

EGYÉNI KIVÁLTÁST ÉS FELKÉSZÍTÉST TÁMOGATÓ SZÜKSÉGLETMÉRÉS (EKISZ2) ÉS EGYÉNI KOMPLEX KIVÁLTÁSI FEJLESZTÉSI TERV (EKKIFET) ESZKÖZRENDSZER

II. kötet
Készségfeltár

A dokumentum az EFOP-1.9.1-VEKOP-15-2016-00001 kódszámú „**TÁRS PROJEKT – Szociális intézményi férőhely kiváltási szakmai koordinációs műhely kialakítása**” című kiemelt projekt keretében készült.

Szerzők:

Bartal Anita
Gordos Erika
Horváth-Benyés Rita
Horváth Zsuzsanna
Kovács Éva
Matolcsi Rita
Sebestyén Krisztina
Szabóné Ivánku Zsuzsanna
Szász Gizella
Szücs Ágnes

Szakértő:

dr. Palkó Gábor Ferenc tapasztalati szakértő



A kiadvány a Társ Projekt Szolgáltatásfejlesztési Munkacsoportjának koordinálásával készült.

Budapest, 2018. május 10.



Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft.

1138 Budapest, Váci út 191.
Telefon: +36 1 450 3230, +36 1 450 3240
E-mail: titkarsag@fszk.hu
Weboldal: www.fszk.hu

TARTALOMJEGYZÉK

EGYÉNI KIVÁLTÁST ÉS FELKÉSZÍTÉST TÁMOGATÓ SZÜKSÉGLETFELMÉRÉS ÉS EGYÉNI KOMPLEX KIVÁLTÁSI FEJLESZTÉSI TERV ESZKÖZRENDSZER	7
AZ EKISZ2 ÉS AZ EKKIFET CÉLJA	7
AZ ESZKÖZRENDSZER FELÉPÍTÉSE	9
KÉSZSÉGLELTÁR	13
KÉSZSÉGEK ÉS KÉPESSÉGEK FELMÉRÉSE	13
KOMPETENCIA- ÉS FELMÉRÉSI TERÜLETEK	14
A. modul: Önálló életvitellel kapcsolatos kompetenciák	15
B. modul: Kommunikációs kompetenciák	16
C. modul: Szociális és interperszonális kompetenciák	17
D. modul: Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	18
A KÉSZSÉGLELTÁR FELÉPÍTÉSE	18
Alapkészségek és részképességek	19
Felmérő lap	19
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok	19
A KÉSZSÉGLELTÁR ALKALMAZÁSA	20
A folyamat lépései	20
Értékelés	21
Az alapkészségek értékelése	21
A részképességek értékelése	22
Felmérési eredmények rögzítése és felhasználása	22
Megfigyelési napló	22
Adatrögzítő rendszer	23
Az intézményi férőhely kiváltás különböző célcsoportjainak felmérése	23
FELMÉRÉSI TERÜLETEK	25
A. ÖNÁLLÓ ÉLETVITELLEL KAPCSOLATOS KOMPETENCIÁK	26
A.1. ÖNELLÁTÁS	27
Felmérő lap - Öltözködés	28
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Öltözködés	32
Felmérő lap - Tisztálkodás, személyi higiénia	39

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Tisztálkodás, személyi higiénia	46
Felmérő lap - Étkezés	64
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Étkezés	69
Felmérő lap - Segédeszközök használata és tisztán tartása	81
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Segédeszközök használata és tisztántartása	83
Felmérő lap - Étel elkészítése	87
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Étel készítése.....	92
A.2. HÁZTARTÁSI TEVÉKENYSÉGEK	104
Felmérő lap - Takarítás	105
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Takarítás	111
Felmérő lap - Lakókörnyezet rendbentartása	127
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Lakókörnyezet rendbentartása	131
Felmérő lap - Mosás, ruházat tisztán tartása.....	141
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok.....	144
Felmérő lap - Bevásárlás	151
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok.....	154
A.3. EGÉSZSÉGÜGYI TEVÉKENYSÉGEK	161
Felmérő lap - Általános egészségügyi tevékenységek	162
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Általános egészségügyi tevékenységek.....	168
Felmérő lap - Gyógyszerek szedése	184
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Gyógyszerek szedése	186
A.4. MOBILITÁS.....	189
Felmérő lap - Finommotorika	190
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Finommotorika	193
Felmérő lap - Nagymozgás	200
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Nagymozgás	204
Felmérő lap - Épületen belüli közlekedés	224
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Épületen belüli közlekedés.....	225
Felmérő lap - Településen belüli közlekedés.....	227
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok – Településen belüli közlekedés....	229
Felmérő lap - Településen kívüli közlekedés.....	234

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Településen kívüli közlekedés.....	236
A.5. PÉNZKEZELÉS	239
Felmérő lap - Pénzkezelés.....	240
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok – Pénzkezelés és pénzbeosztás ...	244
A.6. SZABADIDŐ	255
Felmérő lap - Szabadidő.....	256
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Szabadidő.....	259
A.7. BIZTONSÁG	268
Felmérő lap - Biztonság.....	269
Tartalom, magyarázat, fejlesztési javaslatok - Biztonság	273
B. KOMMUNIKÁCIÓS KOMPETENCIÁK.....	279
B.1. KOMMUNIKÁCIÓS KÉSZSÉGEK.....	280
Felmérő lap - Kommunikációs készségek	281
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Kommunikációs készségek	284
B.2. KOMMUNIKÁCIÓS KÉSZSÉGEK ALKALMAZÁSA TÁRSAS HELYZETEKBEN	294
Felmérő lap - Kommunikációs készségek társas helyzetekben való alkalmazása.....	295
Tartalom, magyarázat, beavatkozás javaslatok - Kommunikációs készségek társas helyzetekben való alkalmazása	298
C. SZOCIÁLIS ÉS INTERPERSZONÁLIS KOMPETENCIÁK.....	307
C.1. TÁRSAS KAPCSOLATOK.....	308
Felmérő lap - Társas kapcsolatok	309
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Társasa kapcsolatok	312
C.2. JOGOK ÉS KÖTELEZETTSÉGEK	320
Felmérő lap - Jogok és kötelezettségek	321
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Jogok és kötelezettségek	323
C.3. ÉLETVEZETÉS	327
Felmérő lap - Életvezetés	328
Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Életvezetés	331
D. MUNKAÉVGZÉSSSEL ÖSSZEFÜGGŐ ÉS AKADÉMIKUS KOMPETENCIÁK	337
D.1. ÁLTALÁNOS ISMERETEK ÉS TUDÁS	338
Felmérő lap - Időfogalom és időtartás.....	339
Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Időfogalom és időtartás ...	341
Felmérő lap - Akadémikus készségek.....	346

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Akadémikus készségek ...	349
D.2. MUNKAVÁLLALÁSSAL KAPCSOLATOS KÉSZSÉGEK.....	367
Felmérő lap - Munkaerő-piaci ismeretek és készségek.....	368
Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkaerő-piaci ismeretek és készségek.....	371
Felmérő lap - Munkakészségek	384
Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkakészségek.....	386
Felmérő lap - Oktatásban való részvétel	395
Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Oktatásban való részvétel.....	396
D.3. MUNKAVISELKEDÉS.....	400
Felmérő lap - Munkaviselkedés.....	401
Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkaviselkedés	403
A LAKÓ ADATAI	411
FELHASZNÁLT IRODALOM	419

EGYÉNI KIVÁLTÁST ÉS FELKÉSZÍTÉST TÁMOGATÓ SZÜKSÉGLETFELMÉRÉS ÉS EGYÉNI KOMPLEX KIVÁLTÁSI FEJLESZTÉSI TERV ESZKÖZRENDSZER

AZ EKISZ2 ÉS AZ EKKIFET CÉLJA

Az Egyéni kiváltást és felkészítést támogató szükségletfelmérés (EKISz2) és az Egyéni komplex kiváltási fejlesztési terv (EKKiFeT) eszközrendszer célja a szolgáltatást igénybe vevő emberek önálló életviteli és önellátási képességeinek, kompetenciáinak, valamint a foglalkoztathatóság és a foglalkozási rehabilitációs szükségletek munkavégzés és feladatellátás közben történő felmérése; továbbá annak a meghatározása, hogy az egyénnek milyen beavatkozásokra: támogatásra, fejlődést lehetővé tevő szolgáltatásokra, tevékenységekre van szüksége a támogatott lakhatásra történő felkészülés során.

Az Egyéni kiváltási szükségletfelmérés (EKISz1) és a Komplex támogatási szükségletmérés (TSZA) a szolgáltatástervezést segítő információkat és támogatási szükségleteket gyűjtik össze az életminőség faktoraihoz, területeihez és indikátoraihoz illeszkedve. Az EKISz1 a kiváltási pályázatok és kiváltási tervek elkészítését alapozza meg az egyéni szolgáltatási szükségletek rögzítésével, míg a TSZA a támogatott lakhatás szolgáltatás igénybevételének és az egyéni szolgáltatási terv elkészítésének jogszabályban rögzített alapja. Az EKISz2 a két felmérési eszköz struktúráját figyelembe véve, az intézményi férőhely kiváltás tervezése és a támogatott lakhatás közötti időszak eszköze, amely a támogatott életvitelhez kapcsolódóan kompetenciaterületeket, ezeken belül pedig alapkészségeket és rész-képességeket határoz meg, ezzel válik az önálló életre való felkészítés támogató eszközévé.

Az EKISz1-ben rögzített, a kiváltás tervezését segítő adatokat és információkat az EKISz2 felmérés során felül kell vizsgálni és figyelembe kell venni a módszertanban meghatározott módon. Az EKISz1 és az EKISz2 egymásra épül, az utóbbi támaszkodik az EKISz1-ben rögzített adatokra és használja azokat a tervezés során. A két felmérés közös adatbázist generál (Adatrögzítő rendszer¹), együttesen alkotják a Komplex kiváltási szükségletfelmérést.

Gyakorlati szempontból az EKISz2 a két felmérési pont, az EKISz1 és a TSZA közötti fejlődési-fejlesztési utat rajzolja meg. A felmérési-tervezési folyamat során elkészülő EKKiFeT alkalmas a támogatott lakhatásban élő személyek lehető legnagyobb fokú önállóságának eléréséhez szükséges támogatás megtervezésére és nyomon követésére.

¹ Az Egyéni kiváltási szükségletfelmérés (EKISz1) és az Egyéni kiváltási és fejlesztési szükségletfelmérés (EKISz2) során összegyűjtött, az érintett személyre vonatkozó adatok, információk és a készségfelmérés eredményeinek rögzítésre szolgáló adatbázis.

Az EKISz2 és az EKKiFeT együttesen képet adnak arról, hogy mely lépések és milyen felkészítés, beavatkozások, környezeti adaptációs eszközök szükségesek a minél önállóbb életvezetés eléréséhez, a támogatott életvitel megvalósításához.

Az eszkörendszer alkalmazásával csökkenthetőek vagy átstrukturálhatóak a támogatási szükségletek. A költözést követően a módszer a támogatott lakhatásban élő személy fejlődésének nyomon követésére, további fejlesztési irányok és újabb célok meghatározására is használható.



1. ábra Az életminőség és a támogatott lakhatáshoz kapcsolódó felmérő eszközök összefüggése (saját szerkesztés)

Az EKISz2 és EKKiFeT eszkörendszernek nem célja és feladata diagnosztikus állapotfelmérés, ezért nem helyettesítheti az erre alkalmas célcsoportspecifikus felmérő eszközöket, melyek használata mindenképp indokolt a speciális szükségletű személyek terápiás támogatásának tervezéséhez, és amely eszközök alkalmazásának feltétele célzott szakmai képzés/képesítés, és a speciális szükségletű célcsoport fejlesztésében szerzett szakmai tapasztalat.

Az eszkörendszer célja, hogy az intézményekben egyéni gondozási/fejlesztési terveket készítő, és a támogatott életvitelre való felkészítésben résztvevő szakembereknek, intézményi munkatársaknak nyújtson támpontot a felkészítési folyamatban. A módszertan alkalmazása az érintett lakó személyes céljaira alapoz, ezzel segíti bevonódásukat. A módszertan részletes készisgleltárral és a célcsoportspecifikus szempontok bemutatásával segítséget nyújt az eszkörendszer egyénre szabott alkalmazásához, ráirányítja a figyelmet a támogató és segítő technológiák fontosságára, egyénre szabott tervével pedig a támogatott életvitelhez szükséges készségek és képességek fejlődését szolgálja.

AZ ESZKÖZRENDSZER FELÉPÍTÉSE

Az **Egyéni kiváltást és felkészítést támogató szükségletfelmérés és az Egyéni komplex kiváltási fejlesztési terv eszköztárára az alábbi eszközökből épül fel:**

- Személyközpontú megközelítés és tervek készítése;
- Készségek és képességek felmérése;
- Kockázatok elemzése és kezelése;
- Egyéni komplex kiváltási fejlesztési terv (EKKiFeT) készítése.

A felsorolás tükrözi az alkalmazás folyamatának lépéseit. **A felmérési és tervezési lépéseket, valamint azok eszközeit dinamikusan és ciklikusan ismétlődő folyamatként szükséges alkalmazni.** A folyamatjelleg miatt az egyes tevékenységekhez vissza lehet és vissza is kell térni.

A támogatott életvitelre való felkészülést segítő felmérési és tervezési eszköztár dokumentációja részletes módszertani útmutatót, felmérési és tervezési eszközöket, valamint az alkalmazást segítő példákat, jó gyakorlatokat tartalmaz.

Az eszköztárat három kötet mutatja be:

- I. kötet *Módszertani útmutató*;
- II. kötet *Készségjegyzék*;
- III. kötet *Beavatkozások tervezése*.

A *Módszertani útmutató* című kötet az intézmény férőhely kiváltáshoz kapcsolódó felmérési eszközök összefüggéseinek bemutatása mellett leírja az EKISz2-EKKiFeT eszköztár alkalmazásának folyamatát, illetve tartalmazza a felmérési és tervezési eszközök leírását, az egyes eszközök használatára vonatkozó útmutatót, valamint a használatot segítő gyakorlati példákat.

Az eszköztár használatát dokumentumsablonok, a felmérés elvégzéséhez és az eredmények felhasználásához szükséges adatkezelési hozzájárulás, titoktartási nyilatkozat és adatkezelési szabályzat minta, valamint az adatok rögzítésére, tárolására, összegzésére szolgáló Adatrögzítő rendszer felhasználói kézikönyve segíti.²

A nagylétszámú bentlakásos intézményi ellátásról **a közösségi szolgáltatások igénybevitelére való áttérés során kiemelt szerepet kap, hogy a gondozás minőségére koncentráló ellátást felváltsa az igénybevevők életminőségére fókuszáló**

² A módszertan alkalmazását adatkezelési szempontból a következő mintadokumentumok segítik: Adatkezelési hozzájárulás, Könnyen érthető tájékoztató, Titoktartási nyilatkozat, Adatkezelési szabályzat. A mintadokumentumok külön érhetőek el, valamint az Adatrögzítő rendszer dokumentumsablonjai közül tölthetőek le.

Szintén különálló dokumentum az Adatrögzítő rendszer használatát segítő felhasználói kézikönyv.

szolgáltatásnyújtás. Az életminőség egyéni személyiségjegyek és környezeti tényezők által befolyásolt kulcs-életterületek (kulcsterületek) multidimenzionális egysége. A kulcsterületek minden ember esetében azonosak, bár az egyes személyek számára e területek jelentősége és értéke egyénre jellemzően változó mintázatot mutat. Az egyéni igények és szükségletek megragadása érdekében az eszközrendszer szemléleti keretét a személyközpontú megközelítés határozza meg. Ezért **az eszközrendszer első eleme a személyközpontú megközelítés és tervezés.**

A felmérés és a támogatott lakhatásra való felkészítés, illetve **az önállóság fejlesztésének folyamatában a személyközpontú terv lesz minden beavatkozás, felkészítés, fejlesztés alapja.**

A személyközpontú tervezés eszközeként a MAPS/TÉRKÉPEK alkalmazását javasoljuk. Emellett specifikus, egy-egy problémakörre vagy életterületre, tevékenységre vonatkozóan is bemutatunk személyközpontú tervezési eszközöket, ezek alkalmazása egy-egy szempont részletesebb feltárását és mélyebb tervezési munkát tesz lehetővé.

Az eszközrendszer második eleme a készségek és képességek felmérése. A készségfelmérés a **Készségfeltár segítségével, strukturált megfigyeléssel történik.** A Készségfeltár a támogatott életvitelhez kapcsolódó kompetenciaterületek mentén tartalmazza a vizsgálandó készségeket és képességeket, azok magyarázatát, illetve a készségekhez és képességekhez kapcsolatosan a lehetséges fejlesztési irányokat és beavatkozásokat. A személy kompetenciáit **természetes élethelyzetekben, tevékenység közben történő megfigyeléssel, vagy mesterséges feladathelyzetekben történő megfigyeléssel vizsgálja a felmérő.**

Az eszközrendszer harmadik eleme a kockázatok felmérése és kezelése. A személyközpontú tervezés és a készségfelmérések során összegyűjtött potenciális kockázatokat elemezni és értékelni szükséges. A kockázatok bekövetkezésének valószínűsége és a bekövetkezés esetén okozott hatás nagysága alapján osztályozzuk, súlyozzuk. Kockázatkezelési terv készítése azon kockázatok esetében javasolt, melyek bekövetkezési valószínűségük és következményeik alapján szignifikánsnak tekinthetők. A kockázatkezelési tervek az Egyéni komplex kiváltási fejlesztés terv részét képezik.

Az eszközrendszer negyedik eleme az Egyéni komplex kiváltási fejlesztési terv (EKKiFeT) készítése.

Az EKKiFeT a felmérési-tervezési folyamatot szintetizáló dokumentum, ennek megfelelően tartalmazza:

- A személyközpontú tervezés eredményeként meghatározott személyes célt;
- A cél eléréséhez szükséges részcélokat;
- Azokat a területeket, ahol felmérést tervezünk;
- A beavatkozást, fejlesztést igénylő alapkészségek és részképességek fejlesztése érdekében tervezett személyes beavatkozásokat, fejlesztési-tanítási-oktatási tevékenységek megnevezését, felelősök és határidők kijelölésével;

- Tervezett eszközös beavatkozásokat, környezeti átalakításokat felelősök és határidők kijelölésével;
- Az egészségügyi, terápiás, támogató és segítő technológiákkal kapcsolatos beavatkozásokat az igény, szükséglet megfogalmazásával és felelősök, valamint határidők kijelölésével;
- A felméréshez és fejlesztéshez szükséges környezeti feltételeket;
- Foglalkoztatással kapcsolatos információkat és terveket;
- Lakhatással kapcsolatos igényeket;
- Egyéb fontos és rögzítendő információkat.

A terv mellékletei a személyközpontú terv, a készségfelmérés eredményei, valamint a kockázatkezelési tervek.



2. ábra EKKiFeT elkészítésének folyamata (saját szerkesztés)

A Készségfeltár című kötet bemutatja a támogatott életvitelhez kapcsolódó felmérési területeket:

- modul: Önálló életvitellel kapcsolatos kompetenciák
- modul: Kommunikációs kompetenciák
- modul: Szociális és interperszonális kompetenciák
- modul: Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák

A kötet tartalmazza az egyes területeken alkalmazandó felmérő lapokat, a kompetenciaterületeken felsorolt alapkészségek és részképességek magyarázatát, valamint alapkészségekhez kapcsoltn megjelöli a lehetséges fejlesztési irányokat és beavatkozásokat.

A Készségletár **segítségét nyújt természetes élethelyzetek megfigyeléséhez vagy mesterséges feladathelyzetek kialakításához.** Az alapkészségek és részképességek tartalma, magyarázata megadja a megfigyelési helyzetet, melyben a felsorolt alapkészségeket és részképességeket (megfigyelési szempontokat) szükséges értékelni, a megfigyelés eredményei, azaz a megadott szempontok értékelése pedig a *Módszertani útmutatóban* lefektetett módon rögzíthető.

A Készségletárban meghatározott, a támogatott életvitelhez szorosan kapcsolódó kompetenciaterületek, készségek felmérése meghatározza a beavatkozások fő területeit is.

A Beavatkozások tervezése című kötetben a Készségletár területei mentén bemutatott lehetséges beavatkozásokat kiegészítve, **általános és célcsoportspecifikus beavatkozási stratégiákat, eszközöket, módszereket és jó gyakorlatokat mutatunk be.**

A **Célcsoportspecifikus beavatkozások** fejezetei külön foglalkoznak az

- az értelmi fogyatékos személyek;
- az autizmus spektrum zavarban érintett személyek;
- a pszichoszociális fogyatékossgal élő személyek;
- a szenvedélybeteg személyek;
- a látássérült személyek;
- a hallássérült személyek;
- a mozgássérült személyek;
- a súlyosan, halmozottan fogyatékos személyek közösségi életvitelének támogatásával és a felkészülés sarokpontjaival.

Az EKISz2-EKKiFeT eszközrendszert bemutató köteteket együttesen tekintjük a támogatott lakhatásra való felkészítés új, az eddigi felmérési és tervezési módszerek és eszközök sorába illeszkedő módszernek. A továbbiakban általánosan módszertanként vagy specifikusan az eszközök vagy a kötetek megnevezésével utalunk az egyes elemekre az eszközök és a használat bemutatása során.

Az EKISz2-EKKiFeT eszközrendszer alkalmazása folyamatjellegű és ciklikus, ebből adódóan alkalmas arra, hogy a felkészítést kísérje lépésről lépésre, valamint segítségével olyan célokkal és területekkel foglalkozzon a szakember, amelyek prioritást jelentenek a támogatott lakhatásba költöző személy számára és illeszkednek az intézményi tervekhez is.

A támogatott életvitelre való felkészítést segítő eszközrendszer használata ideális esetben nem fejeződik be a támogatott lakhatásba való költözéssel, hanem újabb célok

és prioritások kijelölése mellett alkalmas arra, hogy a támogatott életvitelhez szükséges készségek és képességek fejlesztését és fejlődését hosszú távon irányítsa és kövesse.

KÉSZSÉGLELTÁR

KÉSZSÉGEK ÉS KÉPESSÉGEK FELMÉRÉSE

Az EKISz2-EKKiFeT eszközrendszer alkalmazásának második lépése a készségek és képességek felmérése.

A készségfelmérés célja, hogy a módszertanban meghatározott, a támogatott életvitel kialakításához és fenntartásához szorosan kapcsolódó területeken felmérje az érintett személy kompetenciaszintjét, valamint összegyűjtse és rendszerezze azokat az adatokat és információkat, melyek a támogatott életvitelhez szükséges beavatkozások megtervezését segítik.

A készségfelmérés segítségével a szakember meg tudja határozni, hogy a személy a támogatott életvitelhez kapcsolódóan milyen kompetenciákkal rendelkezik, egyes készségei és képességei milyen szinten vannak a felmérés időpontjában. A felmérés során a személy valós, meglévő képességeire és készségeire támaszkodunk, a beavatkozások során pedig támogatjuk azoknak a készségeknek a fejlődését, amelyek még kialakulóban vannak vagy részben figyelhetőek meg.

A készségfelmérés a strukturált megfigyelés módszerét alkalmazza: a szakember speciális mérőeszközök nélkül, meghatározott területeken és meghatározott megfigyelési szempontok alapján gyűjt információt az érintett személyre vonatkozóan. A személy viselkedését, kompetenciaszintjét **természetes élethelyzetben, a tevékenység közben történő megfigyeléssel, vagy mesterséges feladathelyzetben történő megfigyeléssel** vizsgálja a felmérő. A módszertanban meghatározott készségfelmérés **nem diagnosztikus célú,** nem alkalmas diagnosztikus jellegű állapotfelmérésre.

Intézményi körülmények között a támogatott életvitelhez szükséges kompetenciák csak korlátozott mértékben figyelhetőek meg természetes élethelyzetben, ezért elsősorban feladathelyzetben történik a felmérés.

A készségfelmérés a Készségfeltár eszközt használja. A Készségfeltár a támogatott életvitelhez kapcsolódó kompetenciaterületek mentén tartalmazza a vizsgálandó készségeket és képességeket, azok magyarázatát, illetve készségekhez és képességekhez kapcsoltna a lehetséges fejlesztési irányokat és célcsoport-specifikus beavatkozásokat. A készségek és képességek, illetve a fejlesztési irányok és beavatkozások együttes meghatározásával megállapítható a jelenlegi kompetenciaszint, megtervezhető az egyénre szabott, a támogatott életvitelre való felkészítés és fejlesztés iránya; valamint kijelölhetőek a személyes vagy eszközös beavatkozások.

KOMPETENCIA- ÉS FELMÉRÉSI TERÜLETEK

A Készségfeltár a támogatott életvitelhez kapcsolódóan négy kompetenciaterületet és ezeken belül 30 felmérési területet foglal magába.

A. Önálló életvitellel kapcsolatos kompetenciák

A.1. Önellátás

- A.1.1. Öltözködés
- A.1.2. Tisztálkodás, személyi higiénia
- A.1.3. Étkezés
- A.1.4. Segédeszközök használata és tisztán tartása

A.2. Háztartási tevékenységek

- A.2.1. Étel elkészítése
- A.2.2. Takarítás
- A.2.3. Lakókörnyezet rendben tartása
- A.2.4. Mosás, ruházat tisztán tartása
- A.2.5. Bevásárlás

A.3. Egészségügyi tevékenységek

- A.3.1. Általános egészségügyi tevékenységek
- A.3.2. Gyógyszerek szedése

A.4. Mobilitás

- A.4.1. Finommotorika
- A.4.2. Nagymozgás
- A.4.3. Épületen belüli közlekedés
- A.4.4. Településen belüli közlekedés
- A.4.5. Településen kívüli közlekedés

A.5. Pénzkezelés

A.6. Szabadidő

A.7. Biztonság, balesetvédelem

B. Kommunikációs kompetenciák

B.1. Kommunikációs készségek

B.2. Kommunikációs készségek alkalmazása társas helyzetekben

C. Szociális és interperszonális kompetenciák

C.1. Társas kapcsolatok

C.2. Jogok és kötelezettségek

C.3. Életvezetés

D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus³ kompetenciák

D.1. Általános ismeretek és tudás

D.1.1. Időfogalom és időtartás

D.1.2. Akadémikus készségek

D.2. Munkavállalással kapcsolatos készségek

D.2.1. Munkaerő-piaci ismeretek és készségek

D.2.2. Munkakészségek

D.2.5. Oktatásban való részvétel

D.3. Munkaviseelkedés

A. modul: Önálló életvitellel kapcsolatos kompetenciák

A fogyatékos személyek önálló életvitele azt jelenti, hogy ugyanazokkal a jogokkal rendelkeznek, mint a társadalom nem fogyatékos tagjai: „Az önálló életvitel tehát olyan életvitel, mint bárki másé, bármely emberé. Azokkal a lehetőségekkel és korlátokkal, amennyi mindenki más számára is fennáll. A fogyatékos ember számára ez az önrendelkezést jelenti, szakítást az addigi gondoskodó szemlélettel, a küzdelem, a bukás felvállalását is. Az önálló életvitel tehát azt jelenti, hogy az egyén saját maga határozza meg az életét.”⁴

Az önálló életvitel belső feltétele a fogyatékos személy gondolkodása, önismerete, korlátainak és lehetőségeinek megismerése és megfogalmazása önmaga és mások számára. Külső feltételei a mikrokörnyezet és a makrokörnyezet számos elemében azonosíthatóak, mint pl. a család, barátok és segítők, a lakókörnyezet kialakítása, a szolgáltatásokhoz való hozzáférés, a támogató és segítő technológiák megfelelősége.⁵

Az önálló, önrendelkező életvitel akadályát jelenti, hogy a fogyatékos emberek gyakran a legalapvetőbb önellátásban is segítségre szorulnak. **Az önállóság fejlesztéséhez, az önálló életvitelhez a fogyatékos személyek igényeik és szükségleteik alapján eltérő mértékben felkészítést, személyi segítséget, valamint a szolgáltatásokhoz való egyenlő**

³ Akadémikus készségek: írás, olvasás, számolás, mérés.

⁴ Zalabai Péterné (2009) Önálló életvitelt segítő eszközök, munkahelyi akadálymentesítés és munkaeszközök adaptációja. Eötvös Loránd Tudományegyetem Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest, 10. <http://www.etikk.hu/wp-content/uploads/2013/05/munkahely-zalabai.pdf>

⁵ Zalabai (2009) 13.

esélyű hozzáférés biztosítását igénylik.⁶ Támogatás alatt érthetünk minden technológiát, személyi segítséget, eszközt, stb., melyek az egyén önállóbb életét szolgálják. Az önrendelkező, támogatott életvitel megvalósításához a hazai bentlakásos intézményi gyakorlatban a támogatott lakhatás ad lehetőséget.

A támogatott lakhatás az érintett személy életkorának, egészségi állapotának és önellátási képességnek megfelelően biztosít lakhatást, esetvitelt, a közszolgáltatások és a társadalmi életben való részvételt segítő **más szolgáltatások igénybevételében való segítségnyújtást, valamint szükségletmérés alapján 9 szolgáltatási elemet az önálló életvitel fenntartása, illetve elősegítése érdekében** (Szociális tv. 75. §). A támogatott lakhatás jellegzetessége, hogy a különböző életterületek (otthoni élet, munka és szabadidő) tevékenységei és helyszínei is jól elkülönülnek egymástól.

Bentlakásos intézményi keretek között az érintettek számos tevékenységet felnőttként sem végeznek, vagy azért, mert erre nincs lehetőségük, vagy azért, mert nincs „szükségük”, mivel „totális ellátásban” részesülnek. **A támogatott lakhatásban az önellátás, a háztartásvezetés és a közlekedés új lehetőségek és kihívások elé állítja a lakókat. A szabadidő eltöltésében is előtérbe kerülhetnek az egyéni érdeklődését, igényeket és készségeket figyelembe vevő szabadidős tevékenységek,** illetve az ebben való részvétel támogatása.

Az önálló életvezetéssel kapcsolatos kompetenciák a készségletár legnagyobb területe. **A kompetenciaterület magában foglalja az otthoni élet számos aspektusát** (önellátás: öltözködés, tisztálkodás, étkezés, segédeszközök használata; háztartási tevékenységek: ételkészítés, takarítás, lakókörnyezet rendben tartása, mosás, bevásárlás); **az egészségügyi tevékenységeket, a mobilitást, a pénzkezelést, valamint a szabadidő eltöltésével kapcsolatos felmérési szempontokat.** A biztonság átfogóan vizsgálja az önálló életvitellel kapcsolatos, illetve a kommunikációs és szociális kompetenciák alkalmazása során felmerülő veszélyeket és kockázatokat.

B. modul: Kommunikációs kompetenciák

A humán kommunikáció jelek segítségével történő információcsere, közlési folyamat. **A kommunikáció alapvetően társas viselkedés, mely a reflexektől a nyelvhasználatig terjedhet.** A kommunikáció fogalmába tartoznak a nyelvek, a kivetített szöveg, a Braille-nyomtatás, a taktilis kommunikáció, a nagyméretű betűkkel történő nyomtatás, a hozzáférhető multimédia, valamint az írott, a hangzó és az egyszerű szöveg, a felolvasás, illetőleg az augmentatív, beleértve a hozzáférhető kommunikációs és információs technológiát, a kommunikáció alternatív módozatai, eszközei és formái. A nyelv magába foglalja a beszélt nyelvet, a jelnyelvet és a nem beszélt nyelv egyéb formáit (ENSZ Egyezmény, 2. cikk⁷).

⁶ Zalabai (2009) 30.

⁷ <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0700092.tv>

A támogatott életvitel elősegítheti a lakók kapcsolatainak megújulását, színesedését és átrendeződését. Az új élethelyzetben különösen fontos, hogy a személy megfelelő kommunikációs kompetenciákkal rendelkezzen. Szükségessé válik, hogy tágabb környezetével megértse magát és ő maga is eligazodjon, értse a környezet nyelvi és egyéb jeleit.

A készségleltár a fentiekkel összhangban az alapvető expresszív (kifejező) és receptív (megértő) kommunikációs formáktól kezdve (pl. vokalizáció, gesztusnyelv, beszéd, érzelmek kifejezése) a komplex, szereplőváltásos kommunikációs helyzetekig (pl. beszélgetés, csevegés), illetve a különböző kommunikációs stílusok adekvát és hatékony használatáig terjed (pl. udvariassági formulák, asszertív kommunikáció).

C. modul: Szociális és interperszonális kompetenciák

A szociális és interperszonális kompetenciáknak nincsen széles körben elfogadott, egységes tartalmú fogalma, felsorolása. A Készségleltár elsősorban az érintett személy társas helyzetekben megfigyelhető kommunikációjára és viselkedésére helyezi a hangsúlyt. Ebben az értelemben a szociális készségek azok a viselkedési stratégiák, amelyek egy-egy meghatározott helyzetben nyilvánulnak meg, és amelyekben a szituáció helyes kezelése érdekében a kommunikációs és szociális alapkészségek (pl. verbális és nem verbális kommunikáció, érzelmek kifejezése, szociális percepció) összeadódnak. Ez teszi lehetővé a hatékony és megfelelő viselkedést, mely során a személy elérheti kívánt célját, oly módon, hogy az szociálisan elfogadható legyen és ne mások kárára történjen.⁸

A támogatott életvitel során a lakók új szerepeket fognak betölteni (pl. vásárló, fogyasztó, szomszéd) és számos új, társas helyzettel fognak találkozni, melyben helyt kell állniuk.

A kommunikációs és szociális készségek hiányosságai, sérülése a mindennapok során nehézségekhez, egyes esetekben problémás viselkedéshez vezetnek. Elsősorban tanult szabályok és viselkedések teszik lehetővé a sikeres társadalmi, közösségi részvételt.

A modul az alapvető társas készségek felől közelít az összetettebb, komplexebb szociális viselkedések felé (pl. együttműködés páros és csoportos helyzetekben, adekvát viselkedés, kapcsolatok kialakítása és fenntartása, társas együttélés szabályai, jogok és kötelezettségek, hivatalos ügyintézés). A modul tartalmaz olyan absztraktabb, nehezen megfigyelhető készségeket és képességeket is, mint az önismeret, tudatos tervezés, érdekképviselet.

Ezért kiemelten fontos, hogy a személyt több természetes élethelyzetben, szituációban is szisztematikusan megfigyeljük, és az alapkészségek alá rendelt rész-képességeknek megfelelő tevékenységek, megnyilvánulások azonosításával határozzuk meg az aktuális kompetenciaszintet. Ha a közvetlen megfigyelés bizonyos készségek esetén nem lehetséges, a felmérés beszélgetés, interjú formájában is megvalósítható.

⁸ Kasik László (2007) A szociális kompetencia fejlesztésének elmélete és gyakorlata. Iskolakultúra, 2017/11-12. http://www.epa.hu/00000/00011/00118/pdf/iskolakultura_EPA00011_2007_11_12_021-037.pdf

D. modul: Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák

A fogyatékos személyek munkaerő-piaci aktivitásának növelése az érintettek önálló, önrendelkező életvitele, közösségi részvétele szempontjából és gazdasági szempontból is kulcskérdés, ezért a foglalkozási rehabilitáció kiemelt jelentőséggel bír az önálló életvitelre való felkészülés és a támogatott lakhatás szempontjából. A támogatott lakhatás szolgáltatás során biztosítani kell a lakóhely és a munkatevékenység színtereinek szétválasztását, illetve a foglalkoztatási lehetőséghez való hozzáférést a komplex szükségletfelmérés eredményének megfelelően.

Sok lakó esetben előfordulhat, hogy nem rendelkezik munkatapasztalattal vagy a költözés miatt új munkahely keresésére lesz szükség. Kívánatos cél az érintettek integrált, nyílt munkaerő-piaci foglalkoztatása. Az intézményből, illetve intézményi foglalkoztatásból kikerülve más, új készségekre lehet szükség. A munkavégzéshez szükséges kompetenciák meghatározhatják a betölthető munkaköröket, ugyanakkor egyéni fejlődés, fejlesztés, képzés segítségével újabb munkakörök válhatnak elérhetővé a személy számára.

A modul magában foglal általános és akadémikus készségeket (pl. időfogalom és időtartás, írás, olvasás, számolás, számítógép használat), munkaerő-piaci ismereteket és készségeket (pl. motiváció, álláskeresés, állásinterjúval való részvétel), valamint munkakészségeket (pl. monotóniatűrés, finommotorika, nagymozgás) és a munkaviselkedés egyes aspektusait (figyelem, precizitás, önállóság, kezdeményezőkétség, szabálykövetés).

Mivel számos esetben az érintetteknek nincs még munkatapasztalata, a felmérést feladathelyzetek felsorolásával is támogatja a modul. Azonban azt javasoljuk, hogy amikor csak lehetséges, a munkával összefüggő kompetenciákat is természetes élethelyzetekben figyeljük meg (pl. háztartási tevékenység során vagy munkahelyen).

A KÉSZSÉGLELTÁR FELÉPÍTÉSE

A Készségfeltár komplex módon tartalmazza, hogy

- milyen összetevői, komponensei lehetnek a támogatott életvitelnek, mindezt kompetenciaterületek meghatározásával, az adott területen belüli alapkészségek és részképességek megnevezésével;
- mi az adott alapkészség, illetve részképesség tartalma: pontosan mit jelent, azaz „mit csinál” a személy, amikor ezen készségeit gyakorolja;
- mit tehetünk annak érdekében, hogy önállóbb legyen az adott területen, tevékenységben a személy.

Alapkészségek és részképességek

A Készségfeltár minden egyes kompetencia- és felmérési területen belül tartalmaz alapkészségeket és részképességeket. Az alapkészségeket részképességekre bontottuk, azaz egy alapkészséget több részképességből építettük fel. Az alapkészség kisebb egységekre, részképességekre bontása segít meghatározni, hogy egy-egy tevékenység milyen kisebb lépésekből, résztevékenységekből áll. Egy tevékenység helyes kivitelezése azt jelenti, hogy a személy rendelkezik az adott készséggel. Ha a személy nem tudja elvégezni önállóan a tevékenységet, abban az esetben a részképességeket kell vizsgálni, hogy az önálló tevékenység előmozdítása érdekében célzott beavatkozást végezhesen a szakember.

Például az Öltözködés területén vizsgáljuk, hogy a lakó önállóan veszi-e fel és le a ruháit, a cipőjét, az időjárásnak megfelelően öltözik-e stb. A cipő levétele az alábbi részképességekből áll: cipőfűzőt kiköti, cipőfűzőt meglazítja, lábát kihúzza a cipőből, kezével szükség szerint segíti.

Felmérő lap

A Készségfeltár minden felmérési területhez (pl. öltözködés, bevásárlás, társas kapcsolatok, munkaviselkedés) különálló Felmérő lapot tartalmaz. A Felmérő lapon azonosítható, hogy az a Készségfeltár melyik moduljához és melyik felmérési területéhez kapcsolódik.

A Felmérő lapon rögzíthető a felmérni kívánt személy neve, a dátum és a felmérést végző személy neve.

Ezt követi az adott felmérési területhez kapcsolt alapkészségek és részképességek felsorolása.

Az alapkészségeknél lehetőség van kockázat megjelölésére. A kockázat annak a lehetősége, hogy veszély vagy veszélyforrás következtében valaki vagy valakik megsérülnek, valamint a sérülés mértékének nagysága együttesen. Emellett az alapkészségeket háromfokú skála, a részképességeket kétfokú skála segítségével értékelhetjük.

A Felmérő lap végén lehetőség van a területhez tartozó megjegyzések rögzítésére.

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok

A Felmérő lapot követően az alapkészségek és részképességek tartalma, magyarázata, illetve az adott alapkészséghez rendelhető fejlesztési irány és a lehetséges beavatkozások leírása található.

A Készségfeltár segítséget nyújt természetes élethelyzetek megfigyeléséhez vagy mesterséges feladathelyzetek kialakításához is.

Természetes élethelyzetben a felsorolt alapkészségek és részképességek a megfigyelés szempontjai is egyúttal.

Például a reggeli öltözködés során megfigyeljük, hogy a személy ruháit, cipőjét önállóan vesz-e fel, az időjáráshoz és az alkalomhoz illő ruhát választ-e ki.

A tartalom, magyarázat segít abban, hogy mit jelent az önálló tevékenykedés.

Pl. A helyzetnek, alkalomnak megfelelően választ ruhát - Nincs szüksége támogatásra a ruhák kiválasztásában, előkészítésében. Az öltözet kellően esztétikus, illeszkedik a személy életkorához, megfelel az alapvető társas elvárásoknak.

Mesterséges feladathelyzetben az alapkészségek és részképességek felsorolása, valamint tartalma, magyarázata segíti megtervezni, kialakítani a megfigyelési helyzetet.

Például az írás felmérése során a következő feladatokat adhatjuk: betűk másolása vagy önálló írása, saját nevének leírása, mondatok és szövegrészek diktálása, önálló fogalmazás, formanyomtatvány kitöltése.

A munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák területe kiegészül konkrét feladathelyzetek leírásával.

A fejlesztési irányok és beavatkozási javaslatok a felmérés eredményein alapuló Egyéni komplex kiváltási fejlesztési terv (EKKiFeT) elkészítését segítik. Beavatkozás alatt a tervben meghatározott célok elérése érdekében végzett tevékenységek, alkalmazott módszerek és eszközök összességét értjük. További beavatkozási lehetőségeket mutat be a módszertan önálló, *Beavatkozások tervezése* című III. kötete.

