

ŠILUTĖS SOCIALINĖS GLOBOS NAMŲ
PSICHOLOGO VEIKLOS PLANAS

2021M.

1. VEIKLOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI, METODAI

1.1 Psichologinės pagalbos tikslas

Teikti psichologinę pagalbą socialinės globos namų bendruomenei, siekiant stiprinti gyventojų ir darbuotojų psichologinį atsparumą ir psichinę sveikatą.

1.2 Uždaviniai

1. Nustatyti, analizuoti gyventojų asmenybės, psichologines problemas, ieškoti efektyvių problemos sprendimų būdų.
2. Teikti individualią ir grupinę psichologinę pagalbą gyventojams.
3. Stiprinti darbuotojų gebėjimą bendrauti su gyventojais, turinčiais psichologinių problemų.
4. Vykdyti prevencinę veiklą (šviesti gyventojus, darbuotojus aktualiais klausimais).
5. Atlikti įvertinimus, atskleidžiančius gyventojų emocines problemas, asmenybės ypatumus.
6. Atlikti aktualius grupinius tyrimus, atsižvelgiant į socialinės globos namų poreikius.

1.3 Metodai, priemonės

- Individualūs pokalbiai.
- Grupiniai pokalbiai.
- Individualūs, grupiniai užsiėmimai.
- Relaksacijos būdų taikymas (progresyvus raumenų atsipalaidavimas, autogeninė treniruotė, kvėpavimo pratimai ir pnš.).

1.4 Psichologinės pagalbos teikimo kryptys

- *Individualūs, grupiniai pokalbiai:* asmenybės problemų nustatymas, bendravimas su gyventojais, bendradarbiavimas su darbuotojais, globėjais, šeimos nariais, ir kitų įstaigų specialistais. Rekomendacijų teikimas.
- *Įvertinimas:* asmenybės problemų, galių ir sunkumų nustatymas, psichologinis gyventojų įvertinimas.
- *Informacijos teikimas:* aktualiais psichologijos klausimais.
- *Psichologinių problemų prevencija:* psichologinių problemų prevencijos poreikių įvertinimas, prevencinių priemonių įgyvendinimas.

2.VEIKLOS TURINYS

VEIKLA IR JOS KRYPTYS	VEIKLOS TIKSLAS	METODAI	VYKDYMO TERMINAI
2.1 Individualūs ir grupiniai pokalbiai su gyventojais.	Teikti psichologinę pagalbą globos namuose gyvenantiems gyventojams.	Į sprendimus sutelktas pokalbis.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn.
2.2 Individualūs ir grupiniai pokalbiai su darbuotojais, gyventojų globėjais, šeimos nariais.	Teikti psichologinę pagalbą.	Pokalbis.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn. Pagal poreikį.
2.3 Įvertinimas: asmenybės, naujų gyventojų adaptacija, galių ir sunkumų nustatymas, psichologinis vertinimas.	Nustatyti emocines problemas, asmenybės ypatumus, adaptacijos sunkumus.	Psichologijos metodikos.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn. Pagal poreikį.
2.4 Psichologinių problemų prevencija.	Padėti suprasti rizikingas situacijas, formuoti tinkamų konstruktyvių sprendimų priėmimą.	Individualūs, grupiniai užsiėmimai.	2021m. kovo mėn. - 2021m. gruodžio mėn. Pagal poreikį.
2.4.1 „Tarptautinė diena be tabako“.	Skatinti gyventojus suprasti rūkymo žalą sveikatai.	Pokalbis.	2021m. gegužės mėn.
2.4.2 „Pasaulinė psichikos sveikatos diena“.	Stiprinti psichinę sveikatą, ir skatinti toleruoti bei priimti sergančius.	Diskusija.	2021m. spalio mėn.
2.4.3 „Veiksmo savaitė – būk tolerantiškas“.	Skatinti toleranciją, pagarbą vienas kitam.	Diskusijos apie toleranciją.	2021m. lapkričio mėn.
2.4.4 Streso, nerimo įveikos prevenciniai užsiėmimai: relaksacijos ir kvėpavimo pratimų mokymų vykdymas.	Supažindinti gyventojus su įvairiomis relaksacijų formomis, mokyti stresinių situacijų metu atsipalaiduoti, išreikšti kilusias emocijas, kvėpavimo pratimų pagalba.	Autogeninės treniruotės, raumenų relaksacijos pratimai, kvėpavimo pratimai.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn. Pagal poreikį.
3. Bendradarbiavimas su specialistais.	Bendradarbiauti su specialistais, teikti ir gauti profesionalią informaciją.	Konsultacijos.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn. Pagal poreikį.
4. Kvalifikacijos kėlimas.	Dalyvauti seminaruose, konferencijose. Tobulinti profesines žinias, pagal galimybes ir poreikį.	Seminarai, mokymai, konferencijos.	2021m. kovo mėn.- 2021m. gruodžio mėn.

5. Tyrimas. Aktualus globos namams (pvz: psichologinė savijauta, asmenybės ypatumai, gyvenimo kokybė ir pan.)	Pagal tyrimo temą nustatyti išsikeltus tikslus.	Klausimynas, apklausa.	2021m. lapkričio mėn.
--	---	---------------------------	--------------------------

*Pastabos planas gali keistis pagal situaciją. Tyrimo tema bus pasirinkta pagal poreikį darbo eigoje.

Numatomi rezultatai:

1. Pagerės socialinių globos namų gyventojų, darbuotojų psichologinė savijauta.
2. Gyventojai, darbuotojai gebės konstruktyviai spręsti iškilusias problemas.
3. Vykdamas prevencinę veiklą ir psichologinį švietimą gebės tarpusavyje bendradarbiauti, dides pasitikėjimas savimi, psichologinis atsparumas.

Psichologė

Suderinta su pavaduotoja

Data:

2021-03-12



Iveta Liutkutė

Jovita Andrijauskienė