



# A fejlesztő-támogató modell

## Támogatott lakhatás, autonóm élet

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## Támogatás – támogató – támogatott & támogató kapcsolat

### „Támogatott” jelentése

- Az önálló élet, a lakhatás, a munkavállalás, a szabadidő eltöltés, a döntéshozatal szakemberek közreműködésével történik.
- Egy **szolgáltatás-csomag** igénybevételét jelenti: melyet a mindenki máséhoz hasonló élet vezetése igényel.
- Képességektől, felkészültségtől függő, **dinamikusan változó** mértékű és minőségű személyre szóló segítséget igényel mindenki.

**Kulcsszavak:** bátorítás, képessé tétel (**empowerment**) , aktív tanítás, aktív segítség, a napi tevékenységbe ágyazott fejlesztés, fejlesztő-támogatás (**coaching**), és csak annyi, amennyi okvetlenül szükséges.

### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## Támogatás – támogató – támogatott & támogató kapcsolat

### A támogatás

- Személyközpontú, egyénre szabott támogatás
- Szolgáltatások formájában nyújtandó támogatás
- Fejlesztő-támogatás
- A mindennapi élet tevékenységébe ágyazott F-T
- Dinamikus fejlesztő-támogatás: spirál
- Ciklikus fejlesztő-támogatás
- Apró lépésekre bontott, tudatos F-T



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

**VÉGCÉL** az önálló életvitel, az önrendelkező élet

- A cél meghatározza az irányt és az útvonalat
- A kiindulási pontot ismerni kell (felmérés)
- A haladás sebességében nagy a variabilitás
- A cél irányába haladás a lényeg!
- Az életcél, a végcél egy hosszútávú életterv célja
- Ezt a nagyívű tervet lebontjuk éves, féléves, heti, napi résztervekre.

Kiindulás

Heti  
terv

Értékelés

Havi  
terv

Értékelés

Éves  
terv

Értékelés

Élet  
terv

**CÉL**

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogatott életvitel spirálja



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogatás szakaszai

- A cél : rövid és hosszútávú célok
- Felmérés: kiindulási pont
- A szükséglet/igény: dinamikusan változik
- Választék alapján törtéik a döntés, a szolgáltatások kiválasztása
- Terv: kiindulás, vég- és részcélok,
- Szerződés: megrendelés
- A hajtóerő: kiindulás és végpont közötti eltérés
- Útvonal: kiindulás – végcél
- A sebesség: eltérő
- Ciklikusság



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja  
módja  
jellemzői

#### A kapcsolat

fejlődése  
szakaszai

#### A támogató szakember

jellemzői  
fejlődése  
támogatása

#### Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A szubjektív oldal

fejlődését is felfoghatjuk egy felfele táguló spirál szakaszaiként. Ilyen:

- A támogatott személy önértékelése, önmeghatározása, függetlensége;
- A támogató szakember tudatossága, tapasztalata, megoldóképesége;
- Kettejük kapcsolatának fejlődése az első tapogatózó lépésektől, az elfogadáson és megértésen keresztül a valódi támogató együttműködésig.



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### Jellemzők:

- Egyenrangú, felnőtt kapcsolat a segítő és a segített személy között.
- Az életvitel támogatása szolgáltatások formájában: megrendelés, szerződés, teljesítés

### Támogatói funkciók:

- Fejlesztő funkció, képessé tétel
- Együttműködő, partneri funkció
- Külső katalizátor szerep
- Elvárást támasztó szerep
- Tanácsadó szerep
- Közvetlen irányító funkció

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A támogató kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogatott személy autonómiájának fejlődése

- Kompetenciák: pl. önkiszolgálás, a háztartási munkák , a munkavégzés területén;
- Tapasztalat: az élet mely területein szerzett már tapasztalatot, pl. közlekedés, vagy sport;
- Tevékenység: milyen rendszeres tevékenységeket végez önállóan vagy segítséggel?
- Kommunikáció: hogyan, adekvát-e, fejlődő-e?
- Az érzelmek kezelése: tudja-e kezelni , milyen mértékben?
- Tett-e már lépéseket az önállóság, az autonómia felé?
- Milyen a kapcsolata társaival, segítőivel?
- Képes-e érzékelni a különbségeket és tolerálni azokat?
- Vannak-e hosszú távú kapcsolatai, mély kapcsolatai?
- Ápolja-e ezeket a kapcsolatokat?
- Tudja-e kezelni a kapcsolataiban a válságokat, a távolságot?