A KÉSZSÉGLELTÁR ALKALMAZÁSA

A folyamat lépései

A képességek és készségek felméréshez szükséges személyi, tárgyi és technikai feltételeket, a szükséges elméleti és gyakorlati ismereteket, szempontokat, valamint a felmérés pontos menetét a módszertan önálló, *Módszertani útmutató* című I. kötete tartalmazza.

A folyamat meghatározó lépései az alábbiak:

1. Személyközpontú tervezés: eredménye egy reális, a személy szempontjából fontos és releváns cél megfogalmazása. A cél alapján történik a cél eléréséhez szükséges részcélok meghatározása. A tervezés során a részcélokat támogatott életvitel kialakításához és fenntartásához szorosan kapcsolódó területekhez rendeljük hozzá és rögzítjük az EKKiFeT I. és II. pontjában.

2. Felmérendő területek, alapkészségek kijelölése: Nem szükséges a készségleltárban található összes alapkészség és részképesség felmérése egyszerre! Azokat a területeket kell először feltérképeznünk, amelyek a személy számára fontos cél(ok) eléréséhez elengedhetetlenül szükségesek. Az eszközrendszer folyamatjellegű, ciklikus alkalmazása

lehetővé teszi, hogy egy többéves fejlesztő-felkészítő folyamat során minden lényeges területet érintsünk. A kiválasztás szempontjait a *Módszertani útmutató* tartalmazza.

3. Megfigyelési helyzetek tervezése: Egy megfigyelési helyzettel számtalan alapkészséget és részképességet meg tudunk vizsgálni. Pl. az ételkészítés a bevásárlással, a pénzkezeléssel, az étel tálalásával és elfogyasztásával, így egy laklommal több felmérési terület vagy azok egy-egy alapkészsége is felmérhető együttesen. Természetes élethelyzet vagy mesterséges feladathelyzet megfigyelése előtt érdemes a Készségfeltár kapcsolódó területeit áttekinteni.

4. Felmérés előkészítése: személyi, tárgyi és technikai feltételek biztosítása.

5. Felmérés: megfigyelési helyzetben a megadott szempontok értékelése és a kockázatok megjelölése. A felmérés során csak a kockázatok azonosítása a cél. A kockázatok elemzése a teljes módszertan alkalmazásának egy másik lépése, mely során kiderülhet, hogy az kockázattal nem kell számolnunk a felkészülés vagy a támogatott lakhatás során.

6. Az eredmények rögzítése és felhasználása: a megfigyelés körülményeit és eredményeit Megfigyelési napló és Felmérő lapok segítségével dokumentáljuk, a személy adatait és a készségfelmérés eredményeit elektronikus adatbázisban, az Adatrögzítő rendszerben tárolhatjuk, és a későbbiekben módosíthatjuk.

Értékelés

A felmérést végző szakember feladata a felmérési célnak megfelelő természetes élethelyzetek kiválasztása vagy mesterséges feladathelyzetek kialakítása, majd a személy kompetenciájának értékelése az adott helyzetben. A megfigyelési helyzetben azt vizsgáljuk, hogy a személy az adott tevékenységet hogyan végzi el, milyen támogatási szükséglete van, illetve a tevékenységben valóban szükséges-e, és ha igen, akkor milyen típusú segítség számára.

Az alapkészségek értékelése

Az alapkészségeket az alábbi háromfokú skálán értékeljük:

- A.** A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.
- B.** A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.
- C.** A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Amennyiben a válasz A., azaz a készség kialakult, további teendők ezen a területen jelenleg nincs, a személy adott területen, tevékenységben önálló, továbbléphetünk a következő vizsgálandó alapkészségekre.

Amennyiben a B. választ jelöljük, azaz a készség jelenleg alakul, meg kell vizsgálnunk és értékelnünk kell az alapkészséghez tartozó részképességeket is annak érdekében, hogy

meg tudjuk állapítani, pontosan hol van az elakadás, mely részképesség terén van a személynek nehézsége.

Amennyiben a válasz C., azaz a készség nem észlelhető, a személy sikertelen vagy nem próbálkozik a helyzet megoldásával, a fejlesztést valószínűleg egy másik alapképességgel vagy területen kell majd megkezdni.

A részképességek értékelése

A részképességek vizsgálata során egy kétfokú skálával értékeljük az adott részképesség megfigyelhetőségét, jelenlétét, azaz a kompetenciaszintet:

Igen: a személy rendelkezik az adott részképességgel, sikeresen végzi el a (rész)feladatot.

Nem: a személy nem rendelkezik az adott részképességgel, nem sikeres a (rész)feladat elvégzésében.

Felmérési eredmények rögzítése és felhasználása

A természetes élethelyzetben vagy mesterséges feladathelyzetben történő megfigyelést Megfigyelési naplóban rögzíti a felmérést végző szakember. A megfigyelés során vagy a napló elkészítését követően használhatóak az adott területek Felmérő lapjai. A felmért alapképességek és részképességeket, a megfigyelés eredményeit az Adatrögzítő rendszerben kell tárolni. Újabb felméréseket szintén ezen a módon kell dokumentálni és az Adatrögzítő rendszerben rögzíteni. Az Adatrögzítő rendszer a korábbi eredményeket tárolja, a későbbiekben elérhetőek maradnak ezek az eredmények.

Az Adatrögzítő rendszerben az aktuális készségszintek bármely időpontban lekérhetőek (készségprofil). A fejlesztendő alapképességeket, részképességeket ezt követően az Egyéni komplex kiváltási és fejlesztési terv (EKKiFeT) IV. táblázatában kell megjeleníteni, majd ezekhez kapcsolódóan a személyes és eszközös beavatkozásokat megtervezni felelősök és határidők, valamint ütemezés megjelölésével.

Megfigyelési napló

A Megfigyelési napló a természetes élethelyzetben történő megfigyelés rögzítését, valamint a mesterséges feladathelyzetek előkészítését és rögzítését teszi lehetővé.

A Megfigyelési naplóban a szakember megjelöli, hogy milyen helyzetben, egyénileg vagy csoportosan történt-e a megfigyelés. Rögzíti a megfigyelés körülményeit és a vizsgált alapképességeket és részképességeket.

Feladathelyzetek leírása segíti a megfigyelés előkészítését, az adott feladat újbóli felhasználását más érintett személyek esetében. Amennyiben a Megfigyelési naplót részletesen kitöltik, a felmért területek Felmérési lapjai utólag is kitölthetők vagy a papíralapú kitöltés helyett közvetlenül az Adatrögzítő rendszerben rögzíthetők az eredmények.

Adatrögzítő rendszer

Az Adatrögzítő rendszer az Egyéni kiváltási szükségletfelmérés (EKISz1) és az Egyéni kiváltási és fejlesztési szükségletfelmérés (EKISz2) során összegyűjtött, az érintett személyre vonatkozó adatok, információk és a készségelemzés eredményeinek rögzítésre szolgáló adatbázis.

Az Adatrögzítő rendszer egy elektronikus alkalmazás, melyet a *Komplex kiváltási szükségletfelmérést végző munkatársak szakmai felkészítése* című képzés elvégzését követően lehet az FSZK-nál igényelni.

Egy személy adatainak, valamint a készségelemzés eredményeinek rögzítését követően a későbbiekben az adatok, információk javítására, új adatok megadására, illetve új területen végzett felmérés, vagy azonos területen végzett újbóli felmérés eredményeinek rögzítésére is van lehetőség.

Az Adatrögzítő rendszer használatát különálló Felhasználói kézikönyv támogatja.

Az intézményi férőhely kiváltás különböző célcsoportjainak felmérése

Az eltérő célcsoportokba tartozó, különféle intézményekben élő lakók más-más élettörténettel, családi háttérrel és tapasztalatokkal, így egyedi és nehezen leképezhető képességstruktúrával rendelkeznek. Azonban életükben és tevékenységeikben a támogatott életvitelhez kapcsolódó kompetenciák és felmérési területek azonosak, azonosíthatóak, és ezeken a területeken a beavatkozások menete is hasonló. Ezért a módszertan alkalmazásának folyamata és az egyes eszközök célcsoporttól függetlenek.

A módszertan alkalmazása az érintett lakó személyes céljaira alapoz, ezzel segíti bevonódását. A módszertan részletes készségelemzéssel és a célcsoportspecifikus szempontok bemutatásával segítséget nyújt az eszközrendszer egyénre szabott alkalmazásához, ráirányítja a figyelmet a támogató és segítő technológiák fontosságára, egyéni tervével pedig a személy támogatott életvitelhez szükséges készségeinek és képességeinek fejlődését szolgálja.

A Készségelemzés alkalmazása során célcsoportspecifikus szempontok befolyásolhatják a felmérési területek kiválasztását, melyre a *Módszertani útmutató* számos ponton felhívja a figyelmet.

Amennyiben egy területen belül az adott készség a célcsoport esetében nem jellemző, úgy nem szükséges az adott alapkészséget értékelni, a Felmérő lapon ezt a sort kitölteni. Viszont minden esetben mérlegelni kell, hogy mi az oka a nem releváns válasznak.

Amennyiben egy alapkészség tekintetében önálló a személy, ebben az esetben nem kell tovább foglalkozni a részképességekkel, így a nem releváns választ sem szükséges rögzíteni. A részképességek vizsgálata abban az esetben szükséges, ha az alapkészség értékelése „B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.” vagy „C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.”

A megfigyelés súlyosan, halmozottan fogyatékos személyek esetében hosszabb időt vehet igénybe. E célcsoport esetében nagyobb valószínűséggel fordulhat elő, hogy egy-egy területhez többször vissza kell térni. A súlyosan, halmozottan fogyatékos személyek viselkedését és interakcióit még inkább befolyásolják a környezeti tényezők, melynek következtében akár napról napra változó készségeket figyelhetünk meg. Ilyen befolyásoló tényezők többek között:

- A szervezet homeosztázisa, cirkadián ritmus;
- Általános, aktuális egészségi állapot;
- A segítő környezet környezeti feltételei (pl. hőmérséklet, zajok, fények);
- A személy támogatásában részt vevő személyek (pl. állandó, vagy gyakran változó segítő környezet);
- Időjárás.

Ezért fontos, hogy feltárjuk azokat a környezeti faktorokat is, amelyekben az adott készség a lehető legmagasabb szinten megfigyelhető, a személy jóllétét pozitív, illetve negatív irányba befolyásoló tényezőket is rögzítsük. Ugyanakkor minden célcsoport esetében számítanunk kell arra, hogy a személy általános állapota és a környezet befolyásolja a megfigyelés eredményeit. Minden esetben illeszkedjünk a személy terhelhetőségéhez és természetes, napi ritmusához.

Fontos, hogy egy személy esetében sem szükséges a készségleltár össze területét felmérni. Az egyes felmérési területeken belül a természetes élethelyzettől vagy a mesterséges feladathelyzettől függ a megfigyelhető alapkészségek köre. Nincs arra vonatkozó megkötés, hogy összesen hány területen, mely alapkészségek felmérése kötelező. Ez a rugalmasság és egyénre szabhatóság biztosítja, hogy az eszköz alkalmas bármely célcsoport felmérésre.

Az EKISz2 és EKKiFeT eszközrendszernek ugyanakkor nem célja és feladata diagnosztikus állapotfelmérés, ezért nem helyettesítheti az erre alkalmas célcsoportspecifikus felmérő eszközöket, melyek használata indokolt lehet a speciális szükségletű személyek terápiás támogatásának tervezéséhez, és amely eszközök alkalmazásának feltétele célzott szakmai képzés/képesítés, és a speciális szükségletű célcsoport fejlesztésében szerzett szakmai tapasztalat.

FELMÉRÉSI TERÜLETEK

A. ÖNÁLLÓ ÉLETVITELLEL KAPCSOLATOS KOMPETENCIÁK

A.1. ÖNELLÁTÁS

Felmérő lap - Öltözködés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1. Önellátás	A.1.1. Öltözködés
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ⁹		
1.	Ruháit felveszi	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Az öltözködés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2	Hagyja magát felöltöztetni	IGEN	NEM			
1.3	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
1.4	1-2 ruhadarabot önállóan felvesz	IGEN	NEM			
1.5	1-2 ruhadarabot önállóan, megfelelően felvesz	IGEN	NEM			
1.6	A ruhadarabokat előveszi, megfogja	IGEN	NEM			
1.7	Gombot, patentot, cipzárt használ	IGEN	NEM			
1.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
1.9	Vannak kedvelt ruhái	IGEN	NEM			
1.10	Vannak ruhák, amiket elutasít	IGEN	NEM			

⁹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Cipőjét felveszi	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	A cipő viselésének szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
2.2	Hagyja, hogy cipőt adjanak rá	IGEN	NEM			
2.3	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
2.4	Lábát beledugja a cipőbe, kezével szükség szerint segíti	IGEN	NEM			
2.5	A cipőket megfelelő lábra veszi fel	IGEN	NEM			
2.6	Cipőfűzőt beköti	IGEN	NEM			
2.7	Tépőzárát használja	IGEN	NEM			
2.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Az időjárásnak megfelelően választ ruhát	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Napközben jelzi, ha melege van	IGEN	NEM			
3.2	Napközben jelzi, ha fázik	IGEN	NEM			
3.3	Napközben az időjárás-változásnak megfelelően cseréli, leveszi a ruhadarabokat, vagy plusz ruhadarabokat vesz fel, ha szükséges	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	A helyzetnek, alkalomnak megfelelően választ ruhát	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Napközben magán tartja a ruházatot, indokolatlanul nem vetkőzik le	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Beszennyezett vagy szakadt ruházatát cseréli	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	A ruházat cseréjének szükségességét érti, motivált	IGEN		NEM		
6.2	A ruházat cseréjének szükségességét jelzi	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Apró, alapvető javításokat elvégez ruházatán	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Tűt és cernát használ	IGEN		NEM		
7.2	Varrást alkalmazza textílián	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Ruháit leveszi	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Hagyja magát levetkőztetni	IGEN		NEM		
8.2	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN		NEM		
8.3	1-2 ruhadarabot önállóan levesz	IGEN		NEM		
8.4	A ruhadarabokat egyesével veszi le	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Cipőjét leveszi	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Cipőfűzőt kiköti			IGEN	NEM	
9.2	Cipőfűzőt meglazítja			IGEN	NEM	
9.3	Lábát kihúzza a cipőből, kezével szükség szerint segíti			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Az öltözködéssel kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Öltözködés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1. Önellátás	A.1.1. Öltözködés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Ruháit felveszi	A megszokott napi ruházatát önállóan veszi fel. A cipőhúzás külön szempont!	Nagyon fontos, hogy adjunk elegendő időt a személynek a mindennapok során az öltözés egyes mozzanatait gyakorlására, várjuk meg, amíg pl. kezét emeli, vagy fejét mozdítja, így apró lépésekkel haladhatunk a nagyobb fokú önállóság felé.	A sorrendiség tartását segítheti az öltözködéssel kapcsolatos résztevékenységeket tartalmazó folyamatábra, egyéb vizuális segítség.
Az öltözködés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy fel kell öltözni napközben. Tudja, hogy ruházatot kell magunkon viselni. Nem utasítja el az öltözködést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Fontos megfigyelnünk és felmérnünk, hogy a személynek van-e valamilyen anyaggal, textúrával kapcsolatos érzékenysége, olyan anyag, amit nem szívesen visel magán, ezeket kerüljük, illetve lehetőség szerint váltsuk ki másval. Ez szinte bármilyen anyag lehet, pl. farmer is.	Tolóajtós szekrények segíthetik a mozgássérült személy számára a folyamatot. Amennyiben a finommotorikája gyengébb a személynek gondoljunk a gombokat, cipzárat mellőző ruhadarabok használatára.
Hagyja magát felöltöztetni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		Látássérült személyeknek segíthet narráció diktafonon vagy kommunikátoron.
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. nyújtja/emeli kezét, lábát.		Olyan ruhadarabok alkalmazása is hasznos lehet, amelyen egyértelműen látszik, hogy melyik az eleje/hátulja, illetve melyik az külseje/belseje. Pl. pólóknál, pulóvereknél könnyen megtanulható, hogy csak az elején van zseb.
1-2 ruhadarabot önállóan felvesz	Estenként fordítva veszi, fel vagy nem jó helyre húzza a ruhadarabokat, de egyértelműen próbálkozik.		
1-2 ruhadarabot önállóan, megfelelően felvesz	Az általa önállóan felvett ruhadarabokat helyesen veszi fel, nem szükséges további segítség.		
A ruhadarabokat előveszi, megfogja	Megtalálja saját szekrényét, ruháját. Kiveszi a szekrényből a ruhadarabokat. Ruhadarabokat megfogja.		
Gombot, patentot, cipzárt használ	Valamely gyakori záródási technikát képes önállóan alkalmazni. Finommotorikája megfelelő a tevékenység elvégzéséhez.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák, pl. ruhákat kifordítva vagy megfordítva (eleje-hátulja) veszi fel, nem megfelelő sorrendben próbálja felvenni vagy vannak rajta a ruhadarabok.		
Vannak kedvelt ruhái	Vannak kedvenc ruhadarabjai, amiket szívesen visel.		
Vannak ruhák, amiket elutasít	Vannak olyan ruhák, amiket nem szívesen visel, elutasít.		
2. Cipőjét felveszi	A megszokott cipőjét önállóan veszi fel.	Gyakran előfordul, hogy általában a lakó önálló, de speciális, bonyolultabban felhúzható cipőit (pl. téli bakancs) már nem tudja önállóan felvenni. Ebben az esetben fordítsunk kiemelt figyelmet ezek megtanulására, vagy alkalmazzunk segítő eszközöket vagy válasszon a lakó egyszerűbb viseletet.	Speciális, hosszú nyelű cipőkanál segíthet, amennyiben mozgásában, lehajolásban akadályozott a személy. Fontos megállapítani, hogy mennyire szükséges a bonyolultabban felvehető cipők hordása. Egyszerű, bebújós vagy tépőzáras cipő használata könnyebb lehet. A nehezen befűzhető téli bakancs egy bebújós csizmával például kiváltható.
A cipő viselésének szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy cipőt, más lábbelit kell viselni pl. az utcán, műhelyben. Nem utasítja el a lábbeli viselését. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Cipő nyelvének, fűzőjének kilazítását külön gyakorolhatjuk.	Jobb és bal cipőt jelölhetjük számára (színnel, J-B betűvel), amely jelzi, hogy melyiket melyik lábára kell venni.
Hagyja, hogy cipőt adjanak rá	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Felvételkor/levételkor a cipők megfelelő elhelyezése maga előtt segítheti a bal-jobb tévesztéssel kapcsolatos nehézségek kiküszöbölését.	Segítséget jelenthet, ha megfelelő hosszúságú cipőfűzőt használ. A túl rövidet nehéz bekötni, a túl hosszú pedig a bekötés után is balesetveszélyes lehet.
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. nyújtja/emeli a lábát.		
Lábát beledugja a cipőbe, kezével szükség szerint segíti	Mozgáskoordinációja megfelelő ahhoz, hogy lábát a cipőbe dugja. Lehajol, kezével segíteni a felvételt.		
A cipőket megfelelő lábra veszi fel	Jobb és bal lábas cipőket mindig megfelelő lábra veszi fel, nem cseréli össze.		
Cipőfűzőt beköti	Cipőfűzőjét önállóan, helyesen és biztonságos módon beköti.		
Tépőzárakat használja	Tépőzáras cipő esetén.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák, pl. a cipőket összecseréli, nem tudja bekötni a cipőfűzőjét vagy az hamar kioldódik.		
3. Az időjárásnak megfelelően választ ruhát	A reggeli öltözés során olyan ruhadarabokat választ, amelyek illeszkednek az adott nap várható időjárásához.	Fontos az évszakoknak megfelelően használt ruhadarabok tanulása, illetve saját ruhák elkülönítése időjárásnak megfelelően.	Lehetőség szerint rendszeresen történjen meg a téli-nyári ruhadarabok váltása a lakó szekrényében. Végezze el a lakó vagy kapjon ebben segítséget.
Napközben jelzi, ha melege van	Felismeri, észreveszi, ha melege van és jelzi.	Legyünk figyelemmel az adott személyek eltérő hőérzetére! Külön taníthatjuk, hogy milyen jelekre kell figyelniük magunkon, ha melegünk van: pl. kipirosodott arc, izzadás.	Az aktuálisan nem használt ruhákat pakoljuk nejlonzsákba vagy a szekrény, szoba kevésbé használt helyére.
Napközben jelzi, ha fázik	Felismeri, észreveszi, ha fázik és jelzi.		Az időjárás és öltözködés összefüggéseit mutató vizuális emlékeztető-rendszer készítése és használatának tanítása hasznos lehet.
Napközben az időjárás változásnak megfelelően cseréli, leveszi a ruhadarabokat, vagy plusz ruhadarabokat vesz fel, ha szükséges	Érzékeli, figyeli a napi hőmérséklet-változást és ennek megfelelően, szükség szerint módosítja saját ruházatát.		Időjárás-előrejelző mobilapplikáció öltözettel (pl. Időkép) szintén jó eszköz az önállóság növelésére. Segítséget jelenthet vizuális emlékeztető készítése az önellenőrzésre, rendszeres időközönként a ruházat cseréjére az időjárás változásának megfelelően.
4. A helyzetnek, alkalomnak megfelelően választ ruhát	Nincs szüksége támogatásra a ruhák kiválasztásában, előkészítésében. Az öltözet kellően esztétikus, illeszkedik a személy életkorához, megfelel az alapvető társas elvárásoknak.	Fontos, hogy ne hozzunk értékítéletet a lakó öltözködéséről, nem az ízlésbeli különbségekről van szó. A ruhák kiválasztásának, megkülönböztetésének tanítása a különféle alkalmakra összeállított öltözetekkel történhet, kezdetben együtt, majd önállóan. Látássérült személyek esetében	Hasznos lehet elkülönítve tartani egy öltözet ünneplő ruhát, vagy a szekrényben külön helyen tárolni a hétköznapi, alkalmi, szabadidős stb. ruhákat, amelyeket pl. munkához, sporthoz tud használni. Különféle vizuális jelzéseket, emlékeztetőket használhatunk például a vállfán, amely jelzi, hogy milyen

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		néhány speciális ruhadarab jellegzetes ismertető jegyének megtanítása lehet segítség, pl. ünneplő blúz, ing anyaga, tapintása, gallér vagy fodor. Saját ruhák megtanulása, anyagok ismerete is fontos (pl. farmer, vászon, kötött pulóver, póló anyaga).	alkalomra megfelelő az adott ruhadarab. Látássérült személyek esetében pl. hímző fonallal a ruha belsejében (nyaki részen vagy gombolás belső felén) néhány öltést vagy csomót varrhatunk, melyet a lakó meg tud tanulni és felismer.
5. Napközben magán tartja a ruházatát, indokolatlanul nem vetkőzik le	Nem veszi le magáról indokolatlanul a ruházatát.	Fontos az indokolatlan levetkőzés okainak feltárása, mert ez adhatja meg a továbblépés irányát. Át kell gondolni, hogy kivédhető-e az adott helyzet, kiiktatható-e a kiváltó ok a normális életritmus és életvitel folyamatából (pl. valaki olyan helyen hagy dolgokat, ahova nem valók, vagy késve kezdődik egy ígért esemény.) Ebben az esetben meg kell próbálni az adott helyzetet kivédeni, kiiktatni, szükség esetén a társak bevonásával. Amennyiben olyan tényező aktiválja a tevékenységet, amely szükségszerűen jelen van, nem kiiktatható, lehet, hogy a személy viselkedése tiltakozás valami ellen. Át kell gondolni, hogy napirendbe illesztve, vagy helyzetekhez, helyszínekhez kötve és vizuális segítséggel támogatva hogyan lehet megsegíteni a ruházat magán tartását. Ha fizikai szükséglet a ruha levétele, lehet, hogy a ruha anyaga okoz gondot, vagy a személy szeret ruha nélkül lenni. Utóbbi esetben napirendbe illesztve (és erről vizuális vagy más emlékeztető készítve) lehet meghatározni ennek a	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével támogassuk a személyt, hogy könnyebben azonosítsa azokat az időszakokat, helyzeteket, helyszíneket, amikor öltözködni, vetkőznie kell, vagy ruha nélkül lehet.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		helyét és idejét.	
6. Beszennyezett vagy szakadt ruházatát cseréli	Amennyiben ruházata beszennyeződik, elszakadt, azt figyelmeztetés és egyéb segítség nélkül lecseréli.	Szükséges lehet megismertetni a lakót a bepiszkolódás jeleivel, vagy hogy mikor szükséges a ruhajavítás.	Hasznos lehet saját tükör elhelyezése a lakó szobájában, ahol ellenőrizheti magát.
A ruházat cseréjének szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy a koszos vagy szakadt ruhát cserélni kell. Nem utasítja el a ruhacserét. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A figyelem felhívása a problémára és a ruhacsere szükségességére fontos lehet, de nem feltétlenül elegendő a készség fejlesztéséhez. Hosszabb távú cél az önellenőrzés beépítése a napirendbe, napi rutinba (pl. étkezések után mindig pillantsunk bele a tükörbe). Hosszú távon érdemes kialakítani a ruházat „kihordási idejét”: egy ruhadarabot mennyi ideig vagy hányszor érdemes viselni, mielőtt mosásba kerül, vagy le kell selejtezni.	Étkezések, illetve egyéb piszkolódást vagy rongálódást okozó helyzetek előtt vagy közben segítsük a személyt ruházata megóvásában, a megelőzésben.
A ruházat cseréjének szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha ruházata koszos lett vagy elszakadt. Jelzi, hogy cserélni szükséges a ruházatot.	Látássérült személyek esetében is fontos a figyelem felhívása azokra az esetekre, amikor bepiszkolódhat a ruha, pl. étkezés, (leves, pörkölt, fagylalt), kerti munka. Esetükben is fontos a motiválás és annak megtanítása, hogy ha gyanús a helyzet és nem érzi egyértelműen, hogy bepiszkolódott-e, ilyen esetekben kérdezzen meg egy látót (barátját, szoba-, munkatársát, segítőt), hogy nem lett-e koszos a ruhája. Ha erre nincs mód, és bizonytalan, inkább cseréljen ruhát. Fontos annak megtanítása, hogy erős izzadás esetén (pl. fizikai munka, torna, nyári meleg) hogyan érzékelhető (látássérült személy esetén tapintással is) az átnedvesedett ruha, melyet	Segítséget jelenthet vizuális emlékeztető készítése az önellenőrzésre.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		lehetőség szerint ilyenkor célszerű cserélni.	
7. Apró, alapvető javításokat elvégez ruházatán	Leszakadt gombot saját ruhájára felvarr, felfeslett varrást megvarrja.	Fejlesztő tevékenység vagy fejlesztési cél lehet a varrás technikájának gyakorlása kreatív alkotótevékenységek során.	Tűbefűző segíthet a cérna befűzésében.
Tűt és cérnát használ	Tűbe cérnát befűz.		
Varrást alkalmazza textílián	Varrás mozdulatait ismeri és megfelelően kivitelezi.	Fontos a figyelem felhívása azokra az esetekre, amikor a ruha hibája szükségessé teszi a javítást. Fel kell mérni, hogy melyek azok a javítások, amelyeket képességei alapján a személy el tud végezni. Egy autista személy például ragaszkozhat egy több helyen elszakadt ruhához, mivel azt még hordhatónak tekinti, illetve elképzelhető, hogy olyan javításba fog, amely meghaladja a képességeit.	
8. Ruháit leveszi	A megszokott, napi ruházatát adekvát helyzetben önállóan leveszi. A cipő levétele külön szempont!	Általában könnyebb művelet, mint az öltözés, itt érdemes már apróbb minőségi kérdésekre is hangsúlyt fektetni, pl.: a ruhadarabok egyesével való megfogásának gyakorlása, ez elsősorban az egymásra felvett ruházat esetében érdekes. (pl. póló, pulóver).	Azokon a helyeken, ahol a lakók a tevékenységeiket végzik napközben, ki kell alakítani egy helyet, ahol az éppen felesleges ruhadarabokat elhelyezhetik. Így nem lesz probléma abból, hogy például az adott helyen a kabátot/pulóvert/esernyőt hova is rakhatják.
Hagyja magát levetkőztetni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Cél lehet a ruhalevétel technikájának kialakítása, hogy a ruha ne forduljon ki, vagy ha nem tudja a személy, csak kifordítva levenni, a visszafordítás megtanulása, gyakorlása.	
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. nyújtja, emeli kezét, lábát.	Cél lehet továbbá, hogy a ruhát valahová, valamilyen módon (összehajtva szekrénybe, színére visszafordítva szennyestartóba) helyezze el a lakó, ezt gyakorolhassa.	
1-2 ruhadarabot önállóan levesz	Némely ruhadarabot önállóan levesz magáról.		
A ruhadarabokat egyesével veszi le	Nem fogja össze pl. a pulóvert és a pólót, és azok nem maradnak „egymásban” levétel után.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
9. Cipőjét leveszi	A megszokott, általában használt cipőjét önállóan veszi le.	Cipőfűző kikötése, tépőzár kinyitása, cipő fűzőjének és nyelvének megfelelő lazítása segítheti a személyt az önállóságban.	Fontos a cipők tárolásának a helyét is meghatározni, jelölni a lakáson, épületeken belül.
Cipőfűzőt kiköti	Kiköti a csomót/masnit.		
Cipőfűzőt meglazítja	Meglazítja a fűzőt, hogy ki tudjon bújni a cipőből.		
Lábát kihúzza a cipőből, kezével szükség szerint segíti	Mozgáskoordinációja megfelelő ahhoz, hogy lábát a cipőből kihúzza. Lehajol, kezével segíteni a levételt.		
10. Az öltözködéssel kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi	Nem kell figyelmeztetni reggel/este stb. az egyes tevékenységekre. Nem esik túlzásba sem, nem válik az öltözés/vetkőzés kényszeres jellegűvé.	Előfordulhat, hogy valaki minden fenti tevékenység kivitelezésében önálló, ugyanakkor hiányzik a tevékenység megkezdéséhez szükséges külső jelzés, prompt. Segíthetjük a tevékenységek megkezdését, azonban hosszú távú cél az önállóság növelése. Az öltözködéssel kapcsolatos tevékenységek nagy része bizonyos időközönként ismétlődik. A természetes ismétlődést kihasználva tudjuk ezeket napirendbe illeszteni, ezáltal segíteni a személyt a gyakoriság és ismétlődés felismerésében. A kényszerek kezelésében kognitív viselkedésterápiás eszközöket használhatunk vagy kérhetjük terapeuta segítségét.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy az öltözködéssel kapcsolatos tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan. Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.

Felmérő lap - Tisztálkodás, személyi higiénia

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1. Önellátás	A.1.2. Tisztálkodás, személyi higiénia
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁰		
1.	Önmagát tisztán tartja	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Kezét megmossa	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	A kézmosás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
2.2.	Kézmosás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
2.3.	Hagyja, hogy kezét megmossák	IGEN	NEM			
2.4.	Részmozzanatokát végez a folyamatban	IGEN	NEM			
2.5.	Kézmosáshoz a vízhőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
2.6.	Kézmosáshoz szappant használ, megfelelő mennyiségben	IGEN	NEM			
2.7.	Körmét tisztán tartja	IGEN	NEM			
2.8.	Megtörli a kezét	IGEN	NEM			
2.9.	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

¹⁰ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Zuhanyozik/fürdőkádban fürdik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Zuhanyzás/fürdés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
3.2	Zuhanyzás/fürdés szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
3.3	Hagyja, hogy lezuhanyozzák/megfürdessék	IGEN	NEM			
3.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
3.5	Zuhanyzáshoz/fürdővízhez a víz hőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
3.6	Zuhanyzáshoz/fürdéshez szappant/tusfürdőt/habfürdőt használ, megfelelő mennyiségben	IGEN	NEM			
3.7	Megtörölközik	IGEN	NEM			
3.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Megmossa a fogát	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Fogmosás szükségességét érti, figyelemmel kíséri, motivált	IGEN	NEM			
4.2	Fogmosás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
4.3	Hagyja megmosni a fogát	IGEN	NEM			
4.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
4.5	A fogkefét megfogja	IGEN	NEM			
4.6	A fogkefét megfelelően mozgatja	IGEN	NEM			
4.7	Fogkrémet használ, megfelelő mennyiségben	IGEN	NEM			
4.8	Fogmosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
4.9	Fogmosó pohárba vizet enged a csapból	IGEN	NEM			
4.10	Száját kiöblíti	IGEN	NEM			
4.11	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Megmossa a haját	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Hajmosás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
5.2	Hajmosás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
5.3	Hagyja megmosni a haját	IGEN	NEM			
5.4	Részmozzanatokát végez a folyamatban	IGEN	NEM			
5.5	Hajmosáshoz a vízhőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
5.6	Hajmosáshoz sampont használ, megfelelő mennyiségben	IGEN	NEM			
5.7	Megtörli a haját	IGEN	NEM			
5.8	Hajszárítót használ	IGEN	NEM			
5.9	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Fésülködik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Fésülködés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
6.2	Fésülködés szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
6.3	Hagyja magát megfésülni	IGEN	NEM			
6.4	Részmozzanatokát végez a folyamatban	IGEN	NEM			
6.5	Fésűt, hajkefét megfogja	IGEN	NEM			
6.6	Fésűt/hajkefét megfelelően mozgatja	IGEN	NEM			
6.7	Frizuráját elkészíti	IGEN	NEM			
6.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Haját levágja/levágatja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Hajvágás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
7.2	Hajvágás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
7.3	Hagyja levágni a haját	IGEN	NEM			

7.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM
7.5	Hajvágó ollót/gépet megfogja	IGEN	NEM
7.6	Hajvágó ollót/gépet megfelelően mozgatja	IGEN	NEM
7.7	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Arcát ápolja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Arcápolás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
8.2	Arcápolás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
8.3	Hagyja az arcát ápolni	IGEN	NEM			
8.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
8.5	Arcápoló szert használ, megfelelő mennyiségben	IGEN	NEM			
8.6	Az arcápoló szert megfelelő helyen, az arcán használja	IGEN	NEM			
8.7	Hölgyek esetében: sminkel (amennyiben releváns)	IGEN	NEM			
8.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Borotválkozik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Borotválkozás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
9.2	Borotválkozás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
9.3	Hagyja magát megborotválni	IGEN	NEM			
9.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
9.5	Borotvahabot vagy gélt használ	IGEN	NEM			
9.6	A borotvát megfogja	IGEN	NEM			
9.7	A borotvát megfelelően mozgatja	IGEN	NEM			
9.8	Használat után az eszközt megfelelően tisztítja, elpakolja	IGEN	NEM			
9.9	Hölgyek esetében: szőrtelenít (amennyiben releváns)	IGEN	NEM			
9.10	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség				Kockázat		Értékelés
10.	Dezodort használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	A dezodor használatának szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
10.2	Dezodoráló szert rendeltetésszerűen használja			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Kezét ápolja/ manikűröztet	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Körömvágás szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
11.2	Kézápolás szükségességét jelzi			IGEN	NEM	
11.3	Hagyja a kezét ápolni			IGEN	NEM	
11.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban			IGEN	NEM	
11.5	Körömvágó eszközöket használja			IGEN	NEM	
11.6	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
12.	Lábát ápolja/ pedikűröztet	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
12.1	Lábápolás, pedikűr szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
12.2	Lábápolás szükségességét jelzi			IGEN	NEM	
12.3	Hagyja a lábát ápolni			IGEN	NEM	
12.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban			IGEN	NEM	
12.5	Körömvágó eszközöket használja			IGEN	NEM	
12.6	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
13.	WC-t használja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
13.1	Pelenkázás/WC használat szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
13.2	Időnként jelzi a pelenkázás/WC használatának szükségességét	IGEN	NEM			
13.3	Jelzi a pelenkázás/WC használatának szükségességét	IGEN	NEM			
13.4	Hagyja magát átpelelni/WC-re ültetni.	IGEN	NEM			
13.5	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
13.6	Vizeletét tartja	IGEN	NEM			
13.7	Székletét tartja	IGEN	NEM			
13.8	Szükségleteinek megfelelően használja a WC-t	IGEN	NEM			
13.9	WC papírt használ	IGEN	NEM			
13.10	A WC keféét megfogja	IGEN	NEM			
13.11	A WC keféét mozgatja	IGEN	NEM			
13.12	WC-t használat után leöblíti	IGEN	NEM			
13.13	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
14.	Menstruációs higiéniáját biztosítja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
14.1	Menstruációval kapcsolatos higiénia szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
14.2	A higiéniai eszköz cseréjének szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
14.3	Hagyja a higiéniai eszközt cserélni	IGEN	NEM			
14.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
14.5	A betétet/tampont kicsomagolja	IGEN	NEM			
14.6	A betétet jól helyezi el a fehérművi/a tampont megfelelően helyezi fel.	IGEN	NEM			
14.7	A használt betétet/tampont megfelelő módon kidobja	IGEN	NEM			
14.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
15.	Orrot fúj	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
15.1	Orrfújás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
15.2	Orrfújás szükségességét jelzi	IGEN	NEM			
15.3	Hagyja az orrát megtörölni, orrát tisztítani	IGEN	NEM			
15.4	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
15.5	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
16.	A tisztálkodással, személyi higiéniával kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Tisztálkodás, személyi higiénia

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1 Önellátás	A.1.2. Tisztálkodás, személyi higiénia

