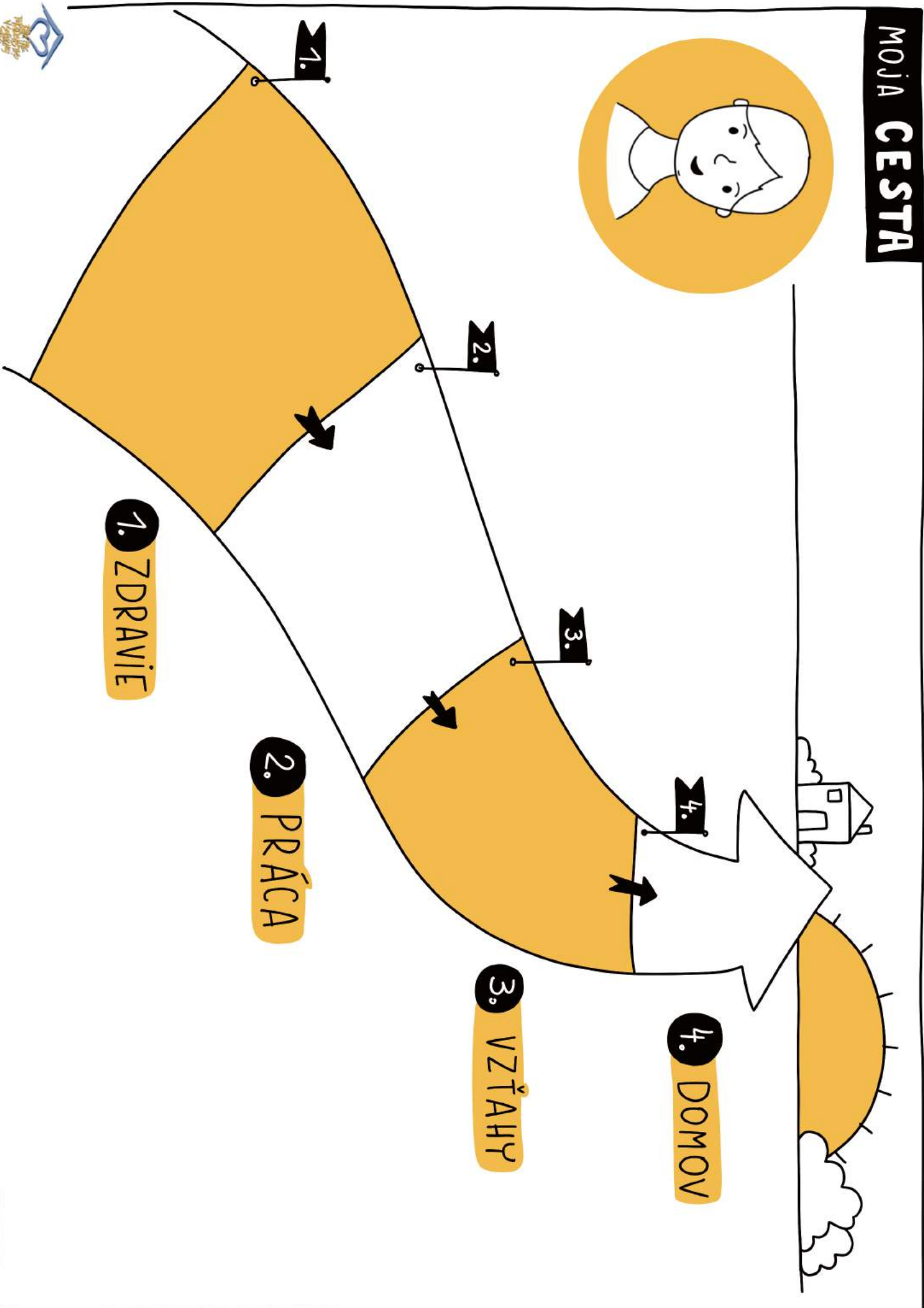
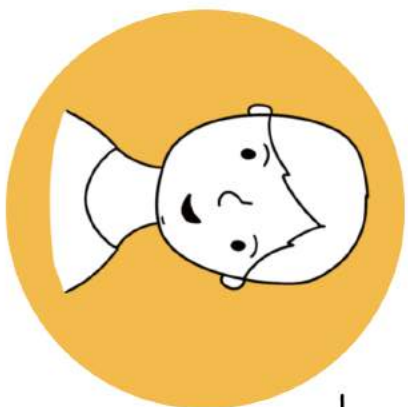
SPLNENÉ SNY

