

Съвети

за Подкрепено вземане на решения



БАЛИЗ

Подкрепено вземане на решения

Съвети за тези, които биха искали да станат подкрепящи на лице с интелектуално затруднение

Тези съвети ще ви бъдат полезни, за да можете да подкрепяте лице с интелектуални затруднения да взема решения.

Съветите се основават на **принципите** на Конвенцията на Организацията на Обединените нации за правата на хората с увреждания:

Хората с интелектуални затруднения имат право да вземат свои собствени решения като всички останали хора.

Хората с интелектуални затруднения имат право да получат необходимата им подкрепа, когато вземат решения.

Хората с интелектуални затруднения имат същите законови права, като всички други граждани на дадена страна.

Всички ние понякога използваме подкрепата на други хора, когато вземаме решения. Търсим помощта на нашето семейство и приятели. Избираме с кого да говорим в зависимост от решението, което трябва да се вземе.

Понякога се обръщаме за експертен съвет, търсим информация и питаме хората, на които имаме доверие, да ни помогнат.

Хората с интелектуални затруднения ще минат през подобен процес, но може да се нуждаят от допълнителна подкрепа за вземане на решения.

Необходимостта от подкрепа при вземането на решения не трябва да пречи на хората да упражняват правата си и да контролират живота си.

Семейството, роднините, приятелите, служителите, връстници, доброволци, застъпниците, имат роля в подкрепянето на хората с интелектуални затруднения да вземат решения.

Нашите права като граждани стават реални, когато имаме:

ДОМ - Имаме място, където принадлежим.

ЦЕЛ - Ние следваме собствена посока и начин на живот.

ПОДКРЕПА - Имаме семейство и приятели около нас, за да ни подадат ръка.

СВОБОДА - Ние следваме нашия собствен път и можем да вземаме решения за нашия живот.

ЖИВОТ - Ние участваме в живота на местната общност, ние допринасяме за нейното развитие.

ФИНАНСИ - Имаме достатъчно средства, за да живеем добре.

ОБИЧ - Имаме хора, които ни обичат, и можем да развием нови взаимоотношения, ако искаме.

Добрата подкрепа зависи от:

Правилните хора

Добрата подкрепа изисква подходящи хора да бъдат включени в точното време.

Има ли хора, на които лицето с интелектуални затруднения специално се доверява? Ако те не са включени, помислете дали да не ги помолите да участват в процеса на вземане на решения.

Възможно е да има моменти, когато човек е затруднен да каже какво иска, защото се притеснява, че ще разстрои другите или ще обиди хората, които са важни за него.

Възможно е да има моменти, когато човекът не е сигурен, иска да каже „не“ или да промени мнението си. Добрите подкрепящи помагат на хората с интелектуални затруднения да станат по-уверени, за да изразят това или го предават от тяхно име.

Добрата подкрепа е за наистина разбиране на хората и за намиране на подкрепа за тях.

Опознайте и разберете човека

Познаването и разбирането на лицето, вземащо решението, е от съществено значение. Добрата подкрепа е да помагаме на хората по начини, които работят за тях.

Разберете:

Кое е важно за самия човек?

- Хора и взаимоотношения
- Нещата, които той харесва да прави
- Местата, на които обича да ходи
- Ритуали и рутини
- Ритъм на живот

Какво е важно за този човек?

- Загриженост за здравето и безопасността му
- Физическо здраве и безопасност, включително благосъстояние и профилактика
- Емоционално здраве и безопасност
- Вслушайте се в семейството, приятелите, помощен персонал и други хора, които се грижат за и познават човека
- Писмената информация, например личен план, може да помогне за разбирането на лицето, което се подкрепя.

Ако човек избира нещо, което е рисковано; помислете как да го направите по-безопасно.

Намесвайте се само ако човек прави избор, който е много рисков. Избягвайте неща, които не са ваша работа.

Комуникация

Добрите подкрепящи използват каквото е необходимо, за да помогнат на хората да комуникират и да бъдат разбрани.

Всички хора общуват по някакъв начин. Даден човек може да има свой собствен уникален стил и начин на говорене, а някои хора може и да не използват изобщо думи.