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Önmagát tisztán tartja	Összességében és általánosságban a személy ápolat, tiszta. Ruházata, teste, haja stb. rendben vannak tartva. A személy általános megjelenése, mely elsőre szembe tűnik.	Amennyiben a személynek nincs igénye az ápoltságra, meg kell találnunk az egyensúlyt aközött, hogy a személy komfortosan érezze magát, ne terheljük túl a tisztálkodással, ugyanakkor elfogadható legyen a közösségben a személy megjelenése. Használhatunk motivációs eszközöket, kognitív, a megértést segítő eljárásokat is. Taníthatjuk pl. a kórokozók, baktériumok szerepét, az ápoltság hatását az egészségi állapotra. A szociális következmények megértését (pl. mások kerülni fognak) szintén jól használhatjuk motiváló eszközként.	Tükör felszerelése a lakó szobájában lehetőséget teremt arra, hogy rendszeresen ellenőrizni tudja kinézetét. Speciális, dönthető tükör segítheti pl. a mozgássérült személyeket az önellenőrzésben.
2. Kezét megmossa	Kezét szappannal megmossa, majd megtörli. Kézmosás során nem igényel támogatást, önálló.	Szükséges lehet megismertetni a lakót a bepiszkolódás jeleivel, vagy hogy mikor szükséges a kézmosás.	Mozgássérült személyek számára is segítséget jelenthet hosszított, speciális csaptelepek felszerelése.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A kézmosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen kezét mosni. Nem utasítja el a kézmosást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősíteniük. A kézmosás során figyeljük meg, hogy konkrétan melyik lépés kivitelezésében akad el a személy és törekedünk rá, hogy amit önállóan képes elvégezni, azt gyakorolhassa, mindig fokozatosan csökkentve a nyújtott segítséget.	Vizuális segítséget jelent, figyelmeztető lehet, ha a WC-vel egy helyiségben van a kézmosási lehetőség is. Pumpás vagy automata szappan-adagolók (már léteznek „érintésmentes” adagolók is, amelyhez semmilyen nyomóerőt nem kell kifejteni) segíthetik a megfelelő szappanmennyiség adagolását.
Kézmosás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a kézmosás és jelzi.	Célszerű megfigyelni, hogy milyen szappant használ könnyebben (folyékony vagy hagyományos) és annak használatát gyakorolni.	A csap(ok)on egyértelműen legyen felismerhető vagy jelöljük, melyik a hideg, melyik a meleg víz. Vízkveréses csapnál az irányokat is érdemes jelölni.
Hagyja, hogy kezét megmossák	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Hideg-meleg vízcsap jelölésének megismerése, tanulása is fontos lépés lehet az önállóság elősegítésében.	Vízkveréses csapnál előre érdemes beállítani a „megfelelő” hőmérsékletet, amit aztán mindig lehet használni.
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. kezét a víz alá tartja, nyúl a csap, szappan felé.	Dörzsölő mozdulatok megtanítása külön feladat lehet.	Előnyös az egykaros csap használata, ahol könnyen megtanulható a megfelelő hőmérsékletet biztosító csapállás. Ha erre nincsen lehetőség, akkor ügyeljünk (pl. a vízmelegítő beállításával), hogy a melegvíz-csapból folyó víz ne legyen túl forró. Vizuális folyamatábra segítheti a
Kézmosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.	Fontos lehet törölközésnél a különbség megtapasztalása, ha csak „megtapogatja” a törölközőt, vagy ha áttörli, dörzsöli vele a kezét. Külön feladat a körömkefe működési elvének	
Kézmosáshoz szappant használ, megfelelő mennyiségben	Folyékony vagy szilárd szappant adagol (kezébe veszi és összedörzsöli vagy nyom az adagolóból) a megfelelő mennyiségben.		
Körömét tisztán tartja	Szükség szerint használ körömkefét, figyel a körme tisztaságára.		
Megtörli a kezét	Kézmosás után kezét törölközővel szárazra törli.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem alaposan, a szükséges ideig, a szükséges mértékben, a szükséges erőfeszítéssel mossa meg a kezét. Nem megfelelő mennyiségű szappant használ.	megismertetése, a mozdulatok gyakorlása saját kézen. A kézmosás lépéseinek megtanulása és gyakorlása egy lehetséges módja a készség fejlesztésének (vízcsap megnyitása, kéz bevezetése, szappan használata, kezek összedörzsölése, átmosása, leöblítés, csap elzárása, törölköző használata). Szükség esetén a szappanozáshoz lehet számolást használni (milyen mennyiségben adagolja a szappant vagy milyen hosszú ideig szappanozza a kezét). A fenti, kézmosásra vonatkozó fejlesztési lehetőségek egyéb tisztálkodási tevékenységben is alkalmazhatók (pl. fürdés, hajmosás, fogmosás).	tevékenység lépéseinek tartását, emlékeztet a következő lépésre.
3. Zuhanyozik/fürdőkádban fürdik	Zuhanyozik vagy megfürdik szappan, tusfürdő vagy habfürdő használatával, majd megtörölközik. A fürdésben önálló.	Szükséges lehet megismertetni a lakót a bepiszkolódás jeleivel, vagy hogy mikor szükséges a zuhanyzás/fürdés. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk. A tisztálkodás során fontos, hogy figyeljük meg, melyek azok a résztevékenységek, amelyeket a személy elvégez önállóan, amelybe aktívan részt tud venni, ezek gyakorlását, az önállóság és kompetencia megőrzését és fejlesztését biztosítsuk számára.	A fürdőszobában kapaszkodókat, csúszásgátlót szükséges elhelyezni. Emelő, fürdető szék, kerekesszék használata során az önálló megközelítéshez, átüléshez és forduláshoz megfelelő teret kell kialakítani, elérhető magasságú eszközöket kell elhelyezni. Vizuális folyamatábra segítheti a tevékenység lépéseinek tartását, emlékeztet a következő lépésre.
Zuhanyzás/fürdés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen zuhanyozni/fürdeni. Nem utasítja el a fürdést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Fontos lehet, hogy hagyjunk számára elegendő időt az egyes részmozzanatok gyakorlására.	
Zuhanyzás/fürdés szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a zuhanyzás/fürdés és jelzi.		
Hagyja, hogy lezuhanyozzák/megfürdessék	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. kezét-lábát felemeli, fordul, mozdul közben, hogy segítse a folyamatot.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Zuhanyzáshoz/fürdővízhez a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.	Először kaphat kiadagolt mennyiséget a tusfürdőből/szappanból/habfürdőből, később már maga adagolhatja.	
Zuhanyzáshoz/fürdéshez szappant/tusfürdőt/habfürdőt használ, megfelelő mennyiségben	Tusfürdő tubusát kinyitja, nyom a kezébe. Habfürdőt kinyitja, önt belőle. Szappant vagy tusfürdőt megfelelő mennyiségben osztja el a testén.	Adagolás gyakorlása: Egy adag tusfürdővel (ami egy nyomásra jön a flakonból) milyen testrészeit tudja megmosni.	
Megtörölközik	Zuhanyzás/fürdés után testét törölközővel szárazra törli.	Hideg-meleg vízcsap jelölésének megismerése, tanulása szintén fontos feladat lehet. Sorrend kialakítása a test végigtörüléséhez, törölköző tartásának gyakorlása (pl. hát törüléséhez) külön tanulási cél lehet.	
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák, pl. nem minden testrészt, testtáját alaposan, a szükséges ideig, a szükséges mértékben, a szükséges erőfeszítéssel mossa meg.	Egy állandó sorrend kialakítása a testrészek megmosásához segítheti, hogy ne maradjon ki semmilyen fontos terület (pl. fentről indulunk lefelé).	
4. Megmossa a fogát	Fogát fogkefe és fogkrém segítségével önállóan megmossa.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősíteniük.	Figyelmesen válasszunk fogkefét azoknak a személyeknek, akiknek gyengébb a fogásuk. A vastagabb nyelvű keféket általában könnyebb megfogni.
Fogmosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen fogat mosni. Nem utasítja el a fogmosást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A fogmosás szükségességét több módon taníthatjuk. Fontos felhívni a figyelmet a megfelelő szájhygiénia elhanyagolásának következményeire.	A kivitelezést nagyban tudja támogatni az elektromos fogkefe. Sok modell már beépített időzítővel segíti az időtartást, jelzi, ha a használó túl erősen mossa a fogát.
Fogmosás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a fogmosás és jelzi.	Taníthatjuk a megfelelő szájhygiénia elhanyagolásának szociális következményeit (rossz lehelet esetén elkerülnek az emberek).	Vizuális segítséget jelent a fogmosáshoz folyamatábra készítése.
Hagyja megmosni a fogát	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	A fogmosás megfelelő kivitelezésének tanításához a következő lépéseket használhatjuk: 1. Tubus használatának gyakorlása, tubus nyomása megfelelő	Időtartam tartását támogatja csörgőóra beállítása, vagy ha a lakó magában számol.
Részmozzanatokat végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét fordítja, száját nyitja, nyelvét mozgatja.		Ha a csavarást nem tudja kivitelezni a
A fogkefét megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, marokra fogja a fogkefét.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A fogkefét megfelelően mozgatja	A fogkefével megfelelő mozdulatokat végez a szájában, mindenhova elér.	helyen és erővel. 2. Támpontok meghatározása a kefe méretéhez viszonyítva, a kefén mekkora csíkot húzzon a fogkrémből. 3. Fogmosás egyes lépéseinek gyakorlása (fogkrém adagolása, súrolás, öblítés).	személy, akkor olyan fogkrém használata segíthet, amelynek pattintós kupakja van. Amennyiben nem tudja a vizet kiköpní, lenyelhető fogkrém használható.
Fogkrémet használ, megfelelő mennyiségben	A fogkrém kupakját lecsavarja, a fogkrémet rányomja a fogkefére, megfelelő mennyiségű fogkrémet használ.		
Fogmosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.		
Fogmosó pohárba vizet enged a csapból	A poharat a csap alá tartja, megfelelő mennyiséget tölt a pohárba. Nem feltétlenül szükséges lépés.		
Száját kiöblíti	Öblöget, nem nyeli le a fogkrémes vizet, kiköpi az öblítés után.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem a megfelelő helyen, megfelelő ideig és módon tisztítja a fogait. Nem ér el/jut el mindenhova a fogkefével. Nem megfelelő erősséggel súrolja a fogait (túl erősen, túl gyengén). Nem öblít megfelelően.		
5. Megmossa a haját	Haját megmossa sampon és víz segítségével, majd megtörli, szükség esetén hajszárítóval megszáritja.	Szükséges lehet megismertetni a lakót a bepiszkolódás jeleivel, vagy hogy mikor szükséges a hajmosás.	Sok személy érzékenyen reagál a hajszárító hangjára, az kimondottan zavarja, ezért érdemes átgondolni esetükben a hajszárítás szükségességét. További információk a kézmosás és fürdés/zuhanyozás szempontjainál találhatóak.
Hajmosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen haját mosni. Nem utasítja el a hajmosást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	
Hajmosás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a hajmosás és jelzi.	Hajmosás során a tisztálkodással kapcsolatos általános szempontok érvényesek: biztosítsunk a lakó számára elegendő időt, hogy saját tempójában végezhesse a tevékenységet, és csak azokban a résztvékenységekben	
Hagyja megmosni a haját	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét előre hajtja, kezével segítő mozdulatokat tesz.	nyújtsunk számára segítséget, amelyeket nem végez önállóan.	
Hajmosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.	Először kaphat kiadagolt mennyiséget a samponból, később maga adagolhatja ki.	
Hajmosáshoz sampont használ, megfelelő mennyiségben	Sampon tubusát felnyitja, sampont nyom a kezére, megfelelő mennyiségben oszlatja el a fejbőrén, haján.	Szükség esetén tanítsuk meg a hajszáritó használatát (bekapcsolás, kikapcsolás, szabályozás, biztonsági előírások).	
Megtörli a haját	Hajmosás után a haját törölközővel megtörli, a vizet felitatja.	További információk a kézmosás és zuhanyzás/fürdés szempontjainál találhatóak.	
Hajszáritót használ	Bedugja és bekapcsolja a hajszáritót, ismeri a biztonsági előírásokat, megfelelően használja a levegőerősség beállítására szolgáló és a hőfokozat-kapcsolót.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák, pl. nem a teljes fejbőrét és haját mossa meg, öblíti le. Kimaradnak területek. Nem megfelelő ideig, nem megfelelő erőfeszítéssel végzi a tevékenység kivitelezését.		
6. Fésülködik	Haját fésű vagy hajkefe segítségével megfésüli, csomómentesíti. Frizuráját elkészíti (haja rendezetten áll, szükség szerint hosszú haját feltűzi, copfba fogja, hajformázót használ).	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy mikor szükséges a fésülködés. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	Ma már sok olyan divatos frizura van, amely nem igényel rendszeres fésülködést, ezeket bemutathatjuk a személynek fotón, képeken, hogy lehetősége legyen egy könnyebben kezelhető frizurát választani, ha szeretne.
Fésülködés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen fésülködni. Nem utasítja el a fésülködést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	Sokszor a fésülködés elleni tiltakozást a fájdalom, vagy attól való félelem, korábbi rossz élmények okozzák. Figyeljünk a szenzoros érzékenységre, az esetleges alacsonyabb fájdalomküszöbire.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Fésülködés szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a fésülködés, hajgázítás és jelzi.	A motivációk kiépítése, illetve a tevékenység napi rutinba illesztése ebben az esetben is segíthet.	
Hagyja magát megfésülni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokat végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét tartja, fordítja.		
Fésűt, hajkefét megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja.		
Fésűt, hajkefét megfelelően mozgatja	Fésűt/hajkefével megfelelő mozdulatokat végez a haján.		
Frizuráját elkészíti	Haja rendezetten áll, szükség szerint hosszú haját feltűzi, copfba fogja, hajformázót használ.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. haját nem éri el mindenhol, nem tudja megfésülni teljes hosszában. Megfésülködik, de haja összességében rendezetlen. Nem tudja feltűzni, copfba fogni.		
7. Haját levágja/levágatja	Önállóan vágja a haját a megfelelő eszközzel vagy megszervezi ennek lebonyolítását.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy hogyan lehet felismerni, ha a hajvágásra van szükség.	Fodrász a legtöbb településen elérhető, a közösségi életvitel során releváns szolgáltatás lehet. Az igénybevétel lehetőségeinek megismerésében segítsük a személyt.
Hajvágás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen haját vágni. Nem utasítja el a hajvágást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	
Hajvágás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a hajvágás és jelzi.	Apróbb igazításokat saját haján a hosszú hajú lakó számára is megtaníthatunk, pl. az összegumizott hajból könnyen le tudunk vágni egy darabot.	
Hagyja levágni a haját	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét tartja, fordítja.		
Hajvágó ollót/gépet megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, ha maga vágja a haját.		
Hajvágó ollót/gépet megfelelően mozgatja	Hajvágó ollóval/géppel megfelelő mozdulatokat végez a fején, ha maga vágja a haját.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Ha maga vágja a haját, pl. a fejét nem éri el mindenhol, kimaradnak területek, vagy nem tudja egyformán, egyenletesen levágni a haját. A hajvágás megszervezésében kisebb-nagyobb segítséget igényel.		
8. Arcát ápolja	Arc tisztítását külön, szükség szerint végzi. Arcát ápolja, különös tekintettel a problémás bőrre, kozmetikum(ok) használatával.	Szükséges lehet megismertetni a lakót az arcápolás fontosságával, a szükségesség jeleivel. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk. Az arcápolás során nyújtunk segítséget a megfelelő termékek kiválasztásában, ha szükséges. A megfelelő mennyiségű arcápoló szer(ek) használatában, illetve a megfelelő mozdulatok kialakításában segíthet a bemutatás (folyamat modellálása).	Hölgyek esetében a smink elkészítéséhez használhatóak képek, videók a bemutatásra. Igény esetén kezdetben közösen készítsük a sminket, a folyamatot és az eredményt tükörben követve. Az adagolást segítő termékek (pl. pumpás kiszerelés) megkönnyíthetik a megfelelő mennyiség alkalmazását.
Arcápolás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen, illetve szükség szerint arcát kezelni, ápolni, krémezni. Nem utasítja el az arcápolást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Arcápolás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált az arcápolás, pl. száraz, húzódik a bőre, és jelzi.		
Hagyja az arcát ápolni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét tartja, fordítja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Arcápoló szert használ, megfelelő mennyiségben	Tudja, hogy mely kozmetikumo(ka)t lehet az arcán használni. Más, pl. sampont nem ken az arcára. Megfelelő mennyiségű kozmetikumot használ.		
Az arcápoló szert megfelelő helyen, az arcán használja	Az erre való kozmetikumo(ka)t csak az arcán használja.		
Hölgyek esetében: sminkel (amennyiben releváns)	Ügyel az esztétikum kívánalmaira és az egyes termékek rendeltetészerű használatára (mit hova kell kenni). Sminket lemossa, nem alszik benne. Képes önellenőrzésre.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem oszlatja el megfelelően a kozmetikumot, nem tudja a krémet bedörzsölni.		
9. Borotválkozás	Férfiak esetében az arcszőrzet ápolása érdekében borotválkozik, elektromos vagy pengés borotvával. Bajszát, szakállát nyírja, rendben tartja.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy mik a jelei, ha borotválkozásra van szükség. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk. A borotvahab/gél adagolását gyakorolhatjuk pl. számolással segítve (hány nyomás kell a teljes arcfelülethez). Az arca felvitt hab/gél, illetve a borotválkozás eredményének ellenőrzése látássérült személyeknél tapintással történhet, más célcsoportnál tükörben). A folyamat sorrendjének gyakorlása összeköthető az arc részeinek gyakorlásával (pl. bal oldali orca, jobb oldali arcfelület, bajusz helye, száj alatti	Az elektromos borotva használata sok személy számára könnyebb lehet. A borotvával kapcsolatos kockázati tényezőket is mérsékelni lehet ennek segítségével. Látássérült személyeket az önálló gyakorláshoz, amíg megtanulja a teljes folyamatot, diktafonra elmondott instrukciók vagy hívószavak segíthetik.
Borotválkozás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen borotválkozni. Nem utasítja el a borotválkozást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Borotválkozás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a borotválkozás és jelzi.		
Hagyja magát megborotváltni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. fejét tartja, fordítja.		
A borotvát megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, ujjai közé fogja a borotvát.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A borotvát megfelelően mozgatja	Borotvával megfelelő mozdulatokat végez az arcán.	rész, áll, nyak, pajesz).	
Borotvahabot vagy gélt megfelelő mennyiségben használ	A borotvahab tubusát kinyitja, kezébe fúj belőle. Megfelelő mennyiségű borotvahabot vagy gélt használ, egyenletesen oszlatja el az arcán.		
Használat után az eszközt megfelelően tisztítja, elpakolja	Használat után az eszközt megfelelően tisztítja, elpakolja.		
Hölgyek estében: szőrtelenít (amennyiben releváns)	Hónaljat, lábat, intim testrészeket szükség szerint szőrteleníti.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem mindenhol húzza végig egyenletesen az eszközt, kimaradnak területek, rendszeresen megsérti magát.		
10. Dezodort használ	Izzadás és testszag kialakulásának megelőzése érdekében megfelelő technikával és mennyiségben dezodoráló szert (stift, spray stb.) használ.	A dezodorálás szükségességét több módon taníthatjuk. Fontos felhívni a figyelmet a megfelelő testi higiénia társas-szociális következményeire (testszag nem vonzó). Használat tanítása során gyakorolhatjuk a spray nyomásának technikáját, mennyiségét vagy a stift kenésének módját, mennyiségét.	Vizsgáljuk meg, hogy melyik típusú dezodort tudja a legkönnyebben használni (pl. lehetséges, hogy a nyomást igénylő dezodorokat nem, de a kenhető dezodorokat igen).
A dezodor használatának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges dezodort használni. Nem utasítja el a dezodorálást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Dezodoráló szert rendeltetésszerűen használja	A csomagolást kinyitja, leveszi a kupakot. Megfelelő helyre keni/fújja a megfelelő mennyiségű szert.		
11. Kezét ápolja/manikűröztet	Önállóan ápolja a kezét: körmöt vág, körömágyat, kéz bőrét ápolja a megfelelő eszközzel vagy megszervezi ennek lebonyolítását.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy mik a jelei, ha kézápolásra van szükség. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősíteniük.	Körömvágó csipesz vagy körömrészelő használatának megtanítása sokak számára könnyebb lehet, mint az olló használata.
Kézápolás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen a kezén körmöt vágni, a bőrt ápolni. Nem utasítja el a kézápolást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A körömvágó csipesz, olló működési elvét kartonlapon tanítsuk kezdetben. Ez után következhet a gyakorlás több alkalommal saját körmön, felügyelettel.	Manikűrös a legtöbb településen elérhető, a közösségi életvitel során releváns szolgáltatás lehet. Az igénybevétel lehetőségeinek megismerésében segítsük a személyt.
Kézápolás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a körömvágás, kézápolás, és jelzi.	Taníthatjuk a körömrészelő használatát is, ez biztonsági szempontból sok esetben jobb megoldás.	
Hagyja a kezét ápolni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Mindkét esetben több gyakorlás szükséges a domináns kézen való körmök ápolásához.	
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. kezét nyújtja, tartja, fordítja.	Körömvágó olló használatát látássérülteknek csak abban az esetben javasolt megtanítani, ha egyébként tud ollóval vágni, vagy korábban látóként használt körömvágó ollót.	
Körömvágó eszközöket használja	Az ollót, körömcspeszt, körömrészelőt a kezén rendeltetésszerűen használja.	Érdeemes különálló kartonlapon gyakorolni, majd az ujjakra, a köröm fölé erősített (pl. ragtapasszal) kartonlapokon folytatni a tanulást. Csak ha biztonsággal tudja az ujjbegy körvonala mentén vágni a kartont, akkor érdemes elkezdni a saját körmökön való gyakorlást.	
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Ha maga ápolja a kezét, pl. nem tudja mindkét kezéről levágni a körmöt, megsérti magát (fáj vagy vérzik a keze). A kézápolás megszervezésében kisebb-nagyobb segítséget igényel.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
12. Lábát ápolja/pedikűröztet	Önállóan ápolja a lábát: körmöt vág, körömágyat, láb bőrét ápolja a megfelelő eszközzel vagy megszervezi ennek lebonyolítását.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy mik a jelei, ha lábápolásra van szükség. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	(Gyógy)pedikűrös a legtöbb településen elérhető, a közösségi életvitel során releváns szolgáltatás lehet. Az igénybevétel lehetőségeinek megismerésében is segítsük a személyt.
Lábápolás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen a lábán körmöt vágni, a bőrt ápolni. Nem utasítja el a lábápolást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féelme, szorongása.	Bonyolultabb, sokkal jobb mozgásfunkciót igényel, mint a manikűrözés, de az ott leírt eljárások itt is használhatóak.	
Lábápolás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a körömvágás, lábápolás és jelzi.		
Hagyja a lábát ápolni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, lábát nyújtja, tartja, fordítja.		
Körömvágó eszközöket használja	Ollót, körömcsipeszt, körömröszelőt a lábán rendeltetésszerűen használja.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák, pl. nem tudja mindkét lábáról levágni a körmöt, megsérti magát (fáj vagy vérzik a lába). Ha maga ápolja a lábát, pl. pl. nem tudja mindkét lábáról levágni a körmöt, megsérti magát (fáj vagy vérzik a lába). A lábápolás megszervezésében kisebb-nagyobb segítséget igényel.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
13. WC-t használja	A WC-t önállóan használja, vagy saját maga cseréli pelenkáját. A személy higiénája megfelelő pl. ruházata nem piszkolódott be, intim területeit megtörölte, tiszták. Tisztán hagyja ott maga után a helyiséget.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy hogyan ismeri fel, ha pelenkázásra, WC-re van szüksége. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősíteniük. A közös WC használat konfliktus forrása lehet a támogatott lakhatásban is. Fontos annak tanítása, tudatosítása, hogy a WC-t olyan állapotban hagyja maga után, ahogyan azt ő is szívesen találná.	Ergonómiai ülőke, WC magasító, kapaszkodók segíthetik a megfelelő használatot. Kerekesszék használatához és forduláshoz megfelelő teret kell kialakítani és elérhető magasságú eszközöket kell elhelyezni. A személyi higiénia fenntartását bidé vagy nedves törülköző, WC papír használata is segítheti. A WC használat maximális idejének jelzésére időmérő eszközöket (tanítással összekapcsolva) lehet használni. Emlékeztetők, figyelmeztető jelzések az ajtó belső oldalán segíthetik az öblítésre, tisztán tartásra felhívni a figyelmet.
Pelenkázás/WC használat szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy pelenkát kell használni vagy WC-re kell menni, szükségét ott kell elvégezni. Nem utasítja el a pelenka vagy WC használatát. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Vizelettartási vagy székelési problémák esetén fontos a szervi és pszichés okok feltárása, szükség esetén kezelése. Figyeljük meg, hogy a személy megfelelően étkezik-e, elegendő folyadékot fogyaszt-e. Sokszor tapasztaljuk, hogy a kliens irreálisan sok ideig tartózkodik a WC-n, vagy túl gyakran jár ki. Ilyenkor gyakran valamilyen helyzetből menekülést, kilépést látunk. Gondoljunk arra, hogy lehetséges, hogy ez az egyetlen hely, ahol egyedül lehet, erre szüksége van. Ebben az esetben mindenképpen biztosítani kell számára más lehetőséget is a nap során, ahol egyedül lehet.	
Időnként jelzi a pelenkázás/WC használatának szükségességét	Nem következetesen, de esetenként jelez.		
Jelzi a pelenkázás/WC használatának szükségességét	Következetesen mindig jelzi, a pelenkázás vagy WC használat szükségességét, nem fordulnak elő „balesetek”.		
Hagyja magát átpelelni/WC-re ültetni.	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. felemeli a csípőjét, fel-le öltözésben segít.		
Vizeletét tartja	Vizeletét átlagos ideig tartja. Nem áll fenn inkontinencia. Nem szükséges pelenkát használnia.		
Széketét tartja	Széketét átlagos ideig tartja. Nem áll fenn tartós székrekedés vagy hasmenés. Nem szükséges pelenkát használnia. Széketét nem tartja vissza.		
Szükségeit megfelelően használja a WC-t	Csak akkor, és annyi ideig tartózkodik a WC-n, amely valóban szükséges számára. Nem esik túlzásba, nem válik a tevékenység kényszeres jellegűvé.	Látássérült személyekkel használhatunk makettet vagy gumikesztyűben a tiszta WC belsejének körbetapintását, hogy értesse, mely területeket kell a kefével	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
WC papírt használ	WC papírt rendeltetésszerűen, megfelelő mennyiségben használja.	végigjárnia.	
A WC keféét megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, marokra fogja a WC keféét.		
A WC keféét mozgatja	WC kefével a csészében megfelelő mozdulatokat végez.		
WC-t használat után leöblíti	Felismeri, hogy hogyan kell a WC-t leöblíteni (pl. fogantyút meghúzni, gombot megnyomni) és következetesen lehúzza maga után.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. segítségre van szüksége a vetkőzéshez, öltözéshez. Ruházata esetenként bepiszkolódik. Intim területeit nem mindig törli meg megfelelően. A WC körül esetenként vizeletmaradványok, vécépapír-darabok maradnak.		
14. Menstruációs higiéniáját biztosítja	Menstruációs higiéniáját a választott eszközzel saját maga biztosítja. Eszközök beszerzése, megvásárlása nem tartozik ide!	Lehetnek olyan lakók, akik számára fontos annak tudatosítása és tanítása, hogy a menstruáció a női lét egy teljesen természetes velejárója, egészséges folyamat. Klienseink számára minden esetben biztosítsuk a megfelelő, teljesen privát helyiséget és légkört a betét/tampon használatához, cseréjéhez. Az egyes lépéseket a következő módon taníthatjuk a személy számára: Amennyiben nem érzi időben a	Időjelzés vagy napirendbe illesztés segítheti a nagyobb fokú önállóságot. Telefonon vagy más időjelzőn megfelelő időközök beállítása a betétcseréhez. Rezgő beállítás telefonon vagy fényjelzés (hallássérült személyek számára) segítheti a rendszerességet és nagyobb fokú önállóságot.
Menstruációval kapcsolatos higiénia szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy amennyiben menstruál, szükséges a higiénia biztosítása valamilyen eszközzel. Nem utasítja el a higiénia biztosítását. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.		
A higiéniai eszköz cseréjének szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükséges a betét/tampon cseréje és jelzi.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Hagyja a higiénia eszközt cserélni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	betét/tamponcsere szükségességét, óra ismeretében annak meghatározása, hogy kb. hány óránként kell cserélni a betétet. Ez egyéni függő, de minimum 4 óránként célszerű gyengébb menstruáció esetén is.	
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. felemeli a csípőjét, fel-le öltözésben segít.	Óra ismeretének hiányában napszakhoz vagy rendszeres napi teendőhöz kötve, napirendbe illesztve lehet meghatározni, hogy mikor célszerű cserélnie (pl. étkezések után, vagy munkaközi szünetben).	
A betétet/tampont kicsomagolja	A csomagolást kibontja, a papírt lehúzza az öntapadós részekről. A betét/tampon csomagolását eldobja a szemetesbe.	Megmutatjuk a betét csomagolásának kinyitását, illetve, hogy hogyan lehet a betétet széthúzni. A betétet csak a nagy felületről húzza le, így be tudja helyezni a	
A betétet jól helyezi el/a tampon megfelelően helyezi fel.	A betét szárnyait megfelelően hajtja. A betét nem csúszik el, nem tapad máshova. A tampon nem csúszik ki, kényelmes, nem nyomja.		
A használt betétet/tampon megfelelő módon kidobja	A használt betétet/tampont eltávolítja, teste, ruházata tiszta marad. A használt betétet/tampont megfelelően becsomagolja, elhelyezi a szemetesbe.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem megfelelő időközönként cseréli az eszközt. Ruházata esetenként bepiszkolódik. Nem megfelelő a kivitelezés, ha pl. felismeri, hogy menstruál, használ betétet, de az átázik, mert rossz helyre teszi a betétet, vagy nem ügyel a csere gyakoriságára.	fehérenműbe, a szárnyak ne tapadjanak máshova vagy a betét aljához. A fehérenmű varrása támpontot adhat. Amikor a betétet betapasztotta a fehérenműbe, azt követően húzza le a papírt a szárnyakról. Középről kiindulva ki- és lehajtja egymás után a szárnyakat. Ha rossz helyen van a betét, megmutatjuk, hogy ki lehet venni és beigazítani újra. Ez könnyebb, amíg a szárnyak nincsenek lehajtva. Célszerű a betét saját csomagoló anyagát, WC papírt vagy újságpapírt használni az elcsomagoláshoz, így higiénikusabban lehet a szemetesbe dobni. A kivett betétet a papírra helyezi és felcsavarja vele együtt, így dobja el. Tampon használatához magasabb megértési szint, megfelelő mozgáskoordinációt és minimális anatómiai ismeretek egyaránt szükségesek. Ebben az esetben elegendő lehet a kliensnek a használati utasítás elolvasása vagy annak közös értelmezése.	
15. Orrot fúj	Szükség szerint önállóan megtörli, kifújja az orrát papír- vagy textilzsebkendővel. Szükség esetén orrszívó készülékkel távolítja el a váladékot.	Szükséges lehet megtanítani a lakónak, hogy hogyan ismeri fel, ha orrtörésre, orrfújásra van szükség. A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és	A papír zsebkendő higiénikusabb megoldás, mint a textilzsebkendő. Lehetőség szerint a papír zsebkendőt egy használat után dobjuk a szemetébe,

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Orrfújás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy orrát meg kell törölni, rendszeresen kifújni. Nem utasítja el az orrtörés, orrfújást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féelme, szorongása.	meg kell erősítenünk. Fontos a higiénia jelentőségének megtanítása. Alapvető ismereteket nyújthatunk a betegségek és a kórokozók terjedésével kapcsolatban. A helyes orrfújás a gyógyulási időt is csökkenti.	ezért szükséges a megfelelő mennyiség folyamatos biztosítása. Szükséges lehet orrszívó készülék biztosítása.
Orrfújás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükséges az orrtörés, orrfújás és jelzi.	A rendszeres orrtörés, orrfújás a közösségi részvétel szempontjából is fontos. Taníthatjuk a higiénia elhanyagolásának következményeit (az orrfolyást, szipogást az emberek többsége nem szívesen látja, hallgatja).	A váladék fellazítására orrspray, orrcsepp, inhalátor válhat szükségessé. Segítheti az állapot javítását párasító készülék, sószoba.
Hagyja az orrát megtörölni, orrát tisztítani	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Tanítsuk és gyakoroljuk a helyes orrfújás folyamatát és technikáját (először az orrán fújja ki a levegőt, majd egyik orrlyukát befogva fúj, a zsebkendőt tartva fúj, érdemes a fejet egy kicsit előre hajtani, egyszerre az egyik orrlyukból szakaszosan kifújni a váladékot).	Az önállóságot segítheti vizuális emlékeztető, kezdetben folyamatábra, folyamatleírás.
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, fejét fordítja, tartja, zsebkendőre ráfog.	Szükség esetén mutassuk be, tanítsuk és gyakoroljuk az orrszívó készülék működését.	
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem megfelelő időközönként törli, fújja az orrát. Arca, ruházata esetenként bepiszkolódik. Nem fújja ki megfelelően az orrát.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>16. A tisztálkodással, személyi higiéniával kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi</p>	<p>Nem kell figyelmeztetni naponta/hetente/havonta az egyes tevékenységekre.</p> <p>Nem esik túlzásba sem, nem válik valamely tevékenység kényszeres jellegűvé.</p>	<p>Előfordulhat, hogy valaki minden fenti tevékenység kivitelezésében önálló, ugyanakkor hiányzik a tevékenység megkezdéséhez szükséges külső jelzés, prompt.</p> <p>Segíthetjük a tevékenységek megkezdését, azonban hosszú távú cél az önállóság növelése.</p> <p>A tisztálkodással, személyi higiéniával kapcsolatos tevékenységek nagy része bizonyos időközönként ismétlődik. A természetes ismétlődést kihasználva tudjuk ezeket napirendbe illeszteni, ezáltal segíteni a személyt a gyakoriság és ismétlődés felismerésében.</p>	<p>Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítjuk, hogy a személy a tisztálkodással, higiéniával kapcsolatos tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan.</p> <p>Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.</p>

Felmérő lap - Étkezés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1. Önellátás	A.1.3. Étkezés
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹¹		
1.	Különböző állagú táplálékot fogyaszt	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Száját nyitja, zárja	IGEN	NEM			
1.2	Garatreflexe ép	IGEN	NEM			
1.3	Akadálytalanul nyel	IGEN	NEM			
1.4	Nyelve, nyelvmozgása ép	IGEN	NEM			
1.5	Fogazata ép	IGEN	NEM			
1.6	Akadálytalanul rág	IGEN	NEM			
1.7	Akadálytalanul harap	IGEN	NEM			
1.8	Csak folyékony, egynemű ételt, italt fogyaszt	IGEN	NEM			
1.9	Pépes ételt fogyaszt	IGEN	NEM			
1.10	Falatnál kisebb darabokat, darabos ételt fogyaszt	IGEN	NEM			
1.11	Falatokat fogyaszt	IGEN	NEM			
1.12	Puha ételt rág	IGEN	NEM			
1.13	Kemény ételt rág	IGEN	NEM			
1.14	Puha ételt harap	IGEN	NEM			
1.15	Kemény ételt harap	IGEN	NEM			
1.16	Szondán át táplálják	IGEN	NEM			
1.17	Szondán át önállóan táplálkozik	IGEN	NEM			

¹¹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

1.18	Szonda mellett szájon át is táplálkozik	IGEN	NEM
1.19	Étellel, itallal kapcsolatos preferenciája van	IGEN	NEM
1.20	Bizonyos ételeket vagy italokat túlzott mértékben nem utasít el	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Kézzel étkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Hagyja magát kézzel etetni	IGEN	NEM			
2.2	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
2.3	Kezével megfogja az ételt	IGEN	NEM			
2.4	Kezével szájához emeli az ételt	IGEN	NEM			
2.5	Kezével szájába teszi az ételt	IGEN	NEM			
2.6	Harap az ételből	IGEN	NEM			
2.7	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Evőeszközzel étkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Evőeszközök használatának szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
3.2	Hagyja magát evőeszközzel etetni	IGEN	NEM			
3.3	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
3.4	Evőeszközt megfogja	IGEN	NEM			
3.5	Kanalat használ az étkezések során	IGEN	NEM			
3.6	Felszúrja az ételt a villájára	IGEN	NEM			
3.7	Villát az étel alá tol és a szájához emeli	IGEN	NEM			
3.8	Késsel-villával étkezik, késsel rátolja az ételt a villára.	IGEN	NEM			
3.9	Késsel-villával étkezik, darabos ételt elvág	IGEN	NEM			
3.10	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Ételt szed a tányérjára	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Megfogja a szedőkanalat	IGEN	NEM			
4.2	Mozgatja a szedőkanalat	IGEN	NEM			
4.3	Megfogja a tányért	IGEN	NEM			
4.4	Mozgatja a tányért	IGEN	NEM			
4.5	Megfelelő mennyiséget szed a tányérra	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Pohárból iszik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Hagyja magát pohárból itatni	IGEN	NEM			
5.2	Részmozzanatokot végez a folyamatban	IGEN	NEM			
5.3	Poharat megfog	IGEN	NEM			
5.4	Poharat mozgat	IGEN	NEM			
5.5	Szívószálat megfog	IGEN	NEM			
5.6	Szívószálat mozgat	IGEN	NEM			
5.7	Műanyag pohárból iszik	IGEN	NEM			
5.8	Üveg pohárból iszik	IGEN	NEM			
5.9	Szívószállal iszik	IGEN	NEM			
5.10	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Tölt magának innivalót	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Kancsót/üveget/palackot megfog	IGEN	NEM			
6.2	Kancsót/üveget/palackot mozgat, tölt belőle	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Megfelelő gyakorisággal étkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Étkezés szükségességét érti, motivált	IGEN		NEM		
7.2	Éhségérzetét jelzi	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Megfelelő mennyiségű ételt fogyaszt egyszerre	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	A számára kikészített egészséges mennyiségű ételt elfogyasztja	IGEN		NEM		
8.2	Meghatározza a számára szükséges, egészséges mennyiséget	IGEN		NEM		
8.3	Szükségleteinél lényegesen többet nem követel	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Megfelelő mennyiségű folyadékot fogyaszt	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Folyadékfogyasztás szükségességét érti, motivált	IGEN		NEM		
9.2	Szomjúságát jelzi	IGEN		NEM		
9.3	A számára kikészített egészséges mennyiségű folyadékot elfogyasztja	IGEN		NEM		
9.4	Meghatározza a számára szükséges, egészséges folyadék mennyiséget	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Minden ételcsoportból fogyaszt, változatosan étkezik	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Diétát tart	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Diéta szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
11.2	A diétás ételt elfogyasztja			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
12.	Megkülönbözteti az ehető, iható/nem ehető, nem iható anyagokat egymástól	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
12.1	Nem ehető/iható anyagokat nem fogyaszt el			IGEN	NEM	

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Étkezés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1 Önellátás	A.1.3. Étkezés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Különböző állagú táplálékot fogyaszt	Összességében és általában a különböző ételeket és italokat elfogyasztja függetlenül azok folyékonyaságától vagy darabosságától. Fizikailag képes enni, inni. A folyadék és táplálék ízére, színére, szagára, hőmérsékletére stb. nem érzékeny, nincsenek irracionális félelmei, szorongása ezekkel kapcsolatban.	<p>Az evési zavarokat gyakran környezeti, egészségügyi, szociális és táplálkozási tényezők együttesen okozzák.</p> <p>Evési zavarok esetén mindenképp meg kell vizsgálnunk, hogy az evéshez szükséges szervek és izomzat milyen állapotban van, működnek-e a reflexek.</p> <p>Az ételek elutasítását okozhatja pl. anyagcserezavar, enzimihiány, de pszichés zavarok is. Idegrendszeri sérülés esetén gyakori a szenzitív túlérzékenység.</p> <p>Az étel elutasításának vagy a habzsolásnak oka lehet korábbi rossz tapasztalat is: erőszakos etetés, túletetés vagy kiéheztetés. Kerüljük az erőltetés minden formáját.</p> <p>Hosszas megfigyelés és szükség esetén szakorvosi kivizsgálás segíthet az okok feltárásában. Ezt követően lehet egyénre</p>	<p>Biztosítsunk megfelelő, kényelmes, kellemes, ergonomikus és zavartalan környezetet az étkezéshez.</p> <p>Evésterápiát segítheti, része lehet:</p> <ul style="list-style-type: none"> - izomzat koordinálása, előkészítése; - megfelelő környezet kialakítása; - pozicionálás; - a kóros reflexeket gátló fogásmódok megtalálása, az állkapocskontroll alkalmazása; - a szopóreflex kontrollálása és a helyes nyelés kialakítása; - a harapás facilitálása, a túlzott harapóreflex leépítése; - a rágás kialakítása; - az ivás megtanítása; - a nyál lenyelésének serkentése.¹² <p>Gondoskodjunk a lakó megfelelő</p>
Száját nyitja, zárja	Száját megfelelő mértékben nyitja és képes zárva tartani.		
Garatreflexe ép	Túl erős vagy gyenge garatreflex, reflex hiánya nem áll fenn.		
Akadálytalanul nyel	Akut vagy krónikus nyelési panaszok nem állnak fenn.		
Nyelve, nyelvmozgása ép	Nyelve egészséges, képes megfelelően mozgatni, a táplálékot szájában forgatni, továbbítani. Nem löki ki szájából a táplálékot.		
Fogazata ép	Fogazata vagy protézise alkalmas az		