MOJE SNY

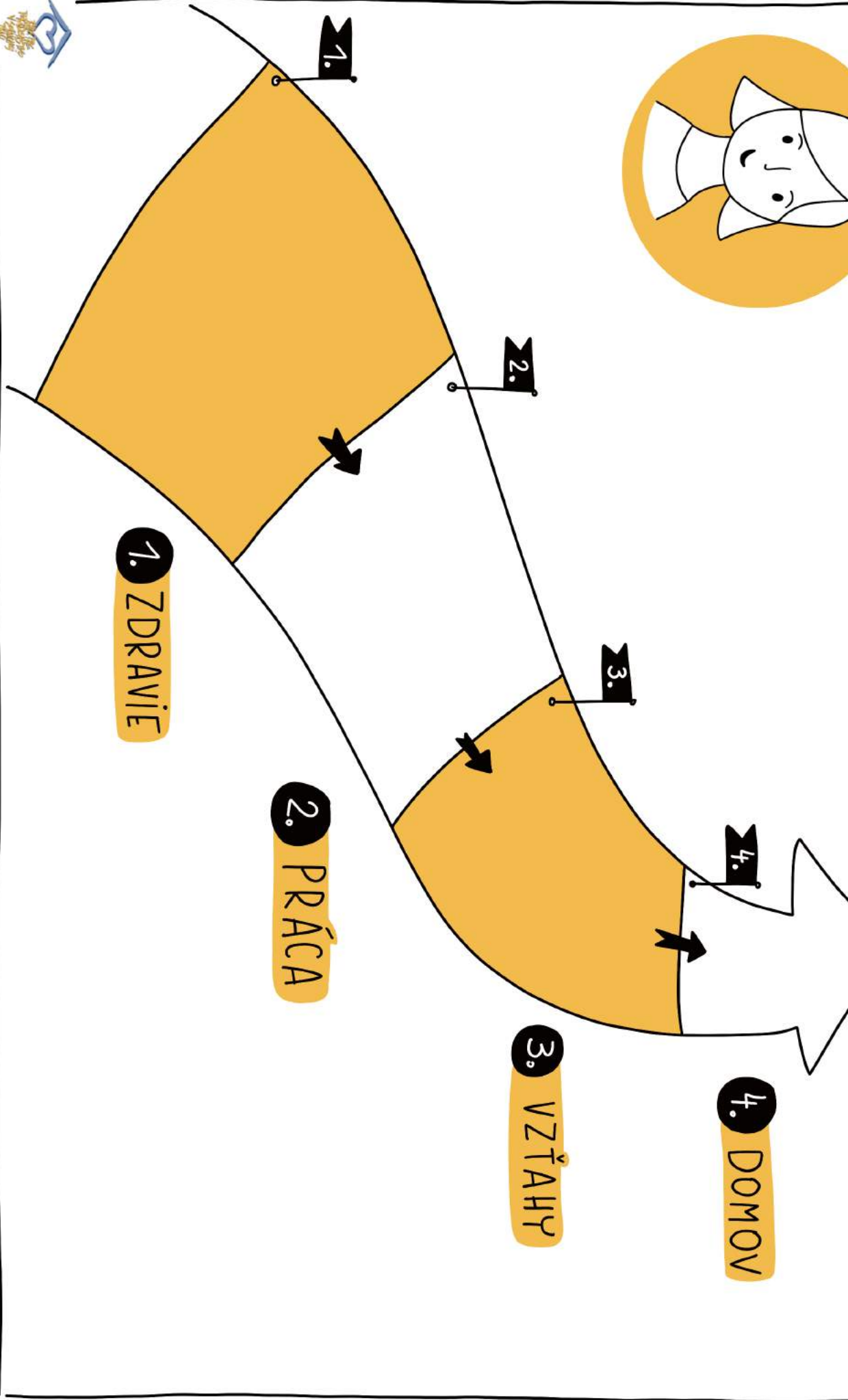
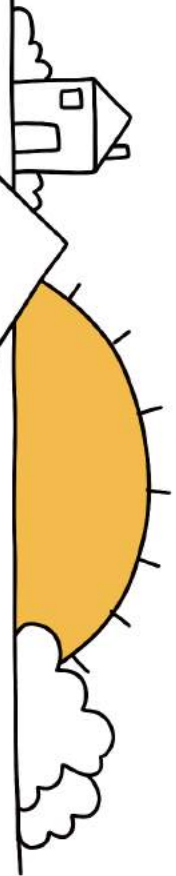
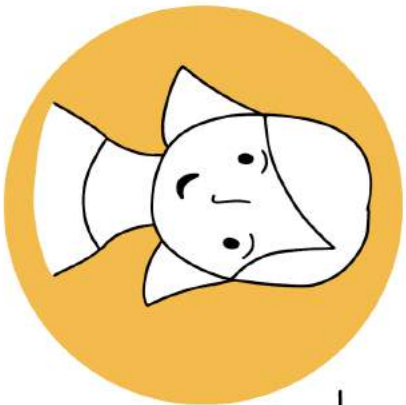
MOJA BUDÜCNOSŤ