Хората може да използват помощни технологии, знаци или комуникационни книги. Те могат да ви покажат какво им харесва и какво не чрез езика на тялото, изражението на лицето и своите постъпки.

Членовете на семейството, приятелите и помощният персонал вече ще знаят стила на общуване на лицето с интелектуални затруднения и неговите предпочитания.

Ако сте нови за ролята за подкрепящ на дадено лице, отделете време да опознаете човека и начините, по които той общува. Имайте предвид, че някои хора могат да изразяват себе си по различен начин в различни ситуации с различни хора. Може да има часове от деня, когато е по-добре да говорите с това лице, или места, където то се чувства по-комфортно.

Някои хора смятат, че е трудно да кажат на другите какво искат. Важно е да слушате внимателно и да опознаете и разберете техния начин на комуникация. Когато думите и поведението на лицето не съвпадат, обърнете внимание на това, което те искат да изразят, като обмислите постъпките им.

Решения

Вземането на решения изисква практика. Не можете да решите къде да живеете или да вземате други големи решения, ако не сте взели решения относно ежедневните неща, като например какво да ядете и какво да облечете.

Стъпки при вземането на решения

Уменията, необходими за вземане на решения, трябва да бъдат практикувани. Процесът на вземане на решения е винаги един и същ.

1. Достъп до информация в лесен за разбиране формат
2. Проучване на възможностите
3. Вземане на решения
4. Предприемане на действия за реализиране на решенията

Добра идея е да записвате това, което сте направили като подкрепящ, за да покажете как е предоставена подкрепата, кой е участвал, какви са били възможностите и как са проучени те и какви са били предпочитанията, които хората са имали.

Използвайте тези съвети по гъвкав начин и ги приспособете, за да отговарят на нуждите на лицето, което подкрепяте.

Решения, променящи живота

Взаимоотношения, къде живея, работа, отдих, пътуване, образование/обучение

Решения за стила на живот

Как се представям в очите на околните, прическа, облекло, интериор в дома

Решения в ежедневието

Чай или кафе, какво да гледам по телевизията, в колко да си лягам, кога да се храня

Изборите могат да бъдат взаимно свързани, например ако избира да ям нездравословна храна през цялото време, моето решение да се занимавам със спорт ще бъде компрометирано. Ако харча много пари за DVDта, няма да мога да си позволя ваканция.

Достъп до лесна за разбиране информация

Полезната и лесна за разбиране информация е от решаващо значение за хората с интелектуални затруднения, за да вземат информирани решения.

За какво е решението?

Помогнете на човека да разбере за какво решение става въпрос, какво ще означава това за него и че той има право да участва и да си каже думата.

Лицето може да се нуждае от подкрепа да погледне към бъдещето, да си представи и да види, че нещата могат да бъдат различни.

Бъдете ясни относно възможностите

Някои възможности може да са познати, но други идеи може да изискват проучване. Проверете дали всички, които участват, имат същото разбиране за познатите понятия и думи. Бъдете реалистичен, никой от нас няма неограничен избор.

Ограниченията

Бъдете сигурен, че разбирате и можете да обясните възможните последствия или ползи от някои избори.

Предоставяйте информация по начин, по който лицето ще разбере

Подкрепящите и другите участници трябва да са готови да представят идеи по няколко пъти и по най-различни начини. Информацията трябва да е лесна за разбиране на всички етапи от процеса на вземане на решения.

Обърнете внимание, човекът не трябва да е претоварен с твърде много информация едновременно.

- Използвайте начините, които човек предпочита, за получаване на информация. Това може да включва използването на редица различни формати като лесен за четене формат, онагледяване с картинки, говорене, DVD и споделяне на собствен опит.
- Информация може да се получи също и от приятели и връстници.
- Включете информация от преживян опит.

Отделете известно време, след което проверете дали човекът е разбрал.

Отделете достатъчно време

- Отделете толкова време, колкото е необходимо, за да разбере информацията човекът. После се върнете пак на тази информация, за да проверите дали е разбрана тя и дали има въпроси или трябва още информация, която ще е нужна на човека.
- Помислете за точното време, за да се срещнете с човека.