¹² Bartókné Luthár Barbara, Cseri Tímea, Dr. Kálmán Zsófia, Királyhidi Dorottya, Kollár Zoltán (2009) Pár-beszéd. Kiegészítő jegyzet a súlyosan, halmozottan sérült személyek kommunikációs segítőit felkészítő tanfolyam anyagához. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
	étkezéshez.	szabott evésterápiát alkalmazni.	fogpótlásáról.
Akadálytalanul rág	Izmai, mozgáskoordinációja megfelelőek a rágáshoz.	Orrszondán, PEG-en, PEJ-en keresztül önálló táplálkozás külön tanítást és gyakorlást igényel.	Orrszonda, PEG, PEJ használatához szükséges az eszközök folyamatos biztosítása (tartozékok, higiénias eszközök, kötszer), valamint megfelelő táplálék, tápszer.
Akadálytalanul harap	Izmai, mozgáskoordinációja, fogai megfelelőek a harapáshoz.	Az ételekkel, italokkal kapcsolatos preferenciák megismerése érdekében figyeljük meg a lakó jelzéseit és amennyiben lehetséges, igazodjunk ízléséhez.	
Csak folyékony, egynemű ételt, italt fogyaszt	Folyadékot és folyadékban oldódó táplálékot fogyaszt, pl. tápszer, tej, leves leve, esetleg tojással, tejszínnel dúsítva.		
Pépes ételt fogyaszt	Finomra turmixolt ételt fogyaszt.		
Falatnál kisebb darabokat, darabos ételt fogyaszt	Falatnál kisebb darabos ételt fogyaszt, pl. villával összetört főtt répa, levesben apró zöldségdarabok, tészta.		
Falatokat fogyaszt	Falatnyi ételt elrág és lenyel.		
Puha ételt rág	Csak puha ételeket képes elrágni pl. főtt répa, kenyérbél.		
Kemény ételt rág	Átlagos vagy keményebb állagú ételt képes elrágni, pl. kenyérbél, földimogyoró.		
Puha ételt harap	Csak puha ételt képes harapni pl. főtt répa, kenyérbél.		
Kemény ételt harap	Átlagos vagy keményebb állagú ételt képes harapni, pl. kenyérbél, egész gyümölcsök.		
Szondán át táplálják	Orrszondán, PEG-en, PEJ-en keresztül táplálják.		
Szondán át önállóan táplálkozik	Orrszondán, PEG-en, PEJ-en keresztül önállóan táplálkozik.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Szonda mellett szájon át is táplálkozik	Orrszonda, PEG, PEJ mellett szájon át is fogyaszt ételt, italt.		
Étellel, itallal kapcsolatos preferenciája van	Kialakult ízlése van. Vannak általa kedvelt ízek, ételek vagy italok.		
Bizonyos ételeket vagy italokat túlzott mértékben nem utasít el	Ételekkel, italokkal kapcsolatos preferenciái lehetővé teszik a változatos táplálkozást. Bizonyos ételeket és italokat nem utasít el, másokat túlzottan nem részesít előnyben pl. azok íze, színe, szaga, hőmérséklete alapján.		
2. Kézzel étkezik	Evőeszköz használatot nem igénylő ételeket kézzel önállóan elfogyaszt, pl. kenyeret, gyümölcsöt.	Amennyiben eddig a személy passzív volt, etették, ösztönözzük, hogy vegyen részt a folyamatban, pl. fogja meg az ételdarabokat, emelje a szájához.	Amennyiben a harapás nehezített, apróbb darabokra vághatjuk az ételt.
Hagyja magát kézzel etetni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Amennyiben motoros funkciói ezt lehetővé teszik, ösztönözzük a harapást kezdetben puha, omlós ételekkel.	
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. evőeszközre ráfog, száját nyitja, fejét felénk fordítja.		
Kezével megfogja az ételt	Fogásának erőssége megfelelő, a kezét és az ételt megtartja.		
Kezével szájához emeli az ételt	A kezét és az ételt felemeli.		
Kezével szájába teszi az ételt	A kezével a szájába teszi az ételdarabokat.		
Harap az ételből	Kisebb, megfelelő méretű falatokat harap az ételből.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. elejti az ételt. Nem tudja mindig az ételt a szájába rakni. Teste, ruházata esetenként bepiszkolódik.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
3. Evőeszkővel étkezik	Kanalat, villát, kést önállóan használ a különböző típusú ételek elfogyasztásához.	Az evőeszközök használatában a helyes fogás és tartás elsajátítása az első lépés a tanulás során.	Gyenge izomtónus, gyenge finommotorika, mozgássérültség esetén speciális kialakítású evőeszközöket biztosítsunk a személy számára.
Evőeszközök használatának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy evőeszközt kell használni az étkezések során. Nem utasítja el az evőeszközök használatát. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	Gyakorolhatjuk az evőeszközök helyes tartását, mozgatását, az egyensúlyozást, a szájhoz emelést, a mozdulatok intenzitását (ne menjen túl az étel az evőeszközön vagy rajta maradjon), merítést, szórást, darabolást, vágást.	
Hagyja magát evőeszkővel etetni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Az egyensúlyozás, intenzitás és irányok gyakorlása fontos annak érdekében is, hogy az étel a tányéron maradjon.	
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. evőeszközre ráfog, száját nyitja, fejét felénk fordítja.	Tanítsuk, hogy a személy a tányérján az evőeszközök segítségével hogyan tudja az ételt elrendezni.	
Evőeszközt megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét felemeli, megtartja, az evőeszközt helyesen tartja.		
Kanalat használ az étkezések során	Elsősorban levesek, főzelékek, folyékony ételek elfogyasztása során megfelelően használja a kanalat.		
Felszúrja az ételt a villájára	Nagyobb ételdarabokba beleszúrja a villáját.		
Villát az étel alá tol és a szájához emeli	Az ételdarabot a villán egyensúlyozva felemeli szájához.		
Késsel-villával étkezik, késsel rátolja az ételt a villára.	Késsel felsegíti az ételdarabokat a villájára.		
Késsel-villával étkezik, darabos ételt elvág	Késsel elvágja, összeaprítja a nagyobb ételdarabokat, pl. húst, rántott sajtot.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. megsérti magát az evőeszközzel. Az étel az asztalra, ruhájára hullik. Csak bizonyos ételeket tud evőeszközzel elfogyasztani.		
4. Ételt szed a tányérjára	Egy nagyobb tálból, edényből vagy lábasból a megfelelő eszköz segítségével ételt szed a tányérjára.	Az önállóság fejlesztéséhez fontos biztosítani a személy számára az ételszedés lehetőségét, illetve a gyakorláshoz elegendő időt a mindennapos étkezések során. Gyakorolhatjuk a szedőkanál és a tányér megfelelő tartását, mozgatásukat, az egyensúlyozást. Az egyensúlyozás, intenzitás és irányok gyakorlása fontos annak érdekében is, hogy az étel a tányérra kerüljön, és a tányéron maradjon.	A mennyiségek tanulását, gyakorlását segítheti mintás tányér pl. a leves szükséges és elégséges mennyiségének a meghatározásához. Az étel szedésére használt eszköz nagysága, mélysége szintén támpont lehet.
Megfogja a szedőkanalat	Fogásának technikája és erőssége megfelelő, kezét és a szedőkanalat megtartja.		
Mozgatja a szedőkanalat	A szedőkanállal megfelelő mozdulatokat végez, pl. felemeli, ételt merít, tányérjához emeli.		
Megfogja a tányért	Fogásának technikája és erőssége megfelelő, kezét és a tányért megtartja.		
Mozgatja a tányért	A tányért felemeli, a tálhoz vagy edényhez közelíti, megtartja, majd az étellel egyensúlyozva az asztalra helyezi.		
Megfelelő mennyiséget szed a tányérra	Akkora adagot szed, ami elfér a tányérban/tányéron.		
5. Pohárból iszik	Bármilyen pohárból folyadékot megiszik a megfelelő mennyiségben.		
Hagyja magát pohárból itatni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. kezünkre, pohárra ráfog, száját nyitja, fejét felénk fordítja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Poharat megfog	Fogásának technikája és erőssége megfelelő, kezét és a poharat megtartja.	folyadék van a pohárban, a mennyiség fokozatosan növelhető.	
Poharat mozgat	A pohárral megfelelő mozdulatokat végez, pl. felemeli, szájához tartja, megdönti.		
Szívószálat megfog	Fogásának technikája és erőssége megfelelő, kezét és a szívószálat megtartja.		
Szívószálat mozgat	A szívószállal megfelelő mozdulatokat végez, pl. felemeli, pohárba teszi, szájához, illetve szájába teszi.		
Műanyag pohárból iszik	Nem okoz számára problémát műanyag pohárból inni, nem utasítja el, nincs irracionális félelme ezzel kapcsolatban.		
Üvegphárból iszik	Nem okoz számára problémát üvegphárból inni, nem utasítja el, nincs irracionális félelme ezzel kapcsolatban.		
Szívószállal iszik	Nem okoz számára problémát szívószállal inni, nem utasítja el, nincs irracionális félelme ezzel kapcsolatban. A szívószállal megfelelően felszívja, majd lenyeli a folyadékot.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. az italt gyakran magára önti, kiönti.		
6. Tölt magának innivalót	Egy kancsóból, üvegből vagy palackból pohárba tölti a folyadékot.	Látássérültek esetében, amennyiben vízszintjelző használatára nincs mód, sok gyakorlással fejleszthető a mennyiség észlelése.	Látássérült személyek esetében megfelelő segítő eszköz lehet egy saját folyadékszintjelző, mely hangjelzést ad.
Kancsót/üveget/palackot megfog	Fogásának erőssége megfelelő, kezét megtartja, helyesen tartja a tárgyat.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Kancsót/üveget/palackot mozgat, tölt belőle	A tárggyal a kezében megfelelő mozdulatokat végez: pl. felemeli, pohárhoz közelíti, megbillenti.	A pohár méretéhez képest inkább kevesebbet (pl. kb. félig) töltsön a pohárba, minthogy túlfolyjon. Ha nincs túl nagy háttérzaj, a hallás is segíthet a folyadék szintjének megállapításában, de mindez csak sok-sok előzetes gyakorlással működik. Továbbá látássérült személyek szívesen használják az ujjukat a pohár szájába helyezve, hogy érezzék a folyadék szintjét, ez azonban, különösen társaságban, nem higiénikus és nem túl elegáns megoldás, így ezt lehetőleg mellőzzük.	
7. Megfelelő gyakorisággal étkezik	A nap során legalább három alkalommal étkezik akkor is, ha erre senki nem figyelmezteti. Túlevés/alulevés kockázata nem áll fenn. Nem viszi túlzásba az étkezések közötti nassolást.	Figyeljük meg, hogy az ismétlődő, ugyanabban az időpontban zajló étkezések előtt vagy között a személy jelzi-e számunkra, hogy éhes, bármilyen módon, ahogyan a környezetével kommunikálni szokott. Ennek megfigyelése hosszabb időt vesz igénybe. Amennyiben nem jelez a személy	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy az étkezéseket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek,
Étkezés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges a rendszeres étkezés. Nem utasítja el az étkezést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Éhségérzetét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha éhes és jelzi.	<p>semmilyen módon, fontos, hogy mi előre jelezzük előre, hogy mikor van az étkezés ideje, ezt szóbeli figyelmeztetéssel, prompttal vagy vizuális napirend segítségével tehetjük meg.</p> <p>Ha a személy fogyatékosága, állapota ezt igényli, lehetőség szerint állandó rendszere, állandó időpontja legyen az étkezéseknek.</p> <p>Különösen a támogatott lakhatásban az étkezések közösségi események is lehetnek.</p> <p>Az étkezések rendszeressé válását segítheti napi rutin, napirend kialakítása.</p>	<p>valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan.</p> <p>Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.</p> <p>Legjobb, ha a személyt bevonódik az étkezés előkészületeibe (pl. főzés, terítés), így természetes módon jelezzük számára, hogy étkezés fog következni.</p> <p>Étkezési napló is növelheti az önállóságot.</p>
8. Megfelelő mennyiségű ételt fogyaszt egyszerre	Nem fogyaszt sem túl kevés, sem túl sok ételt egyszerre.	Túlzott mennyiségű étel egyszerre történő elfogyasztása adódhat abból, hogy a személy nem jut minden esetben megfelelő mennyiségű ételhez. Okozhatja szorongás vagy kényszeresség is. Figyeljük meg, hogy milyen helyzetek vagy személyek váltják ki a problémát.	Étkezési napló vezetése hasznos lehet a túlevés vagy elégtelen táplálkozás megelőzésére.
A számára kikészített egészséges mennyiségű ételt elfogyasztja	Előre kikészített adagot elfogyasztja, nem tiltakozik ellene.		
Meghatározza a számára szükséges, egészséges mennyiségét	Tudja, hogy nagyjából mennyi ételre van szüksége a szervezetének egészsége megőrzéséhez.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Szükségeinél lényegesen több ételt nem követel	Megelégszik az életkorának, fizikai aktivitásának, egészségi állapotának megfelelő mennyiségű étellel. Nincsenek falási rohamai.	Az étel elutasítását vagy a habzsolást okozhatja korábbi rossz tapasztalat: erőszakos etetés, tületetés vagy kiéheztetés. Kerüljük az erőltetés minden formáját. Tárjuk fel, hogy az ételmennyiséggel kapcsolatos problémák mögött nem áll-e anorexia, bulímia, vagy más étkezési zavar. Átmenetileg bárki elutasíthatja az ételt pl. mert fáj a torka. Fokozott étvágy is utalhat betegségre.	
9. Megfelelő mennyiségű folyadékot fogyaszt	Megfelelő mennyiségű folyadékot iszik akkor is, ha erre senki nem figyelmezteti. Túlivás/kiszáradás kockázata nem áll fenn.	Figyeljük meg, hogy az étkezések során vagy között a személy jelzi-e számunkra, hogy szomjas, bármilyen módon, ahogyan a környezetével kommunikálni szokott. Ennek megfigyelése hosszabb időt vesz igénybe. Amennyiben nem jelez a személy semmilyen módon, fontos, hogy biztosítsuk a megfelelő mennyiségű folyadékbevittelt. A folyadékfogyasztás rendszeressé váltását segítheti napi rutin, napirend kialakítása.	Léteznek speciális egészségügyi mobil applikációk, amelyek része a folyadékbevitel naplózása is. Van olyan lakó, aki önállóan is tudja használni ezeket, mások számára vezethetjük.
Folyadékfogyasztás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges a rendszeres folyadékfogyasztás. Nem utasítja el az ivást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Szomjúságát jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szomjas és jelzi.		
A számára kikészített egészséges mennyiségű folyadékot elfogyasztja	Előre kikészített adagot elfogyasztja, nem tiltakozik ellene.		
Meghatározza a számára szükséges, egészséges folyadék mennyiséget	Tudja, hogy nagyjából mennyi folyadékra van szüksége a szervezetének egészségére megőrzéséhez.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>10. Minden ételcsoportból fogyaszt, változatosan étkezik</p>	<p>Kiegyensúlyozottan, minden táplálékcsoportból fogyaszt. Nincs túl nagy eltolódás valamilyen táplálékcsoport felé, pl. szénhidrát, zsír.</p> <p>Nem utasít el semmilyen alapvető tápanyag-forrást, étkezéssel a fehérje, vitaminok, ásványi anyagok bevitele megoldott. Zöldségeket, gyümölcsöket is fogyaszt.</p>	<p>Ismertessük meg a személlyel a különböző tápanyagokat, alapanyagokat, ételeket és italokat, illetve azok tápanyag-tartalmát.</p> <p>Az alapanyagok tanításával kezdjük, majd az egyes alapanyagokat tartalmazó ételeket csoportokba oszthatjuk, különféle egészségügyi szempontok alapján.</p> <p>Tanítsuk meg, magyarázzuk el, hogy mik a kiegyensúlyozott étkezés ismérvei, milyen káros hatásai vannak az egyoldalú táplálkozásnak.</p> <p>Fontos, hogy ne a tiltásra, bizonyos élelmiszerek teljes kerülésére helyezzük a hangsúlyt, hanem a mértékletességre és az arányok megtartására.</p> <p>Adjunk lehetőséget az ételek megismerésére pl. közös főzés, közösségi esemény során, kóstoltassuk a lakót.</p> <p>Biztosítsunk változatos étrendet és a választás lehetőségét. Vegyük figyelembe a személy preferenciáit (kedvelt ételek, ízek). Kerüljük az erőltetés minden formáját.</p> <p>Kezdetben közösen, majd egyre nagyobb önállósággal a személy maga állítsa össze az étrendet, készítse az ételeket és/vagy kövesse nyomon az étkezését, annak hatásait.</p> <p>Ha valamilyen ételt elutasít a személy, találjuk meg a módját az adott tápanyag helyettesítésének olyan ételekkel, amiket</p>	<p>A személy megértési szintjének megfelelően használjunk tájékoztató, információt nyújtó képeket, fotókat, leírásokat, készítsünk vizuális emlékeztetőket, vezessünk étkezési naplót.</p> <p>Mintaétrendek, új receptek, eddig nem ismert alapanyagok bevezetése segítheti az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozást.</p> <p>Biztosítsuk a személy számára a szükséges alapanyagokat vagy a megfelelő étrendet, erre ügyeljünk a tervezés és szolgáltatásszervezés során.</p> <p>Megfelelő méretű és színű műanyag dobozokkal könnyen csoportosíthatók a szükséges és fogyasztható tápanyagok, illetve mérhető az egészséges mennyiség (pl. zöld doboz a zöldségnek, piros a húsoknak, sárga a szénhidrát tartalmú köreteknek).</p> <p>A szükséges vitaminok és ásványi anyagok pótlásáról külön gondoskodjunk, ha szükséges.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		szívesebben elfogyaszt.	
11. Diétát tart	Tudja, hogy bizonyos esetekben diétára, speciális étrendre van szükség (pl. gyomorrontás, hasmenés, krónikus betegségek, allergia). Az étrendjébe illeszkedő ételeket és italokat fogyaszt. A diétát segítség, figyelmeztetés nélkül betartja.	Ismertessük a személlyel, hogy mit jelent a diéta, miért van rá szüksége, milyen előnyös hatásai vannak a speciális étrendnek. Tanítsuk meg, magyarázzuk el, hogy mik lehetnek a diéta be nem tartásának káros következményei. Mutassuk be, tanítsuk és gyakoroljuk, hogy milyen alapanyagokat, ételeket és mekkora mennyiséget fogyaszthat. A lakóközösséggel is tudassuk, ha van a személy számára különösen veszélyes anyag (pl. allergia miatt), hogy azt közös főzés, étkezés során is elkerüljük. Kockázatkezelési terv is készíthető pl. speciális étrend betartása, allergiás roham elkerülésének érdekében. További információ az előző szempontnál található.	A kerülendő alapanyagokat vagy ételeket vizuális vagy tapintható jelekkel is megkülönböztethetjük. További információ az előző szempontnál található.
Diéta szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges a speciális étrend. Nem utasítja el a diétát. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.		
A diétás ételt elfogyasztja	Az étrendbe illeszkedő ételt és adagot elfogyasztja, nem tiltakozik ellene.		
12. Megkülönbözteti az ehető, iható/nem ehető, nem iható anyagokat egymástól	Tisztában van azzal, hogy mi ehető/iható és mi nem alkalmas elfogyasztásra, ilyen anyagokat nem fogyaszt el.	Ha előfordul nem ehető anyagok elfogyasztása (pica), fontos megvizsgálnunk, hogy mi áll ennek	Az okok feltáráshoz vezessünk naplót, jegyezzük fel, hogy mi történt a pica előtt, hátha felfedezünk valamilyen mintázatot

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Nem ehető/iható anyagokat nem fogyaszt el	Nem fogyaszt el olyan anyagot, amiről tudatják vele, hogy nem ehető/iható, nem szabad elfogyasztani.	<p>háttérében.</p> <p>Lehet, hogy gyakrabban éhes, mint amilyen gyakran ételhez jut, lehetséges szenzoros ok, önstimuláció vagy a megfelelő tevékenységek, elfoglaltságok hiánya is. Kiválthatja stressz, elhanyagolás. Ha a picát ásványianyag-hiány okozza, az könnyen kezelhető.</p> <p>A pica lehet kényszeres, ezt csak szakember állapíthatja meg.</p> <p>A személy megértési szintjének megfelelően taníthatjuk a nem ehető anyagokat, illetve elfogyasztásuk következményeit.</p>	<p>és sikerül a kiváltó okot megszüntetni, kiküszöbölni.</p> <p>A személy számára vonzó, gyakran elfogyasztott, de nem ehető anyagokat tároljuk jól elkülönítve az élelmiszerektől.</p> <p>Gondoskodjunk róla, hogy ne legyen éhes a személy. Ha picát tapasztalunk, vonjuk el a figyelmét.</p> <p>Szakképzett terapeuta bevonása is indokolt lehet.</p>

Felmérő lap - Segédeszközök használata és tisztán tartása

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1. Önellátás	A.1.4. Segédeszközök használata és tisztán tartása
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹³		
1.	Segédeszközt rendeltetésszerűen használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Segédeszköz használatának szükségességét érti, motivált	IGEN		NEM		
1.2.	Segédeszköz használatának igényét, szükségességét jelzi	IGEN		NEM		
1.3.	Segédeszköz alkalmazását engedi	IGEN		NEM		
1.4.	Részmozzanatokát végez a folyamatban	IGEN		NEM		
1.5.	Segédeszköz használatához szükség szerint segítséget kér	IGEN		NEM		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Segédeszközt vagy tartozékát szükség szerint cseréli vagy jelzi a csere szükségességét	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Felismeri és jelzi, ha a segédeszköz működése nem megfelelő	IGEN		NEM		
2.2.	Felismeri és jelzi, ha módosítás szükséges a segédeszközzel kapcsolatban	IGEN		NEM		

¹³ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Segédeszközét tisztán tartja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Tisztítás szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
3.2	Tisztítás szükségességét felismeri és jelzi			IGEN	NEM	
3.2	Tisztítást engedi			IGEN	NEM	

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Segédeszközök használata és tisztántartása

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.1 Önellátás	A.1.4. Segédeszközök használata és tisztántartása

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Segédeszközt rendeltetésszerűen használ	A számára szükséges, illetve elrendelt gyógyászati és rehabilitációs segédeszköz(ei)t önállóan, segítség nélkül használja.	Cél a személy számára leginkább megfelelő eszközök megtalálása és használata. Egyes segédeszközöket szakorvos rendelhet el.	Az ISO 9999 nemzetközi szabvány a fogyatékkal élő személyek egyedileg gyártott vagy általánosan beszerezhető segédeszközeinek funkció szerinti osztályozása. A háromszintű rendszerben a főosztályok jelenleg a következőképp alakulnak:
Segédeszköz használatának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért van szükség a segédeszköz(ök)re. Nem utasítja el a segédeszköz(ök) használatát. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	A segédeszközök kiválasztásában és használatuk elsajátításában egészségügyi szakemberek (pl. orvos, ápoló, gyógytornász, terapeuta) rehabilitációs szakemberek, konduktor, gyógypedagógus: látássérült személyek számára tiflopedagógus, hallássérült személyek számára szurdopedagógus, mozgássérült személyek számára szomatopedagógus tud segítséget nyújtani.	02 Kötszerek 04 Személyes gyógykezelő segédeszközök 05 Segédeszközök készségek begyakorlására 06 Ortézisek és protézisek 09 A személyi gondoskodás és védelem segédeszközei 12 A személyes mozgás segédeszközei 15 Háztartási segédeszközök 18 Bútorzat, lakás- és más helyiség-átalakítások 21 Segédeszközök a kommunikációhoz és tájékoztatáshoz
Segédeszköz használatának igényét, szükségességét jelzi	Már ismert és használt segédeszközök esetén felismeri, észreveszi, ha valamely segédeszközére szüksége van, és ezt jelzi.	Biztosítsuk a segédeszközök használatának gyakorlását, valamint tudatosítsuk a nem rendeltetésszerű használatot, illetve a használatra vonatkozó egyéb szempontokat (pl. önkátérezés hol történjen).	
Segédeszköz alkalmazását engedi	Nem tiltakozik az alkalmazás vagy folyamat ellen, pl. hallókészülék, protézis felhelyezése, szemüveg viselése.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. eszközre ráfog, testrészt tartja, emeli.		
Segédeszköz használatához szükség szerint segítséget kér	Amennyiben problémája, nehézsége van a segédeszköz használatában, segítséget kér.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Segédeszköz épségére ügyel	A segédeszközt óvja a sérüléstől. Szándékosan nem tesz kárt a segédeszközben.		<p>22 Segédeszközök a kommunikációhoz és tájékoztatáshoz</p> <p>24 Segédeszközök tárgyak és eszközök kezelésére</p> <p>27 Környezetjavító segédeszközök, szerszámok és gépek</p> <p>30 Rekreációs segédeszközök¹⁴</p> <p>Léteznek a Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő (korábban OEP) által „tb-támogatásba befogadott” és „nem támogatott” eszközök. (a lista elérhető itt: http://www.neak.gov.hu, adatbázis: http://sejk.oep.hu).</p> <p>Az EKISz2-EKKiFeT módszertan <i>Beavatkozások tervezése</i> című III. kötete is felsorol támogató és segítő technológiákat:</p> <p>Támogató technológiák pl. asszisztív és infokommunikációs technológiák, eszközök</p> <p>Protézisek, ortézisek, egyéb orvostechikai eszközök pl. fűző, ortopéd cipő</p> <p>Segédeszközök pl. szemüveg, hallókészülék, helyváltoztatást, mobilitást és testhelyzet-változtatást segítő eszközök</p>

¹⁴ Menich Nóra (2016) Kit támogat a támogató technológia? A fogyatékossgal élő emberek segédeszközökhöz való hozzáféréseinek kérdései Magyarországon. Esély, 2016/5 http://www.esely.org/kiadvanyok/2016_5/Esely_2016-5_3-1_Menich_Kit_tamogat.pdf

Tóth Melinda, Mischinger Gábor (2012) Támogatóeszköz-, támogatótechnológiai, gyógyászatisegédeszköz-adatbázisok a mozgáskorlátozott emberek rehabilitációjának szolgálatában. TIOP-3.3.2-12/1-2013-0001 Guruló projekt, Budapest, MEREK. http://gurulo.hu/sites/default/files/tanulmanyok/fuzet_3_toth_mischinger.pdf

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
			Hozzáférést segítő eszközök, technológiák pl. vizuális támogatás, segítő kutya A segédeszközök egyéni adaptációra, átalakításra szorulhatnak. Segédeszközök bérlésére számos helyen van lehetőség.
2. Segédeszközt vagy tartozékát szükség szerint cseréli vagy jelzi a csere szükségességét	A személy önállóan végzi el azoknak a tartozékoknak a cseréjét (pl. elemcsere), amihez nincs szükség szakemberre, valamint jelzi, ha szakember segítségére van szüksége.	Fontos, hogy a személy megismerje a helyes használat módját, a meghibásodás jeleit és következményeit, a rongálódást kivédő technikákat. Tudatosítsuk a segédeszközökkel kapcsolatban a megfelelő működés ismérveit (pl. gyógycipő nem töri a lábát, kényelmes).	Biztosítsuk a szükséges tartozékokat. Ismerje meg a személy, hogy mi a módja a cserének pl. kinek kell szólnia, hová kell fordulni szervizelési igény esetén.
Felismeri és jelzi, ha a segédeszköz működése nem megfelelő	Felismeri, ha diszfunkcionális a segédeszköz működése vagy nem működik és jelzi.	Tanítsuk a szükséges tennivalókat, pl. elektromos kerekesszék használata esetén az akkumulátort tölteni kell, a lemerülést követni szükséges, az erre vonatkozó jelzést fel kell ismerni. Egyéb példák: Mechanikus kerekesszék esetén, ha az valamelyik irányba húz, felismeri és jelzi azt a megfelelő szakembereknek. A támbot gumijának kopását figyelni, észreveszi és jelzi. Antidecubitus matrac elhasználódását jelzi.	
Felismeri és jelzi, ha módosítás szükséges a segédeszközzel kapcsolatban	Felismeri, ha a segédeszköz már nem tölti be eredeti funkcióját, pl. már nem lát jól a szemüveggel és jelzi.		
3. Segédeszközét tisztán tartja	Gyógyászati és rehabilitációs segédeszközeit tisztán tartja, szükség esetén tisztítja.	Fontos, hogy a személy megismerje a bepiszkolódás jeleit, következményeit, a helyes tisztítás, tisztántartás módját,	Biztosítsuk a tisztításhoz szükséges eszközöket.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tisztítás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért van szükség a segédeszköz(ök) tisztítására. Nem utasítja el a segédeszköz(ök) tisztítását. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	lehetőségeit. A tisztítást lehetőség szerint a személlyel közösen végezzük, biztosítunk számára lehetőséget a tevékenységbe való bekapcsolódásra.	
Tisztítás szükségességét felismeri és jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükséges a segédeszköz tisztítása és jelzi.		
Tisztítást engedi	Nem tiltakozik a tisztítás ellen.		
Részmozzanatokot végez a folyamatban	Aktívan együttműködik, pl. eszközre ráfog, tartja, tisztító eszközt megfog.		

Felmérő lap - Étel elkészítése

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.1. Étel elkészítése
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁵		
1.	Hideg ételt készít	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Hideg étel készítésének szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2.	Alapanyagokat felismer	IGEN	NEM			
1.3.	Alapanyagokat megfog	IGEN	NEM			
1.4.	Alapanyagokat elővesz	IGEN	NEM			
1.5.	Alapanyagokat felvág	IGEN	NEM			
1.6.	Kenyeret megken	IGEN	NEM			
1.7.	Kenyeret szeletel	IGEN	NEM			
1.8.	Tisztában van a szükséges alapanyagok mennyiségével	IGEN	NEM			

15 Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Meleg ételt készít	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	A főzés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
2.2.	Alapanyagokat felismer	IGEN	NEM			
2.3.	Alapanyagokat megfog	IGEN	NEM			
2.4.	Alapanyagokat elővesz	IGEN	NEM			
2.5.	Alapanyagokat felvág	IGEN	NEM			
2.6.	Reszelőt használ	IGEN	NEM			
2.7.	Konzervet konzervnyitóval kinyit	IGEN	NEM			
2.8.	Üveget kinyit	IGEN	NEM			
2.9.	Főzéshez egyéb eszközöket használ	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Konyhai berendezéseket használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Dugót a konnektorba dug	IGEN	NEM			
3.2.	Mikrohullámú sütőt használ	IGEN	NEM			
3.3.	Kenyérpírtót használ	IGEN	NEM			
3.4.	Vízforralót használ	IGEN	NEM			
3.5.	Gáztűzhelyt/villanytűzhelyt használ	IGEN	NEM			
3.6.	Kávéfőzőt használ	IGEN	NEM			
3.7.	Kávéfőző gépet használ	IGEN	NEM			
3.8.	Sütőt használ	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Ismeri néhány egyszerűbb étel elkészítési módját	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Recept alapján egyszerűbb ételt elkészít	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	A recepthez szükséges alapanyagokat felismeri	IGEN	NEM			
5.2	Mennyiségeket ismer	IGEN	NEM			
5.3	A szükséges mennyiségeket kiméri	IGEN	NEM			
5.4	A receptben felsorolt lépéseket követi	IGEN	NEM			
5.5	Felismeri, ha az étel elkészült	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Étkezéshez megteríti	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	A terítés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
6.2	Felismeri és kiválasztja a szükséges evőeszközöket	IGEN	NEM			
6.3	Felismeri és kiválasztja a szükséges edényeket	IGEN	NEM			
6.4	Megfogja és előveszi a szükséges eszközöket	IGEN	NEM			
6.5	Lapos és mélytányért tesz egymásra	IGEN	NEM			
6.6	Az evőeszközöket jó helyre teszi	IGEN	NEM			
6.7	A poharakat jó helyre teszi	IGEN	NEM			
6.8	A szalvétát jó helyre teszi	IGEN	NEM			
6.9	Megfelelő helyen készíti a terítéket	IGEN	NEM			
6.10	Ünnepi terítéket készít	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Ételt tárol	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Az étel tárolásának szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
7.2	Tudja, hogyan kell tárolni a maradék ételt	IGEN	NEM			
7.3	Felismeri, ha az étel megromlott	IGEN	NEM			
7.4	Hűtőszekrényt használ	IGEN	NEM			
7.5.	A hűtőszekrényben megfelelően tájékozódik	IGEN	NEM			

7.6	Mélyhűtőt használ	IGEN	NEM
7.7	Leolvassa egy termék szavatossági idejét	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Ételkészítés után elpakol	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Az elpakolás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
8.2	Tudja, hogy mely eszközt hol kell tárolni	IGEN	NEM			
8.3	Mindent a helyére pakol	IGEN	NEM			
8.4	Szükség esetén letisztítja a munkafelületet	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Elmosogatja a koszos edényeket	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Mosogatás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
9.2	Megfelelő mennyiségű mosogatószer adagol	IGEN	NEM			
9.3	Megfogja és mozgatja az edényeket, eszközöket					
9.4	Mosogatószivacsot használ	IGEN	NEM			
9.5	Víz hőmérsékletét beállít	IGEN	NEM			
9.6	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Készítelt megrendel	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	Ismeri az ételrendelés és házhozszállítás lehetőségét	IGEN	NEM			
10.2	Menüsorból választ	IGEN	NEM			
10.3	Nyomtatott információk között tájékozódik	IGEN	NEM			
10.4	Interneten tájékozódik	IGEN	NEM			
10.5.	Ételt megrendel	IGEN	NEM			
10.6	A megrendelt ételt átveszi	IGEN	NEM			
10.7	A megrendelt ételt kifizetni	IGEN	NEM			
10.8	Az ételt kicsomagolja	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Étkezdében, étteremben étkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Étkezdében, étteremben viselkedése adekvát	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Étel készítése

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.1. Étel elkészítése

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Hideg ételt készít	A rendelkezésre álló alapanyagokból elkészít egy szendvicset.	Olyan alapanyagok ismeretét figyelhetjük meg elsősorban, amelyeket a személy más ismer. Amennyiben a személy nem tud olvasni, fontos, hogy az alapanyagokat vizuálisan fel tudja ismerni. Ezt sokféleképpen, több helyzetben is lehet gyakorolni.	Kerekesszéket használó személyek számára alapvető jelentőségű egy térdszabad pult kialakítása. Kihúzható, dönthető munkalapok, tolóajtós szekrények segíthetik a mozgássérült személyek tevékenységét a konyhában.
Hideg étel készítésének szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért van szükség az étel elkészítésére. Nem utasítja el az ételkészítést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Fontos annak megismertetése és megtapasztalása, hogy egyes alapanyagok, pl. burgonya, alma, többféle módon, eltérő kinézetű és állagú ételként is felhasználhatók, illetve fogyaszthatók.	Szeletelt kenyér, szeletelt sajtok és felvágottak kiválthatják a szeletelés bonyolult műveletét.
Alapanyagokat felismer	Felismeri, rámutat vagy megnevezi a legalapvetőbb alapanyagokat, pl. kenyér, vaj, lekvár, sajt, felvágott.	Látássérült személyek számára fontos lehet az alapanyagok megismerésének gyakorlása csomagoláson keresztül tapintással, pl. kenyér, sajt, felvágott.	
Alapanyagokat megfog	Fogásának erőssége megfelelő, kezét fel tudja emelni, meg tudja tartani.	Illat és tapintás (pl. forma, állag) alapján is gyakorolhatjuk az élelmiszerek felismerését.	
Alapanyagokat elővesz	Alapanyagokat pl. a hűtőből, szekrényből, kenyértartóból elővesz és kicsomagol.	Amennyiben a személy tud késsel bánni	
Alapanyagokat felvág	Az alapanyagokat, pl. sajtot, felvágottat, zöldséget szeletekre, darabokra vágja. Az alapanyagokat megfelelően tartja. A kést biztonságosan használja. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Kenyeret megken	A kenyeret és a kést megfelelően tartja. A kést biztonságosan használja. A kenő mozdulatok megfelelőek. A kenyér teljes felületén elkeni pl. a vajat, lekvárt, májkrémet.	és darabolni vagy szeletelni pl. zöldséget, megpróbálkozhatunk a kenyérvágás megtanításával, de ez nagy körültekintést igényel látássérült személyek esetében. Látássérült személyek számára a kenyér kenését a következő módon taníthatjuk: a dobozt egyik kézben tartva óvatosan kitapintja a késsel a vaj felületét, majd nem túl erősen végighúzza maga felé, hogy a késre kerüljön vaj. Lekvárnál célszerű kanalat használni és azzal tenni a kenyérré.	
Kenyeret szeletel	A kenyeret és a kést megfelelően tartja. A kést biztonságosan használja. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.	A gyakorlást először pirítóson kezdjük, ha van rá lehetőség, mivel az merevebb, könnyebb bánni vele. Fontos egy haladási szisztéma kialakítása, de ez egyénenként eltérő lehet. Próbáljuk meg először a középről kifelé haladást. A kenyeret egyik tenyérben tartva, a másik kézzel a késsel a vajat a kenyér közepére helyezi. Sok gyakorlás szükséges, amíg ráérez, hogy a tartó tenyér ujjaihoz, a kenyér széléhez viszonyítva hol van a szelet közepe. Innen húzza a kenyér szélé, illetve maga felé kenő mozdulatokkal a vajat, majd fordít a kenyéren vagy másik irányba húzza a kést.	
Tisztában van a szükséges alapanyagok mennyiségével	Tudja, hogy körülbelül mennyi alapanyag szükséges egy főre, és annyit használ fel.		
2. Meleg ételt készít	A rendelkezésre álló alapanyagokból elkészít egy meleg ételt. A főzéshez szükséges alapvető eszközöket rendeltetésszerűen használja.	Fontos, hogy az ételkészítést és a főzés résztvevőit is funkcionálisan, valódi helyzetben gyakoroljuk. Az adott étel elkészítéséhez kapcsolódjon a	Az önállóságot fejlesztheti a mikrohullámú sütő használatának elsajátítása. Fagyasztott, félkész ételek használatával,