MOJA CESTA



MOJA CESTA



1. ZDRAVIE

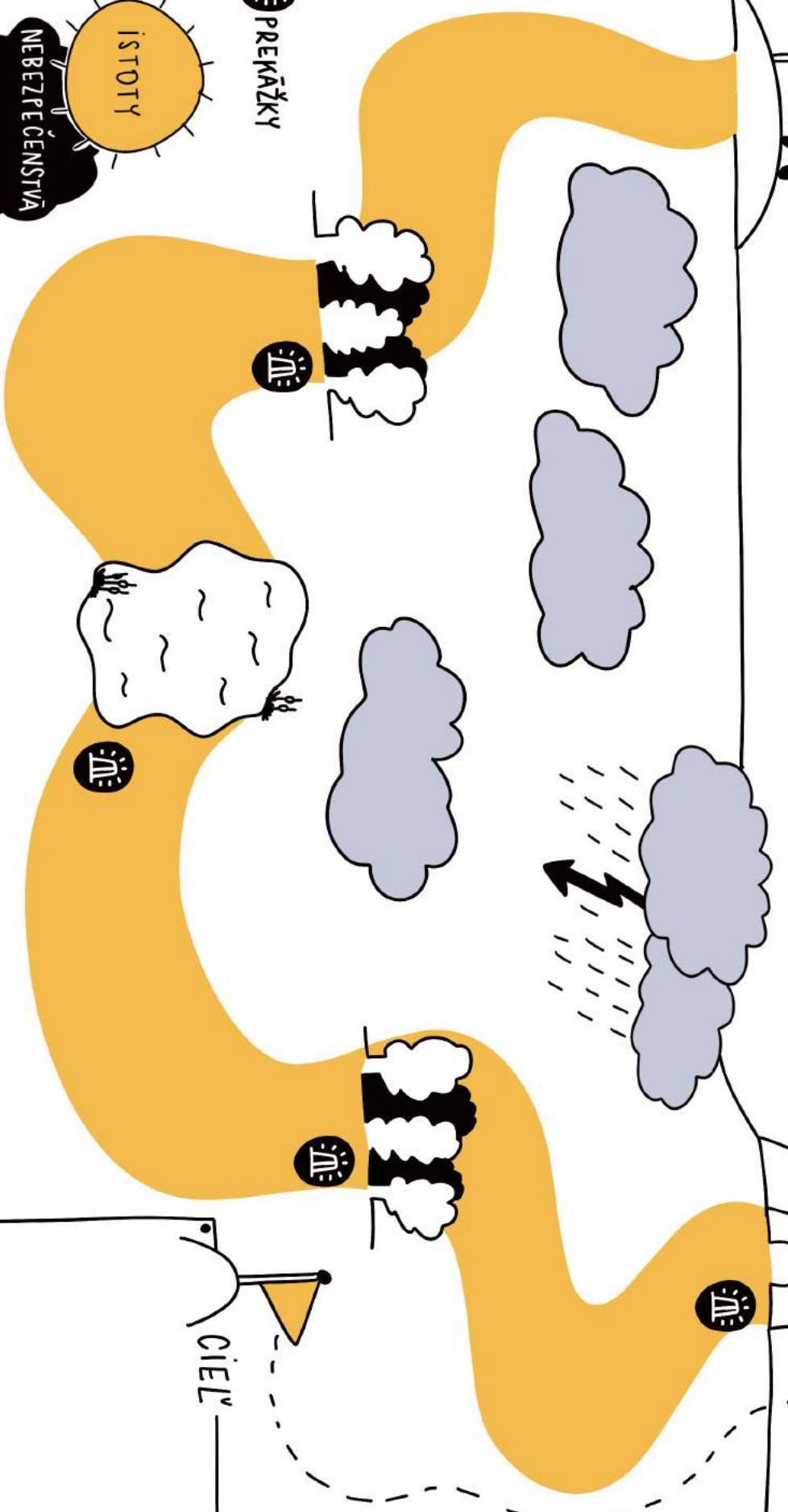
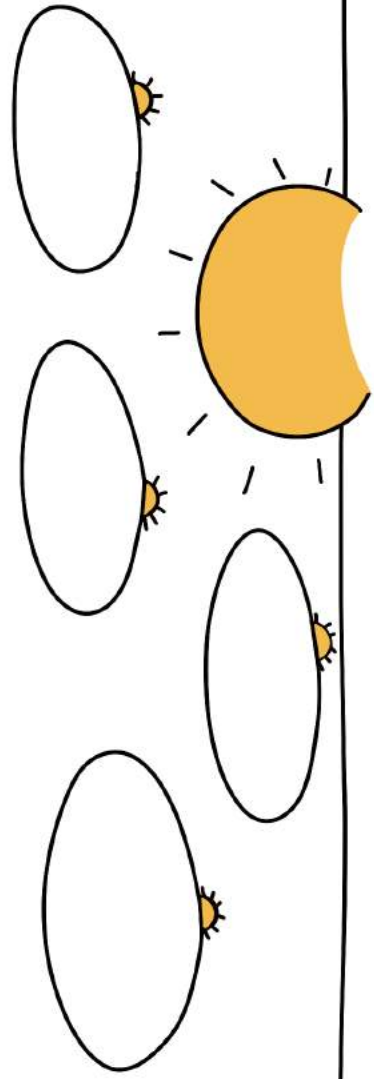
2. PRÁČA