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogatott személy autonómiájának fejlődése

- Saját identitás felismerése, kialakítása: pl. jól érzi-e magát a saját bőrében, elégedett-e a megjelenésével, kinézetével; elégedett-e a nemével, ismeri-e szexuális irányultságát, értelmezi-e a szexet, a szerelmet?
- Van-e én-képe, van-e elképzelése arról, hogy mi az ő szerepe a közösségben, megmutatkozik-e ez viselkedésében, életstílusában; érdekli-e mások (általában elfogadott személy) róla alkotott véleménye; elfogadja-e saját magát; milyen az önértékelése; stabil személyiség-e?
- Van-e saját fejlődési célja, reális-e és mire vonatkozik?
- Vannak-e tervei: munkával, lakhatással, saját barátokkal, családdal, tevékenységgel kapcsolatban;
- Van-e saját értékrendje? Munkálkodik-e mások érdekében, mennyire tagja egy közösségnek, mennyire érez felelősséget a többiekért?

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A segítő fejlődési spirálja

#### Szakmai kompetenciák

- Képzett, tapasztalt, tudatos;
- Jól ismeri az ügyfelet, annak egészségügyi, gyógypedagógiai dokumentációját, a kockázatokat;
- Magáévá teszi a fejlesztés célkitűzéseit és személyre igazítja a fejlesztési feladatokat;
- A fejlesztést a napi gondozásba, foglalkoztatásba ágyazza;
- Ismeri az empowerment és coaching technikákat, képes és hajlandó azokat a gyakorlatban alkalmazni;
- Ismeri a háztartás-vezetés, gazdálkodás, ügyintézés módjait;
- Türelmes, képes az ügyfelet motiválni, csak annyit segít, amennyit muszáj.



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

#### A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

#### A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A segítő fejlődési spirálja

#### Emberi kompetenciák

- Az ügyfelét egyenrangú félnek, önálló individuumnak tekinti
- Elvárásai vannak az ügyféllel szemben
- Az ügyféllel nem rivalizál
- Az ügyfelet tiszteli és szolgálja
- Az ügyfél gyengeségeivel nem él vissza



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A „fejlesztő támogatás” – coaching

*"A coaching egy személyre szabott tanácsadási módszer. Fejlesztő, nevelő, edző jellegű tevékenység, ahol az ügyfelét egy meghatározott cél elérésében segíti a professzionális coach" (Vikipédia).*

Az életvitel fejlesztő-támogatása a coaching egy összetett változata, melyet nem egyetlen coach irányít, hanem egy szakemberekből álló team kezében van a folyamat irányítása, kivitelezése.



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A jó fejlesztő-támogató nyolc kulcsjellemzője

- *A lelkület: hisz a személyiségében rejlő potenciálban, szereti a legjobbat kihozni másokból és magából;*
- *Kapcsolat és bizalom jellemzi*
- *Érdeklődő, tegyen fel kérdéseket*
- *Hallgassa meg a támogatott személyt, forduljon felé érdeklődéssel*
- *Adjon visszajelzést és legyen tudatos a kapcsolatban*
- *Javaslatok és leegyszerűsítés*
- *Célok és a célhoz vezető folyamat tervezése*
- *Felelősség, elszámoltathatóság, teljesítés*



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A jó fejlesztő-támogató nyolc kulcsjellemzője