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A főzés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért van szükség a főzésre. Nem utasítja el a főzést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	reszelés, konzervnyitás stb. gyakorlása. Látássérült személy esetében a főzés csak akkor releváns, ha korábban már megtanulta, vagy látóként tudott főzni. Az ételkészítés összetett tanulási folyamatot kíván. Meleg étel készítéséhez mindenképpen célszerű tiflopedagógus segítségét igénybe venni, legalább konzultációs jelleggel, mert ennek a területnek önálló, nagyon összetett, de jól felépített módszertana van.	ezek beiktatásával azok is részt vehetnek az ételkészítésben, főzésben, akik összetettebb, bonyolultabb folyamatokat nem tudnak kivitelezni.
Alapanyagokat felismer	Felismeri, rámutat vagy megnevezi az alapvető alapanyagokat, pl. só, fűszerek, olaj, tészta, hús.	Az alapanyagok felismerésében a hideg ételeknél részletezett módon járhatunk el.	Az alapanyagok rendszerezett tárolása (tároló edények vagy szekrényajtók, polcok feliratozása, megjelölése) fontos segítség lehet. A fűszertartókat is érdemes feliratozni (akár Braille-írással is).
Alapanyagokat megfog	Fogásának erőssége megfelelő, kezét fel tudja emelni, meg tudja tartani.	A különféle edények, eszközök használatát külön taníthatjuk a személynek.	Az edények, eszközök állandó, rendszerezett helye segíti a használat megtanulását, könnyebb megjegyezni, hogy mit mire lehet használni.
Alapanyagokat elővesz	Alapanyagokat pl. a hűtőből, szekrényből elővesz és kicsomagol/kibont/kinyit.	Sok eszköz, pl. kés, reszelő használata kockázattal jár, így megfelelő értelmi és belátási képességgel kell rendelkeznie az érintett személynek. Ha szükséges, készítsünk az adott kockázat elkerülésére kockázatkezelési tervet.	Sok konzervhez nem szükséges konzervnyitó, érdemes ilyeneket beszerezni.
Alapanyagokat felvág	Az alapanyagokat, pl. zöldséget, húst szeletekre, darabokra vágja. Az alapanyagokat megfelelően tartja. A kést biztonságosan használja. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.		Aprítógép segítheti az alapanyagok felaprítását.
Reszelőt használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Pl. sajt, zöldség reszelésére reszelőt használ. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.		Ételrendeléssel kiváltható a főzés, ha erre igény van, de legyen lehetőség a szolgáltató és a menü kiválasztására, esetleg cseréjére.
Konzervet konzervnyitóval kinyit	Tudja, hogy mire való az eszköz. A konzervnyitót rendeltetésszerűen használja. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.		
Üveget kinyit	Üveg tetejét lecsavarozza.		
Főzéshez egyéb eszközöket használ	Főzőedényeket, keverő, aprító eszközöket felismer. Tudja, hogy mire valók az eszközök, azokat rendeltetésszerűen használja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
3. Konyhai berendezéseket használ	Az alapvető konyhai elektromos eszközök, berendezések funkcióját ismeri. Az eszközöket, berendezéseket rendeltetésszerűen használja.	A konyhai eszközök használatának felmérése során lehetőség szerint az érintett személy által ismert, használt eszközök kezelését figyeljük meg.	Készítsünk az egyes eszközök használatához folyamatábrákat, vagy könnyen érthető leírást.
Dugót a konnektorba dug	Tudja, hogy az elektromos eszközt, berendezést áram alá kell helyezni. A dugaszt a dugaljba csatlakoztatja.	A legideálisabb, ha saját eszközét, illetve a támogatott lakhatásban használandó eszközöket tudja kipróbálni, azok használatát gyakorolja.	Érdeemes a bonyolultabb, sok gombot tartalmazó eszközökön megjelölni azokat, amelyeket általában használni szükséges (pl. mikrón az általános melegítő funkció beállítása).
Mikrohullámú sütőt használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Tudja, hogy mit és milyen edényben lehet betenni a mikrohullámú sütőbe. Beteszi az edényt a mikrohullámú sütőbe. Az időt és a hőfokot beprogramozza. A programot elindítja. Lejárat után biztonságosan kiveszi az edényt a mikrohullámú sütőből.	Mivel minden eszköz működése, felépítése kicsit eltérő, ezért minden új eszköz használatát újra kell tanulni. Sok eszköz pl. tűzhely használata kockázattal jár, így megfelelő értelmi és belátási képességgel kell rendelkeznie az érintett személynek. Ha szükséges, készítsünk az adott kockázat elkerülésére kockázatkezelési tervet.	Látássérült személyeket domború jelzések (pl. puha festék, szigetelő szalagból levágott vékony csík) segíthetik legalább a kikapcsolt/bekapcsolt állapot felismerésében, illetve a különböző funkciók kiválasztásában.
Kenyérpírtót használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. A kenyeret behelyezi, az időt és a hőfokot beállítja. Megvárja, hogy elkészüljön a pirítós, majd biztonságosan kivesz a szeleteket a pirítóból.	Tanítsuk, hogy mik a jelei annak, ha az eszköz áram alatt van, vagy be van kapcsolva (pl. fényjelzés, hőérzet). Hívjuk fel a figyelmet, hogy hogyan kerülhető el az áramütés (pl. ne érje víz a berendezést, ne nyúljunk bele fém eszközzel).	A jelöléseket egyeztetni szükséges az érintett személlyel, hogy számára mi a segítség, majd ezt gyakorolni, megtanulni, hogy biztonsággal tudja használni az adott berendezést.
Vízforralót használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Megfelelő mennyiségű vizet tölt a forralóba, bekapcsolja. Megvárja, hogy felforrjon a víz, majd tölt egy edénybe vagy bögrébe.	Látássérült személyek esetében kerüljük a digitális kijelzővel és kezelőfelülettel	Vízszintjelző, beszélő mérleg használata segítheti a látássérült személyeket. Digitális, villogó kijelzők segíthetik a hallássérült személyeket.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Gáztűzhelyt/villanytűzhelyt használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Ismeri a szabályozó gombokat. Gáztűzhely esetén begyűjtja a gázrőzsát. Villanytűzhely esetén felismeri a főzőfelületeket. Bekapcsolja a kívánt főzőlapot. Szabályozó gombokat megfelelően működtet. Megfelelően választ főzőfelületet és hőfokot. Az ételt megfelelő edényben helyezi fel a főzőfelületre.	ellátott berendezéseket. Amennyiben a szabályozó gombok folytonosan állíthatók és nem akadnak meg minden egységnél (pl. az erősség esetében vagy a perceknél), úgy mindenképpen jelölés szükséges a használatához. Ha akadnak a gombok, lehet léptetni, akkor a látássérült személy képességeitől függően megtanítható gyakorlással az a néhány beállítás, amit leggyakrabban használ pl. mikrohullámú sütő esetében.	
Kávéfőzőt használ	Az általa ismert, rendelkezésre álló kotyogós kávéfőzőt rendeltetésszerűen és biztonságosan használja. Megfelelő mennyiségű kávé és vizet adagol a megfelelő részbe. Lezárja az edényt és a tűzhelyre teszi. Az elkészült kávé kitölti.	Fontos felismernie a kiindulást, egy alapállást, amelybe ő is vissza tudja forgatni a gombokat, és innen számolva tudja szabályozni a mikrot.	
Kávéfőző gépet használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Az általa ismert, rendelkezésre álló kávéfőző gépet rendeltetésszerűen és biztonságosan használja. Megfelelő mennyiségű kávé és vizet adagol a megfelelő részbe. Lezárja a készüléket és bekapcsolja. Az elkészült kávé kitölti.	Digitális kijelző vagy kezelőfelület esetén esetleg a hangjelzések számolásával lehet megtanulni, mikor éri el a kívánt beállítást, de az önellenőrzés ebben az esetben nem működik. Látássérültek esetében sok előzetes gyakorlást igényel víz adagolása.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Sütőt használ	Tudja, hogy mire való az eszköz. Ismeri a szabályozó gombokat. Gázsütő esetén begyűjtja a sütőt. Szabályozó gombokat megfelelően működteti, a hőfokot, sütési módot beállítja. Megfelelő edényt választ a sütéshez. Az ételt behelyezi a sütőbe. Amennyiben szükséges, sütés közben ellenőrzi az ételt. A forró ételt biztonságosan kiveszi a sütőből.	Mérőkancsóhoz is célszerű vízszintjelzőt használni, illetve a különböző méretű kancsók felismerését gyakorolni (fél, egyliteres) a víz adagolásához. Néhányan súly alapján is érzik egy idő után, hogy mennyi víz kerüljön a forralóba, ezt szintén sok előzetes gyakorlással lehet fejleszteni. Vízforraló esetében a fényjelzés és a hangok (víz forrásának hangja, kattanás) felismerését gyakorolhatjuk. A helyes és biztonságos tartást, az öntést először hideg vízzel gyakoroljuk. A különböző szabályozó gombok esetében először a jelöléseket, majd a szabályozás módját (pl. irány, csavarás, léptetés) tanítsuk és gyakoroljuk.	
4. Ismeri néhány egyszerűbb étel elkészítési módját	Néhány meleg étel, pl. rántotta, főtt tészta egyszerű feltéttel, leves, elkészítésének módját ismeri, fejből elmondja.	Fontos, hogy a változatos étkezés jegyében biztosítsunk a személy számára minél több olyan receptet, amely az általa kedvelt, szeretett alapanyagokat, ízeket tartalmazza, de változatos formában, változatos elkészítési móddal.	Könnyen érthető receptek használata. Internetes recept oldalak bemutatása.
5. Recept alapján egyszerűbb ételt elkészít	Amennyiben receptet vagy folyamatleírást biztosítunk számára, egy egyszerűbb, max. 4-6 alapanyagból álló ételt elkészít.	Kezdjük a tanítást, gyakorlást minél egyszerűbb ételekkel, például tésztával. Fokozatosan növeljük az alapanyagok és az alkalmazott technikák számát és ezek összetettségét. Arra törekedünk, hogy alapvető, az önellátáshoz elegendő ételeket el tudjon készíteni a lakó önállóan és biztonságosan.	A mérőeszközön, konyhai eszközökön bizonyos alapegységek vizuális bejelölése (1 dl, 10 dkg stb.) segítség lehet. Az általunk készített könnyen érthető receptek mennyiségi egységeit ezekhez érdemes igazítani, hogy önállóan alkalmazhassa a receptet és az eszközöket a személy. Képes
A recepthez szükséges alapanyagokat felismeri	A receptben felsorolt alapanyagokat beazonosítja.		
Mennyiségeket ismer	Alapvető, a receptekben és a főzés során használt mennyiségeket ismer (pl. db, csipet, kiskanál, dl, liter, dkg, kg).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A szükséges mennyiségeket kiméri	Számlálás vagy mérőedény segítségével a receptben megadott mennyiségű alapanyagokat előkészíti (pl. 1 tojás, 2 dl tej, 3 szem burgonya, fél kg sajt).	Az adott recept egyes lépéseit jól elkülönítve, a személy számára érthető módon, minden esetben vizuálisan támogatva tanítsuk.	folyamatábrák is jól használhatóak. Nehézséget okozhat bizonyos mennyiségek értelmezése (pl. késhegynyi, csipet, ízlés szerint), ezeket helyettesíthetjük a személy számára is könnyen érthető mértékegységekkel. Időjelző használatával könnyebb a főzési időt betartani, az étel elkészültét felismerni.
A receptben felsorolt lépéseket követi	Érti, hogy a lépéseket egymás után szükséges végrehajtani. Sorban halad, van esetleg erre stratégiája is (ujját, könyvjelzőt stb. használ). Tudja, hogy hol tart a folyamatban és mi a következő lépés.		
Felismeri, ha az étel elkészült	Látvány, illat, állag, íz alapján felismeri, ha az étel elkészült, pl. megfőtt, megsült. A javasolt sütési-főzési időt figyelemmel követi.		
6. Étkezéshez megterít	2-6 fő számára megterít egy asztalt.	Érdemes a terítést az ételkészítéssel, főzéssel együtt, valódi helyzetben gyakorolni. Ezzel segítjük és tudatosítjuk a tevékenység rendszerességét. A terítés egy összetett, többlépéses folyamat. Vizuális segítségek használata mellett mindig érdemes egyszerre egy tevékenységet láncolással tanítani. Például csak a tányérok helyre rakását gyakoroljuk eleinte, ha ez már jól megy, akkor a kanalak, később egyéb eszközök elhelyezését	Kifüggesztett kép a helyesen megterített asztalról vagy alaplapok használata segítheti a terítés helyes kivitelezését, az önállóságot.
A terítés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért van szükség terítékre. Nem utasítja el a terítést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Felismeri és kiválasztja a szükséges evőeszközöket	Tudja, hogy melyik ételhez milyen evőeszköz szükséges. Tudja, hogy az étkezők számától függően mennyi evőeszközre lesz szükség. Kiválasztja a szükséges eszközöket.		
Felismeri és kiválasztja a szükséges edényeket	Tudja, hogy melyik ételhez milyen edény szükséges. Tudja, hogy az étkezők számától függően mennyi edényre lesz szükség. Kiválasztja a szükséges edényeket.		
Megfogja és előveszi a szükséges eszközöket	Fogásának erőssége megfelelő, kezét fel tudja emelni, meg tudja tartani az eszközöket, nem ejti le.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Lapos és mélytányért tesz egymásra	Egymásra helyezi a megfelelő sorrendben az első és második fogás tányérjait.		
Az evőeszközöket jó helyre teszi	Megfelelő oldalra, megfelelő eszközt készít elő.		
A poharakat jó helyre teszi	Megfelelő oldalra, megfelelő poharat készít elő.		
A szalvétát jó helyre teszi	A szalvétát a megfelelő oldalon helyezi el.		
Megfelelő helyen készíti a terítéket	Megfelelő helyen, megfelelő „szögben” állnak az asztalon az evőeszközök, tányérok. Oda kerül a teríték, ahol valóban ülni fognak.		
Ünnepi terítéket készít	Különleges alkalmakkor (pl. karácsony) ünnepi eszközökkel, díszekkel esztétikusan megterít.		
7. Ételt tárol	A felbontott élelmiszert, maradék készletét szükség szerint becsomagolja és tárolja későbbi fogyasztás érdekében.	Az élelmiszerek helyes tárolását, a csomagolóanyagok, edények használatát külön-külön tanítsuk.	A szavatosságot a ritkán használt élelmiszerek esetében naplózhatjuk, akár papír alapon, akár mobil applikációban, amely a lejárát előtt jelez, hogy el kell fogyasztanunk az adott élelmiszert.
Az étel tárolásának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért fontos az étel megfelelő tárolása. Nem utasítja el a felbontott, illetve maradék étel elcsomagolását. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A hűtőszekrény, mélyhűtő használata is tanulást, gyakorlást igényel. A romlott, fogyasztásra alkalmatlan élelmiszerek és ételek megbízható felismerése kulcskérdés, mellyel intézményi környezetben valószínűleg nem találkozik a személy.	
Tudja, hogyan kell tárolni a maradék ételt	Dobozolás, zacskózás, megfelelő tárolóedények és csomagolóanyagok használatát ismeri. Fagyasztott ételt felolvasztás után nem fagyaszt vissza. A készletet hűtőszekrénybe teszi.	Tanítsuk meg, hogyan tud több érzékszervére is támaszkodni ennek megítélésében, mit jelent a fogyaszthatósági dátum stb.	
Felismeri, ha az étel megromlott	Szagról, kinézetéről felismeri, ha egy étel megromlott, pl. bűdös, penészes.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Hűtőszekrényt használ	Hűtőt kinyitja, becsukja, az ételeket beteszi, kiveszi. Tudja, hogy mit tehet be a hűtőszekrénybe. Tudja, hogy mit nem szükséges ott tárolni.		
A hűtőszekrényben megfelelően tájékozódik	Felismeri és megtalálja az alapanyagokat, ételeket a hűtőszekrényben különféle csomagolás esetén is.		
Mélyhűtőt használ	Mélyfagyasztás alapelveit ismeri. Tudja, hogy hogyan kell a fagyasztásra előkészíteni egy ételt. A megfelelő tárolóedényt/csomagolást használja.		
Leolvassa egy termék szavatossági idejét	Megtalálja a csomagoláson a lejárat dátumát. A lejáratot elolvass és értelmezi.		
8. Ételtésítés után elpakol	Ételtésítés, főzés után az élelmiszereket elpakolja, az edényeket a mosogatóba/mosogatógépbe helyezi, a munkafelületet letisztítja, az eszközöket a helyére rakja.	Érdemes az elpakolást az ételtésítéssel, főzéssel együtt, valódi helyzetben gyakorolni. Fontos, hogy ez a lépés az ételtésítés, a főzés szerves része legyen. Ezzel segítjük és tudatosítjuk a tevékenység rendszerességét.	Az elpakolást segíthetik feliratok, vizuális támpontok, egyeztetés: az eszköz fotója a szekrényre ragasztva vagy a többi szekrényben lévő eszköz felismerése segít a pakolásban.
Az elpakolás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges elpakolni. Észreveszi, ha rendetlenség maradt az ételtésítés után. Tudja, hogy minden eszközt mindig a helyére kell visszatenni. Nem utasítja el az elpakolást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Tudja, hogy mely eszközt hol kell tárolni	Konyhai polcok, szekrények funkcióját és tartalmát ismeri.		
Mindent a helyére pakol	Az eszközöket megfogja, helyére rakja.		
Szükség esetén letisztítja a munkafelületet	Konyharuha, szivacs vagy törölkendő segítségével letörli a felületet.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
9. Elmosogatja a koszos edényeket	Elmosogatja az edényeket, tálakat, tányérokat, evőeszközöket mosogatószer, mosogatószivacs és meleg víz használatával.	Érdemes a mosogatást az ételkészítéssel, főzéssel együtt, valódi helyzetben gyakorolni. Fontos, hogy ez a lépés az ételkészítés, a főzés szerves része legyen. Ezzel segítjük és tudatosítjuk a tevékenység rendszerességét. Gyakran probléma lehet az alaposág, a megfelelő minőségű kivitelezés. Fontos az önellenőrzés beiktatása a folyamatba, ennek szempontjait tanítsuk meg.	A mosogatás lépéseinek megtanulásához készíthetünk vizuális folyamatábrát, melynek segítségével taníthatjuk a személyt, majd később önállóan végezheti a tevékenységet. Egyszerűbb a mosogatás minőségének ellenőrzése, ha minta nélküli egyszínű fehér tányérokat, illetve sima felületű evőeszközöket használunk. Érdemes megfontolni mosogatógép használatát.
Mosogatás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges elmosogatni. Tudja, hogy a rászáradás elkerülése érdekében érdemes minél előbb elmosogatni. Nem utasítja el a mosogatást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.		
Megfelelő mennyiségű mosogatószert adagol	Szükséges mennyiségű mosogatószert a szivacsra nyom.		
Megfogja és mozgatja az edényeket, eszközöket	Fogásának erőssége megfelelő, kezét felemeli, megtartja és mozgatja, forgatja az edényeket, eszközöket.		
Mosogatószivacsot használ	Szivaccsal súroló mozdulatokat végez. A mozdulatok intenzitása megfelelő, eredményes a kivitelezés.		
Víz hőmérsékletet beállít	A mosogatáshoz szükséges víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. ételmaradék, mosogatószer marad az edényeken, evőeszközökön.		
10. Készítelt megrendel	Tudja, honnan lehet készítelt rendelni, több lehetőség közül választ. Az ételt megrendeli, és kiszállítást követően kifizeti.	Ez a tevékenység összetett kommunikációs és szociális kompetenciákat kívánhat, ezért valós körülmények között gyakorolva lehet	A rendelés folyamatához, az egyes lépésekhez készíthetünk vizuális folyamatábrát, emlékeztetőt, amely segíti a személyt az önálló rendelésben.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri az ételrendelés és házhozszállítás lehetőségét	Tudja, hogy mi a funkciója az ételrendelésnek és mire való a házhozszállítás. Érti a folyamat lényegét.	hatékonyan tanulni. Gyakran maga a döntés, a választás a legnehezebb feladat.	A megfelelő kommunikáció és helyes viselkedés tanítását kiegészíthetjük emlékeztető kártyákkal, feljegyzésekkel, szabályokkal, melyek segítenek rögzíteni a helyzeteket és a tanult készségek előhívását.
Menüsorból választ	Nyomatott, papíron olvasható kínálatból kiválasztja a számára kívánatos ételeket.	Fontos ebben az esetben is a támogatott döntéshozatal elveinek érvényesítése: ne válasszunk a személy helyett, segítsük inkább szempontokkal, kérdésekkel a választását.	
Nyomatott információk között tájékozódik	Nyomatott szórólapon, hirdetésben stb. megtalálja a szolgáltató telefonszámát, az ételek árát, a házhozszállítás körzetét stb.	A rendeléshez, átvételhez és fizetéshez kapcsolódó készségekhez szükséges lehet a kommunikációs és szociális kompetenciák, illetve a pénzügyi fejlesztése.	
Interneten tájékozódik	Interneten számára elérhető szolgáltatót keres. Megtalálja a szolgáltató telefonszámát, az ételek árát, a házhozszállítás körzetét stb. A weboldalon található kínálatból választ.		
Ételt megrendel	A kiválasztott szolgáltatót felhívja és a kívánt ételeket megrendeli. Megadja a kiszállításhoz szükséges információkat. Részletesen lásd: C Szociális készségek.		
A megrendelt ételt átveszi	A szállítót beengedi, kommunikál vele, a csomagot átveszi.		
A megrendelt ételt kifizeti	A szükséges összeget kiszámolja és/vagy átadja a szállítónak.		
Az ételt kicsomagolja	Az étel csomagolását eltávolítja, szükség esetén tányérra szedi.		
11. Étkezdében, étteremben étkezik	Étkezdét, éttermet választ. Felkeresi a vendéglátóhelyet. Ételek közül választ, rendel, fizet. Az ételt elfogyasztja.	Ez a tevékenység összetett kommunikációs és szociális kompetenciákat kívánhat, ezért valós	A megfelelő kommunikáció és helyes viselkedés tanítását kiegészíthetjük emlékeztető kártyákkal, feljegyzésekkel,

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Étkezdében, étteremben viselkedése adekvát	Ismeri és betartja az általános illemszabályokat étkezdében, étteremben való étkezés során, vagy ha figyelmeztetik, képes megfelelően viselkedni.	<p>körülmények között gyakorolva lehet hatékonyan tanulni.</p> <p>Mesterséges helyzetben részmozzanatokát, alapvető társas viselkedési mintákat gyakorolhatunk, de érdemes ezeket mindig valós helyzetben is kipróbálni, alkalmazni.</p> <p>A rendeléshez, átvételhez és fizetéshez kapcsolódó készségekhez szükséges lehet a kommunikációs és szociális kompetenciák, illetve a pénzkezelés fejlesztése.</p>	szabályokkal, melyek segítenek rögzíteni a helyzeteket és a tanult készségek előhívását.

A.2. HÁZTARTÁSI TEVÉKENYSÉGEK

Felmérő lap - Takarítás

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.2. Takarítás
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁶		
1.	Van igénye a tiszta környezetre, takarításra	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	A takarítás szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
1.2.	Takarítás szükségességét jelzi			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Felsőpör	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	A söprögetés szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
2.2.	A seprűt megfogja			IGEN	NEM	
2.3.	Seprűt megfelelően mozgatja			IGEN	NEM	
2.4.	Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad			IGEN	NEM	
2.5.	A lapátot megfogja			IGEN	NEM	
2.6.	Lapátot megfelelően mozgatja			IGEN	NEM	
2.7.	Lapáttal a szemetesbe szórja a szemetet			IGEN	NEM	
2.8.	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi			IGEN	NEM	
2.9.	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés			IGEN	NEM	

¹⁶ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Felmos	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	A felmosás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
3.2	A felmosót megfogja	IGEN	NEM			
3.3	Felmosót mozgatja	IGEN	NEM			
3.4	Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	IGEN	NEM			
3.5	Vizet tölt a vödörbe	IGEN	NEM			
3.6	Felmosáshoz a vízhőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
3.7	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
3.8	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
3.9	Vödröt használ	IGEN	NEM			
3.10	Felmosás után kiönti a vizet a vödörből	IGEN	NEM			
3.11	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
3.12	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Felporszívózik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Motivált a porszívózásra, érti a jelentőségét	IGEN	NEM			
4.2	Megfogja a porszívót	IGEN	NEM			
4.3	Mozgatja a porszívót	IGEN	NEM			
4.4	Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	IGEN	NEM			
4.5	A porszívó kábelét kezeli	IGEN	NEM			
4.6	A tartozékokat kezeli	IGEN	NEM			
4.7	A kapcsolókat kezeli	IGEN	NEM			
4.8	Kicseréli a porzsákokot/üríti a tartályt	IGEN	NEM			
4.9	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
4.10	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Letörli a port	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	A portörlés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
5.2	Az eszközt megfogja	IGEN	NEM			
5.3	Az eszközt mozgatja	IGEN	NEM			
5.4	Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	IGEN	NEM			
5.5	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
5.6	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Kitakarítja a WC-t	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	A WC takarítás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
6.2	A WC takarításához szükséges eszközöket megfogja	IGEN	NEM			
6.3	Az eszközöket mozgatja	IGEN	NEM			
6.4	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
6.5	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
6.6	Megfelelő helyre önti a tisztítószer	IGEN	NEM			
6.7	Ülőkét letörli	IGEN	NEM			
6.8	WC-t leöblíti	IGEN	NEM			
6.9	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
6.10	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Kitakarítja a fürdőkád/zuhanytálcát	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	A fürdőkád/zuhanyzó takarításának szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
7.2	A fürdőkád/zuhanyzó takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	IGEN	NEM			
7.3	Eszközöket mozgatja	IGEN	NEM			
7.4	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
7.5	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
7.6	Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószer	IGEN	NEM			
7.7	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
7.8	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Kitakarítja a mosdót	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	A mosdó takarításának szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
8.2	A mosdó takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	IGEN	NEM			
8.3	Eszközöket mozgatja	IGEN	NEM			
8.4	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
8.5	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
8.6	Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószer	IGEN	NEM			
8.7	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
8.8	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Letisztítja a tűzhelyet	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	A tűzhely takarításának szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
9.2	A tűzhely takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	IGEN	NEM			
9.3	Eszközöket mozgatja	IGEN	NEM			
9.4	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
9.5	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
9.6	Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószer	IGEN	NEM			
9.7	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
9.8	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Textíliákat tisztán tartja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	Motivált a kitisztításra, érti ennek jelentőségét	IGEN	NEM			
10.2	A megfelelő módon és eszközökkel kitisztítja	IGEN	NEM			
10.3	Függönnyt cseréli	IGEN	NEM			
10.4	Megfelelő tisztítószer választ	IGEN	NEM			
10.5	Megfelelő tisztítási eljárást választ	IGEN	NEM			
10.6	Tisztítószer használ	IGEN	NEM			
10.7	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
10.8	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Megpucolja az ablakot	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Az ablakpucolás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
11.2	Ablakpucoláshoz szükséges eszközöket megfogja	IGEN	NEM			
11.3	Ablakpucoláshoz szükséges eszközöket mozgatja	IGEN	NEM			
11.4	Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	IGEN	NEM			
11.5	Vizet tölt a vödörbe	IGEN	NEM			
11.6	Ablakpucoláshoz a víz hőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
11.7	Megfelelő tisztítószer felismer	IGEN	NEM			
11.8	Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	IGEN	NEM			
11.9	Vödröt használ	IGEN	NEM			
11.10	Ablakpucolás után kiönti a vizet a vödörből	IGEN	NEM			
11.11	Létrát használ	IGEN	NEM			
11.12	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
11.13	Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	IGEN	NEM			
11.14	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
12.	A takarítással kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja vagy végrehajtását kezdeményezi	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Takarítás

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.2. Takarítás

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Környezetét tisztán tartja	Általában és összességében környezetére igényes, önállóan takarít, nem szemetel. A rendrakás, rendtartás külön terület!	Saját célokon, vágyakon keresztül érdemes a motivációt felkelteni. Vizsgáljuk meg, hogy milyen hosszú távú cél érdekében tudjuk a személyt motiválttá tenni (pl. az új számítógép nem fog jól mutatni egy poros asztalon, illetve az új számítógép is elromolhat, ha poros marad).	A feltárt motivációkat vizuális emlékeztetők formájában rögzíthetjük, így emlékeztetve a személyt a tisztaság fontosságára. A tevékenység elvégzésére nem motivált lakókat viselkedésterápiás eszközökkel is segíthetjük (pl. megerősítések), ehhez terapeuta segítségét is kérhetjük.
A takarítás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen takarítani. Nem utasítja el a takarítást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Takarítás szükségességét jelzi	Felismeri, észreveszi, ha szükségessé vált a takarítás és jelzi.	Amennyiben a személynek nincs igénye a tisztaságra, meg kell találnunk az egyensúlyt aközött, hogy a személy komfortosan érezze magát, ne terheljük túl a takarítással, ugyanakkor elfogadható legyen a lakótárs és a közösség számára is a személy életmódja, tevékenysége. Használhatunk motivációs eszközöket, kognitív, a megértést segítő eljárásokat is. Taníthatjuk pl. a kórokozók, baktériumok szerepét. A szociális következmények megértését (pl. mások nem szívesen vannak a koszos szobában, helyiségekben) szintén jól használhatjuk motiváló eszközként. Tanítsuk a takarítás szükségességének jeleit, hívjuk fel a figyelmet rá, hogy mely tevékenységeket milyen gyakorisággal szükséges végezni.	
2. Felsőpör	Partvis vagy seprű és lapát segítségével felsöpör a szobájában, számára ismert helyiségekben.	A felmérést ismert eszközökkel és ismert helyiségben érdemes először elkészíteni. Lehetséges, hogy új eszközök használatát tanítani, gyakorolni szükséges.	Hosszú nyelvű, teleszkópos lapát, segíthet, ha hajolva, guggolva nem tudja a lakó a lapátra seperni a koszt, szemetet.
A söprögetés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen felsöpörni. Nem utasítja el a söprögetést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A lapát és partvis, seprű tartásának gyakorlása, a megfelelő mozdulatok ismétlése hasznos lehet.	Kézi seprűvel is lehet a lapátra seperni, ha a hosszú nyelvű seprűvel, partvissal nehézsége van.
A seprűt megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a seprűt felemeli.	A személy és a tevékenység szempontjából is logikus haladási irány alakítsunk ki közösen, majd gyakoroljuk (pl. balról jobbra, majd hátrafelé, újra balról jobbra, hátrafelé, vagy félkörben	A haladás irányát mutathatják vizuális jelek (ragasztócsik) a földön.
Seprűt megfelelően mozgatja	Seprűvel megfelelő mozdulatokat végez, a padlón seper. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		Könnyebb a koszt, szemetet a szemetesbe helyezni, ha a lapát és a szemetes nyílása egymáshoz képest is megfelelő méretű.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	A felsőprésre van egy stratégiája, a haladás iránya következetes.	maga előtt). Látássérülteknél különösen fontos a haladás iránya, támpontok segítségével, hogy fejben követni tudja, hogy merre halad és mekkora területet fedett már le.	Vizuális emlékeztetők, könnyen érhető folyamatleírások segíthetik a megfelelő eszközökkel és megfelelő módon végzett tevékenységet.
A lapátot megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a lapátot felemeli.	A tanítás ajánlott menete: egy-egy kisebb terület felsőprését követően lapátra húzza a szemetet, majd a lapátot arrébb helyezve halad tovább a söpréssel.	
Lapátot megfelelően mozgatja	A lapátot mozgatja, tartja és ráhúzza a szemetet. A lapátot a szeméttel együtt felemeli és egyensúlyozza.	Tanítsuk az önellenőrzés szempontjait.	
Lapáttal a szemetesbe szórja a szemetet	A lapátot a szeméttel együtt felemeli, egyensúlyozza, közben lépéseket tesz. A szemetet a szemetesbe önti a lapátról. A szemét nem hullik le a lapátról vagy a szemetes mellé.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem a megfelelő helyen, megfelelő ideig és módon sepreget. Nem ér el, jut el mindenhová a seprűvel. Láthatóan marad szemét vagy por a padlón. A szemetes mellé önti a szemetet.		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt vagy por, szemét maradt a padlón. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
3. Felmos	Felmosó és vödör segítségével felmos a szobájában, számára ismert helyiségekben a megfelelő tisztítószerrel.	A felmérést ismert eszközökkel és ismert helyiségben érdemes először elkészíteni. Lehetséges, hogy új eszközök használatát tanítani, gyakorolni szükséges.	Segítheti az önállóságot centrifugás felmosó vödör, mely egy pedál segítségével mechanikusan csavarja ki a felmosórongyot. Van olyan felmosó vödör, amelyet nem kell emelni, hanem vannak rajta kerekek, így könnyebben mozgatható, nem loccsan ki belőle a víz.
A felmosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen felmosni. Nem utasítja el a felmosást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Gyakoroljuk a felmosó kosárba helyezését, csavaró és egyben lefelé	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A felmosót megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a felmosót felemeli.	nyomó mozdulatokat. Fontos a felmosás haladási irányának kialakítása, gyakorlása.	A haladás irányát mutathatják vizuális jelek (ragasztócsik) a földön.
Felmosót mozgatja	A felmosóval megfelelő mozdulatokat végez a padlón. Kicsavarja a felmosóból a vizet. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.	A kosár alatt legyen a víz szintje, tanítsuk és gyakoroljuk ennek felismerését. A vödör megfelelő tartása a WC vagy lefolyó fölé a víz kiöntésekor külön gyakorolható. Általában a kiöntőjével ellentétes oldalon alul van hely a vödör megfelelő tartásához.	Szükség esetén a vödör belsejében lehet jelölni (alkoholos filccel, szigetelő szalaggal), hogy meddig töltsék vízzel.
Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	A felmosásra van egy stratégiája, a haladás iránya következetes, nem lép oda, ahol felmosott.	Ismertessük meg a különféle tisztítószeret, amelyek felmosásra is használhatók. A tisztítószer adagolás gyakorlása: tanítsuk, hogy egy adag tisztítószerrel mekkora felületet lehet megtisztítani, mennyi víz és tisztítószer szükséges egy helyiség vagy több helyiség feltakarításához.	
Vizet tölt a vödörbe	A vödröt a szükséges mennyiségű vízzel feltölti.	Hideg-meleg vízcsap jelölésének megismerése, tanulása szintén fontos feladat lehet.	
Felmosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.	Tanítsuk az önellenőrzés szempontjait.	
Megfelelő tisztítószer felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószerrel lehet felmosni.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	A megfelelő tisztítószerből a szükséges mennyiséget önti a vízbe, vödörbe.		
Vödröt használ	A vödröt vízzel feltöltve felemeli, mozgatja, mozgatás közben nem loccsan ki a víz.		
Felmosás után kiönti a vizet a vödörből	A vödröt kiviszi, és a megfelelő helyre (WC vagy csatorna) kiönti belőle a vizet. A víz nem loccsan ki, nem folyik a WC/csatorna mellé.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, túl sok víz marad a padlón.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a padló vagy túl sok víz maradt a padlón. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
4. Felporszívózik	Porszívóval felporszívózza a padlót a szobájában, számára ismert helyiségekben.	A felmérést ismert eszközökkel és ismert helyiségben érdemes először elkészíteni. Lehetséges, hogy új eszközök használatát tanítani, gyakorolni szükséges.	A porszívó hangja sok lakót nagyon zavarhat, mindig gondoljunk a szenzoros érzékenységre, ha szükséges használjunk zajvédő eszközöket vagy válasszunk csendesebb porszívót.
A porszívózás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen felporszívózni. Nem utasítja el a porszívózást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Érdemes szemléltetni a porszívózás hatását, hatékonyságát, pl. apró papírdarabok kiszórásával. Így könnyen megérthető és felismerhető, hogy mi a porszívó működési elve, és milyen munkát végez az apró, szabad szemmel láthatatlan porszemekkel.	Sokféle eszköz érhető el a piacon, léteznek vezeték nélküli, porzsák nélküli és robot porszívók, melyek nagy segítséget jelenthetnek.
Megfogja a porszívót	A porszívó kefével ellátott csövét vagy fogantyúját megfogja. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.	További információk a söprés szempontjainál találhatóak.	Látássérült személyek számára megkönnyítheti a használatot domború jelzés a szabályozó gombokon, zsinóron.
Mozgatja a porszívót	A porszívóval megfelelő mozdulatokat végez a padlón. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		
Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	A porszívózásra van egy stratégiája, a haladás iránya következetes.		
A porszívó kábelét kezeli	Kihúzza a vezetékét a porszívóból. A dugót a konnektorba dugja. Használat után a vezetékét felcsévéli.		
A tartozékokat kezeli	A készülék tartozékait (csövek, kefék) megfelelően összeilleszti.		
A kapcsolókat kezeli	Be- és kikapcsolja a porszívót. A szívás erősségét, egyéb funkciókat beállítja.		
Kicseréli a porzsákat/üríti a tartályt	Porzsákat/tartályt szükség szerint üríti vagy cseréli.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, a bútorok mellett, az ajtó mögött nem porszívózik fel.		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a padló. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
5. Letörli a port	Portörelő rongy/kefe, egyéb alkalmas eszköz segítségével letörli a port a szobájában, számára ismert helyiségekben.	A felmérést ismert eszközökkel és ismert helyiségben érdemes először elkészíteni. Lehetséges, hogy új eszközök használatát tanítani, gyakorolni szükséges.	Számos eszköz könnyítheti meg a portörélést (különbféle rongyok, mopok, nyeles és teleszkópos eszközök).
A portörelés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen port törölni. Nem utasítja el a portörélést. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	Fontos, hogy kialakítsuk a haladás logikáját, irányát, amely alapján a személy önállóan haladhat a helyiségben (pl. jobbról balra, az ablaktól a szoba belseje felé haladva).	
Az eszközt megfogja	A portörelésre használt eszközt megfogja. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.		
Az eszközt mozgatja	A portörelésre használt eszközzel megfelelő mozdulatokat végez a bútorokon. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		
Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	A portörelésre van egy stratégiája, a haladás iránya következetes.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, a tárgyak mellett, alatt vagy mögött nem törli le a port.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos, poros maradt a bútor. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
6. Kitakarítja a WC-t	Tisztítószert, WC kefe és szivacs vagy törlerongy segítségével kitisztítja a WC-t, letörli az ülőkét.	Fontos a higiénia, fertőtlenítés jelentőségének megtanítása. Alapvető ismereteket nyújthatunk a betegségek és a kórokozók terjedésével kapcsolatban. Mivel a WC-t jellemzően többen is használják, nagyon fontos, hogy mindenki kivegye a részét ebből a feladatból, ezt érdemes rögzíteni is (írott vagy képes formában), így mindenki számára nyomon követhető, mikor kire kerül a sor.	Amennyiben nehézséget okoz a megfelelő mennyiségű tisztítószert alkalmazása, hasznosak lehetnek az előre benedvesített, eldobható törlerongyok, melyek fertőtlenítésre alkalmasak, higiénikusak és könnyen használhatóak.
A WC takarítás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen kitakarítani a WC-t. Nem utasítja el a WC takarítást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.		
A WC takarításához szükséges eszközöket megfogja	Tisztítószert, rongyot, szivacsot, WC kefét megfogja. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.		
Az eszközöket mozgatja	A flakont kinyitja, önti/fújja/szórja belőle. A szivacsot, rongyot mozgatja a megfelelő helyen. Rongyot, szivacsot kiöblíti, kicsavarja. A WC kefével megfelelő mozdulatokat végez a csészében. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		
Megfelelő tisztítószert felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószert lehet a WC-t kitakarítani		
Megfelelő mennyiségű tisztítószert adagol	A megfelelő tisztítószertből a szükséges mennyiséget önti/fújja/szórja a csészébe, az ülőkére.		
Megfelelő helyre önti a tisztítószert	A szükséges helyre önti/fújja/szórja a tisztítószert a csészében és az ülőkén. Csak a megfelelő helyre tesz tisztítószert, de mindenhol, ahol szükséges.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ülőkét letörli	Törlőronggyal letörli az ülőke és a tető mindkét oldalát. Ehhez felhajtja és lehajtja a tetőt és az ülőkét.		
WC-t leöblíti	Felismeri, hogy hogyan kell a WC-t leöblíteni (pl. fogantyút meghúzni, gombot megnyomni) és lehúzza a takarítás végén.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, nem ér el mindenhová. A tisztítás után szennyeződés marad a WC-n, túlságosan nedves lesz a padló.		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a WC. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
7. Kitarítja a fürdőkádat/zuhanytálcát	Tisztítószer és szivacs/rongy segítségével kitisztítja az általa használt fürdőkádat vagy zuhanytálcát.	Sok lakó számára ellentmondásos lehet, hogy a fürdőszoba és a mosdó, a tisztálkodás helyszíne miért nem tiszta, miért kell rendszeresen takarítani.	További információ a fenti tevékenységeknél található.
A fürdőkád/zuhanyzó takarításának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen kitarítani a fürdőkádat, zuhanytálcát. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A higiénia, fertőtlenítés jelentőségének megtanítása lehet az első lépés a tanításban, kitérve a vízkő, lerakódások szerepére.	
A fürdőkád/zuhanyzó takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	Tisztítószeres flakont, rongyot, szivacsot megfog. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.	Alapvető ismereteket nyújthatunk a betegségek és a kórokozók terjedésével kapcsolatban.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Eszközöket mozgatja	A flakont kinyitja, önt/fúj/szór belőle. A szivacsot, rongyot mozgatja a megfelelő helyen. Rongyot, szivacsot kiöblít, kicsavar. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.	További információ a fenti tevékenységeknél található.	
Megfelelő tisztítószer felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószerrel lehet kitakarítani a fürdőkádat/zuhanykabint.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószer adagol	A megfelelő tisztítószerből a szükséges mennyiséget önti/fújja/szórja a kádba/zuhanytálcába.		
Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószer	A szükséges helyre önti/fújja/szórja a tisztítószer a kádba/zuhanytálcában. Csak a megfelelő helyre tesz tisztítószer, de mindenhová, ahol szükséges.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, nem ér el mindenhová. A tisztítás után szennyeződés marad a kádban/zuhanytálcában, túlságosan nedves lesz a padló.		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a kád/zuhanytálca. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
8. Kitakarítja a mosdót	Tisztítószer és szivacs/rongy segítségével kitisztítja az általa használt mosdót.	Információ a fenti tevékenységeknél található.	Információ a fenti tevékenységeknél található.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A mosdó takarításának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen kitakarítani a mosdót. Nem utasítja el a mosdó takarítását. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féelme, szorongása.		
A mosdó takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	Tisztítószeres flakont, rongyot, szivacsot megfog. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.		
Eszközöket mozgatja	A flakont kinyitja, önt/fúj/szór belőle. A szivacsot, rongyot mozgatja a megfelelő helyen. Rongyot, szivacsot kiöblít, kicsavar. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		
Megfelelő tisztítószert felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószerral lehet kitakarítani a mosdót.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószert adagol	A megfelelő tisztítószerből a szükséges mennyiséget önti/fújja/szórja a mosdóba.		
Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószert	A szükséges helyre önti/fújja/szórja a tisztítószert a mosdóban. Csak a megfelelő helyre tesz tisztítószert, de mindenhová, ahol szükséges.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, nem ér el mindenhová. A tisztítás után szennyeződés marad a mosdóban, túlságosan nedves lesz a padló.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a mosdó. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
9. Letisztítja a tűzhelyet	Tisztítószer és szivacs/rongy segítségével megtisztítja az általa használt tűzhelyet.	A szennyeződés megelőzése fontos lépés a főzés tanításának folyamatában. Tudatosítsuk és tanítsuk, hogy mi a szerepe a higiéniának, hogy az ételek tiszta körülmények között készüljenek. Tanítsuk a lakónak, hogy egyes szennyeződések főzés közben is el lehet távolítani. Ha főzés után nem történik meg a tisztítás, a következő használat előtt a tisztítás legyen az első lépés. Fontos a forró tűzhellyel kapcsolatos kockázatok elkerülése, szükség esetén kockázatkezelési terv is készülhet. További információ a fenti tevékenységeknél található.	Kerámialapos tűzhely speciális tisztítószerekkel és eszközökkel tisztítható, ezeket ismertessük meg a lakókkal.
A tűzhely takarításának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen letakarítani a tűzhelyet. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
A tűzhely takarításhoz szükséges eszközöket megfogja	Tisztítószeres flakont, rongyot, szivacsot megfog. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.		
Eszközöket mozgatja	A flakont kinyitja, önt/fúj/szór belőle. A szivacsot, rongyot mozgatja a megfelelő helyen. Rongyot, szivacsot kiöblít, kicsavar. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		
Megfelelő tisztítószert felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószerezrel lehet letakarítani a tűzhelyet.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószert adagol	A megfelelő tisztítószerekből a szükséges mennyiséget önti/fújja/szórja a tűzhelyre.		
Megfelelő helyre önti/fújja/szórja a tisztítószert	A szükséges helyre önti/fújja/szórja a tisztítószert a tűzhelyen. Csak a megfelelő helyre tesz tisztítószert, de mindenhová, ahol szükséges.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. kimaradnak területek, nem ér el mindenhová. A tisztítás után szennyeződés marad a tűzhelyen, túlságosan nedves vagy koszos lesz a padló.		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt a tűzhely. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.		
10. Textíliákat tisztítja	Függönyök, szőnyegek, díspárna huzatok, egyéb textil lakásfelszereléseket szükség esetén tisztítja.	Függönyök, párnák, egyéb textíliák tisztítását a nagytakarításba iktassuk be. A nagytakarítás külön feladat, tevékenység lehet, összeköthető pl. közelgő ünnepekkel, így téve motiváltabbá a lakót a részvételben. Fontos megtanítani, hogy melyik textília hogyan tisztítható.	Érdemes figyelni arra, hogy a textíliák könnyen cserélhetőek legyenek (pl. cipzáras huzatok), a tisztítás idejére legyen megfelelő cseredarab. A függönyök rolókkal, reluxával helyettesíthetők, ezeket azonban szintén rendszeresen tisztítani szükséges. Nagyobb vagy kényes textíliák tisztítóban tisztíthatók, melyek a nagyobb településeken általában elérhetőek. A szőnyeg- és kárpittisztításhoz tisztítógép általában nagyobb barkácsruházakban bérelhető.
A textíliák tisztításának szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen tisztítani a textíliákat. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Párnahuzatot cseréli	Bepiszkolódott párnahuzatot leveszi a párnáról. Tiszta huzatot felhúz a párnára.		
Függönyt cseréli	A bepiszkolódott függönyt leveszi a karnisról. Tiszta függönyt feltesz a karnisra.		
Megfelelő tisztítószeret választ	Tudja, hogy melyik textíliához milyen tisztítószer használható		
Megfelelő tisztítási eljárást választ	Tudja, hogy a különféle textíliák hogyan tisztíthatók (pl. szőnyeget porszívóval, kézzel vagy szőnyegtisztító géppel és megfelelő szerrel, párnahuzatot, terítőt, függönyt mosógéppel, mosószerrel lehet tisztítani).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tisztítószert használ	A flakont megfogja, kinyitja, önt/fúj/szór belőle.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószert adagol	A szükséges mennyiséget önti/fújja/szórja a textíliára, a mosógépbe stb.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem a megfelelő tisztítószert vagy eljárást szeretné alkalmazni. Önállóan nem tudja a textíliát cserélni, levenni, feltenni.		
11. Megpucolja az ablakot	Tisztítószert, szivacs/rongy és egyéb megfelelő eszközök segítségével megtisztítja saját ablakát, általa ismert helyiségek ablakait. Szükség esetén széket, létrát használ.	Az ablakpucolást a nagytakarításba iktassuk be. A nagytakarítás külön feladat, tevékenység lehet, összeköthető pl. közelgő ünnepekkel, így téve motiváltabbá a lakót a részvételben. Fontosak a biztonsági szempontok, különösen látássérült személyek esetén. A személy csak akkora ablakot vagy ablakfelületet tisztítson, amelyet biztonságosan elér.	Számos eszköz könnyíti meg az ablakpucolást, pl. teleszkópos eszközök, ablakporszívó, melyek beszerzését érdemes megfontolni. Lehetséges, hogy a nagytakarítást takarítószolgáltatás megrendelésével idő- és költségtakarékosabb elvégeztetni.
Az ablakpucolás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen ablakot pucolni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Látássérült személy csak olyan ablakot pucoljon, amelyet talajon állva elér. Emeleti ablakot csak belül tisztítson vagy abban az esetben, ha az ablak befelé nyitható.	
Ablakpucoláshoz szükséges eszközöket megfogja	Tisztítószert, szivacsot, papírt, ablaktisztító eszközt megfog. Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, felemeli.	A biztonsági szempontok tanítására helyezünk nagy hangsúlyt. A kockázatok elkerüléséhez készülhet kockázatkezelési	
Ablakpucoláshoz szükséges eszközöket mozgatja	A flakont kinyitja, önt/fúj/szór belőle. Rongyot, szivacsot, papírt, ablaktisztító eszközt megfelelő helyen mozgatja. Rongyot, szivacsot kiöblít, kicsavar. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Megfelelő irányba, határozott szisztéma szerint halad	Az ablakpucolásra van egy stratégiája, a haladás iránya következetes (az ablakfelületen, illetve belülről kifelé).	terv. Fontos, hogy kialakítsuk a haladás logikáját (függönyök eltávolítása, ablakkeret tisztítása, ablaküveg tisztítása, függöny felhelyezése), irányát, amely alapján a személy önállóan haladhat (pl. fentről lefelé, balról jobbra, belülről kifelé).	
Vizet tölt a vödörbe	A vödört a szükséges mennyiségű vízzel feltölti.	További információ a fenti tevékenységeknél található.	
Ablakpucoláshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.		
Megfelelő tisztítószert felismer	Tudja, hogy melyik tisztítószert lehet ablakot pucolni.		
Megfelelő mennyiségű tisztítószert adagol	A megfelelő tisztítószerből a szükséges mennyiséget önti a vízbe, vödörbe, fújja az ablakra.		
Vödört használ	A vödört vízzel feltöltve felemeli, mozgatja, mozgatása közben nem loccsan ki a víz.		
Ablakpucolás után kiönti a vizet a vödörből	A vödört kiviszi, és a megfelelő helyre (WC vagy csatorna) kiönti belőle a vizet. A víz nem loccsan ki, nem folyik a WC/csatorna mellé.		
Létrát használ	Az ablakpucoláshoz széket, fellépőt vagy létrát biztonságosan használ. Felmászik, lemászik a szükséges eszközökkel a kezében. A magasan lévő részeket is megpucolja.		
Függönnyt cseréli	A bepiszkolódott függönnyt leveszi a karnisról. Tiszta függönnyt feltesz a karnisra.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	<p>Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem a megfelelő tisztítószerrel szeretné alkalmazni. Nem megfelelően adagolja a tisztítószerrel. Önállóan nem tudja a függönyt cserélni. Önállóan nem tudja a létrát használni. Piszkos marad az ablak. Nem tudja az egész felületet, kívül-belül megtisztítani.</p>		
Észreveszi, ha nem megfelelő a kivitelezés	<p>Észreveszi, ha egy terület kimaradt, koszos maradt az ablak. Képes önellenőrzésre és szükség esetén visszatér a kritikus területekhez.</p>		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>12. A takarítással kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi</p>	<p>Nem kell figyelmeztetni naponta/hetente/havonta az egyes tevékenységekre, a nagytakarításra sem. Nem esik túlzásba, nem válik valamely tevékenység kényszeres jellegűvé.</p>	<p>Előfordulhat, hogy valaki minden fenti tevékenység kivitelezésében önálló, ugyanakkor hiányzik a tevékenység megkezdéséhez szükséges külső jelzés, prompt. Segíthetjük a tevékenységek megkezdését, azonban hosszú távú cél az önállóság növelése. A takarítással kapcsolatos tevékenységek nagy része bizonyos időközönként ismétlődik. A természetes ismétlődést kihasználva tudjuk ezeket napirendbe illeszteni, ezáltal segíteni a személyt a gyakoriság és ismétlődés felismerésében. A közös helyiségek takarításának legyen beosztása, melyben a lehető legtöbb lakó vállal feladatokat, a beosztás nyilvános, hozzáférhető és érthető legyen mindenki számára. A kényszerek kezelésében kognitív viselkedésterápiás eszközöket használhatunk vagy kérhetjük terapeuta segítségét.</p>	<p>Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy a takarítással kapcsolatos tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan. Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, naptár, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez. Minden tevékenységet támogathat folyamatábra, leírás, takarítási napló, akár a helyiségekben kifüggesztve.</p>