3. VZŤAHY

4. DOMOV

MOJA CESTA

ŠTART

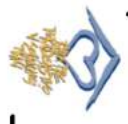


PREKÁŽKY

ISTOTY

NEBEZPEČENSTVA

CIEĽ



MAPS - MOJA MAPA

MINULOSŤ

SNY

KTO SOM?

MOJE POTREBY

AKČNÝ PLÁN

MOJE DARY



NOČNÉ MORY



MAPS - MOJA MAPA

MINULOSŤ

SNY

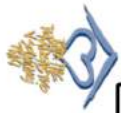
NOČNÉ MORY

KTO SOM?

MOJE DARY

MOJE POTREBY

AKČNÝ PLÁN



MÔJ MESAČNÝ ROZPOČET



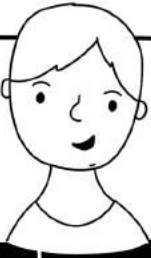
JA: _____

MESIAC: _____

PRÍJMY ~ ODKIAL? +	SUMA	VÝDAVKY ~ NA ČO? -	SUMA



MÔJ MESAČNÝ ROZPOČET



JA: -----

MESIAC:

PRÍJMY ~ ODKIAL'?	SUMA	VÝDAVKY ~ NA ČO?	SUMA
+		-	
SPOLU		SPOLU	





MÔJ MESAČNÝ ROZPOČET



JA: _____

MESIAC: _____

PRÍJMY ~ ODKIAL? 	SUMA	VÝDAVKY ~ NA ČO? 	SUMA
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	
•		•	



PODPOROVANÉ ROZHODOVANIE

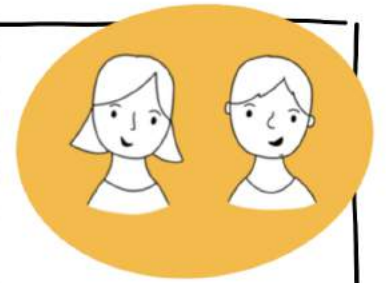
LEGENDA

 **JA**
ROZHODUJEM

 **JA +**
ROZHODUJEM
S PODPOROU

 **INĽ**
POTREBUJEM,
ABY ROZHODLI
ZA MŇA

MENO OSOBY :	
KTO VYPLŇA TÚTO TABUĽKU:	
AKÝ JE VÁŠ VZŤAH :	JA PRIATEĽ ZAMESTNANEC RODINA INĚ:
AKO DLHO SA POZNÁTE:	



KAŽDODENNÝ ŽIVOT A ZAMESTNANIE



- Viem sa rozhodnúť, či chcem pracovať a kde?
- Dokážem si hľadať prácu?
(čítať inzeráty, využívať kontakty)
- Viem si napláňovať, ako bude vyzeráť môj deň?
- Viem sa rozhodnúť, či sa chcem učiť nové veci?
A ako by to bolo najlepšie?
- Viem robiť veľké rozhodnutia o financiách?
(otvoriť si účet, kúpiť niečo veľké)
- Robím pravidelne bežné nákupy?
(jedlo, osobné veci, zábava)
- Platím svoje účty načas? (nájom, mobil, elektrina)
- Robím si pravidelne rozpočet, aby som vedel/a,
ako mŕňam a prijímam peniaze?
- Dokážem pracovať s týmto rozpočtom?
- Dokážem si zabezpečiť, aby sa k mojim financiám
nedostal nikto cudzí a nezneužíval ich?



PODPOROVANÉ ROZHODOVANIE



JA

ROZHODUJEM



JA+

ROZHODUJEM
S PODPOROU



INĽ

POTREBUJEM,
ABY ROZHODLI
ZA MŇA

LEGENDA

MENO OSOBY :

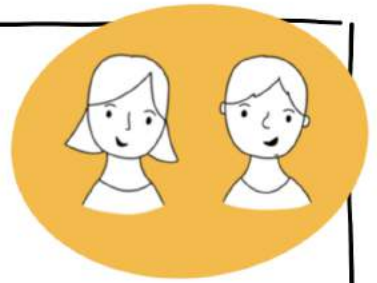
KTO VYPLŇA
TÚTO TABUĽKU:

AKÝ JE VÁŠ
VZŤAH :