- *A lelkület: hisz a személyiségében rejlő potenciálban, szereti a legjobbat kihozni másokból és magából;*
- *Kapcsolat és bizalom jellemzi*
- *Érdeklődő, tegyen fel kérdéseket*
- *Hallgassa meg a támogatott személyt, forduljon felé érdeklődéssel*
- *Adjon visszajelzést és legyen tudatos a kapcsolatban*
- *Javaslatok és leegyszerűsítés része az eszköztárának*
- *Célok és a célhoz vezető folyamat tervezése*
- *Felelősség, elszámoltathatóság, teljesítés*



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

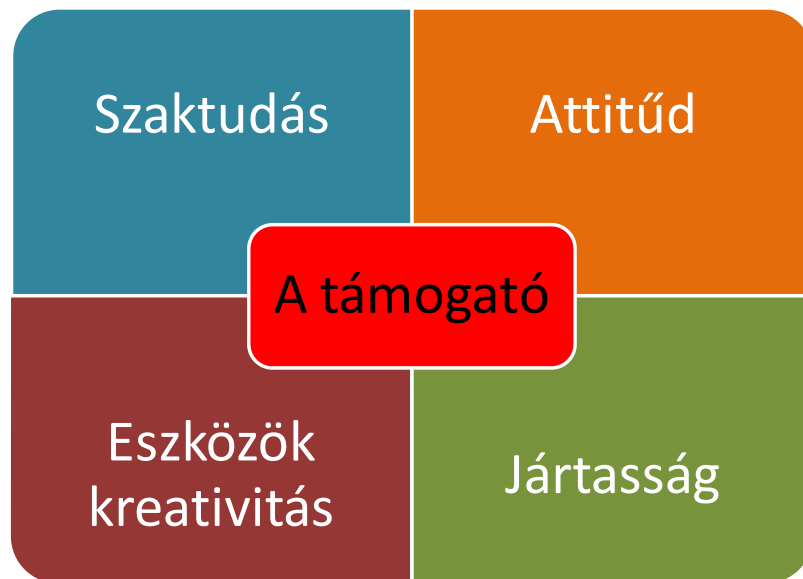
Team, esetmegbeszélés



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

**A jó támogató szakemberben** egyesül a szaktudás, a jártasság, a változatos eszköztár és annak kreatív használata, valamint az egyenrangú felnőtt kapcsolathoz, a képessé tételhez, a bátorításhoz és elváráshoz szükséges attitűd.



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

**A támogató szakember**

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### Milyen ne, ill. mi ne legyen a támogató szakember?

- Jótevő, jó szülő, jóisten, ne értékelje túl magát és a segítséget;
- Ne szövetkezzen a segített személlyel, maradjon objektív;
- Ne élje bele magát túlzottan a támogatott személy helyzetébe;
- Ne becsülje le a támogatott személy problémáját;
- Ne segítsen akkor is, ha az ügyfélnek arra nincs szüksége;
- Ne túlozza el a szükséges segítség mértékét;
- Kerülje a túlféltést, ne legyen kockázatkerülő;
- Ne a támogatás állandósítása legyen a célja;
- Ne takarékoskodjék a kreatív ötletekkel;
- Ne kész megoldásokat adjon, hanem vezessen rá a megoldásokra;
- Nem kell bizonyítania, hogy ő az okosabb;
- Saját érdekei ne kerüljenek az ügyfél érdekei elé;
- Ha bizonytalan, félelmei vannak, forduljon segítségért;
- Ne vállalja túl magát, ne játssza a hős, az áldozat szerepét;
- Saját bajával ne terhelje ügyfelét;
- Saját elképzelését sorolja az ügyfél elgondolása mögé;
- Indulatait, agresszióját ne az ügyfélen vezesse le;
- Nem lehet csak ösztönös, tudatosságra, önismeretre van szükség;
- Ne hanyagolja el ügyfelét;
- Ne erőltesse ügyfelére saját gondolkodásmódját, szokásait, vallását;
- Szakmai ambíciói céljára vagy anyagi célokra ne használja ügyfelét;

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogató szakember jellemzői

**Képesség:** a képességet az egyén fizikai, biológiai és pszichikai tulajdonságának tekinthetjük, ami valamilyen tevékenység gyakorlása révén fejlődik ki, és a tevékenység végzésében nyilvánul meg.