Felmérő lap - Lakókörnyezet rendbentartása

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.3. Lakókörnyezet rendben tartása
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁷		
1.	Meg- és beágyaz	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Ágyazás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2.	Az ágyneműt megfogja	IGEN	NEM			
1.3.	Az ágyneműt mozgatja	IGEN	NEM			
1.4.	Használja az ágyneműtartót (ha van)	IGEN	NEM			
1.5.	A takarót félbe/negyedbe hajtja	IGEN	NEM			
1.6.	Ágytakaróval leteríti az ágyat (ha van)	IGEN	NEM			
1.7.	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Kicseréli az ágyneműhuzatot	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Az ágyneműcsere szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
2.2.	Felismeri és jelzi a csere szükségességét	IGEN	NEM			
2.3.	Lehúzza a használt ágyneműt	IGEN	NEM			
2.4.	Felhúzza a tiszta ágyneműt	IGEN	NEM			

¹⁷ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

2.5	Be- és kigombolja az ágyneműhuzatot	IGEN	NEM
2.6	A koszos ágyneműhuzatot a szennyesbe helyezi	IGEN	NEM
2.7	A tevékenység kivitelezése egészében megfelelő, kellően alapos	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Kiviszi a szemetet	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Hulladékkezelés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
3.2	Felismeri és jelzi a szemétürítés szükségességét	IGEN	NEM			
3.3	A szemeteszsákot a szemetesből kiemeli	IGEN	NEM			
3.4	A kiemelt szemeteszsák száját összeköti vagy összefogja	IGEN	NEM			
3.5	Tiszta szemeteszsákot helyez a szemetesbe	IGEN	NEM			
3.6	A szemeteszsákot bedobja kukába/szemétdobóba	IGEN	NEM			
3.7	Kimegy a kukához/szemétdobóhoz	IGEN	NEM			
3.8	A hulladékot szelektíven gyűjti	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	A fiókokat és szekrényeket megfelelően használja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Fiókokat kihúzza és becsukja	IGEN	NEM			
4.2	Szekrényajtót kinyitja és becsukja	IGEN	NEM			
4.3	Szekrényében, polcokon, tárolóegységekben rendet tart	IGEN	NEM			
4.4	Megfelelő fiókban, szekrényben tartja a megfelelő tárgyakat	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Az épület állapotát, funkcionalitását tudatosan óvja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1.	Tudja, hogyan kell megelőzni a lefolyó eldugulását	IGEN	NEM			
5.2	Tudja, hogyan kell megelőzni a WC eldugulását	IGEN	NEM			
5.3	Felismeri és jelzi a dugulást	IGEN	NEM			
5.4	WC pumpát használ	IGEN	NEM			
5.5	Felismeri és jelzi a karbantartási szükségleteket az otthonában	IGEN	NEM			
5.6	Tudja, hogy kinek kell jelezni, ha a háztartásban vagy ház körül javításra van szükség	IGEN	NEM			
5.7	Érti a nyílászárók funkcióját	IGEN	NEM			
5.8	Kinyitja és bezárja az ajtókat, ablakokat kilincsel	IGEN	NEM			
5.9	Kinyitja és bezárja az ajtót kulccsal	IGEN	NEM			
5.10	Kicseréli a villanykörtét	IGEN	NEM			
5.11	Kicseréli az elemet a háztartási eszközökben	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Ismeri az energia- és víztakarékosság elveit és alkalmazza azokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Ismeri a legfőbb alapelveket az energia-és víztakarékossággal kapcsolatban	IGEN	NEM			
6.2	Takarékosan használja a villanyt	IGEN	NEM			
6.3	Takarékosan használja a vizet	IGEN	NEM			
6.4	Ismeri az energiaszolgáltatás díjait	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	A kertet gondozza	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1.	Érti a kertgondozás szükségességét, motivált	IGEN	NEM			
7.2	Felismeri, és a jelzi a kerti munkák szükségességét	IGEN	NEM			
7.3	Fűnyíróval fűvet nyír	IGEN	NEM			
7.4	Gereblyézik	IGEN	NEM			
7.5	Havat, földet lapátol	IGEN	NEM			
7.6	Növényeket ültet	IGEN	NEM			
7.7	Növényeket locsolja	IGEN	NEM			
7.8	Növényeket gazolja	IGEN	NEM			
7.9	Felismeri az érett gyümölcsöt/zöldséget	IGEN	NEM			
7.10	Gyümölcsöt/zöldséget fel- vagy leszed	IGEN	NEM			
7.11	Vegyszert biztonságosan használ	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Kisállatot tart	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Az állattartással kapcsolatos szabályokat ismeri és betartja	IGEN	NEM			
8.2	Az állatról megfelelően, felelősségteljesen gondoskodik	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	A lakókörnyezet rendben tartásával kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként -szükség szerint - azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Lakókörnyezet rendben tartása

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.3. Lakókörnyezet rendben tartása

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Meg- és beágyaz	Az ágyneműt előveszi és megfelelően elhelyezi az ágyon. Az ágyneműjét elrendezi és letakarja, vagy az ágyneműt összehajtva elpakolja ágyneműtartóba.	Biztosítsunk rendezett környezetet, hogy kialakuljon a személyi rend iránti igénye. Ennek részeként hívjuk fel a figyelmét arra, hogy ágya legyen a napszaknak megfelelő állapotban: legyen természetes éjszakára az ágynemű használata huzattal, lepedővel, nappal pedig legyen beágyazva, szükség esetén nappali pihenésre alkalmassá téve.	Az ágy kiválasztásánál vegyük figyelembe a személy motoros képességeit, a mozgás lehetőségeit és szükségességét.
Ágyazás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen ágyazni. Nem utasítja el az ágyazást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Tanítsuk és gyakoroljuk az ágyazás folyamatát, tevékenységeit.	Ágy alá betolható doboz hasznos lehet az ágynemű könnyebb tárolása érdekében, illetve helyettesítheti az ágyneműtartót.
Az ágyneműt megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, az ágyneműt felemeli.	Ha nem tudja felnyitni/ kihúzni az ágyneműtartót, nyissunk ki, hogy belehelyezhesse az ágyneműt.	Biztosítsunk a személyi igényeinek megfelelően ágytakarót, plédet, párnát nappali használatra.
Az ágyneműt mozgatja	Az ágyneművel a megfelelő mozdulatokat végzi, pl. megrázza, leteríti. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.		Vizuális emlékeztető, folyamatábra segítheti az ágyazást.
A takarót összehajtja	A takarót félbe-, majd negyedbe hajtja.		
Használja az ágyneműtartót (ha van)	Az ágyneműtartót kinyitja, felnyitja vagy kihúzza. Az összehajtott ágyneműt a tartóba helyezi és becsukja.		
Ágytakaróval leteríti az ágyat (ha van)	Az ágytakarót a megfelelő mozdulatokkal az ágyra teríti és elrendezi.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem a megfelelő helyre teszi a párnát, nem tudja ráncolódás nélkül feltenni a lepedőt, nem tudja összehajtogatni a takarót.		
2. Kicseréli az ágyneműhuzatot	Az ágyneműhuzatot lehúzza a takaróról, párnáról, tiszta ágyneműhuzatot húz fel. Lepedőt lecseréli. A koszos textíliákat a szennyesbe teszi.	Rendszeres időközönként, illetve szükség esetén cseréljük ágyneműhuzatot. Hívjuk fel a figyelmet, hogy miért és mikor van erre szükség.	Záródásmentes, cipzáras, tépőzáras vagy patentos huzatok, illetve a nem csúszós vagy túlságosan tapadós anyagból készült ágynemű növelheti az önállóságot. Vizuális emlékeztető, folyamatábra szintén segítheti a folyamatot.
Az ágyneműcsere szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges az ágyneműre huzatot húzni, illetve azt rendszeresen cserélni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Tanítsuk és gyakoroljuk az ágyneműcsere folyamatát és mozzanatait. Ha a személy számára a paplanhuzat kezelése nehézséget okoz, kezdetben a kisebb darabokat (párnahuzatot) kezelje, illetve a nagyobb darabok lehúzását részben végezze el (csak kigombolja, vagy a kigombolt huzatot segítséggel a paplanról lehúzza vagy a két sarkánál megtartott huzatot felhúzza vagy ő tartja a sarkokat). Szükség esetén mutassuk meg, hogy hová és hogyan helyezze el a szennyes ágyneműt.	
Felismeri és jelzi a csere szükségességét	Felismeri, észreveszi, ha az ágyneműhuzat beszennyeződött, mosásra van szükség. Ha nem tudja önállóan cserélni, jelez.		
Lehúzza a használt ágyneműt	Eltávolítja a párnáról és takaróról a koszos huzatot. Leveszi az ágyról a lepedőt.		
Felhúzza a tiszta ágyneműt	Felhúzza a párnára és takaróra a tiszta huzatot. Lecseréli a lepedőt vagy tisztát vesz elő.		
Be- és kigombolja az ágyneműhuzatot	A gombokat megfogja, a megfelelő mozzanatokat végzi (be- és kibújtatja).		
A koszos ágyneműhuzatot a szennyesbe helyezi	Tudja, hogy a koszos textíliákat a szennyesbe kell tenni. Az erre rendszeresített tárolóba, szennyesstartóba teszi a lehúzott ágyneműt.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem ismeri fel, hogy cserélni kell a huzatot, nem ismeri fel, hogy a huzat ki van fordítva, félregombolja a huzatot.		
3. Kiviszi a szemetet	A szemetest kiviszi és kiüríti a megfelelő kukába vagy a megtelt szemeteszákot összefogja, kiemeli a szemetesből. A teli szemeteszákot kiviszi a házból és bedobja a kukába (szemétdobóba). Új zacskót helyez a szemetesbe.	Építsük be a napi rutinba a szemetes kiürítését, illetve hívjuk fel a figyelmet az szemetesből jövő kellemetlen szagokra. Szükség esetén mutassuk meg, hogy mikor van tele a szemetes. Ha a személy önállóan nem képes a zsákcsereére, megfoghatjuk a szemetest, hogy könnyebb legyen behelyezni a zsákot, vagy ő fogja és mi helyezzük be a zsákot. Tanítsuk és gyakoroljuk a zsák lezárását. Szükség esetén mutassuk meg, hogy hová és hogyan dobja a szemetet (pl. ha többféle konténer van, vagy a társasházban szemétdobót kell használni, esetleg kulccsal lehet bejutni a szeméttárolóba).	Könnyebben használható eszközök: kötőfüles szemeteszák, könnyen nyitható, billenő tetejű vagy pedálos szemetesek, könnyen megközelíthető kuka vagy konténer elhelyezése segítheti az önállóságot. A kuka szája ne legyen magasan, ne csukódjon vissza, egy kézzel legyen megtartható. Kisebb szemetes gyakoribb ürítése is segítheti a lakót. Különböző színű zsákok és szemetgyűjtő edények, vizuális emlékeztető, szimbólumok segíthetik a (szelektív) hulladékgyűjtést. A hulladékgyűjtéssel kapcsolatos információkat kiadványok, képek, filmek segítségével biztosíthatjuk
Hulladékkezelés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy a szemetet össze kell gyűjteni és rendszeresen el kell távolítani a lakásból/házból. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Felismeri és jelzi a szeméttürités szükségességét	Felismeri, észreveszi, ha a szemetes megtelt. Ha nem tudja önállóan kiüríteni vagy a szemeteszákot cserélni, jelez.		
A szemeteszákot a szemetesből kiemeli	Kiemeli a szemeteszákot a szemetesből, anélkül, hogy kiszakadna vagy kiömlene belőle a szemét.		
A kiemelt szemeteszák száját összeköti vagy összefogja	A szemeteszák füleit összeköti vagy zárószalaggal összezárja, vagy úgy fogja, hogy ne nyíljon szét.		
Tiszta szemeteszákot helyez a szemetesbe	A szemeteszákot megfelelő módon helyezi be a szemetesbe.		
A szemeteszákot bedobja kukába/szemétdobóba	A szemeteszákot az erre rendszeresített kukába, konténerbe vagy a szemétdobóba dobja. Ha szemétdobó van a társasházban, azt megfelelő módon használja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Kimegy a kukához/szemétdobóhoz	Képes a szemeteszsákot felemelni és kivinni. Tudja a kukához, konténerhez, szemétdobóhoz vezető utat.		
Kukát elszállításhoz kikészít, ha szükséges	Kertes ház esetében a kukát a megfelelő napon és időszakban a ház elé helyezi, elszállítás után a helyére viszi.		
A hulladékot szelektíven gyűjti	A szemetet a szelektív hulladékgyűjtők típusai szerint szétválogatja. A megfelelő kukába a megfelelő szemetet dobja (pl. műanyag, papír, üveg).		
4. A fiókokat és szekrényeket megfelelően használja	Fiókokban, szekrényekben tárolja a holmiját. A fiókokat és szekrényeket rendeltetésszerűen használja. Rendet tart és képes eligazodni a tárgyai között.	Fontos, hogy a személynek legyen saját, elegendő helye a személyes holmik tárolásához. minden ilyen, pakolásra alkalmas hely legyen könnyen elérhető.	Könnyen megfogható fogantyúk megfelelő magasságba való felszerelése, alacsony, könnyen nyitható és zárható bútorok beszerzése növelheti az önállóságot.
Fiókokat kihúzza és becsukja	Fogantyút, fiókot megfog, kellő erővel képes húzni vagy tolni.	Első lépésként vegyen részt a tárolási rendszerének kialakításában, különösen fontos lehet ez a lakóközösségben, ahol pl. a konyhai felszerelések, élelmiszerek tárolásáról közös döntés is szükséges lehet.	Biztosítsuk a tároláshoz szükséges eszközöket (pl. vállfa, dobozok, vákuumszák a szezonális ruha tárolásához, írószer tartására megfelelő tároló, piperetáska).
Szekrényajtót kinyitja és becsukja	Fogantyút, ajtót megfog, kellő erővel képes húzni vagy tolni.	Egyeztetéses módszerrel tanulhatják a tárgyak helyét a lakásban, tárolókban.	Vizuális vagy tapintható jelzések, feliratok, piktogramok segíthetik az eligazodást és a rendtartást.
Szekrényében, polcokon, tárolóegységekben rendet tart	Rendezetten tárolja a dolgokat. Megtalálja a szükséges holmikat.		
Megfelelő fiókban, szekrényben tartja a megfelelő tárgyakat	Meghatározott szisztéma szerint tárolja a holmiját, pl. ruhák, cipők, dokumentumok.		
5. Az épület állapotát, funkcionalitását tudatosan óvja	Ismeri a lakás vagy ház megóvásával kapcsolatos teendőket. Törekszik az állapot megőrzésére, lépéseket tesz ennek érdekében.	Fontos, hogy a személy ismerje az épületek, eszközök hibátlanságát, illetve hibás állapotát, felismerje a különbséget.	Alapvető szerszámokat tartalmazó szerszámoszláda legyen elérhető.
Tudja, hogyan kell megelőzni a lefolyó eldugulását	Nagyobb ételmaradékot nem tesz vagy önt a mosogatóba. Az ételmaradék, haj, szőr stb. összegyűjtésére szűrőt használ és/vagy rendszeresen ellenőrzi és tisztítja a lefolyót.	Tanítsuk és gyakoroljuk a meghibásodás elkerüléséhez szükséges ismereteket és gyakorlati tennivalókat.	Lefolyószűrő segíthet a dugulás megelőzésében.
		Kezdetben csak asztali lámpával tanítsuk a körte cseréjét. Tanítsuk meg a biztonsági előírásokat és győződjünk	Szemetes elhelyezése a WC közelében szintén emlékeztetőként szolgál és praktikus lehet, hogy ne a WC-be kerüljenek a hulladékok.
			Vizuális emlékeztetők is támogatják a

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogyan kell megelőzni a WC eldugulását	Ételmaradékot, törülköződöt, betétet stb. nem önt vagy tesz a WC-be. Rendszeresen ellenőrzi és tisztítja a WC-csészét.	meg róla, hogy a személy képes önállóan mennyezeti lámpában égőt cserélni. A kulcsok használatát kezdetben nagyobb, egyszerűbb kulcsokkal gyakoroljuk.	meghibásodás vagy károk megelőzését. Segítséget jelent, ha a személy ismeri a javításért, karbantartásért felelős személyek nevét, elérhetőségeit, vagy tudja, hogy hol kereshet szakembert a javításhoz.
Felismeri és jelzi a dugulást	Felismeri, észreveszi, ha nem megfelelően folyik le a víz a lefolyóban vagy a WC-ben. Ha nem tudja önállóan elhárítani a dugulást, jelez.	Nyújtunk segítséget az elemtartó fedelének kinyitásában. Értelmezzük közösen az elem helyes behelyezésére vonatkozó ábrát.	Amennyiben mozgásállapota miatt a lakó nem tudja kezelni a kilincseket, tolóajtó tervezhető a belső terekben. Kulcskártyához, mobiltelefonos alkalmazáshoz alkalmas zár is felszerelhető. Szükséges lehet az ablakok, ajtók távirányítása.
WC pumpát használ	Dugulás elhárítására WC-pumpát használ. Megfelelően megfogja, és kellő erővel mozgatja a pumpát.	Amikor valamilyen ház körüli javításra van szükség, tegyük lehetővé, hogy a személy jelen legyen vagy bevonódjon, hogy megfigyelhesse a munkálatokat, esetleg elsajátítsa a teendőket.	
Felismeri és jelzi a karbantartási szükségleteket az otthonában	Felismeri, ha pl. elromlott egy zár vagy nem működik egy berendezés. Ha nem tudja a javítást elvégezni, jelzi.	Az alapvető szerszámok használatát tanítsuk meg.	
Tudja, hogy kinek kell jelezni, ha a háztartásban vagy ház körül javításra van szükség	Tisztában van vele, hogy ki felelős a háztartásban, a házban és a ház körül a karbantartási munkákért (pl. gondnok, közös képviselő, kertész, szerelő).	Ha a háztartásban vagy a ház körüli munka területén kockázatot látunk, kockázatkezelési terv is készülhet az adott tevékenységgel kapcsolatban.	
Érti a nyílászárók funkcióját	Tudja, hogy az ablak, ajtó mire szolgál, hogyan kell használni (pl. szellőztetés) és hogy miért szükséges bezárni.		
Kinyitja és bezárja az ajtókat, ablakokat kilincsre	Kilincset megfog, mozgat (pl. elfordít), a nyílászárókat megfelelő erővel nyitja és zárja.		
Kinyitja és bezárja az ajtót kulccsal	Tudja, hogy melyik kulcs mihez való. Kulcsot megfog, mozgat (pl. elfordít). Tisztában van vele, hogy mikor, milyen helyzetekben szükséges bezárni az ajtót, másokat nem zár ki vagy be.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Kicseréli a villanykörtét	Felismeri, ha kiégett a villanykörte. Biztonságosan kicseréli (pl. székre vagy létrára áll, lekapcsolja előtte a kapcsolót és/vagy a biztosítékot).		
Kicseréli az elemet a háztartási eszközökben	Felismeri, ha elemcserére van szükség: Kiválasztja a készülékhez (pl. óra, távirányító) szükséges elemet (pl. AA, AAA, lapos elem) és kicseréli.		
6. Ismeri az energia- és víztakarékosság elveit és alkalmazza azokat	Rendelkezik ismeretekkel az energia-és víztakarékossággal kapcsolatban. Törekszik a takarékosagra.	Tanítsuk és gyakoroljuk az energia- és víztakarékosság szabályait és gyakorlatát, alakítsunk ki megfelelő szokásokat (pl. inkább zuhanyozzon, használjon fogmosó poharat, fűtés és szellőztetés szabályai). Mutassunk a személynek közüzemi számlákat. Értelmezzük képességeinek megfelelően az azon található információkat, viszonyítsuk a fizetendő összeget a mindennapokban jelen lévő értékekhez (jövedelemhez, kávéhoz stb.)	Az épület kialakítása és takarékos megoldások (pl. víztakarékos csap, zuhanyrózsa, WC-tartály, energiatakarékos izzók, fűtési berendezések) alkalmazása elősegítheti a költséghatékonyságot.
Ismeri a legfőbb alapelveket az energia- és víztakarékossággal kapcsolatban	Tudja, hogy mikor kell lekapcsolni a villanyokat, az energiát használó háztartási gépeket (mit kell tenni, ha elmegy otthonról); vízhasználatot igénylő tevékenységek közben hogyan lehet minimalizálni a vízfogyasztást.		
Takarékosan használja a villanyt	A villanyt csak szükség esetén kapcsolja fel és nem hagyja égve. Az elektromos berendezéseket használat után kikapcsolja, áramtalanítja.		
Takarékosan használja a vizet	A csapot feleslegesen nem folytatja (pl. fogmosás közben), nem felejtí nyitva. Ha erre lehetősége van, nem mosogat folyóvízben, inkább zuhanyzik, gyorsan megmossa a kezét stb.		
Ismeri az energiaszolgáltatás díjait	Tisztában van vele, hogy a víz, csatorna és villany használata pénzbe kerül. Nagyságrendileg ismeri a szolgáltatások árát, havi költségeit.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
7. A kertet gondozza	Az épülethez tartozó kertet ápolja és rendben tartja. Évszaknak és időjárásnak megfelelő kertészeti tevékenységeket elvégzi.	Teremtsünk lehetőséget a kertápolásra, az ezzel kapcsolatos munkákba való bekapcsolódásra, végezzünk a személlyel együtt ilyen tevékenységet.	A kert minden része legyen könnyen megközelíthető, akadálymentes.
Érti a kertgondozás szükségességét, motivált	Tudja, hogy a kertet rendszeresen gondozni kell, rendet kell tartani az udvaron is. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A fűnyíró és egyéb kerti szerszámok kezelésére vonatkozó balesetvédelmi intézkedéseket tanítsuk, beszéljük meg.	Egyszerű vagy adaptál eszközök, fellépő létra, nyeles gyümölcszedő kosár stb. segíthetik a kerti munkát.
Felismeri, és a jelzi a kerti munkák szükségességét	Felismeri, észreveszi, ha valamely tevékenység (pl. fűnyírás, locsolás, gazolás) szükségessé válik. Ha nem tudja önállóan elvégezni a tevékenységet, jelez.	Eleinte kisebb terület rendben tartásában, gondozásában vegyen részt a személy, használjunk támpontokat a terület kijelöléséhez. Tisztázzuk, hogy aktuálisan mi a feladata Pl. gereblyezés, hóeltakarítás).	Alakítsunk ki magaságúakat, melyet a mozgáskorlátozott lakók is művelhetnek.
Fűnyíróval fűvet nyír	Ismeri a fűnyíró gép működését (pl. áram alá helyezés, gombok, funkciók, össze- és szétszerelés). Fűnyíróval lenyírja a fűvet. Kiüríti a gyűjtőt. Szükség esetén feltölti a benzintartályt.	Ültetésnél eleinte az előkészített talajba helyezze be a palántát, vesse a magot.	
Gereblyéz	A gereblyét megfogja, megfelelően mozgatja, növényi részeket gereblyével összegyűjt.	Kisméretű locsolókannával, kiadagolt mennyiségű vízzel, csak néhány növény locsolásával kezdjük a gyakorlást.	
Havat, földet lapátol	A lapátot megfogja, megfelelően mozgatja, havat vagy földet felemel vele.	Csíráztatást, palántanevelést, növények átültetését és ápolását kezdetben a lakáson belül is gyakorolhatjuk, ezzel a növények életciklusát és szükségleteit is szemléltethetjük.	
Növényeket ültet	Növényeket magról vagy cserépből, palántáról ültet. Tudja, hogy a növényeket hová és hogyan kell elhelyezni, vagy instrukciókat képes végrehajtani.	Ne csak a kertben ismerkedjünk a gyümölcsökkel és zöldségekkel, hanem vásárlás, étkezés közben is beszéljük. Tapasztalja meg a személy, hogy mik az érett gyümölcs, zöldség jellemzői.	
		Mozgáskorlátozottság, egyensúlyproblémák esetén találjunk olyan zöldséget, gyümölcsöt, ami	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Növényeket locsolja	A növényeket öntözőkannával vagy slaggal meglocsolja. Tudja, hogy mely növényt milyen gyakran és mennyiséggel kell locsolni, vagy instrukciókat képes végrehajtani.	száma hozzáférhető magasságban terem (bokron, fán) és annak a leszedését gyakoroljuk. Vegyszerekkel csak akkor dolgozzon a személy, ha meggyőződöttünk róla, hogy erre önállóan is képes.	
Növényeket gazolja	Kézzel vagy a megfelelő szerszámmal eltávolítja a gyomnövényeket. Felismeri a gázt, vagy instrukciókat képes végrehajtani.		
Felismeri az érett gyümölcsöt/zöldséget	Felismeri, ha egy gyümölcs vagy zöldség megérett és le lehet szedni.		
Gyümölcsöt/zöldséget fel- vagy leszed	Az érett gyümölcsöket és zöldségeket szakszerűen választja le, vágja le vagy gyűjti össze kézzel és a megfelelő szerszámmal.		
Járdát jégmentesít	Utak, járdák jégmentesítésére útszóró anyagot a megfelelő helyen és mennyiségben alkalmaz.		
Vegyszert biztonságosan használ	A kertgondozáshoz szükséges vegyszereket (pl. tápoldat, permet) ismeri, megfelelően alkalmazza, ügyelve a biztonsági előírásokra.		
8. Kisállatot tart	Amennyiben kisállatot tart, az állatról megfelelően gondoskodik. Lakókörnyezetére tekintettel van, a lakóközösséget nem zavarja vagy akadályozza, környezetének tisztaságára ügyel.	Biztosítsunk lehetőséget arra, hogy minél több kisállatfajtát megismerjen, hogy eldönthesse, milyen állatot szeretne és tudna megfelelően tartani. Ismertessük az állattartás alapvető szabályait és ismertessük meg az adott	Minden, az állattal kapcsolatos megállapodást foglaljunk írásba. Biztosítsuk az állattartáshoz szükséges eszközöket és a táplálékot, szükség esetén az állatorvos felkereséséhez nyújtunk

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Az állattartással kapcsolatos szabályokat ismeri és betartja	Tudja, hogy gondoskodnia kell az állat elhelyezéséről, a szökés megakadályozásáról, az állat tisztán tartásáról és felügyeletéről. Egészségügyi és biztonsági szabályokat ismer és betart.	fajta szükségleteivel. Ne feledkezzünk meg az állattartás költségeiről sem. Részletesen beszéljük meg az egészségügyi és biztonsági kérdéseket.	segítséget. Vizuális emlékeztetők segíthetik a lakókat az állattal kapcsolatos szabályok betartásában, feladatok elvégzésében.
Az állatról megfelelően, felelősségteljesen gondoskodik	Az állat szükségleteit ismeri és kielégíti: megfelelően táplálja, neveli, mozgásigényét biztosítja, egészségére ügyel. A nem kívánt szaporulatot megelőzi.	Kisállat befogadása, vásárlása előtt mindenképpen egyeztessenek egymással a lakóközösség tagjai. Lehet, hogy a lakótársak is szívesen vállalnak feladatokat. Szükség esetén a segítőknek is lehetnek feladatai az állattal kapcsolatosan, győződjünk meg róla, hogy ennek sincs akadálya (pl. allergia, félelem az adott állattól).	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>9. A lakókörnyezet rendben tartásával kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi</p>	<p>Nem kell figyelmeztetni naponta/hetente/havonta az egyes tevékenységekre.</p> <p>Nem esik túlzásba, nem válik valamely tevékenység kényszeres jellegűvé.</p>	<p>Előfordulhat, hogy valaki minden fenti tevékenység kivitelezésében önálló, ugyanakkor hiányzik a tevékenység megkezdéséhez szükséges külső jelzés, prompt.</p> <p>Segíthetjük a tevékenységek megkezdését, azonban hosszú távú cél az önállóság növelése.</p> <p>A lakókörnyezettel kapcsolatos tevékenységek nagy része bizonyos időközönként ismétlődik. A természetes ismétlődést kihasználva tudjuk ezeket napirendbe illeszteni, az időben elhelyezni, ezáltal segíteni a személyt a gyakoriság és ismétlődés felismerésében. Emellett készítsük fel a lakókat a váratlan helyzetek kezelésre is.</p> <p>A háztartási tevékenységeknek, rendtartásnak, kertgondozásnak legyen beosztása, melyben a lehető legtöbb lakó vállal feladatokat, a beosztás nyilvános, hozzáférhető és érthető legyen mindenki számára.</p> <p>A kényszerek kezelésében kognitív viselkedésterápiás eszközöket használhatunk vagy kérhetjük terapeuta segítségét.</p>	<p>Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy a lakókörnyezet rendben tartásával kapcsolatos tevékenységeket a napirendbe illetve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan.</p> <p>Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, naptár, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.</p> <p>Minden tevékenységet támogathat folyamatábra, leírás, a tevékenység elvégzését rögzítő napló, akár a helyiségekben kifüggesztve.</p>

Felmérő lap - Mosás, ruházat tisztán tartása

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.4. Mosás, ruházat tisztán tartása
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁸		
1.	Mosógéppel kimossa a ruháit	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	A mosás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2	A mosás szükségességét felismeri és jelzi	IGEN	NEM			
1.3	Ruhákat megfogja	IGEN	NEM			
1.4	Ruhákat mozgatja	IGEN	NEM			
1.5	Szennyes ruhát egy erre rendszeresített tárolóban tartja	IGEN	NEM			
1.6	Szétválogatja a ruhákat	IGEN	NEM			
1.7	Felismeri a ruhákon található címkéken a tisztítási utasításokat	IGEN	NEM			
1.8	A mosó- és öblítőszer felismeri	IGEN	NEM			
1.9	Megfelelő mennyiségű mosószert, öblítőt adagol	IGEN	NEM			
1.10	Mosógép ajtaját nyitja, csukja	IGEN	NEM			
1.11	A mosószer adagolót használja	IGEN	NEM			
1.12	A mosógépet beprogramozza és elindítja	IGEN	NEM			
1.13	Tudja, hogy kb. mennyi ideig tart a mosási program	IGEN	NEM			

¹⁸ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Kitereget	IGEN	NEM	A	B	C
Részképeség						
2.1	A teregetés szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
2.2	Felismeri, hogy a mosógép lejárt és jelzi	IGEN	NEM			
2.3	Kinyitja a mosógépet	IGEN	NEM			
2.4	A ruhákat kiveszi	IGEN	NEM			
2.5	A ruhákat kirázza	IGEN	NEM			
2.6	A ruhákat kiteregeti	IGEN	NEM			
2.7	A ruhákat csipesszel akasztja fel	IGEN	NEM			
2.8	A ruhákat vállfával akasztja fel	IGEN	NEM			
2.9	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Kézzel kimossa a ruháit	IGEN	NEM	A	B	C
Részképeség						
3.1	A kézi mosás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
3.2	Ruhákat megfogja	IGEN	NEM			
3.3	Ruhákat mozgatja	IGEN	NEM			
3.4	Kézi mosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	IGEN	NEM			
3.5	Lavórt használ	IGEN	NEM			
3.6	A mosó- vagy tisztítószert felismeri	IGEN	NEM			
3.7	Mosó- vagy tisztítószert adagol	IGEN	NEM			
3.8	Megfelelő mennyiségű mosó- vagy tisztítószert használ	IGEN	NEM			
3.9	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
3.10	Felismeri, ha egy ruhadarab csak kézzel mosható	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Vasal	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	A vasalás szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
4.2	Felismeri, ha egy ruhadarab vagy textília vasalása szükséges és jelzi	IGEN	NEM			
4.3	Ruhákat megfogja	IGEN	NEM			
4.4	Ruhákat mozgatja	IGEN	NEM			
4.5	Vasalódeszkát felállítja	IGEN	NEM			
4.6	A vasalót bedugja	IGEN	NEM			
4.7	A vasalót bekapcsolja, a hőfokot beállítja	IGEN	NEM			
4.8	A vasalót megfelelően mozgatja a ruhán	IGEN	NEM			
4.9	A vasalót használat közben és után biztonságosan teszi le	IGEN	NEM			
4.10	Egyszerű ruhadarabokat kivasal	IGEN	NEM			
4.11	A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	IGEN	NEM			
4.12	A kivasalt ruhát megfelelően összehajtogatja	IGEN	NEM			
4.13	Gőzölős vasalót használ	IGEN	NEM			
4.14	Tudja, hogy milyen típusú ruhadarabot milyen hőfokon szükséges és szabad vasalni	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	A mosással kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.4. Mosás, ruházat tisztán tartása

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Mosógéppel kimossa a ruháit	Mosógép, mosó- és öblítőszer segítségével, a megfelelő programot használva, a ruhákat szétválogatva kimossa saját ruháit.	Adjunk lehetőséget a személynek saját ruhái, vagy más, általa használt, mosásra szoruló textilja mosására (pl. ágynemű). Így nem csak a folyamat lépéseit ismerheti meg és gyakorolhatja, hanem élvezheti is az eredményt (tisztá ruha, finom illat, kellemes tapintás).	Vizuális emlékeztető, folyamatábra, folyamatleírás növelheti az önállóságot ezen a területen.
A mosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy szükséges rendszeresen kimosni a ruhákat. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Ha saját belátása, döntése alapján valamilyen ok miatt még nem tudja a ruhák válogatását elvégezni, kezdetben alakítsunk ki rutint arra, hogy pl. a fehérneműt minden nap egy adott helyre teszi.	Ha szükséges, használhatunk színelismerőt (készülék vagy mobiltelefon applikáció).
A mosás szükségességét felismeri és jelzi	Felismeri, észreveszi, ha a ruha beszennyeződött, mosásra van szükség. Ha nem tud önállóan mosni, jelez.	Ha saját belátása, döntése alapján valamilyen ok miatt még nem tudja a ruhák válogatását elvégezni, kezdetben alakítsunk ki rutint arra, hogy pl. a fehérneműt minden nap egy adott helyre teszi.	Adagoló pohár vagy kupak, mosókapszula segítheti a mosószer önálló adagolását.
Ruhákat megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a ruhákat felemeli.	Tanítsuk meg, hogy a ruhái közül melyeket lehet, célszerű együtt mosni.	A mosási utasítások megértésében, a címkék értelmezésében jelmagyarázat kifüggesztése segíthet.
Ruhákat mozgatja	A ruhákat szennyestartóba teszi. Szennyestartóból kiveszi, csoportosítja. A ruhákat a mosógépbe helyezi. Kiveszi a mosógépből.	A ruhákban található címkék általában nagyon kicsik és nehezen olvashatók. Tanulmányozzunk és értelmezzünk közösen kinagyított jeleket.	A mosási programok kiválasztását is jelmagyarázat támogathatja. Készíthetünk a használati útmutatóból kivonatot, kiírhatjuk a legfontosabb tudnivalókat (pl. programok hossza). Órát is be lehet állítani jelző funkcióval.
Szennyes ruhát egy erre rendszeresített tárolóban tartja	Ismeri a szennyestartó funkcióját, felismeri az erre szolgáló tárolót. Szennyesét következetesen a tárolóban helyezi el.	Kezdetben szükség esetén adagoljuk ki a mosószert, öblítőt, hogy ő öntse a megfelelő tartóba.	A mosásnál színelismerő kendő segíti megelőzni a színek összekeveredését. Látássérült személyeknek a mosógép kezelésében a következők segíthetnek:

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Szétválogatja a ruhákat	Szétválogatja a ruháit, egyéb textíliákat típusonként és/vagy színenként (pl. fehérnemű, pólók, nadrágok).	Képességeinek megfelelően értelmezzük a mosógépen lévő jelzéseket, szimbólumokat, a kijelzőt. Mutassuk meg és gyakoroljuk, hogy melyik gombot hova, milyen technikával (csavarás, nyomás) kell állítani.	domború jelöléssel akadálymentesített programozó felület, hangjelzések vagy a programozáshoz kapcsolódó hangok, és a jelzések számának megtanulása.
Felismeri a ruhákon található címkéken a tisztítási utasításokat	Tudja, melyik ruhát milyen hőfokon kell mosni. Felismeri a speciális tisztítást igénylő ruhadarabjait (pl. eltérő hőfok, kézi mosás vagy vegyi tisztítás szükséges).		
A mosó- és öblítőszer felismeri	Tudja, hogy melyik a mosó- és öblítőszer.		
Megfelelő mennyiségű mosószert, öblítőt adagol	A szükséges mennyiséget önti a mosógépbe.		
Mosógép ajtaját nyitja, csukja	A mosógép ajtaját gombbal vagy az ajtón található kallantyúval kinyitja. Az ajtót kattanásig becsukja.		
A mosószer adagolót használja	A mosószer adagolót kihúzza. Tudja, hogy hová kell önteni a mosó- és öblítőszer. A feltöltött adagolót becsukja.		
A mosógépet beprogramozza és elindítja	Ismeri a mosógépen található jelöléseket. A gombokat megnyomja vagy elfordítja. A kívánt programot kiválasztja. Akadálymentesített mosógépet beprogramozza és elindítja.		
Tudja, hogy kb. mennyi ideig tart a mosási program	Használati utasítás, tapasztalat alapján tudja, hogy meddig tart egy program. Amennyiben a mosógép kiírja vagy visszaszámol, a kijelzőt értelmezi.		
2. Kitegyet	A lejárt mosógépből a nedves ruhákat kiveszi és szárítóra teregeti.	A teregetéshez ismertetünk meg a személylél különböző lehetőségeket	Gondoljunk olyan mosógép beszerzésére, amely szárítóprogramot is