AKO DLHO
SA POZNÁTE:

JA PRIATEĽ ZAMESTNANEC

RODINA INĚ:



ZDRAVÝ ŽIVOT

- Rozhodujem sa, kedy idem k lekárovi, k zubárovi?
- Rozhodujem, ktorí lekári, špecialisti, kliniky al. nemocnica mi bude v prípade potreby poskytovať pomoc?
- Môžem sa rozhodovať, kto mi poskytuje bežné zdravotné prehliadky a konzultácie?
- Dokážem urobiť rozhodnutia v závažných zdravotných otázkach? (hospitalizácia, operácia, a i.)
- Dokážem urobiť rozhodnutie v prípade zdravotnej pohotovosti/krízy?
- Dokážem užívať lieky podľa predpisu a dodržiavať nariadený režim?
- Viem, z akého dôvodu mám predpísanú liečbu?
- Rozumiem možným následkom, ak nebudem užívať lieky a predpísanú liečbu?
- Viem upozorniť druhých a vyhľadať pomoc, ak treba?
- Viem sa rozhodnúť o mojom reprodukčnom zdraví?
- Viem robiť rozhodnutia ohľadom užívania drog alebo konzumácie alkoholu?
- Rozumiem zdravotným následkom spojeným s rizikovým správaním? (drogy, prejedanie sa, rizikové sexuálne aktivity, ...)
- Rozhodujem kde, kedy a aké jedlo konzumujem?
- Rozumiem potrebnosti osobnej a dentálnej hygieny?

JA

JA+

INĽ



PODPOROVANĚ ROZHODOVANIE

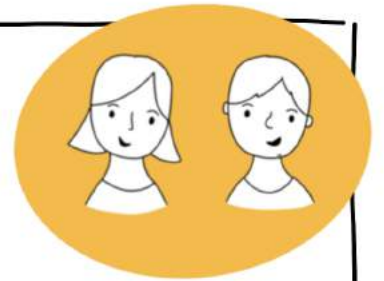
LEGENDA

 JA
ROZHODUJEM

 JA +
ROZHODUJEM S PODPOROU

 INĚ
POTREBUJEM, ABY ROZHODLI ZA MĚNA

MENO OSOBY :	
KTO VYPLŇA TÚTO TABUĽKU:	
AKÝ JE VÁŠ VZŤAH :	JA PRIATEĽ ZAMESTNANEC RODINA INĚ:
AKO DLHO SA POZNÁTE:	



SOCIÁLNY ŽIVOT A SPIRITUALITA

- Dokážem sa rozhodnúť, kde, kedy a či vôbec chcem navštevovať náboženské obrady?
- Rozhodujem sa, čo budem robiť a s kým budem tráviť čas?
- Rozhodujem sa, či chcem chodiť na rande a s kým?
- Dokážem urobiť rozhodnutia o manželstve? (či chcem vstúpiť do manželstva a s kým)
- Dokážem sa rozhodovať v otázkach sexuality, rozumiem vyjadreniu súhlasu/nesúhlasu v súvislosti s týmito otázkami?



PODPOROVANĚ ROZHODOVANIE

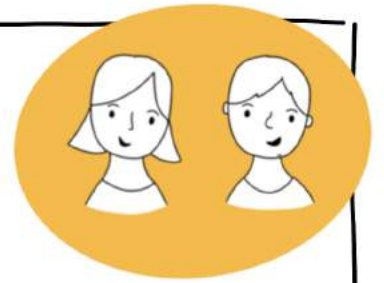
 JA
ROZHODUJEM

 JA +
ROZHODUJEM
S PODPOROU

 INĚ
POTREBUJEM,
ABY ROZHODLI
ZA MĚNA

LEGENDA

MENO OSOBY :	
KTO VYPLŇA TÚTO TABUČKU:	
AKÝ JE VÁS VZŤAH :	JA PRIATEĽ ZAMESTNANEC RODINA INĚ:
AKO DLHO SA POZNÁTE:	



BEZPEČNOSŤ A OCHRANA

- Robím rozhodnutia, ktoré mi pomáhajú vyhýbať sa bežným nebezpečenstvám? (doprava, ostré predmety, horúce predmety, jedovaté látky a i.)
- Mám plán, čo robiť v prípade krízy/pohotovosti?
- Poznám a rozumiem svojim právam?
- Rozoznám a viem vyhľadať pomoc, ak je so mnou zaobchádzané zle? (fyzické, emocionálne alebo sexuálne násilie a i.)
- Viem, koho mám zavolať, ak sa cítim v nebezpečenstve, v ohrozujúcej situácii alebo sa so mnou zaobchádza nespravodlivo? (polícia, právna pomoc, môj dôverník)