**Készség:** készség a tevékenység automatizált eleme, amely a tudat közvetlen ellenőrzése nélkül is funkcionál. A készség elsajátításának lehetséges útjai: a.) a részmozzanatok megtanulása, majd ezek összekapcsolása; b.) részmozzanatokra bontása nélküli begyakorlás, sokszori ismétléssel; c.) folyamat szimulációval kezdődő, majd fokozatosan a valós szituációig elérő gyakorlás (Báthory–Falus, 1997 nyomán).

**Kompetencia:** egy személy ismereteinek, készségeinek, képességeinek, magatartási, viselkedési jegyeinek összessége, amely által a személy képes lesz egy meghatározott feladat eredményes teljesítésére (CI, 2001).

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A támogató szakember képzése, támogatása

**A klasszikus tréning:** team-építő, önismereti, csoportdinamikai tr;

**A tréning mint képzés:** komplex képzési (továbbképzési) eljárás

**Személyiségfejlesztő tréning/csoport:**

- érteni az emberekhez, önmagunkhoz és másokhoz;
- kapcsolatépítési képességekkel rendelkezni;
- személyes félelmek, kétségek, önbizalomhiány kezelését tanulni;
- jártasság a felelősségvállalásban, emberekkel való bánásmódban

**Önreflektív csoport**

**Személyzeti csoport**

**Esetmegbeszélés :** önmegfigyelő, önreflexiós regiszter

**Bálint-csoport**

**Szupervízió**

**Támogató szakemberek hagyományos és interaktív képzései**



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### „Képességétel, bátorítás, felhatalmazás és elvárás” – empowerment

Képességétel, felhatalmazás: Brown és Bourne (1996) szerint *"olyan fejlődés és kiteljesedés, mely elősegíti az egyén képességét arra, hogy saját életét és viselkedését irányítani tudja"*.

Szilvási Léna (2009) fogalmazása szerint: *"azt a folyamatot jelenti, melynek révén a tehetetlen állapotból eljuthatunk a hatni tudó állapotba"*.

Németh László (2014) szerint *"olyan fejlődés és kiteljesedés, mely elősegíti az egyén képességét arra, hogy saját életét és viselkedését irányítani tudja"*.

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A fejlesztő-támogatás hatóköre

- A kompetenciák megszerzése: a gyakorlatban képes funkcionálni, felismerni a lehetőségeket, a megoldási változatokat, megtapasztalja a problémamegoldást, stb.;
- A lehetőségei és erőforrásai felismerése és értékelése, valamint a hiányok azonosítása és esetleges pótlása;
- A támogatott majd a teljesen önálló döntéshozatal, vagyis, hogy összegyűjti az opciókat, azokat értékeli/mérlegeli és az eredmény birtokában kiválasztja a neki legmegfelelőbbet.