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A teregetés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges a nedves ruhát kitergetni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	(szárítókötél, összecukható szárító, fregoli, szabadban, zárt térben való szárítás). Nyújtunk tapasztalatot a szárítás nélkül hagyott, nedves textíliáról, a dohosodás kellemetlen szagáról pl. egy régi konyharuha segítségével. Magyarázzuk el, mutassuk meg, hogy mikor és hogyan kell ruhacsipeszt, vállfát használni. Ha a személy az összes ruhát nem tudja önállóan kitergetni, adjuk a kezébe a ruhákat egyesével, kirázva.	tartalmaz, illetve külön szárítógép is beszerezhető. Fontos a lakó mobilitásának megfelelő szárítási mód biztosítása (szárítógép, kinti szárítókötél, összecukható szobai szárító, plafonra felhúzható fregoli).
Felismeri, hogy a mosógép lejárt és jelzi	Felismeri, észreveszi, ha lejárt a mosógép. A hangjelzést vagy a gombok állását értelmezi. Ha nem tud önállóan kitergetni, jelez.		
Kinyitja a mosógépet	A mosógép ajtaját gombbal vagy az ajtón található kallantyúval kinyitja.		
A ruhákat kiveszi	A ruhákat egyesével megfogja, a mosógépből kiveszi.		
A ruhákat kirázza	A ruhákat egyesével kirázza, hogy a gyűrődést csökkentse.		
A ruhákat kitergeti	A ruhákat egyesével a szárítóra helyezi. A ruhákat megfelelő módon, kisimítva helyezi el		
A ruhákat csipesszel akasztja fel	A ruhákra utólag csipeszt helyez vagy csipesszel akasztja fel.		
A ruhákat vállfával akasztja fel	A megfelelő ruhadarabokat vállfára helyezi, és azzal akasztja a szárítóra vagy más alkalmas helyre.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nedves ruha marad a mosógépben, gyűrötten teregeti ki a ruhát, nem marad a ruha a szárítón.		
3. Kézzelemosás a ruhát	A csak kézzel mosható kisebb ruhadarabokat, makacs foltot mosdóban vagy lavórban kézzel kimossa.	A ruhadarabokban található, kezelésükre vonatkozó utasítások közül ismertessük meg és gyakoroljuk a kézi mosásra utaló	A mosdókagyló megközelíthetőségének biztosítása elengedhetetlen a kerekesszékekkel közlekedő személyek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A kézi mosás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges egyes ruhákat kézzel mosni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	jelet. Teremtsünk lehetőséget arra, hogy saját ruháját kézzel mossa. Tanítsuk a foltok felismerését, tisztításuk módját. Érdemes lehet már a mosás előtt kezelni a foltot. Ismertessük meg a mosó-, öblítő- és tisztítószeresek használatát.	számára. Víz hőfok könnyű szabályozhatósága (karos, keverőcsap) segítheti az önállóságot. Szükség esetén a lavór belsejében lehet jelölni (alkoholos filccel, szigetelő szalaggal), hogy meddig töltsék vízzel.
Ruhákat megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a ruhákat felemeli.	Ismeretessük meg a mosó-, öblítő- és tisztítószeresek használatát.	
Ruhákat mozgatja	A ruhát a mosdóba, lavórba teszi. A ruhát dörzsöli, súrolja, öblíti, kicsavarja. A ruhát a mosdóból, lavórból kiveszi. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.	Szükség esetén nyújtunk segítséget pl. a flakon megfogásában, a kupak letekerésében, az adagoló pohár megtartásában. Kezdetben, ha szükséges, kapja meg a személy a mosószert adagolva.	
Kézi mosáshoz a víz hőmérsékletet beállítja	A víz hőmérsékletet beállítja, nem túl hideg és nem túl forró vizet használ.	Hideg-meleg vízcsap jelölésének megismerése, tanulása szintén fontos feladat lehet.	
Lavórt használ	A lavórt vízzel feltöltve felemeli, mozgatja, mozgatása közben nem loccsan ki a víz. A koszos vizet WC-be vagy csatornába kiönti.	A lavór megfelelő tartása, megtöltése, mozgatása, kiöntése külön gyakorolható.	
A mosó- vagy tisztítószer felismeri	Tudja, hogy melyik a mosó-, öblítőszerrel vagy folteltávolítóval lehet kézzel mosni.		
Mosó- vagy tisztítószer adagol	Mosó- vagy tisztítószeres flakont megfogja. Tetejét kinyitja, lecsavarja. Önt/fúj/szór belőle a megfelelő helyre.		
Megfelelő mennyiségű mosó- vagy tisztítószer használ	A szükséges mennyiséget önti a mosdóba, lavórra, foltra.		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. piszkos marad a ruha, nem jön ki a folt, túl vizes marad a textília.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Felismeri, ha egy ruhadarab csak kézzel mosható	A ruha anyagából vagy tapasztalatai alapján következtet a kézi mosás szükségességére. Észreveszi a makacs foltot mosás előtt vagy gépi mosás után. Felismeri a címkén a speciális tisztítást igénylő szimbólumot, mosási hőfokot.		
4. Vasal	A vasalást igénylő ruhadarabok és háztartási textíliákat (pl. ágynemű, törölköző) a megfelelő hőfokon kivasalja és összehajtogatja.	Fokozottan ügyeljünk a balesetvédelemre és győződjünk meg arról, hogy a szükséges biztonsági, balesetvédelmi ismeretekkel rendelkezik a személy.	A vasalódeszka legyen könnyen kezelhető és stabil.
A vasalás szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges egyes ruhadarabokat, textíliákat vasalni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Legyen személyes tapasztalata a vasalt és vasalatlan ruha közötti különbségről. Mutassuk be a ruhadarabot mindkét állapotban.	Olyan vasalót érdemes beszerezni, amely automata kikapcsolóval rendelkezik.
Felismeri, ha egy ruhadarab vagy textília vasalása szükséges és jelzi	Felismeri, ha egy ruhadarabot vasalni kell, gyűrött. Ha nem tud önállóan vasalni, jelez.	Mutassuk meg a vasalódeszka magasságának azt a beállítását, amely testmagasságához/ testhelyzetéhez képest a legbiztonságosabb és legkényelmesebb.	A vasalás jelentős részét ki lehet váltani olyan ruhadarabok, textíliák használatával, amelyek nem gyűrődnek.
Ruhákat megfogja	Fogásának erőssége megfelelő, kezét tartja, a ruhákat felemeli.	Mutassuk meg a ruhadarabban található kezelésre vonatkozó jelzések közül a vasalásra utalókat.	A vasalás jelentős részét ki lehet váltani olyan ruhadarabok, textíliák használatával, amelyek nem gyűrődnek.
Ruhákat mozgatja	A ruhát a vasalódeszkára teríti. A ruhát mozgatja, fordítja a vasalás irányának, módjának megfelelően.	Kezdetben kisebb, használt textíliákon (pl. konyharuha) gyakoroljon.	Ruhahajtogató eszköz segítheti az önállóságot ezen a területen. Ha a hajtogatás a személy mozgáskorlátozottsága vagy mozgáskoordinációja miatt tartós problémát okoz, legyen több lehetőség a szekrényében a ruhákat felakasztva, vállfán tárolni.
Vasalódeszkát felállítja	A vasalódeszkát megfogja, mozgatja, megfordítja. A lábakat szétnyitja, széthúzza, beakasztja. A deszkát megfelelő magasságúra állítja.	Vegyük figyelembe a jobb-, illetve balkezeséget.	
A vasalót bedugja	A dugót a konnektorba dugja.	Nézzük át közösen, melyik ruhadarabokat érdemes vállfán, melyiket összehajtogatva tárolni. Kezdetben kisebb, egyszerűbb ruhadarabokat hajtogasson.	
A vasalót bekapcsolja, a hőfokot beállítja	Gombot megnyom, elteker. A jelzéseket felismeri, értelmezi.	A kockázatok elkerülése érdekében	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A vasalót megfelelően mozgatja a ruhán	A vasalót megfogja, felemeli, a ruhára helyezi és mozgatja. A ruha nem gyűrődik össze. A mozdulatok megfelelő irányúak és erősségűek.	kockázatkezelési terv készülhet.	
A vasalót használat közben és után biztonságosan teszi le	A forró vasalót a vasalódeszkán az erre kialakított helyre teszi. Hely hiányában vagy gőzölős vasaló esetén talpára állítja. A vasalót nem veri le, borítja fel a kezével vagy a zsinórba akadva.		
Egyszerű ruhadarabokat kivasal	Csak kisebb, egyszerűbb ruhákat vasal ki önállóan (pl. terítő, párnahuzat, egyszerű póló). Nagyobb vagy bonyolultabb darabokhoz segítségre van szüksége (pl. lepedő, ing).		
A tevékenységet többé-kevésbé megfelelően végzi	Önállóan kezdi vagy végzi a tevékenységet, de a kivitelezés során előfordulnak hibák. Pl. nem megfelelő helyen vagy módon helyezi el a ruhát. A ruha gyűrött marad vagy gyűrődést vasal a ruhába. Nem biztonságos a vasaló használata.		
A kivasalt ruhát megfelelően összehajtogatja	A ruhát, textíliát gyűrődésmentesen, a szokásos módon összehajtogatja.		
Gőzölős vasalót használ	Ismeri a vasaló gőzölő funkcióját. A vasalóba vizet tölt. A gőzölést megfelelő hőfokon alkalmazza.		
Tudja, hogy milyen típusú ruhadarabot milyen hőfokon szükséges és szabad vasalni	A ruha anyagából vagy tapasztalatai alapján következtet a vasalás szükségességére. Felismeri a címkén a vasalásra vonatkozó szimbólumot, vasalási hőfokot.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>5. A mosással kapcsolatos tevékenységek ismétlődésének szükségességét felismeri, meghatározott időközönként, szükség szerint azt végrehajtja, vagy végrehajtását kezdeményezi</p>	<p>Nem kell figyelmeztetni naponta/hetente/havonta az egyes tevékenységekre.</p> <p>Nem esik túlzásba, nem válik valamely tevékenység kényszeres jellegűvé.</p>	<p>Előfordulhat, hogy valaki minden fenti tevékenység kivitelezésében önálló, ugyanakkor hiányzik a tevékenység megkezdéséhez szükséges külső jelzés, prompt.</p> <p>Segíthetjük a tevékenységek megkezdését, azonban hosszú távú cél az önállóság növelése.</p> <p>A mosással kapcsolatos tevékenységek nagy része bizonyos időközönként ismétlődik. A természetes ismétlődést kihasználva tudjuk ezeket napirendbe illeszteni, ezáltal segíteni a személyt a gyakoriság és ismétlődés felismerésében.</p> <p>Jellemzően többen fognak egy mosógépet használni, ezért legyen megállapodás, szükség esetén beosztás a használatra vonatkozóan.</p> <p>Költséghatékony lehet bizonyos ruhákat, textíliákat együtt mosni. A beosztásban mindenkinek legyen lehetősége mosni, a közös feladatokban a lehető legtöbb lakó vegyen részt.</p> <p>A megállapodás, illetve beosztás nyilvános, hozzáférhető és érthető legyen mindenki számára.</p>	<p>Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítjuk, hogy a személy a mosással kapcsolatos tevékenységeket a napirendbe illetve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan.</p> <p>Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, naptár, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.</p> <p>Minden tevékenységet támogathat folyamatábra, leírás, mosási napló, akár a helyiségekben kifüggesztve.</p> <p>A kényszerek kezelésében kognitív viselkedésterápiás eszközöket használhatunk, kérhetjük terapeuta segítségét.</p>

Felmérő lap - Bevásárlás

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.5. Bevásárlás
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ¹⁹		
1.	Bevásárlólistát készít	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Érti a tervezés jelentőségét, motivált	IGEN	NEM			
1.2	Ismeri az élelmiszereket	IGEN	NEM			
1.3	Ismeri a háztartási cikkeket	IGEN	NEM			
1.4	Ismeri a személyi higiéniéhez szükséges termékeket	IGEN	NEM			
1.5	Figyelemmel kíséri az élelmiszerek fogyasztását	IGEN	NEM			
1.6	Figyelemmel kíséri a háztartási cikkek fogyasztását	IGEN	NEM			
1.7	Figyelemmel kíséri a személyi higiéniéhez szükséges termékek fogyasztását	IGEN	NEM			
1.8	Megtervez egy napi étkezést és összeállítja a szükséges alapanyagok listáját	IGEN	NEM			
1.9	Megtervez egy heti étkezést és összeállítja a szükséges alapanyagok listáját	IGEN	NEM			
1.10	A napi/ heti menühöz szükséges hiányzó alapanyagokat azonosítja	IGEN	NEM			
1.11	A szükséges termékeket feljegyzi	IGEN	NEM			
1.12	Reálisan becsüli meg szükségleteit	IGEN	NEM			

¹⁹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Bevásárol	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Érti a bolt és a vásárlás funkcióját, motivált	IGEN	NEM			
2.2	Bevásárlás során viselkedése adekvát	IGEN	NEM			
2.3	Tudja, hogy hol van a legközelebbi bolt	IGEN	NEM			
2.4	Az általa gyakran vásárolt termékeket megtalálja az ismert boltban	IGEN	NEM			
2.5	Tájékozódik a boltban	IGEN	NEM			
2.6	Szükség esetén fizikai segítséget kér a boltban az eladóktól	IGEN	NEM			
2.7	Szükség esetén verbális segítséget kér az eladóktól	IGEN	NEM			
2.8	Összeszedi a szükséges termékeket	IGEN	NEM			
2.9	Használja az önkiszolgáló mérleget	IGEN	NEM			
2.10	Tartja magát a bevásárlólistához	IGEN	NEM			
2.11	Fizet	IGEN	NEM			
2.12	A vásárolt termékeket megfelelően elhelyezi	IGEN	NEM			
2.13	A megvásárolt termékeket hazaviszi	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Bevásárolt adott összeghatáron belül	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Ruhaneműt vásárol	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Ismeri a méreteit	IGEN	NEM			
4.2	Figyelemmel kíséri a ruházati termékek elhasználódását	IGEN	NEM			
4.3	Kiválasztja a megfelelő méretű ruhaneműt	IGEN	NEM			
4.4	Praktikus szempontokat mérlegel a választás során	IGEN	NEM			
4.5	Esztétikai szempontokat mérlegel a választás során	IGEN	NEM			
4.6	Szükség esetén fizikai segítséget kér a boltban az eladóktól	IGEN	NEM			
4.7	Szükség esetén verbális segítséget kér az eladóktól	IGEN	NEM			
4.8	Felpróbálja a kiválasztott terméket	IGEN	NEM			
4.9	Fizet	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Használati tárgyakat vásárol	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Tudja, hogy mely terméket milyen típusú üzletben tud megvásárolni	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Ismeri az egyes termékcsoportokat			IGEN	NEM	
6.2	Tudja, hogy az egyes termékcsoportok megvásárlására milyen típusú üzletek állnak rendelkezésre			IGEN	NEM	
6.3	Tudja, hogy mi a különbség az egyes vásárlási lehetőségek között			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Tisztában van a fogyasztói jogokkal	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Érti a fogyasztói jogok funkcióját			IGEN	NEM	
7.2	Tudja, hogy jogairól hol, hogyan tájékozódhat			IGEN	NEM	
7.3	Tudja, hogy milyen esetekben van joga reklamálni			IGEN	NEM	
7.4	Tudja, hogy mi a menete a reklamációnak			IGEN	NEM	
7.5	Tudja, hogy mit jelent a hibás termék			IGEN	NEM	
7.6	Tudja, hogy milyen lehetőségek vannak a reklamáció rendezésére			IGEN	NEM	
7.7	Tisztában van a szavatosság, jótállás fogalmával			IGEN	NEM	

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.2. Háztartási tevékenységek	A.2.5. Bevásárlás

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Bevásárlólistát készít	Az aktuális szükségleteit felmérve megtervezi a bevásárlást és listát készít.	Ismertessük meg a személlyel a tudatos tervezés (pl. pénzbeosztás) és a bevásárlólista jelentőségét (pl. segítheti az egészségesebb táplálkozást, a takarékoskodást, időt spórol, nehezebben felejt el, hogy mire van szüksége).	A termékek és ételek megismeréséhez a használatban lévők mellett képeket, fotókat, újságokat, katalógusokat, weboldalakat használhatunk. Az étkezések megtervezését mintaétrendek segíthetik.
Érti a tervezés jelentőségét, motivált	Tudja, hogy miért hasznos bevásárlólistát készíteni. Nem utasítja el a tevékenységet.	Először adjunk módot arra, hogy egyszerűbb (később akár hosszabb), kész bevásárlólista alapján önállóan (szükség esetén kísérettel) vásároljon.	Látássérült személyek a listát Braille-írással, diktafonra, telefonba mondva vagy számítógép segítségével készíthetik. Írni-olvasni nem tudó személyek esetében álljanak rendelkezésre a rendszeresen vásárolt termékekről lehetőleg laminált képek, melyek közül az éppen szükségeseket összeszedve készülhet el a bevásárlólista.
Ismeri az élelmiszereket	Az alapvető alapanyagokat (pl. liszt, cukor, tészta), zöldséget, gyümölcsöt, húst felismeri, azonosítja.	A listakészítéshez ismernie kell a számára és a háztartásban szükséges termékeket, illetve ételeket. Ezek tanítására, gyakorlására. a mindennapok során változatos helyzetek adódnak.	Mobilapplikáció, illetve webáruház használata növelheti a személy önállóságát.
Ismeri a háztartási cikkeket	Az alapvető háztartási cikkeket (pl. mosogatószer, mosószer, tisztítószer, szalvéta, WC papír) felismeri, azonosítja.	Készíthetünk közösen bevásárlólistát egy-egy konkrét étel elkészítéséhez, illetve ha van, napirendje/heti rendje alapján (mikor milyen terméket használ).	A folyamatosan használt termékek esetében listák vezetése is hasznos lehet, pl. mi az, aminek mindig kell otthon lennie, mi van a kamrában, mélyhűtőben.
Ismeri a személyi higiéniához szükséges termékeket	Az alapvető higiéniai és kozmetikai termékeket (pl. fogkrém, sampon, tusfürdő, betét) felismeri, azonosítja.	Fontos, hogy a személy ismerje a különböző alapanyagok, illetve a háztartásban használt termékek tárolásának helyét, hogy ellenőrizni	
Figyelemmel kíséri az élelmiszerek fogyasztását	Felismeri, ha valamilyen alapanyag, élelmiszer fogyóban van vagy elfogyott.		
Figyelemmel kíséri a háztartási cikkek fogyasztását	Felismeri, ha valamilyen háztartási cikk fogyóban van vagy elfogyott.		
Figyelemmel kíséri a személyi higiéniához szükséges termékek fogyasztását	Felismeri, ha valamilyen higiéniai, kozmetikai termék fogyóban van vagy elfogyott.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Megtervez egy napi étkezést és összeállítja a szükséges alapanyagok listáját	Képes egy napi menüt összeállítani és a szükséges hozzávalókat azonosítani, a mennyiségeket meghatározni. Például: reggelire vajas kifli, ebédre lecsó, vacsorára lekváros kifli, ehhez szükség van az alábbiakra: vaj, 4 kifli, fél kiló paprika, fél kiló paradicsom, két hagyma, 10 dkg kolbász, lekvár.	tudja, miből mennyi áll rendelkezésre. Szükség esetén, illetve kezdetben lépésenként végezzük el a szükséges és a rendelkezésre álló alapanyagok, termékek egyeztetését. Pl.: minden szükséges termék feljegyzése, majd egyesével annak ellenőrzése, közülük mi áll rendelkezésre, a rendelkezésre állók kihúzása a listáról.	
Megtervez egy heti étkezést és összeállítja a szükséges alapanyagok listáját	Képes egy heti menüt összeállítani és a szükséges hozzávalókat azonosítani, a mennyiségeket meghatározni.	Adjunk lehetőséget gyakorlati tapasztalatok megszerzésére különösen az ételek elkészítésével kapcsolatban, pl. első alkalommal krumplisztésza elkészítése, amikor minden szükséges alapanyag rendelkezésre áll.	
A napi/heti menükhöz szükséges hiányzó alapanyagokat azonosítja	Képes a megtervezett ételekhez szükséges alapanyagokat a készletekkel egyeztetni és a hiányzó termékeket, mennyiséget azonosítani.	Hívjuk fel a figyelmet a mennyiségekre, adjunk módot, hogy minél több érzékszervvel tapasztalja meg (lássa, emelje meg, érezze a súlyát, esetleg tegye mérlegre, olvassa le stb.).	
A szükséges termékeket feljegyz	Bevásárlólistát készít vagy jelzi, hogy mire van szüksége.	Szükség van a mértékegységekkel kapcsolatos alapvető ismeretekre, legalább nagyságrendileg tudja, hogy mennyi pl. a kilogramm, dekagramm.	
Reálisan becsüli meg szükségleteit	Tudja, hogy mikor mire és milyen mennyiségben van szüksége. Jól becsüli meg a mennyiségeket, pl. mennyi tejet iszik meg egy nap vagy mennyi krumpli kell egy krumplisztésztahoz két fő részére.		
2. Bevásárol	Elmegy a legközelebbi boltba/boltokba és az előzetesen összeállított listán szereplő termékeket kiválasztja, megvásárolja és hazaviszi.	A személy számára biztosítsunk minél változatosabb személyes tapasztalatot különféle üzlettípusokban való vásárlásról, az ott végbemenő	Húzósvásárlótáska megkönnyítheti a termékek hazaszállítását. Amennyiben a közlekedés vagy a nehezebb tárgyak mozgatása a probléma, történhet a

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Érti a bolt és a vásárlás funkcióját, motivált	Tudja, hogy a szükséges élelmiszereket és egyéb termékeket boltokban lehet beszerezni. Nem utasítja el a bevásárlást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	interakciókról, az ott található termékekről. Önálló lépések megkezdése előtt legalább kísérőként vehessen részt vásárlásban, amikor csak lehetséges. Már ekkor is adjunk módot arra, hogy magának választhasson, vásárolhasson valamit. Szükség esetén a közeli boltokba az utat többször közösen, esetleg jól tájékozódó társsal járjuk be. Szükséges lehet a későbbiek során alternatívákat is megismerni, ha valami miatt az adott üzlet nincs nyitva, vagy ha nem kapható a keresett termék.	besárlás webáruházakon keresztül, ha a kiszállítás az adott településen megoldott. Érdeemes a nagyobb kizserelések, tartós élelmiszerek tárolása érdekében megfelelő bútorokat, helyiségeket tervezni a támogatott lakhatás kialakítása során.
Bevásárlás során viselkedése adekvát	Ismeri és betartja az általános illemszabályokat a boltban, vagy ha figyelmeztetik, képes megfelelően viselkedni.	A bevásárlás kezdetben jelentheti egyetlen termék, lehetőség szerint saját magának történő megvásárlását. Külön tanítást és gyakorlást igényelhet a segítségkérés, illetve a pénzkezelés.	
Tudja, hogy hol van a legközelebbi bolt	Tudja, hol van bolt, ismeri az útvonalat.	Az üzletekben található mérleg használatának lépéseit önálló vásárlás előtt szükség esetén közösen gyakoroljuk. Legnagyobb nehézséget a megfelelő kód leolvasása, illetve kiválasztása jelenthet. Képességek szerint mutassuk meg használatát (kép alapján/ kód alapján), vagy tanítsuk, hogy hogyan kérhet a használathoz segítséget.	
Az általa gyakran vásárolt termékeket megtalálja az ismert boltban	Megfelelően tájékozódik a boltban és felismeri a szükséges termékeket. Támpontokat használ.	A lakóközösség tagjai segíthetik egymást a vásárlásban.	
Tájékozódik a boltban	Ismeretlen helyen is tudja, hogy mely termékeket a bolt melyik részén keressen (pl. tej - tejtermékek, liszt - szárazáru).		
Szükség esetén fizikai segítséget kér a boltban az eladóktól	Segítséget kér, ha például nem ér el valamit.		
Szükség esetén verbális segítséget kér az eladóktól	Segítséget kér, ha például nem talál valamit, vagy nem tud választani.		
Összeszedi a szükséges termékeket	A megfelelő termékeket a megfelelő mennyiségben gyűjt össze, azokat a kosárba vagy bevásárló kocsiba teszi.		
Használja az önkiszolgáló mérleget	Mérésre és árazásra a megfelelő módon használja a boltban található önkiszolgáló mérleget. Zacszóba helyezi a kívánt árut, megméri, kép vagy kód alapján árcetlit nyomtat és felragasztja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tartja magát a bevásárlólistához	Céltudatosan vásárol, azt veszi meg, ami a listán szerepel.		
Fizet	Készpénzzel vagy kártyával fizet.		
A vásárolt termékeket megfelelően elhelyezi	Zacskókba/szatyorba/kosárba pakol. A törékeny, sérülékeny termékeket felülre teszi. Tudja, hogy kb. mennyit bír el egy szatyor, nem pakolja túl. Ha két szatyorba pakol, egyenletesen osztja el a súlyt stb.		
A megvásárolt termékeket hazaviszi	Képes a vásárolt mennyiséget cipelni, a szatyrot nem ejti el, a sérülékeny termékeket óvja stb.		
3. Bevásárolt összeghatáron belül	A rendelkezésre álló összeget nem lépi túl, megfelelően osztja be. Képes választani több termék közül, pl. gazdaságossági szempontok alapján (saját márkás olcsóbb termék, nagyobb kiszereles). Képes priorizálni, a legfontosabb kiadásait előresorolja, pl. először a főzéshez vásárol, és ha marad pénze, akkor vesz édességet.	Amennyiben a személy a pénz értékét nem ismeri, illetve számfogalma kialakulatlan, fontos, hogy a megfelelő rutin megszerzéséig pontosan tudja, hogy melyik termékből milyen márkájú, mekkora kiszerelesű változatot kell megvennie.	Katalógus, reklámújságok, weboldalak tanulmányozása hasznos lehet a vásárlás előtt.
4. Ruhaneműt vásárol	Saját részre ruházati terméket vásárol.	Fontos, hogy a személynek legyen tapasztalata a ruhaneműk vásárlásáról, mindenképpen vegyen részt a számára vásárolt ruhák kiválasztásában.	Akadálymentes üzletek felkutatása, környékbeli üzletek eladóinak érzékenyítése a lakókkal való kommunikációra alapvető, elsődleges feladat.
Ismeri a méreteit	Ruha- és cipőméretét ismeri.	Tartsuk tiszteletben a személy ízlését, ugyanakkor tanítsuk és gyakoroljuk a ruházat különböző funkcióit (pl. mikor mit lehet vagy érdemes viselni, mit vehet fel	Emlékeztetőt készíthetünk a személy méreteiről, írott vagy rajzos-képes formában.
Figyelemmel kíséri a ruházati termékek elhasználódását	Felismeri, ha új ruházatra van szüksége és jelzi.		Amennyiben a személy nem tud elmenni
Kiválasztja a megfelelő méretű ruhaneműt	Tájékozódik a ruházati termékek között, saját méretét egyezteti a ruha címkéjével vagy egyéb feliratokkal.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Praktikus szempontokat mérlegel a választás során	Képes meghatározni, hogy milyen termékre van szüksége pl. az évszaknak vagy tevékenységnek megfelelően (pl. téli kabát, sportcipő, munkaruha). Minőségi és gazdaságossági szempontokat mérlegel (pl. az olcsóbb termék hamarabb tönkremegy, ha csomagban vesz zoknit, valószínűleg olcsóbb, a pamut alsónemű egészségesebb).	<p>a munkahelyére). Nyújtunk segítséget praktikus és jól variálható ruhatár kialakításához, mely tükrözi a lakó ízlését.</p> <p>Nézzük végig a méretre vonatkozó jelzést saját ruhaneműjében közösen. A címkéken a fontos információkat (pl. méret, anyag) kiemelhetjük.</p> <p>Külön tanítást és gyakorlást igényelhet a segítségkérés, illetve a pénzkezelés.</p>	<p>vásárolni, abban az esetben is megteremthetjük számára a döntés, választás lehetőségét, pl. internetes rendeléssel, a boltban képek készítésével.</p> <p>Látássérült személyeket figyelmeztessük, ha egy-egy ruhadarab elhasználódott.</p>
Esztétikai szempontokat mérlegel a választás során	Képes célnak, alkalomnak megfelelő terméket választani (pl. munkahelyen viselhető darabok, alkalmi ruha). Kialakult ízlése van.		
Szükség esetén fizikai segítséget kér a boltban az eladóktól	Segítséget kér, ha például nem ér el valamit.		
Szükség esetén verbális segítséget kér az eladóktól	Segítséget kér, ha például nem talál valamit, vagy nem tud választani.		
Felpróbálja a kiválasztott terméket	Amennyiben olyan jellegű a ruházati termék, meggyőződik róla, hogy megfelelő számára (pl. pulóver, kabát, cipő).		
Fizet	Készpénzzel vagy kártyával fizet.		
5. Használati tárgyakat vásárol	Saját részre használati tárgyat önállóan vásárol (pl. szabadidővel, hobbiival kapcsolatos tárgyak, háztartási gépek, elektronikai eszközök, kisebb bútorok).	<p>Nyújtunk segítséget annak felismerésében, hogy milyen tárgyakra van szüksége, illetve ha tárgy cserére szorul. Igyekezzünk érthetővé tenni, hogy egy- egy nem szükséges, de vágyott használati tárgy beszerzését anyagilag megengedheti-e magának. Támogassuk céljai elérésében (pl. takarékoskodás).</p>	<p>Akadálymentes üzletek felkutatása, környékbeli üzletek eladóinak érzékenyítése a lakókkal való kommunikációra alapvető, elsődleges feladat.</p> <p>A tájékozódást és a vásárlást is megkönnyíti az internet.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
6. Tudja, hogy mely terméket milyen típusú üzletben tud megvásárolni	Tudja, hogy az adott típusú árut, terméket milyen típusú üzletben lehet és érdemes megvásárolni (pl. drogéria, elektronikai áruház, márkabolt).	A személy számára biztosítsunk minél változatosabb személyes tapasztalatot különféle üzlettípusokban való vásárlásról, az ott végbemenő interakciókról, az ott található termékekről. Saját élmények, korábbi tapasztalatok felidézése is segíthet, pl. járt-e már piacon, szupermarketben. Érdemes ellátogatni a különböző helyszínekre és megfigyelni a különbségeket, összehasonlítani pl. a környezetet, a kínálatot, az árakat.	Akadálymentes üzletek felkutatása, környékbeli üzletek eladóinak érzékenyítése a lakókkal való kommunikációra alapvető, elsődleges feladat. A tájékozódást és a vásárlást is megkönnyíti az internet.
Ismeri az egyes termékcsoportokat	Ismeri a főbb termékcsoportokat, pl. élelmiszer, ruhanemű, háztartási cikk, higiéniai és kozmetikai termékek, elektronikai eszközök, bútorok stb. A legfontosabb termékeket a megfelelő kategóriába sorolja, illetve felismeri.	Érdemes ellátogatni a különböző helyszínekre és megfigyelni a különbségeket, összehasonlítani pl. a környezetet, a kínálatot, az árakat.	
Tudja, hogy az egyes termékcsoportok megvásárlására milyen típusú üzletek állnak rendelkezésre	Ismer különféle üzlettípusokat, pl. bolt, áruház, szupermarket, piac, szakbolt, webáruház stb.	A szükségletek, vágyak és lehetőségek összhangjának kialakítása folyamatos, összetett tevékenység, melynek során ügyeljünk, hogy a személy legyen igényes megjelenésével és környezetével kapcsolatban, de ez álljon összhangban anyagi lehetőségeivel.	
Tudja, hogy mi a különbség az egyes vásárlási lehetőségek között	Ismeri a különbséget az egyes üzlettípusok között, pl. a nagy üzletláncokban általában olcsóbbak a termékek, mint a kisebb, helyi üzletben; a márkaboltokban drágább a ruhanemű, mint a diszkontáruházakban; zöldséget/gyümölcsöt a piacon is vehet közvetlenül a termelőtől.		
7. Tisztában van a fogyasztói jogokkal	Tudja, hogy milyen fogyasztói jogai vannak, és azokat hogyan érvényesítheti.	A személy asszertív magatartási formáinak kialakítására az élet minden területén fordítsunk figyelmet, ennek részeként a fogyasztói jogokról és azok érvényesítésének módjáról is nyújtsunk ismereteket.	Könnyen érthető leírás a jogokról, írott, illetve képes formában segíthetik a megértést. Az internethasználat is növelheti az önállóságot ezen a területen.
Érti a fogyasztói jogok funkcióját	Tudja, hogy a vásárolt termékekkel kapcsolatosan bizonyos esetekben joga van reklamálni.	Adjunk módot a gyakorlásukban való részvételre, illetve azok megfigyelésére.	
Tudja, hogy jogairól hol, hogyan tájékozódhat	Tisztában van vele, hogy jogait törvények szabályozzák. Tudja, hogy kihez forduljon, ha kérdése van vagy önállóan képes tájékozódni pl. interneten.	Kezdetben adjunk lehetőséget arra, hogy megfigyeljen reklamációval kapcsolatos helyzeteket. Esetleg mesterséges	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy milyen esetekben van joga reklamálni	Tisztában van vele, hogy igazolnia kell a vásárlás tényét (pl. blokkal, számlával), illetve különböző határidőkön belül tehet panaszt. Tudja, hogy a nem rendeltetésszerűen használt termék vagy általa okozott kár miatt nem tehet panaszt.	környezetben, szituációs gyakorlatokon keresztül, csoportosan gyakoroljunk. A személy legyen tisztában azzal, hogy hol és milyen formában kell reklamálni. Hívjuk fel a figyelmet a számla, blokk, jótállási jegy megtartásának fontosságára. Teremtsünk lehetőséget azok tárolására (biztosítsunk pl. megfelelő mappát).	
Tudja, hogy mi a menete a reklamációnak	Tisztában van vele, hogy kihez és hogyan fordulhat reklamációval, illetve hogy erről jegyzőkönyvet készítenek.	Szükség esetén értelmezzük együtt a termék használati útmutatóját, a kezelésre vonatkozó utasításokat.	
Tudja, hogy mit jelent a hibás termék	Felismeri, ha a rendeltetésszerűen használt termék nem megfelelő (pl. nem működik, elszakadt).	Mindenképpen hívjuk fel a figyelmet a rendeltetésszerű használat fontosságára.	
Tudja, hogy milyen lehetőségek vannak a reklamáció rendezésére	Tisztában van vele, hogy a terméket javítják, cserélik, árleszállítást ajánlanak, vagy a vásárlástól elállhat (visszakapja a pénzét).	Mutassuk meg, hol találhatóak a szavatosságra, jótállásra, illetve az anyagra, használatra vonatkozó jelölések és kezdetben segítsünk értelmezésükben.	
Tisztában van a szavatosság, jótállás fogalmával	Tudja, hogy bizonyos időszakon belül, ha a termék gyártási eredetű hibával romlik el, a kereskedő köteles azt ingyenesen javítani, cserélni, vagy ha egyikre sincs lehetőség, árleszállítással élni, vagy a vételárat visszafizetni.		