PODPOROVANĚ ROZHODOVANĚ

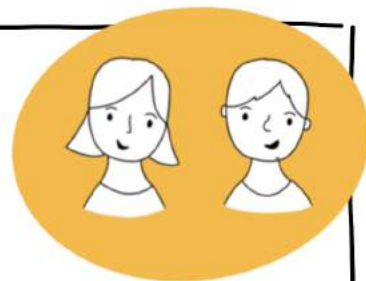
LEGENDA

 **JA**
 ROZHODUJEM

 **JA +**
 ROZHODUJEM
 S PODPOROU

 **INĚ**
 POTREBUJEM,
 ABY ROZHODLI
 ZA MĚNA

MENO OSOBY :	
KTO VYPLŇA TÚTO TABUĽKU:	
AKÝ JE VÁŠ VZŤAH :	JA PRIATEĽ ZAMESTNANEC
AKO DLHO SA POZNÁTE:	RODINA INĚ:



ŽIVOT V KOMUNITE



- Viem sa rozhodnúť, kde a s kým chcem bývať?
- Viem sa rozhodnúť v otázkach bezpečnosti môjho bývania? (ovládať sporák, alarm, uzamykanie vhodových dverí)
- Viem sa rozhodnúť, ako udržiavať moje bývanie čisté?
- Viem, ako cestovať na miesta, ktoré bežne navštevujem? (práca, banka, kostol, obchod a i.)
- Viem, ako cestovať na miesta, kam bežne nechodievam? (lekár špecialista, kultúrne podujatia a i.)
- Viem, ako cestovať na miesta, kam chcem alebo potrebujem ísť? (peši, opýtam sa na dopravné spojenie, taxík, prepravná služba)
- Viem sa rozhodnúť, akú podporu v tejto oblasti potrebujem, kto mi ju má poskytnúť? Viem si ju vybaviť?



PODPOROVANĚ ROZHODOVANĚ

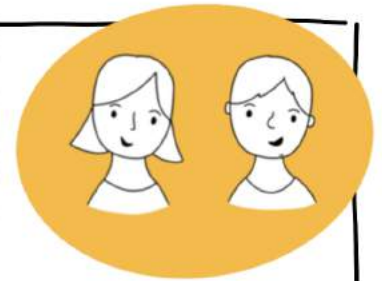
LEGENDA

 **JA**
 ROZHODUJEM

 **JA +**
 ROZHODUJEM S PODPOROU

 **INĚ**
 POTREBUJEM, ABY ROZHODLI ZA MĚNA

MENO OSOBY :	
KTO VYPLŇA TÚTO TABUĽKU:	
AKÝ JE VÁŠ VZŤAH :	JÁ PRIATEĽ ZAMESTNANEC RODINA INĚ:
AKO DLHO SA POZNÁTE:	