### TÁMOGATÁS

#### Támogatás

célja

módja

jellemzői

#### A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

#### A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

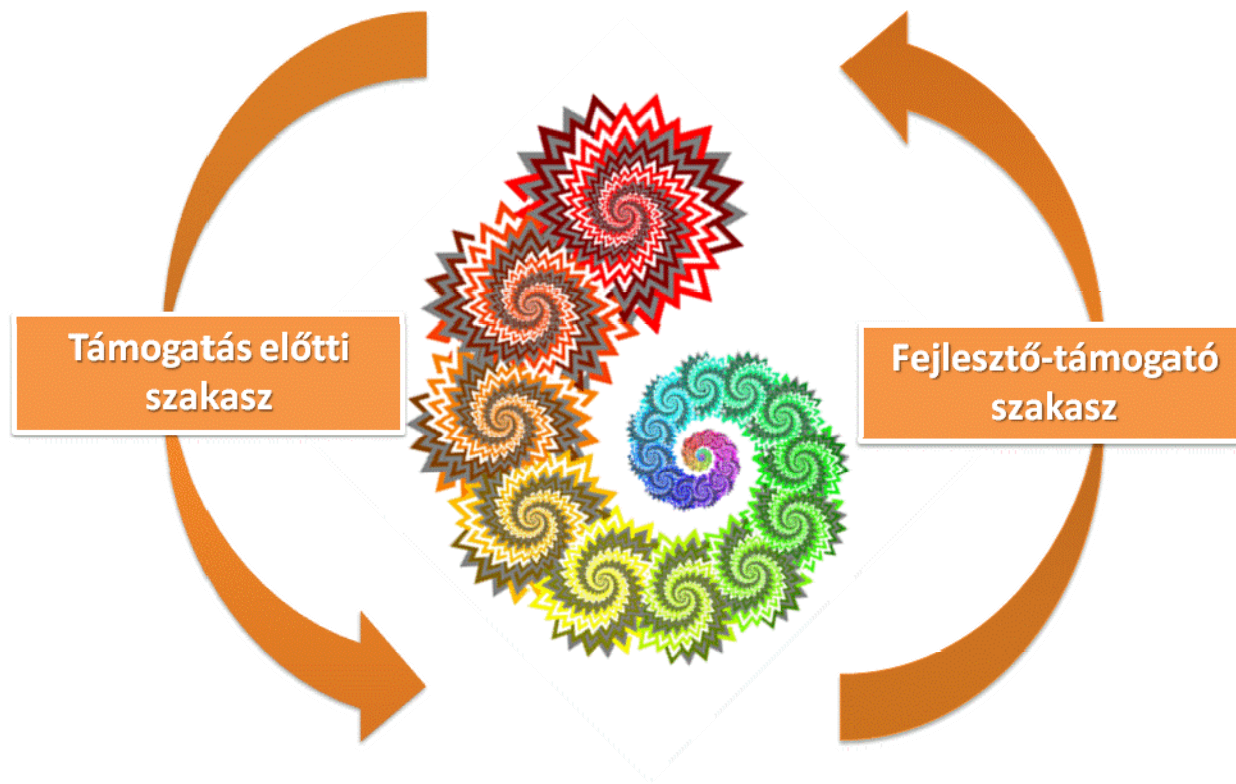
támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