Помислете: Къде ще е удобно на човека? Кое време на деня е най-доброто за него?

Проучване на възможностите

Разглеждането на възможностите помага да се определи какво иска човекът.

Разбиране и комуникиране на важните неща за човека

Ето един пример за възможности за проучване на това къде човек може да избере да живее:

- Какво е дом?
Лично пространство, приятели и семейство, с които да седнеш да се храниш, място, където гости могат да останат за една нощ.
- Къде е домът?
Близо до работа, обществен транспорт, има възможност да отидете пеша до някои места, да се виждате с приятели, да пазарувате, близко до семейството и роднините, да имате добри съседи, да принадлежите към местната общност.
- С кого живея там?
С други, сам, възрастта на хората, с които живея, полът на хората, с които живея.
- Всички културни или религиозни предпочитания или изисквания посрещнат ли са?

- Какво казват другите хора?
Приятели, семейство, персонал.
- Какво е казал човекът в миналото?

Проверете неща като личния им план или навсякъде, където може да са записани цели/мечти.

Научете повече

- Да продължи да живее там, където понастоящем е, възможност ли е? Със същите хора или с други хора? С един и същ персонал или с различен персонал?
- Какви са възможностите, ако човек иска да се премести от мястото, където живее в момента?
- Имал ли е човекът шанс да говори с връстници, съквартиранти до момента? С приятели, които са в различни житейски ситуации, например ако живее в апартамент, за това, което харесва, не харесва, какво работи добре, за това, за какво получават като подкрепа?
- Какви нови умения човек иска да научи?
- Каква подкрепа ще бъде на разположение или трябва да бъде намерена?
- Има ли някакви финансови съображения, които трябва да бъдат разглеждани?
- Има ли съображения за безопасност, които трябва да бъдат взети под внимание?
- Каква допълнителна информация искат семейството и другите подкрепящи да знаят?

Изпробвайте нещата на практика

Трудно е да се вземат решения за неща, които не сте преживели. Хората могат да направят информиран избор, когато са натрупали много опит.

- Обмислете организирането на реални житейски преживявания. Това ще помогне на човека и на другите да разберат по-добре какво включват различните възможности.
- Помислете за нови роли и отговорности, които човек може да изпробва.
- Поканете хора, които вече са имали опит с това, за да разкажат своята история. Може би те могат да помогнат на човека да опита нови неща?
- Обмислили ли сте да наблюдавате лицето в различни ситуации, за да видите какво прави човека доволен?
- Мислете творчески: може ли да бъде използвана технология за посрещане на някои от нуждите, желанията или предпочитанията, които човек може да има?

Само защото на даден човек са му разказали за редица възможности и как някой друг е избрал една от тях, това не означава, че е намерено правилното решение за всички хора. Както и при всички нас, е нормално човекът да каже „Не“ и да бъде уважено това негово решение.

Вземане на решения

Обмислете цялата информация от вече проучените възможности, новосъбраната информация от изпробваните неща и това, което е било научено от минали преживявания. След това можете да разгледате всички възможности.

Претегляне на възможностите

- Какво мисли човекът за предложените възможности? Щастлив ли е? Развълнуван? Не е сигурен? Доволен е? Недоволен? Притеснява се?
- Какво може да се научи от минали преживявания, така че нещата да се развият по-добре, ако се опитат отново?
- Какво мислят семейството и другите участници за възможностите?

Помислете за изписването на плюсовете и минусите на всеки вариант (може да използвате снимки).

Имайте предвид, че едно решение може да предизвика верига от допълнителни решения, които човек трябва да вземе.

Предпочитана възможност

- Кой вариант е най-добрият от всички налични решения?
- Тази възможност ще подпомогне ли човека успешно да върши нещата, които е решил да направи?
- Ще го подкрепи ли това да поеме разумни рискове, за да може да направи това, което е важно за него?

Понякога хората могат да искат нещо, което не е напълно възможно. Помислете за раздробяване на целта на по-малки стъпки или предложете алтернативи в рамките на една и съща цел.

