

KLIENT

# SENLIFE

## Domov pro seniory

## Domov se zvláštním režimem

### *Koučink – pilotní projekt*



Domov Senlife Mělník, nacházející se v historických prostorách bývalého augustiniánského kláštera, nabízí klientkám a klientům možnost využití dvou pobytových sociálních služeb: domova pro seniory a domova se zvláštním režimem.

#### OBLAST

*Středočeský kraj*

#### OBDOBÍ

*květen–srpen 2023*

#### KONTAKT

*Radek Kratochvíl  
radek@mila.je*

#### S KÝM JSME SPOLUPRACOVALI

*Pečující  
Aktivizační pracovníci  
Zdravotní sestry*

#### JAK JSME POSTUPOVALI

*Osobní setkání*

**ČASOVÁ DOTACE**  
**60 hodin**

Práce pracovníků v sociálních službách je velmi fyzicky a psychicky náročná. Ze zákona mají pracovníci nárok na psychosociální podporu, kterou vedení obvykle nabízí v podobě supervizí. Zákon však umožňuje využít i jiné typy podpory. Během naší praxe a výzkumu, který jsme v domovech prováděli na začátku roku 2023, jsme zjistili, že supervize je nástroj, který funguje velmi omezeně. Je to dáno nedostatkem kvalitních supervizorů a způsobem provedení, který je pro pečovatele nevyhovující (skupinová sezení vyžadující velkou míru reflexe a sdílení – pro pečovatele neznámý způsob komunikace, často nevědí, co říct, nebo se bojí cokoli vyslovit nahlas, necítí se komfortně a bezpečně). Proto jsme se rozhodli otestovat nový typ podpory formou individuálního koučinku, což je důvěrné sezení, při kterém mohou pečovatelé otevřít jakékoliv téma ze svého osobního nebo profesního života. Pilotní testování proběhlo v domově Senlife v Mělníce, za Milu do domova jezdil kouč Radek Kratochvíl.

#### CO POMŮŽE PRO LEPŠÍ ZAVEDENÍ KOUČINKU DO PRAXE:

- přístupné vedení, které má zkušenost s koučinkem (nebo zná jeho principy a benefity) a umí podřízené motivovat, podpořit je, aby to vyzkoušeli
- jasný signál od vedení, že budou rádi, když si pečovatelé během směny najdou 15–20 minut čas, opustí oddělení a zajdou za koučem

#### PŘÍNOSY KOUČINKU:

- koučink provádí nezaujatý člověk zvenčí, který nic a nikoho nehodnotí
- je to nízkoprahová, velmi přístupná forma osobní podpory (nevyžaduje žádné dovednosti, přizpůsobí se maximálně schopnostem a potřebám jednotlivce, odpadá ostych ze skupinové práce, snadno se buduje důvěra)
- pečovatelé mají možnost vyslovit nahlas, co je trápí („srovnala jsem si myšlenky“, „to je poprvé, co to někomu říkám“, „nikdy předtím jsem to nahlas nevyslovila“)
- často se probírají témata, která se týkají fungování kolektivu (např. jak se cítit přijatá v kolektivu, jak dávat zpětnou vazbu, asertivní komunikace, dodání odvahy říct v týmu něco nahlas, najít v sobě odvahu věci řešit)

**„Každý máme nějaké problémy, jak osobní, tak i v práci. V práci se vám toho od rána do večera hodně nashromáždí a potřebujete se samozřejmě někomu vypovídat. Kouči jsem mohla všechno říci. To bylo moc pozitivní.“**

– pečovatelka Jarmila\*

**„Pociťoval jsem k povolání až nechuť. V mém okolí nebyl nikdo, kdo by si se mnou o tom mohl popovídat. Lidé tomu kolikrát nerozumí nebo dávají těmto problémům malou váhu. Za sebe můžu říct, že mi koučink pomohl jako prevence vyhoření.“**

– zdravotní bratr Marek\*

Radek Kratochvíl jezdil do domova Senlife každou středu v období od června do října 2023. První dva dny pobytu v domově Radek věnoval seznámení se s chodem organizace, představení jeho služeb pečovatelkám, sestřám, aktivizačním pracovnícím a budování důvěry. Následující týdny byl vždy ve středu od 13 do 17 hod. k dispozici v místní kavárně (v budově domova), kam za ním mohli pečující přijít, pokud měli čas a chuť. Sezení vznikala ad hoc podle momentální situace na směně, pečovatelé se zastavili obvykle na 15–20 minut. Celkem proběhlo 12 návštěv.

### **HODNOCENÍ PEČOVATELŮ:**

Po skončení projektu jsme požádali pečovatele o vyplnění anonymního dotazníku, ve kterém jsme se ptali:

- zda se jim podařilo vyřešit téma, se kterým přišli
- jak hodnotí zkušenost s koučováním
- co koučováním získali

Radek získal zpět 10 hodnocení s vysokými známkami a komentáři, že získali nový pohled na věc, nadhled. Hodnocení od pečujících tedy bylo velmi pozitivní.

### **NAŠE HODNOCENÍ:**

Pilotní testování považujeme za velmi úspěšné a koučink vidíme jako přístupnější alternativu psychosociální podpory ke klasickým supervizím. Především možnost opakovaného návratu do domova, postupné budování důvěry a navazování dlouhodobější spolupráce může přinést skutečně pozitivní změnu nejen do osobního života pečujících, ale i do pracovního kolektivu.

*Ilustrační foto. Zdroj: Jsme MILA, z. s.*