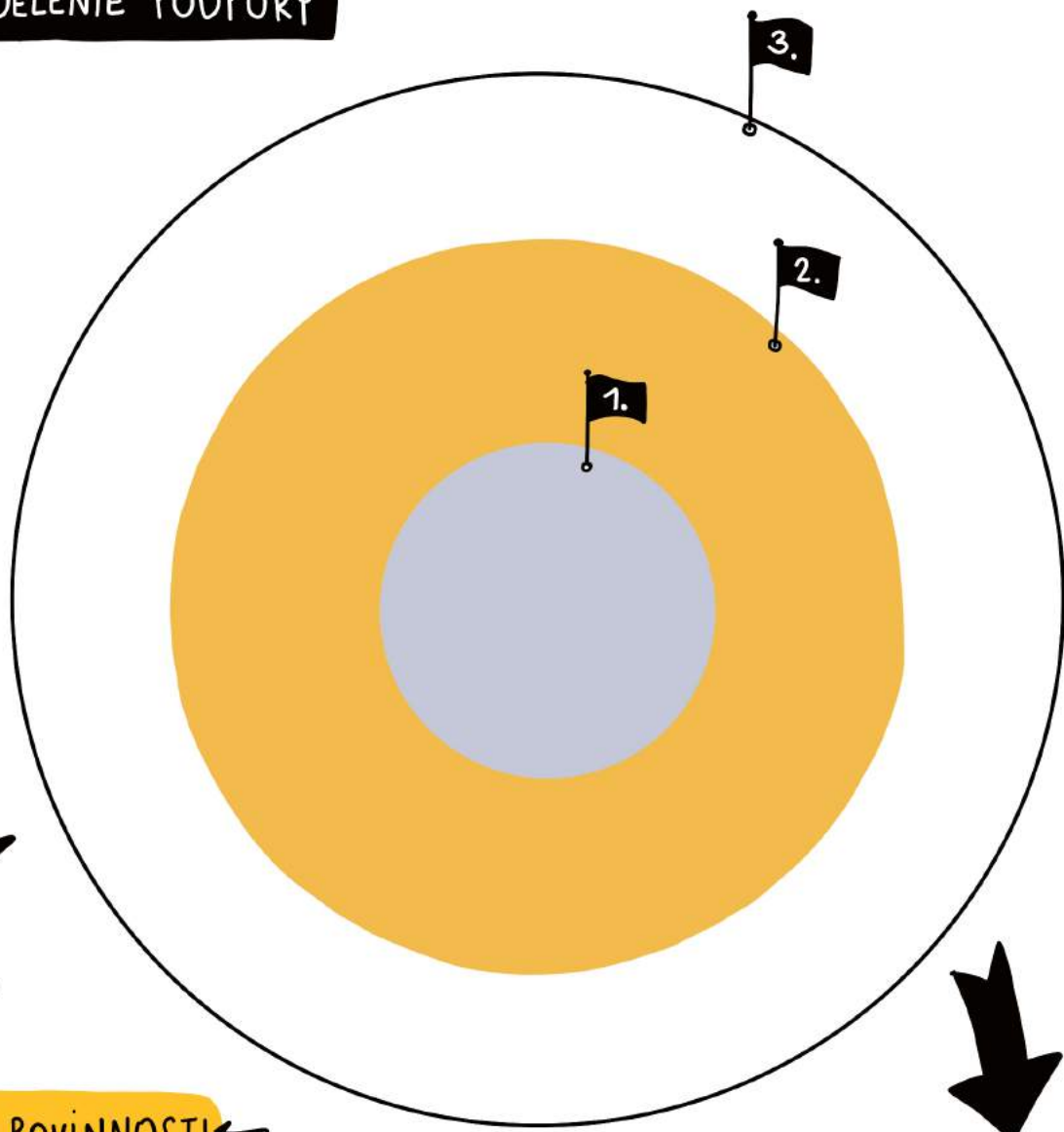


SEBA OBHAJOBA A ZAPOJENIE

- Viem sa rozhodnúť, kto bude obhajovať moje záujmy a kto ma bude podporovať?
- Viem sa rozhodnúť, či využijem svoje právo voliť vo voľbách a koho z kandidátov si vyberiem?
- Rozumiem dôsledkom mojich rozhodnutí, ktoré by mohli skončiť ako trestná činnosť?
- Hovorím ostatným, čo chcem a čo nie? (ústne, signálmi, cez zariadenie) Hovorím im aj, ako robím svoje rozhodnutia?
- Rozumiem, súhlasím a podpisujem úradné dokumenty a zmluvy?
- Rozhodujem sa, s kým sa o informácie, týkajúce sa mojej osoby, podelím? (rodina, priatelia, a i.)



KOLÁČOVÉ DELENIE PODPORY



1. ZÁKLADNĚ POVINNOSTI

3. NIE SÚ NAŠE POVINNOSTI

2. ROZHODNUTIA A KREATIVITA

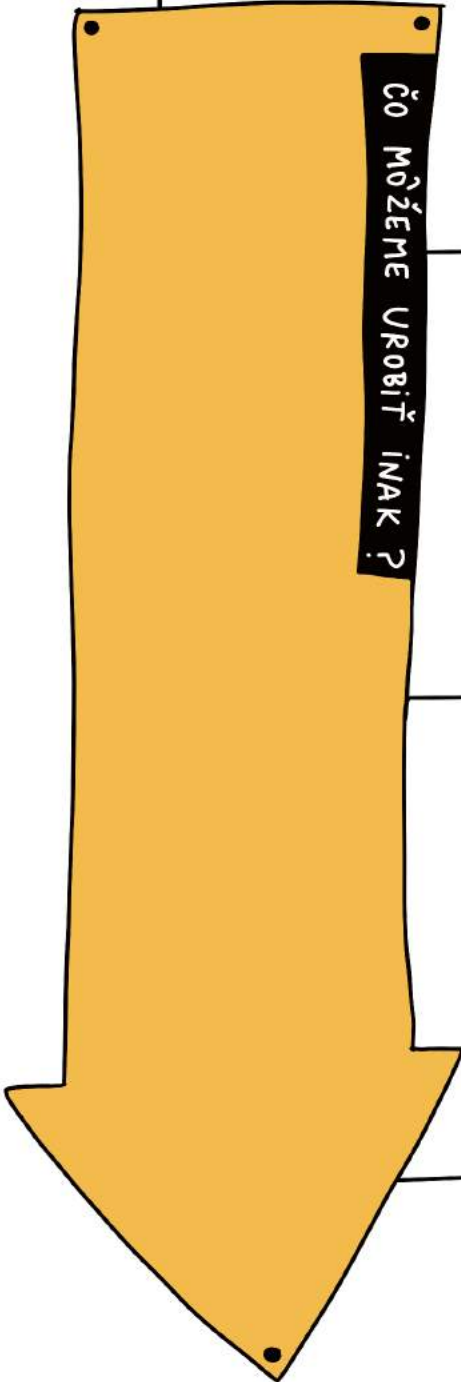


EVIDENCIA PODPORŤ

EVIDENCIA
PODPORŤ

DÁTUM | ČO UROBILA OSOBA ? | KTO TAM BOL ? | ČO FUNGOVALO ? | ČO NEFUNGOVALO ?