Предприемане на действия за реализиране на решения

Уверете се, че всички са наясно с направеното решение.

Решението и това, което се случва по-нататък, трябва да бъдат записани по начин, който човекът може да разбере.

Понякога решението е голямо и може да отнеме време, за да се реализира на практика. Уверете се, че това е разбрано от всички.

Поддържайте контакт, проверявайте често, че комуникационните линии остават отворени, информацията трябва да се споделя, за да не стават хората нетърпеливи, разочаровани или да сметнат, че са били забравени.

Какво ще стане след това?

- Кой може да е нужно да вземе участие?
- Каква подкрепа ще е необходима за подпомагане на лицето да управлява промените?
- Колко време ще отнеме?

Предприемане на действия за реализиране на решения

Ще ви помогне ли провеждането на предварителни проучвания, срещи или посещения на място?

Достатъчна ли е подкрепата, за да се вземат решения?

Има ли нужда човекът от нови умения, за да взема решения?

Преглед

След като са настъпили промените, направете план, за да проверите как работят промените. Ако не работят, какво е това, което може да се наложи да се направи, за да се подобри ситуацията?

Понякога нещата се развиват различно от планираното или от това, на което сме се надявали.

Понякога човек може да е бил несигурен при първоначалното си решение и може да промени мнението си.

Понякога нещата не могат да вървят по план. Помислете за преразглеждане на по-ранни стъпки.

- Бяха ли разгледани всички възможности?
- Промени ли се нещо?
- Има ли някакви нови идеи, които могат да се разгледат сега?

Без изключения

Всеки има право да взема решения, включително и онези, които не говорят. Хората може да се нуждаят от подкрепа, за да вземат решения по различно време. Това не трябва да спира хората да правят избор.

Винаги помнете /от името на лицето с интелектуални затруднения/

1. По отношение на капацитет - Предполагай, че имам способността да контролирам!
2. Всеки е различен - Дори да не мога да взема някои решения, може би ще мога да направя други!
3. Правене на избор - Ако имам нужда от подкрепящи, трябва да мога аз да ги избира!

4. Подходящ ли е подкрепящият ме - Хората, които ме подкрепят, трябва да са подходящи за мен и моите нужди!
5. Най-добрият интерес - Хората, които ме подкрепят, трябва да действат в мой интерес!
6. Участие - Имам право да участвам!

Подкрепяща мрежа

Подкрепящата мрежа е група от хора, която подкрепя лице с интелектуално затруднение да взема решения

Обикновено членовете на подкрепящата мрежа не са платени. Подкрепящата мрежа се среща редовно и когато е възможно, лицето с увреждане определя дневния ред.

Членовете на подкрепящата мрежа могат да поемат различни роли, например някои могат да бъдат квалифицирани по отношение на заетостта, други в областта на жилищното настаняване, отдиха, пазаруването на дрехи, технологиите и т.н.

Подкрепата за вземане на решения е да имаш подкрепата на хора, на които се доверяваш. Хората, които добре те познават ще те подкрепят при вземането на решение.

Като заключение

Организацията на обединените нации препоръчва на страните да започнат процес на премахване на моделите на заместващо вземане на решения и въвеждане на модели и закони, които изискват хората с увреждания да бъдат подкрепени по подходящ начин, за да вземат решения от свое име, доколкото това е възможно.

Тези модели трябва да се основават на силни принципи за защита на правата на хората с увреждания и тяхното предназначение е да помагат за предоставяне на контрола върху живота на хората с увреждания в техни ръце. Подкрепящите винаги трябва да:

- Действат в най-добрия интерес на лицето
- Насърчават и защитават интересите на хората с интелектуални затруднения
- Насърчават човека да развива и използва какъвто и да е капацитет, който той има
- Насърчават лицето да действа от свое име, когато е възможно
- Помагат на лицето да бъде част от местната общност
- Се консултират със самото лице, както и с други хора, които подкрепящите смятат, че могат да дадат компетентни съвети в полза на лицето с интелектуални затруднения