## A fejlesztő-támogató modell



## TÁMOGATÁS

Támogatás

célja  
módja  
jellemzői

A kapcsolat

fejlődése  
szakaszai

A támogató szakember  
jellemzői  
fejlődése  
támogatása

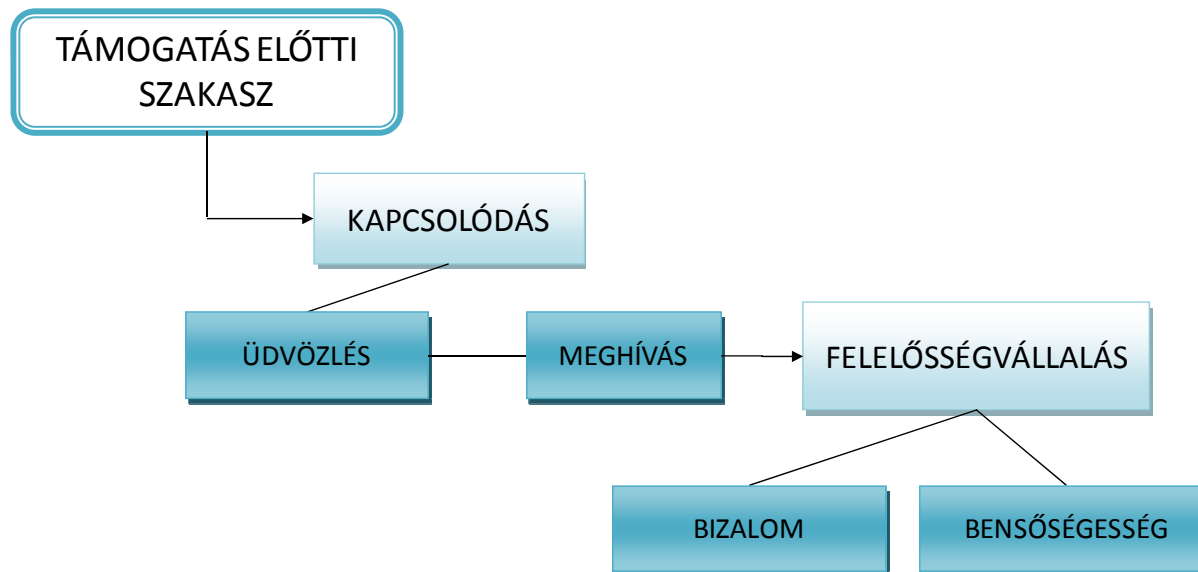
Team, esetmegbeszélés



# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A kapcsolat szakaszai és fejlődése



További kulcsszavak:

Felelősségvállalás értelmezése

Intimitás = kölcsönösség

Rituálé = állandóság és hűség, de nem rutin

### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

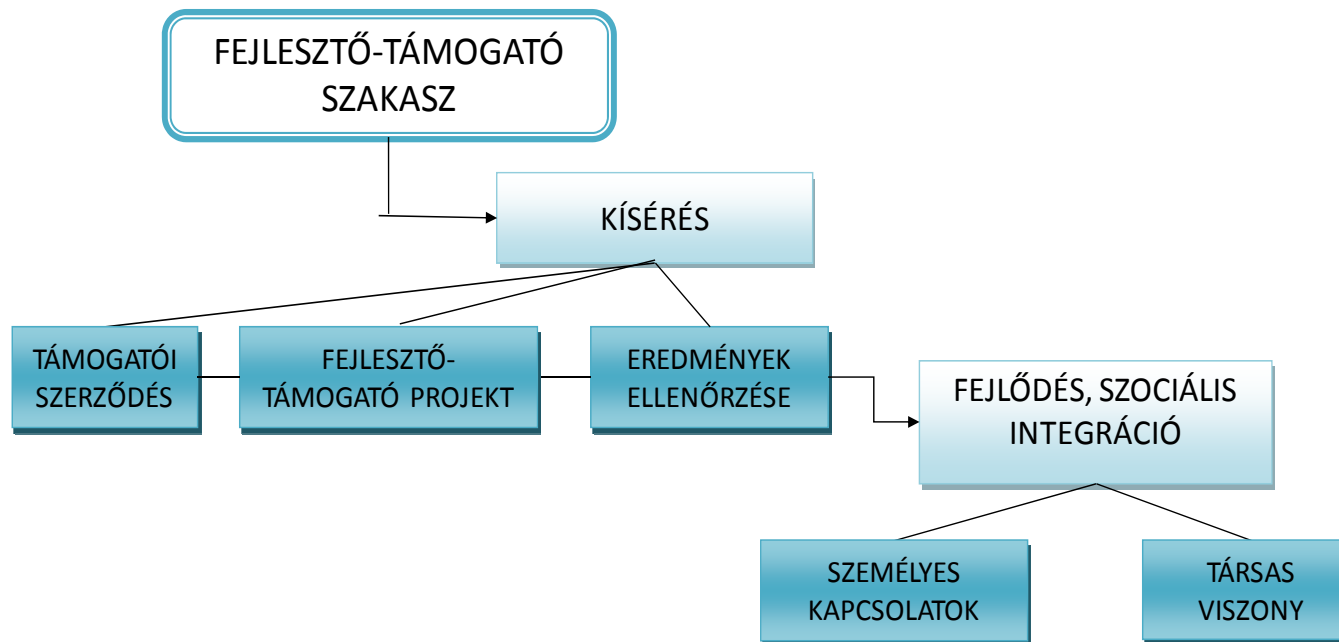
támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A kapcsolat szakaszai és fejlődése



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

Kísérés: a szakembernek nem a fogyatékos személy szintjéhez kell alkalmazkodnia, hanem a fogyatékos személyhez.