ČO MÔŽEME UROBIŤ INAK ?



OD ÚČASTI K PRÍSPIEVANIU



AKTIVITA	BYŤ PRÍTOMNÝ	BYŤ ROZoznĀVANÝ	BYŤ AKTÍVNE ZÚČASTNENÝ	MOŽNOSTI TVORBY SPOJENĀ	MOŽNOSTI AKTÍVNEHO PRÍSPIEVANIA



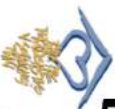
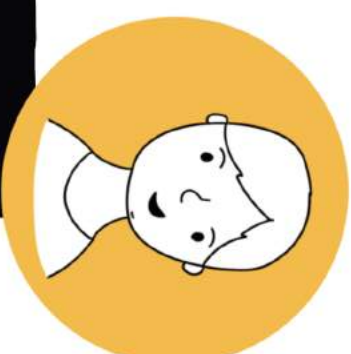
ZÁKLADNÝ VZOR IP ÚČASTI A SKÚSEBNOSTI

ČINNOSŤ :

NAŠA PODPORA A PRISPÔBENIE

CIEĽ ÚČASTI

CIEĽ SKÚSEBNOSTI/ZÁŽITKU



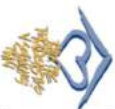
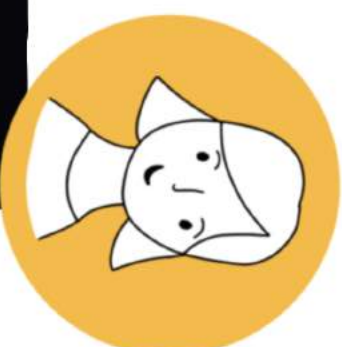
ZÁKLADNÝ VZOR IP ÚČASTI A SKÚSEBNOSTI

ČINNOSŤ :

NAŠA PODPORA A PRISPÔSOBENIE

CIEĽ ÚČASTI

CIEĽ SKÚSEBNOSTI/ZÁŽITKU



RIZIKOVÝ PLÁN



MENO OSOBY:

POPIS RIZIKOVEJ SITUÁCIE

AKĚ HROZÍ OSOBE (INÝM) NEBEZPEČENSTVO?

DOŠLO UŽ K INCIDENTU V PODOBNEJ SITUÁCII?

ČO BUDEME ROBIŤ, AK NASTANE KRÍZA? AKO MINIMALIZUJEME RIZIKO?

AKÝ JE VÝZNAM TEJTO SITUÁCIE PRE OSOBU?

JE SI OSOBA VEDOMÁ RIZIKA A NÁSLEDKOV?

PODPIS OSOBY

PODPIS Kľúčového
PRACOVNÍKA

DÁTUM
SPRACOVANIA

DÁTUM
REVÍZIE

DŮLEŽITÉ ZDROJE



- [http:// www.rpsp.eu/](http://www.rpsp.eu/)
- [http:// www.kvalitavpraxi.cz/](http://www.kvalitavpraxi.cz/)
- <http://www.helensandersonassociates.co.uk/>
- <http://www.trass.cz/>
- http://www.socia.sk/wp-content/uploads/2016/02/Plan-ucasti_WEB.pdf
- www.individualniplanovani.cz
- <https://www.preparingforadulthood.org.uk/>
- www.lifecoursetools.com
- <https://www.ia.gov.sk/sk/narodne-projekty/programove-obdobie-2007-2013/narodny-projekt-di/publikacie-na-stiahnutie>
- Maroš Matiaško, Práca s rizikom v sociálnych službách (prednáška)





EURÓPSKA ÚNIA

Európsky sociálny fond
Európsky fond
regionálneho rozvoja



OPERAČNÝ
PROGRAM
ĽUDSKÉ
ZDROJE



Tento pomocník je pretavením myšlienky spojiť nástroje
individuálneho plánovania, ktoré v našej organizácii používame,
do jednotného vizuálu a na jedno miesto.

Podklady, ktoré sme naň použili,
sú výsledkom spoločnej práce množstva ľudí a organizácií,
ktorých zoznam nájdete vo vnútri.



Vydala

Rada pre poradenstvo v sociálnej práci

2021

www.rpsp.eu

ISBN 978-80-972551-6-9

EAN 9788097255169

Národný projekt Deinstytucionalizácia zariadení sociálnych služieb - Podpora transformačných tímov sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a z Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje. ITMS2014+ kód 312041R446

www.esf.gov.sk, www.employment.gov.sk, www.npdi.gov.sk