Szerződés, projekt, eredmény mérés szintjei: szervezet, team, segítő

Fejlődés, integráció: partnerség, hálózatba integrálódás

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

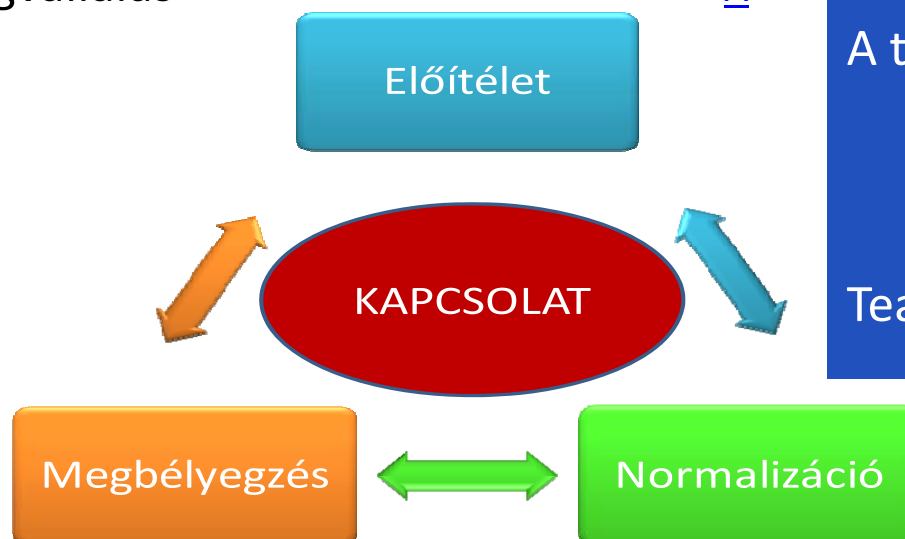
### A kapcsolat hat axiómája

- A kapcsolat alkalmazkodási viselkedés
- A kapcsolat tőlem függ
- A kapcsolat egyoldalú kockázatvállalást igényel
- A kapcsolatnak vannak ellenségei
- A kapcsolat metamorfózis
- A kapcsolat felelősségvállalás

Az utazó cica

A

A



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

**A kapcsolat**

**fejlődése**

**szakaszai**

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

## TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

### A kapcsolat ellenségei

**A félelem**, mely főleg a kapcsolat elején van jelen és akadályozhatja a megismerést.

**A magabiztos tudás** – ha a támogató szakember ezt arra használja, hogy kinyilatkoztasson, befolyásoljon, döntsön és intézkedjen a támogatott helyett

**A hatalom** – ennek megnyilvánulását és gyakorlását két úton lehet kiküszöbölni. Az egyik út, hogy a hatalmat meg kell osztani (team), másik, a hatalomról való önként lemondás.

**A kiégés, a megöregedés, a fáradtság** hatására elvesz az érdeklődés a másikkal való kapcsolatban, véget ér a lelkesedés és elszáll a bátorság, hogy újra és újra kezdjük a kapcsolatot.



### TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

**A kapcsolat**

**fejlődése**

**szakaszai**

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT

A helyes attitűd

**Film: Butterfly Circus**

<http://www.youtube.com/watch?v=TILKMNI1-5Y>

Értelmezés: [Pillangócirkusz](#)



## TÁMOGATÁS

Támogatás

célja

módja

jellemzői

A kapcsolat

fejlődése

szakaszai

A támogató szakember

jellemzői

fejlődése

támogatása

Team, esetmegbeszélés

# TÁMOGATOTT ÉLETVITEL

TÁMOGATÁS – TÁMOGATÓ – TÁMOGATOTT & TÁMOGATÓ KAPCSOLAT



A film megbeszélése