A.3. EGÉSZSÉGÜGYI TEVÉKENYSÉGEK

Felmérő lap - Általános egészségügyi tevékenységek

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.3. Egészségügyi tevékenységek	A.3.1. Általános egészségügyi tevékenységek
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁰		
1.	Orvosi vizsgálatra megy	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Az orvosi vizsgálat szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2	Hagyja magát megvizsgálni	IGEN	NEM			
1.3	Orvosi vizsgálat során együttműködő	IGEN	NEM			
1.4	Tüneteit, problémát felsorolja	IGEN	NEM			
1.5	Számon tartja az orvosi időpontokat	IGEN	NEM			
1.6	Időben megjelenik az orvosnál	IGEN	NEM			
1.7	Időpontot kér az orvoshoz telefonon vagy személyesen	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Egészségügyi dokumentumait tárolja	IGEN	NEM	A	B	C

²⁰ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Tisztában van a főbb egészségkárosító szerek hatásaival	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Tudja, hogy a dohányzás káros az egészségre és ismeri a veszélyeit			IGEN	NEM	
3.2	Tudja, hogy az alkohol káros az egészségre és ismeri a veszélyeit			IGEN	NEM	
3.3	Tudja, hogy a kábítószer káros az egészségre és ismeri a veszélyeit			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Nem él legális egészségkárosító szerekkel	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Mértékletesen, alkalmasszerűen dohányzik			IGEN	NEM	
4.2	A rendelkezésére álló cigarettát beosztja			IGEN	NEM	
4.3	Tisztában van vele, hogy mennyi cigarettára van szüksége			IGEN	NEM	
4.4	Alkalmasszerűen fogyaszt alkoholt			IGEN	NEM	
4.5	Időnként nagyobb mennyiségű alkoholt fogyaszt			IGEN	NEM	
4.6	Rendszeresen kis mennyiségű alkoholt fogyaszt			IGEN	NEM	
4.7	Tisztában van a józanság fogalmával, szükségességével			IGEN	NEM	
4.8	Motivált az alkoholfogyasztás abbahagyására			IGEN	NEM	
4.9	Képes az alkoholfogyasztás abbahagyására			IGEN	NEM	
4.10	Ismeri a józanság megtartásához szükséges eszközöket			IGEN	NEM	
4.11	Képes a józanság megtartására			IGEN	NEM	
4.12	Csak a számára felírt mennyiségű és típusú gyógyszert szedi be			IGEN	NEM	
4.13	Ismeri az egészségre káros, szenvedélybetegségek kialakulásához vezető élvezeti szerek használatának kockázatait			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Nem él illegális szerekkel, kábítószerekkel	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Tisztában van a teljes absztinencia fogalmával, szükségességével	IGEN	NEM			
5.2	Ismeri a szervátás kockázatait, keresztfüggőségek	IGEN	NEM			
5.3	Problémabelátással rendelkezik a keresztfüggőségek vonatkozásában	IGEN	NEM			
5.4	Motivált szermentessé válni	IGEN	NEM			
5.5	Képes szermentessé válni	IGEN	NEM			
5.6	Ismeri a szermentesség megtartásához szükséges eszközöket	IGEN	NEM			
5.7	Képes a szermentesség megtartására	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Teste felépítését és működését ismeri	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Ismeri a főbb testrészeket és érti funkciójukat	IGEN	NEM			
6.2	Ismeri a főbb belső szerveket és érti funkciójukat	IGEN	NEM			
6.3	Ismeri a külső és belső nemi szerveket és érti funkciójukat	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Felismeri, ha megsérült és a megfelelő intézkedéseket teszi	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Felismeri és jelzi, ha megsérült	IGEN	NEM			
7.2	Tudja, hogy mi a teendő kisebb vágás esetén	IGEN	NEM			
7.3	Tudja, hogy mi a teendő kisebb égés esetén	IGEN	NEM			
7.4	Tudja, hogy mi a teendő láz esetén	IGEN	NEM			
7.5	Tudja, hogy mi a teendő üvegszilánk/szálka esetén	IGEN	NEM			
7.6	Ragtapaszt használ	IGEN	NEM			
7.7	Használja az elsősegély dobozban található eszközöket	IGEN	NEM			
7.8	Segítséget kér	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Betegség esetén gondoskodik magáról	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Ismeri a gyakori megbetegedések tüneteit	IGEN	NEM			
8.2	Felismeri és jelzi, ha beteg	IGEN	NEM			
8.3	Tüneteit felsorolja	IGEN	NEM			
8.4	Ismeri a legáltalánosabb, recept nélkül kapható gyógyszereket	IGEN	NEM			
8.5	Ismeri a nátha enyhítésének eszközeit	IGEN	NEM			
8.6	Ismeri a hasmenés, gyomorrontás enyhítésének eszközeit	IGEN	NEM			
8.7	Megméri a lázát	IGEN	NEM			
8.8	Megméri a vérnyomását	IGEN	NEM			
8.9	Tudja, hogy a háztartásban célszerű egy alap gyógyszerkészletet tartani a legáltalánosabb gyógyszerekből	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Krónikus betegségét megfelelően kezeli	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Tudja, mit jelent a betegsége	IGEN	NEM			
9.2	Tudja, hogy milyen egészségügyi tevékenységekre van szüksége a krónikus betegség miatt	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Allergiáját megfelelően kezeli	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	Tudja, hogy mire allergiás	IGEN	NEM			
10.2	Tudja, hogyan kerülje el a kiváltó okokat	IGEN	NEM			
10.3	Tudja, hogy milyen egészségügyi tevékenységekre van szüksége allergiája miatt	IGEN	NEM			
10.4	Tudja, mi a teendője allergiás reakció esetén	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Egészségügyi vészhelyzetet kezel	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Tudja, hogy mikor szükséges orvosi ügyeletet, mentőt hívni	IGEN	NEM			
11.2	Felhívja a mentőt/ügyeletet	IGEN	NEM			
11.3	Beszámol az egészségügyi vészhelyzetről	IGEN	NEM			
11.4	Alapvető elsősegély nyújtási ismeretekkel rendelkezik	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
12.	Tudatos a saját szexualitásával kapcsolatban	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
12.1	Tisztában van a szexualitás fogalmával	IGEN	NEM			
12.2	Saját szexualitását megéli	IGEN	NEM			
12.3	Ismeri a védekezés nélküli szexuális együttlét következményeit	IGEN	NEM			
12.4	Ismer fogamzásgátló módszereket	IGEN	NEM			
12.5	Fogamzásgátló módszert alkalmaz	IGEN	NEM			
12.6	Ismeri a szexuális úton terjedő betegségek kockázatait	IGEN	NEM			
12.7	Tudja, hogyan kell megelőzni a szexuális úton terjedő betegségeket	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
13.	Egészségmegőrzésben tudatos	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
13.1	Ismeri az egészséges étkezés alapjait és az egészségtelen étkezés kockázatait	IGEN	NEM			
13.2	Ismeri a diéta alapjait	IGEN	NEM			
13.3	Tisztában van a rendszeres testmozgás élettani jelentőségével és elmaradásának kockázataival	IGEN	NEM			
13.4	Sportol	IGEN	NEM			
13.5	Tudja, hogy mennyi alvásra van szüksége a szervezet egyensúlyának fenntartása érdekében	IGEN	NEM			
13.6	Könnyen elalszik	IGEN	NEM			
13.7	Átálvási nehézségektől mentes	IGEN	NEM			
13.8	Könnyen ébred	IGEN	NEM			
13.9	Alvás és ébrenlét szakaszai elkülöníthetők egymástól	IGEN	NEM			
13.10	Alvásszakaszai igazodnak a napi ritmushoz	IGEN	NEM			
13.11	Ismeri a mentális állapotváltozás jeleit	IGEN	NEM			
13.12	Felismeri és jelzi az állapotváltozás jeleit	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Általános egészségügyi tevékenységek

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.3. Egészségügyi tevékenységek	A.3.1. Általános egészségügyi tevékenységek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Orvosi vizsgálatra megy	(Szak)orvosi vizsgálatra időpontot kér, ott megjelenik, a vizsgálat során együttműködik.	Eleinte kíséréssel, aktív jelenléttel, majd később ennek fokozatos elhagyásával növelhetjük a személy önállóságát, kompetenciáját.	Segíthetik a lakót vizuális emlékeztetők készítése arról, hogy miért fontos orvoshoz menni, mi történik a vizsgálaton.
Az orvosi vizsgálat szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges rendszeresen orvosi vizsgálatra menni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Hívjuk fel a figyelmet, hogy milyen típusú szűrővizsgálatra milyen gyakran van szükség (pl. fogorvos, nőgyógyász). Ismertessük a személlyel, hogy krónikus betegsége esetén miért és milyen kezelésre kell járnia, meddig, illetve milyen gyakorisággal indokolt a kontroll.	Naptár használata növelheti az önállóságot. Hasznos lehet jegyzetfüzet vagy napló, amelyben a lakó rögzítheti az állapotát, tüneteit.
Hagyja magát megvizsgálni	Nem tiltakozik a folyamat ellen.	Ismerjük fel a figyelmet a vizsgálat elmulasztásának következményeire.	Készíthetünk folyamatleírást az időpontkérés mentéről. Hasznos lehet egy telefonkönyv összeállítása a fontosabb telefonszámokkal, szakrendelésekkel, kezelőorvosok nevével, rendelési időikkel.
Orvosi vizsgálat során együttműködő	A vizsgálat során aktívan együttműködik, pl. száját nyitja, fejét fordítja, kezét-lábát felemeli, fordul, mozdul. Ehhez nem igényel segítséget (pl. segítői részvétel vagy a szokásosnál több egészségügyi dolgozó jelenléte).	Szükség lehet a rendszeres orvosi vizsgálatokról listát készíteni.	Időjelző eszközök, telefonos emlékeztetők beállítása, használata szintén növelheti az önállóságot.
Tüneteit, problémát felsorolja	Verbálisan, az orvos számára érthetően felsorolja, hogy mik az aktuális panaszai, tünetei.	Az időpontkérést és a vizsgálatot szituációs gyakorlatokon keresztül gyakorolhatjuk.	Fontos lehet az egészségügyi személyzet érzékenyítése, az orvosokkal való együttműködés, hogy ők is segítség a személyt a vizsgálatokon és a rendszerességben.
Számon tartja az orvosi időpontokat	Számon tartja, megjegyzi, feljegyzi a pontos időpontot, vagy ha félévente, évente orvoshoz kell mennie (pl. fogorvos).	Az időtartást természetes helyzetben gyakorolhatjuk azzal, hogy egy előre megbeszélte időpontban jelentkezzen a segítőnél valamilyen tevékenység érdekében.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Időben megjelenik az orvosnál	Előre egyeztetett időpontban az orvosi vizsgálaton megjelenik. Ehhez nincs szüksége emlékeztetésre, egyéb támogatásra.	Tanítsuk meg a lakónak az önmegfigyelés és önreflexió szempontjait, hogy folyamatosan, kövesse, szükség esetén naplózza az állapotát és a változásokat.	
Időpontot kér az orvoshoz telefonon vagy személyesen	Telefonon vagy személyesen felkeresi a (szak)rendelőt és segítség nélkül időpontot egyeztet, amelyet megjegyez vagy feljegyez.	Szükséges lehet a kommunikációs és szociális készségek általános fejlesztése is (pl. udvariassági formulák tanítása, gyakorlása, telefon használata).	
2. Egészségügyi dokumentumait tárolja	Leleteit, diagnózisait, kezelési lapját stb. rendszerezetten tárolja, sérüléstől óvja.	Ismertessük a személlyel, hogy miért fontos ezeket a dokumentumokat megőrizni, segítsük a leletek, diagnózis értelmezését. Támogassuk a személyt a tárolási mód és rendszer kitalálásában, pl. mappák, irattartók közös felcímkézésével vagy a személy számára érthető jelölések alkalmazásával.	Mappák és irattartók biztosítása segíti a rendszerezést.
3. Tisztában van a főbb egészségkárosító szerek hatásaival	A dohányzás, alkoholfogyasztás, kábítószer káros hatásait ismeri, akkor is, ha nem él ezekkel. Tisztában van a függőség működésének sajátosságaival, a szerhasználat folytatásának kockázatával, a leszokás előnyeivel, módszereivel.	Az egészségkárosító szerekkel, szenvedélybetegségekkel kapcsolatos ismeretek elengedhetetlenül fontosak a megelőzésben. A közösségi életvitel során bővülnek a személy kapcsolatai, valamint a szabadidős lehetőségek. Megnö a kockázata annak, hogy negatív hatású kapcsolatokra tesz szert, könnyebben és gyakrabban találkozhat olyan szerekkel, amelyek függőséget okozhatnak.	Tájékoztató füzetek, broszúrák, kiadványok segíthetik a megértést és a tájékozódást. A függőség következményeit vizuális támogatással érdemes bemutatni (pl. képek, filmek). Tanfolyamok, képzések, tréningek kiscsoportos formában is jól alkalmazhatók.
Tudja, hogy a dohányzás káros az egészségre és ismeri a veszélyeit	Tisztában van a lehetséges kockázatokkal, közép- és hosszú távú következményekkel.	Ezért fontos, hogy megfelelően tájékozódjunk ismereteiről, tudásáról,	
Tudja, hogy az alkohol káros az egészségre és ismeri a veszélyeit	Tisztában van a lehetséges kockázatokkal, közép és hosszú távú következményekkel.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy a kábítószer káros az egészségre és ismeri a veszélyeit	Tisztában van a lehetséges kockázatokkal, közép- és hosszú távú következményekkel.	tapasztalatairól ezen a területen; szükség esetén bővítsük ismereteit. Tapasztalati szakértők bevonásával hatékonyan lehet a függőség veszélyeit és következményeit ismertetni, ezzel saját élményű tapasztalatokat és információkat biztosíthatunk.	
4. Nem él legális egészségkárosító szerekkel	Nem dohányzik, nem iszik alkoholt. Csak szükség esetén szed gyógyszert. Tudja, hogy a túlzott kávé, energia-, üdítőital, édesség stb. fogyasztása káros következményekkel járhat. Droghasználat külön szempont!	Az egészségkárosító szerekkel, szenvedélybetegségekkel kapcsolatos ismeretek, illetve a kockázatok megértése alapvetően fontos az egészségkárosító szerek elkerülése érdekében.	A veszélyek és kockázatok megismerésében segíthetnek különböző tájékoztató anyagok, brosúrák, kiadványok. A vizuális szemléltetés is elősegítheti a kockázatok, következmények megértését (pl. képek, filmek).
Mértékletesen, alkalmasszerűen dohányzik	Csak alkalmasszerűen dohányzik, képes napokig-hetekig dohánymentes időszakokat tartani.	Szükséges lehet az alkohol, a dohányzás, a túlzott kávé fogyasztás, gyógyszereszedés, valamint az energiatalok, üdítőitalok mértéktelen használata következtében kialakuló veszélyek tudatosítása, lehetséges következmények ismertetése.	A szenvedélybetegségek megelőzéséhez, tünetek felismeréséhez, segítségnyújtás formáinak megismeréséhez szükséges lehet a munkatársak célzott felkészítése, képzése.
A rendelkezésére álló cigarettát beosztja	Nem szívja el kontroll nélkül az összes rendelkezésre álló cigarettát, nem kell számára beosztani.	Elősegíti a kockázatok megértését saját egészségi állapotának figyelése, nyomon követése és ennek összekapcsolása az egészségkárosító szerrel (pl. tüdő kapacitás, köhögés – dohányzás, fokozott szívverés, hasmenést, hányinger – energiatalok, kézremegés, hányinger, hányás hasmenés – alkohol).	Nyújtunk segítséget a személy számára leszoktató programokhoz való hozzáférésben (pl. leszokási tippek, internetes források, könyvek, leszokást segítő mobil applikációk, közösségek, szükség esetén szakemberek, intézmények megtalálása).
Tisztában van vele, hogy mennyi cigarettára van szüksége	Tudja, hogy egy napra/egy hétre mennyi cigarettával van szüksége, képes előre tervezni és beosztani a mennyiséget.	A várt hatások, eredmények rögzítése elősegítheti a leszokást (pl. szociális, egészségügyi helyzet lehetséges	Cigaretta-tartó, illetve gyógyszeradagoló használata segíthet az adagolásban. Cigaretta-napló, alkoholfogyasztási napló, gyógyszer napló vezetése szintén hasznos lehet a csökkentés, illetve a
Alkalmasszerűen fogyaszt alkoholt	Alkalmasszerűen, mértékletesen fogyaszt alkoholt.		
Időnként nagyobb mennyiségű alkoholt fogyaszt	Ún. kontrollvesztő alkoholfogyasztó. Hosszabb józan időszak után nagyobb mennyiséget fogyaszt.		
Rendszeresen kis mennyiségű alkoholt fogyaszt	Ún. szinten tartó alkoholfogyasztó.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tisztában van a józanság fogalmával, szükségességével	Függő személyek esetében neurobiológiailag és pszichológiailag is indokolt a teljes absztinencia megtartása, ez lehetőség szerint minden tudatmódosító, pszichoaktív szertől való tartózkodást jelent.	javulása, kapcsolati viszonyok alakulása). A dohányzás mérséklése érdekében hasznos lehet közös szabályok megalkotása, rögzítése a napi/heti szinten elszívható cigaretta mennyiségére vonatkozóan. Segítséget nyújthatunk a cigaretta beosztásában és az adott időszakra szükséges mennyiség meghatározásában.	túlzott fogyasztás elkerülése érdekében. Minden megállapodást rögzítsünk írásban. Ez legyen elérhető és hozzáférhető a személy számára. Alkohol szonda használata, gyógyszerek, leszokást segítő szerek (pl. nikotintapasz) is szükséges lehet.
Motivált az alkoholfogyasztás abbahagyására	Motivált az absztinenciára, motivációja fenntartható a változás elkezdése és fenntartás érdekében.	Szabályok és azok betartásának segítése, számonkérése segíthet más egészségkárosító szerek fogyasztásának mérséklésében, elkerülésében. A támogatott lakhatásban a lakóközösségnek közösen kell szabályokat hoznia.	Segítheti a leszokást az egyéni munka, csoportfoglalkozások, önszolgáltató csoportokon való részvétel, pszichoterápia. Fontos az alkoholbetegek utókövetése.
Képes az alkoholfogyasztás abbahagyására	Feltételezhető, hogy képes hosszabb távon teljesen lemondani az alkoholfogyasztásról pl. motivációs szintje alapján vagy voltak már tiszta időszakai, stb.	Fontos az egészséges, a személynek és környezetének elfogadható még elfogadható alkoholmennyiség és az alkoholfüggőség kialakulásához vezető rendszeres ivás közötti különbség megértése, felmérése.	
Képes a józanság megtartására	Képes és hajlandó a változtatás érdekében lépéseket tenni – pl. egyéni munka, csoportfoglalkozások, önszolgáltató közösséghez való csatlakozás.	Tapasztalati szakértőt is bevonhatunk, például egy olyan szenvedélybeteg személyt, aki hitelesen be tud számolni az alkoholbetegségről.	
Ismeri a józanság megtartásához szükséges eszközöket	Tudja, hogy mit jelent a visszaesés. Ismeri a visszaesés kockázatait és elkerülésének módjait. Van stratégiája a visszaesés elkerülésére. Felismeri a visszaesés jeleit.	Az alkoholfogyasztás csökkentése érdekében szükséges terv készítése, absztinens időszak célként való kitűzése. A tervben a motivációkat, ösztönzőket is	
Csak a számára szükséges típusú és mennyiségű gyógyszert szedi be	Csak szükség (panaszok, betegség) esetén szed gyógyszert. Csak a számára felírt mennyiségű és típusú gyógyszert szedi be. Nem fogyaszt más jellegű, vagy nagyobb mennyiségű gyógyszert (abúzus).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri az egészségre káros, szenvedélybetegségek kialakulásához vezető élvezeti szerek használatának kockázatait	Tudja, hogy az alkohol, dohányzás mellett a túlzott kávé, energia-, üdítőital, édesség stb. fogyasztása káros következményekkel járhat.	rögzítsük. Az elvonáshoz mindenképpen orvosi segítségre van szükség. Az absztinenciával kapcsolatos ismeretek feltérképezése, teljes absztinencia fogalmának ismertetése elengedhetetlen. Az absztinencia elérését követően szükséges lépéseket tenni a rögzült gondolkodás- és viselkedésminták megváltoztatására, ami a visszaesés-megelőzés fontos része. Nyújtunk segítséget a szükséges ismeretek, eszközök számbavételében, a készségfejlesztésben. Fontos a személy által használt gyógyszerek funkciójának és szükséges mennyiségének tudatosítása. Szükséges lehet több/más gyógyszerek beszedésének következményeit is ismertetni.	
5. Nem él illegális szerekkel, kábítószerrel	Nem drogozik.	A szenvedélybetegség megelőzése elsődleges feladat. Ennek eszközei többek között az információátadás, pszichoszociális készségek fejlesztése (pl. stresszkezelés, problémamegoldás), egészséges életmód kialakítása, egészségfejlesztés és életminőség javítása, valamint a droghasználat alternatíváinak megtalálása (pl.	A veszélyek és kockázatok megismerésében segíthetnek különböző tájékoztató anyagok, brosrák, kiadványok. A vizuális szemléltetés is elősegítheti a kockázatok, következmények megértését (pl. képek, filmek). A szenvedélybetegségek megelőzéséhez, tünetek felismeréséhez,
Tisztában van a teljes absztinencia fogalmával, szükségességével	Függő személyek esetében neurobiológiailag és pszichológiailag indokolt a teljes absztinencia megtartása, ez az elsődlegesen választott szerétől, illetve lehetőség szerint minden tudatmódosító, pszichoaktív szertől való tartózkodást jelent.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri a szerváltás kockázatait, keresztfüggőségek	Függő személyek esetében neurobiológiai, illetve pszichológiai indoklottsága van az elsődlegesen használt szer követően más pszichoaktív szer használatától való tartózkodásnak, a rögzült viselkedés-, cselekvésminták megváltoztatásának, a szerváltás, vagy keresztfüggőségek aktivizálódásának elkerülése érdekében.	élményszerzés, hasznos szabadidő eltöltés). Szenvedélybeteg személy esetében nagyon fontos, hogy tisztában legyen a függőség működésének sajátosságaival, a szerhasználat folytatásának kockázataival (pl. egészségügyi, szociális, jogi következmények), a leszokás előnyeivel, módszereivel.	segítségnyújtás formáinak megismeréséhez szükséges lehet a munkatársak célzott felkészítése, képzése. Nyújtunk segítséget a személy számára alacsonyküszöbű szolgáltatásokhoz, ártalomcsökkentő és leszoktató programokhoz való hozzáférésben (pl. internetes oldalak, közösségek, szükség esetén szakemberek, intézmények megtalálása).
Problémabelátással rendelkezik a keresztfüggőségek vonatkozásában	Tisztában van vele, hogy az elsődleges szer abbahagyása, hosszabb idejű absztinencia sem biztos, hogy megoldás, különösen, ha a függőség más formában (más szer, viselkedési addikció) aktívan működik.	Célszerű lehet egy komplex információs csomag (pszichoedukáció) átadása a függőségek sajátosságaival, működésével, a lehetséges megoldásokkal együtt. Az absztinenciával kapcsolatos ismeretek feltérképezése, teljes absztinencia fogalmának ismertetése elengedhetetlen.	A kábítószerfüggőség kezelésében szükség lehet gyógyszeres kezelésre és pszichoterápiás eszközökre. Segítheti a leszokást az egyéni munka, csoportfoglalkozások, önszolgáltató csoportokon való részvétel.
Motivált szermentessé válni	Motivált az absztinenciára (teljes szermentességre), motivációja fenntartható a változás elkezdése és fenntartás érdekében.	Fontos a szerhasználat kockázati tényezőinek feltérképezése, az elkerülés stratégiáinak kialakítása.	Fontos a kábítószerfüggők utókövetése.
Képes szermentessé válni	Feltételezhető, hogy képes hosszabb távon vagy teljesen lemondani a szerhasználatról, pl. motivációs szintje alapján vagy voltak már tiszta időszakai.	Hasznos és szükséges lehet a személy függőségeinek, a lehetséges keresztfüggőségek számbavétele, ezzel kapcsolatos információátadás.	
Képes a szermentesség megtartására	Képes és hajlandó a változtatás érdekében lépéseket tenni – pl. egyéni munka, csoportfoglalkozások, önszolgáltató közösséghez való csatlakozás.	Fontos a személy motivációinak számbavétele: a Prochaska-DiClemente-féle modell szerinti állapotfelmérés, motivációs interjú készítése.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri a szermentesség megtartásához szükséges eszközöket	Tudja, hogy mit jelent a visszaesés. Ismeri a visszaesés kockázatait és elkerülésének módjait. Van stratégiája a visszaesés elkerülésére. Felismeri a visszaesés jeleit.	Szükséges a további attitűdök, képességek, készségek felmérése és fejlesztése, pl. kitartás, elköteleződés, együttműködés stb. Az absztinencia elérését követően szükséges lépéseket tenni a rögzült gondolkodás- és viselkedésminták megváltoztatására, ami a visszaesés-megelőzés fontos része. Szükséges lehet a szociális háttér rendezése. Tapasztalati szakértőt is bevonhatunk, például egy olyan szenvedélybeteg személyt, aki hitelesen be tud számolni a felépüléséről.	
6. Teste felépítését és működését ismeri	Ismeri a főbb testrészeket, belső szerveket és azok funkcióját, működését, illetve a diszfunkcionális működés jeleit.	Egyéni és kiscsoportos formában is tanulható a humánbiológia a személy megértésének, kognitív képességeinek megfelelően. Fontos a testrészek és funkciójuk megismerése, valamint a nemi szervek főbb részeinek és funkcióinak magyarázata. Ez összekapcsolható a szexedukációval. Fontos, hogy a személy tudja, hogyan bánjon saját testével és milyen formában engedje, hogy mások kapcsolatba lépjenek vele az abúzus elkerülése érdekében. Szükség esetén tanítsuk a betegségek tüneteit. Ebben segíthet, ha saját élményhez kapcsoljuk a tüneteket: korábbi betegség felelevenítése, tünetek felsorolása hasznos lehet.	Az ismeretbővítéshez számos szemléltető és ismeretterjesztő anyag található kép, film, könyv stb. formájában. Ezeket alkalmazzuk a személy kognitív képességeinek megfelelő szinten (pl. sematikus, rajzos szemléltetés vagy valós működés bemutatása, mese, rajzfilm, dokumentumfilm).
Ismeri a főbb testrészeket és érti funkciójukat	Testrészeket, testtájakat megnevez, felsorol. Ismeri a testrészek funkcióját, működését, illetve a diszfunkcionális működés jeleit.		
Ismeri a főbb belső szerveket és érti funkciójukat	Belső szerveket megnevez, felsorol. Ismeri a szervek funkcióját, működését, illetve a diszfunkcionális működés jeleit.		
Ismeri a külső és belső nemi szerveket és érti funkciójukat	Nemi szervek főbb részeit felsorolja. tudja sorolni. Ismeri a nemi szervek funkcióját, működését, illetve a diszfunkcionális működés jeleit.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
7. Felismeri, ha megsérült és a megfelelő intézkedéseket teszi	Felismeri, ha testét sérülés érte, megbetegedett. Fájdalmat, fizikai diszkomfortot jelez. A megfelelő alapvető egészségügyi intézkedéseket megteszi, ügyelve a higiénára, fertőtlenítésre.	Ismertessük a személlyel, hogy milyen balesetek adódhatnak bizonyos élethelyzetekben (pl. otthon, közlekedés során, munkában), ezeket miért fontos jelezni.	A szemléltetés (képek, könyvek, filmek) segítheti a tünetek felismerését, a kezelés menetének megismerését. Folyamatábra, vizuális emlékeztető elősegítheti az önállóságot.
Felismeri és jelzi, ha megsérült	Felismeri, észreveszi, ha megsérült. Fájdalmat, diszkomfortot jelez.	Segítheti az önállóság fejlesztését a saját élményekhez kapcsolás: amennyiben volt már ilyen állapotban a személy, annak felelevenítése, felidézése, legutóbbi sérülés vagy baleset elemzése.	Fontos a lakásban a segélyhívó telefonszámok, segítők elérhetőségének kihelyezése jól látható helyre.
Tudja, hogy mi a teendő kisebb vágás esetén	Kiseb vágás esetén (hámsérülés) ismeri a sebtisztítás és sebkötözés menetét.	Fontos, hogy a személy tisztában legyen vele, hogy milyen helyzetekben kítől kérhet segítséget, mi lehet ennek a módja.	Nem beszélő, alig beszélő személyek számára kommunikációs kulcskártyákat készíthetünk, pl. „fáj, megsérültem, segítségre van szükségem”.
Tudja, hogy mi a teendő kisebb égés esetén	Tudja, hogy kisebb égés esetén (hámsérülés) hideg víz alá tartani, amíg a fájdalom csökken.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	
Tudja, hogy mi a teendő láz esetén	Lázmérés és lázcsillapítás folyamatát, eszközeit, lépéseit ismeri.	Ismertessük meg a személyt az elsősegélynyújtó dobozban található eszközökkel.	
Tudja, hogy mi a teendő üvegszilánk/szilánka esetén	Apróbb szálka vagy szilánk bőr alá kerülése esetén ismeri az eltávolítás technikáit.	Szituációs gyakorlatokkal fejleszthető mind a segítségkérés, mind a szükséges teendők begyakorlása, pl. csipesz használata, fertőtlenítés és kötözés gyakorlása, ragtapasz kipróbálása.	
Ragtapaszt használ	Előre csomagolt, megfelelő méretű ragtapaszt kibontja, és megfelelően a sérülés helyére ragasztja.	A vészhelyzetek kezelése, a kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.	
Használja az elsősegély dobozban található eszközöket	Az elsősegély dobozban található eszközöket felismeri, és megfelelően használja azokat kisebb sérülések ellátására.		
Segítséget kér	Amennyiben sérülését nem tudja ellátni, személyesen vagy telefonon segítséget kér, értesít valakit.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
8. Betegség esetén gondoskodik magáról	Gyakori, egyszerűbb, komoly orvosi beavatkozást nem igénylő állapot esetén gondoskodik magáról. Pl. nátha, hasmenés, gyomorrontás esetén ellátja magát, recept nélküli gyógyszereket alkalmaz.	Fontos a gyakori betegségek tüneteinek felismerése és a kezelés megismertetése. A betegségeket és tüneteket, valamint a lehetséges gyógymódokat listázzuk a személlyel közösen.	A szemléltetés (képek, könyvek, filmek) segítheti a tünetek felismerését, a kezelés menetének megismerését. Könnyen használható, digitális eszközök segíthetik az önállóságot (lázmérő, vérnyomásmérő), melyek azt is jelzik, hogy normális-e az adott érték, segíthetik az önállóságot. Folyamatábra, leírás, vizuális emlékeztető segíti az eszközök önálló használatát. Amennyiben szükséges, a lakó vezessen naplót pl. a vérnyomásmérés eredményeiről vagy a beszedett gyógyszerekről. Listák, emlékeztetők hasznosak lehetnek (pl. betegségek és tünetek felsorolása, gyógymódokról emlékeztető). Segítsük a lakókat alap gyógyszerkészlet összeállításában. A gyógyszerek felcímkézése vagy tapintható jelölése, az adagolást és hatást megjelenítve szintén hasznos lehet.
Ismeri a gyakori megbetegedések tüneteit	Ismeri a nátha, megfázás, hasmenés, gyomorrontás és egyéb gyakori megbetegedések tüneteit.	Elősegíti az önállóságot, ha saját élményekhez kapcsoljuk a betegségeket: ha volt már beteg a személy, milyen tünetei voltak, azt hogyan kezelték.	
Felismeri és jelzi, ha beteg	Felismeri, észreveszi, ha beteg. Fájdalmat, diszkomfortot egyértelműen jelez.	Fontos, hogy a személy tisztában legyen vele, hogy milyen helyzetekben kitől kérhet segítséget, mi lehet ennek a módja.	
Tüneteit felsorolja	Gyakori, egyszerűbb, komoly orvosi beavatkozást nem igénylő állapotokat felismer saját magán. Tüneteit felsorolja.	A lakó jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk.	
Ismeri a legáltalánosabb, recept nélkül kapható gyógyszereket	Ismer recept nélkül kapható gyógyszereket (pl. fájdalom-, és lázcsillapító, hashajtó, hasfogó stb.). Tudja, hogy melyik gyógyszer mire való és hogyan kell alkalmazni. Rendszeresen szedett, receptköteles gyógyszerek szedése külön terület!	Tanítsuk és gyakoroljuk a lázmérő és vérnyomásmérő használatát (pl. az eszköz használata, mérés, eredmény értelmezése, több eredmény összehasonlítása). Készítsünk listát az alapvető gyógyszerekről, ismertetjük azok alkalmazásának szabályait, hatásait.	
Ismeri a nátha enyhítésének eszközeit	Tudja, hogy megfázás esetén enyhíti a tüneteket az ágynyugalom, a megfelelő folyadékbevitel és recept nélkül kapható készítmények (pl. fájdalom-, és lázcsillapító, orrcsepp).	Szituációs gyakorlatok elősegíthetik az új ismeretek begyakorlását. Betegség esetén mérjük fel, hogy a lakóközösség tagjai miben számíthatnak egymásra.	
Ismeri a hasmenés, gyomorrontás enyhítésének eszközeit	Tudja, hogy hasmenés, gyomorrontás esetén enyhíti a tüneteket az ágynyugalom, a megfelelő folyadékbevitel, a diéta és recept nélkül kapható készítmények (pl. görcsoldó, hasfogó).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Megméri a lázát	Lázmérőt használ.		
Megméri a vérnyomását	Vérnyomásmérő eszközt használ.		
Tudja, hogy a háztartásban célszerű egy alap gyógyszerkészletet tartani a legáltalánosabb gyógyszerekből	Alapvető gyógyszerek és készítmények: fájdalom- és lázcsillapító, hashajtó, hasfogó, görcsoldó, C-vitamin, orrcsepp stb. Ismeri ezeket és tudja, hogy milyen panaszra alkalmazhatóak.		
9. Krónikus betegségét megfelelően kezeli	Tudja, hogy betegsége milyen tünetekkel jár, a betegséggel összefüggésben vagy tünetei esetén mit kell tennie, gyógyszereit hogyan kell alkalmaznia. Krónikus betegség pl. diabétesz, szív- és érrendszeri betegségek. A pszichiátriai betegségek is ide sorolandók, kivéve a szenvedélybetegség, melyre több fenti szempont vonatkozik.	Fontos a krónikus betegséggel kapcsolatos megelőző tevékenységek, a tünetek, kockázati tényezők, lehetséges kimenetek megismerése, összegyűjtése. Elősegíti az önállóságot, ha saját élményekhez kapcsoljuk a betegséget: milyen tünetei voltak korábban, azt hogyan kezelték. Ismertessük a személlyel, hogy miért és milyen kezelésre kell járnia, meddig, illetve milyen gyakorisággal indokolt a kontroll.	Brosúrák, ismeretterjesztő anyagok, szemléltetés (képek, könyvek, filmek) segíthetik a tünetek felismerését, a kezelés menetének megismerését, az állapotromlás megelőzését. Biztosítsuk a lakó számára a hozzáférést információs csatornákhöz, közösségekhez (pl. internetes csoportok). Biztosítsuk a krónikus betegség kezeléséhez szükséges gyógyszereket, eszközöket (pl. vércukormérő).
Tudja, mit jelent a betegsége	Tisztában van a krónikus betegsége tüneteivel és következményeivel.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy milyen egészségügyi tevékenységekre van szüksége a krónikus betegség miatt	Tisztában van azzal, hogy milyen fontos teendők vannak betegségével kapcsolatban (pl. gyógyszerezés, egyéb beavatkozások és kezelések, rendszeres kontroll, életmód). Pszichiátriai betegség esetén van stratégiája az állapotrosszabbodás elkerülésére. Tudja, hogy mit kell tennie állapotromlás esetén.	Hívjuk fel a figyelmet a vizsgálatok, illetve a kezelés elmulasztásának következményeire. Szükség lehet a rendszeres orvosi vizsgálatokról listát készíteni. Tanítsuk meg a lakónak az önmegfigyelés és önreflexió szempontjait, hogy folyamatosan, kövesse, szükség esetén naplózza az állapotát és a változásokat. Az állapotromlás elkerüléséhez, kezeléséhez szükséges stratégiákat közösen dolgozzuk ki, tanítsuk és gyakoroljuk. A szükséges segédeszközök alkalmazását is fontos tanítani, gyakorolni (pl. inzulinpumpa). Hasznosak lehetnek a sorstárs csoportok, beszélgetések, foglalkozások. A vészhelyzetek kezelése, a kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.	
10. Allergiáját megfelelően kezeli	Amennyiben van allergiája, tudja, hogy mire allergiás. Tudja, hogy az allergia milyen tünetekkel jár, tünetei esetén mit kell tennie, gyógyszereit hogyan kell alkalmaznia. Az allergéneket tudatosan elkerüli, allergiás reakció esetén tudja, hogy mi a teendő.	Fontos feladat az allergiás reakció elkerülésének, a kockázati tényezőknek, illetve a tüneteknek és a kezelésnek a megismerése, gyakorlása. Segíthet a saját élmény felhasználása, korábbi allergiás reakció elemzése (pl. mikor, milyen helyzetben, milyen anyag váltotta ki az allergiát). Szükséges az allergének ismerete, az elkerülés módjainak megismerése, illetve	Brosúrák, ismeretterjesztő anyagok, szemléltetés (képek, könyvek, filmek) segíthetik a tünetek felismerését, a kezelés menetének megismerését, az allergének elkerülését. Listák, emlékeztetők, vizuális segítség hasznos lehet, pl. allergiát kiváltó növények ábrája, pollennaptár, alapanyagok és ételek listája, képe. Biztosítsuk az azonnali segítséget nyújtó
Tudja, hogy mire allergiás	Tisztában van vele, hogy milyen anyagokra allergiás.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogyan kerülje el a kiváltó okokat	Tisztában van vele, hogy milyen helyzetekben találkozhat az allergénnel. Tudja, hogy milyen óvintézkedéseket kell tennie, hogy elkerülje ezeket.	az allergiás időszakok beazonosítása. A vészhelyzetek kezelése, a kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.	segédeszközöket pl. gyógyszerek, segélyhívó számok kihelyezése. Elősegíti az önállóságot az allergiás reakció esetén szükséges teendők leírása, emlékeztetője, folyamatábrája. Nem beszélő, alig beszélő személyek számára kommunikációs kulcskártyákat készíthetünk az allergiával kapcsolatban.
Tudja, hogy milyen egészségügyi tevékenységekre van szüksége allergiája miatt	Tisztában van azzal, hogy milyen fontos teendők vannak allergiájával kapcsolatban (pl. gyógyszerelés, egyéb beavatkozások és kezelések, rendszeres kontroll, életmód).		
Tudja, hogy mi a teendője allergiás reakció esetén	Tisztában van vele, hogy mi a teendő, ha allergiás reakciót észlel magán.		
11. Egészségügyi vészhelyzetet kezel	Baleset, egészségügyi vészhelyzet esetén a szükséges intézkedéseket megteszi.	Ismertessük meg, gyűjtsük össze közösen azokat a helyzeteket, amikor orvost, mentőt kell hívni.	Elsősegély tanfolyam segítheti a dolgozókat és lakókat a teendők elsajátításában.
Tudja, hogy mikor szükséges orvosi ügyeletet, mentőt hívni	Felismeri a vészhelyzetet, amelyben ügyeletet, mentőt kell hívni.	Tanítsuk és gyakoroljuk, hogy mi a teendő (pl. kinek kell szólni, hogyan kell telefonálni, mit kell mondani).	Segélyhívó telefonszámok kihelyezése fontos a lakásban.
Felhívja a mentőt/ügyeletet	Telefonon értesíti a mentőket/ügyeletet.	Szituációs gyakorlatok segíthetik az új ismeretek átadását és gyakorlását.	Elősegíti az önállóságot a vészhelyzetekkel kapcsolatos teendők leírása, emlékeztetője, folyamatábrája.
Beszámol az egészségügyi vészhelyzetről	Telefonon beszámol az egészségügyi vészhelyzetről.	A vészhelyzetek kezelése, a kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.	
Alapvető elsősegélynyújtási ismeretekkel rendelkezik	Ismeri a vérzéscsillapítás és sebkötözés alapjait. Tudja, hogy mit kell tenni pl. forrázás, rosszullét esetén. Az alapvető újraélesztési technikákat és defibrillátor használatát ismeri vagy a használati utasítást értelmezi.		
12. Tudatos a saját szexualitásával kapcsolatban	Tisztában van a szexualitás fogalmával, jelentésével. Ismeri a szexualitással összefüggő jogait, elkerüli a nem kívánt szexuális kapcsolatot. A nemi úton terjedő betegségek és a nem kívánt terhesség kockázataival tisztában van.	A fogyatékos emberek szexualitása gyakran tabutéma még a velük foglalkozó emberek körében is. Kevés tanulmány vagy segédanyag áll rendelkezésre a célcsoportok szexualitásával kapcsolatban.	Brosúrák, ismeretterjesztő anyagok, szemléltetés (képek, könyvek, filmek) segíthetik az ismeretek átadását. Vannak könnyen érthető anyagok is. Biztosítsunk a szexuális élethez és a fogamzásgátláshoz szükséges

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tisztában van a szexualitás fogalmával	Érti a szexualitás, intimitás fogalmát. Ismeri saját szerepét, lehetőségeit a szexualitással kapcsolatban, döntési jogaival tisztában van.	A szexuális felvilágosítás mellett az egészséges szexualitáshoz és párkapcsolatok kialakításához szükséges a személy reális énképe, önellfogadása, kellő önbizalma. A szexualitás és intimitás témái mellett fontos a személy jövőképevel, családra vonatkozó elképzeléseivel is foglalkozni.	eszközöket, helyszíneket. A fogamzásgátlás módszereihez készülhet emlékeztető, folyamatleírás.
Saját szexualitását megéli	Nem igényel támogatást a szexualitás megélésében, saját szexualitása nem sérti mások jogait.	A szexualitással, megelőzéssel és kockázatokkal kapcsolatos információk átadását mindig a személy megértési szintjéhez és kommunikációs eszköztárához igazítsuk.	
Ismeri a védekezés nélküli szexuális együttlét következményeit	Tisztában van a gyermek fogantatásának körülményeivel, tudja, hogy mit jelent a terhesség, hogyan lehet ezt felismerni. A gyermekvállalással kapcsolatban megfelelő információkkal rendelkezik.	A szexualitással és gyermekvállalással kapcsolatos kérdésekben is alkalmazzuk a támogatott döntéshozatal eszközeit (pl. fogamzásgátlás).	
Ismer fogamzásgátló módszereket	Tudja, hogy a nem kívánt terhességet hogyan lehet megelőzni. Ismeri a fogamzásgátlás módszereit, eszközeit.	Ismerteressük meg a személlyel a nemi betegségek és a nem kívánt terhesség kockázatait, következményeit.	
Fogamzásgátló módszert alkalmaz	Számára megfelelő fogamzásgátló módszert alkalmaz. Gumióvszerrel, fogamzásgátló tablettával, egyéb eszközzel aktívan védekezik. Eszköz alkalmazását nyomon követi (pl. spirált rendszeresen ellenőrizteti).	Amennyiben szükséges, segítsük a személyt szexualitásának megélésben (pl. intimitáshoz szükséges körülmények biztosítása).	
Ismeri a szexuális úton terjedő betegségek kockázatait	Ismer szexuális úton terjedő betegségeket. Tisztában van a súlyosabb betegségek rövid- és hosszútávú következményeivel. Felismeri a szexuális úton terjedő betegségek legjellemzőbb tüneteit.	A fogamzásgátló módszerek, eszközök használata tanítást, gyakorlást igényelhet.	
Tudja, hogyan kell megelőzni a szexuális úton terjedő betegségeket	Tudja, hogyan védekezhet a szexuális úton terjedő betegségekkel szemben.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
13. Egészségmegőrzésben tudatos	Tisztában van az egészségmegőrzés jelentőségével és lehetőségeivel. Ismeri az egészséges étkezés alapjait, a testmozgás és a pihenés jelentőségét, tudja ezek alapvető élettani hatásait.	Egyéni és kiscsoportos formában is foglalkozhatunk az egészségmegőrzéssel és az egészségtudatos életforma kialakításával. Szakembereket, sportolókat is meghívhatunk, bevonhatunk ezekbe a beszélgetésekbe, példaként állítva őket.	A személy megértési szintjének megfelelően használjunk tájékoztató, információt nyújtó képeket, fotókat, leírásokat, készítsünk vizuális emlékeztetőket, vezessünk naplót az étkezésről, testmozgásról, alvásról, a személy állapotáról.
Ismeri az egészséges étkezés alapjait és az egészségtelen étkezés kockázatait	Tisztában van azzal, hogy elfogyasztott ételek közép- és hosszú távon milyen módon befolyásolják az egészséget.	Ismerteressük meg a személlyel a különböző tápanyagokat, alapanyagokat, ételeket és italokat, illetve azok tápanyag-tartalmát.	Filmek, ismeretterjesztő anyagok, brosúrák, kiadványok, mobil applikációk, internetes közösségek stb. is elősegítik az egészséges életmód kialakítását, fenntartását.
Ismeri a diéta alapjait	Tudja, hogy bizonyos esetekben diétára, speciális étrendre van szükség (pl. gyomorrontás, hasmenés, krónikus betegségek, allergia). Ha speciális étrendre szorul, tudja, hogy miért van erre szüksége.	Tanítsuk meg, magyarázzuk el, hogy mik a kiegyensúlyozott étkezés ismérvei, milyen káros hatásai vannak az egyoldalú táplálkozásnak.	Mintaétrendek, új receptek, eddig nem ismert alapanyagok bevezetése támogathatja az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozást vagy a diétát.
Tisztában van a rendszeres testmozgás élettani jelentőségével és elmaradásának kockázataival	Ismeri a megfelelő mennyiségű testmozgás és a sport egészségre gyakorolt pozitív hatását. Tudja, hogy a testmozgás hiánya elhízáshoz, betegségekhez vezet.	Adjunk lehetőséget az ételek megismerésére pl. közös főzés, közösségi esemény során, kóstoltassuk a lakót.	Biztosítsuk a személy számára a szükséges eszközöket (pl. sporthoz, főzéshez, lépésszámláló, mobiltelefon és alkalmazások), illetve alapanyagokat vagy a megfelelő étrendet, erre ügyeljünk a tervezés és szolgáltatásszervezés során.
Sportol	Egészségmegőrzés céljából rendszeres testmozgást végez.	Biztosítsunk változatos étrendet és a választás lehetőségét. Kezdetben közösen, majd egyre nagyobb önállósággal a személy maga állítsa össze az étrendet, készítse az ételeket és/vagy kövesse nyomon az étkezését, annak hatásait.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy az egészséges életmódhoz szükséges tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek
Tudja, hogy mennyi alvásra van szüksége a szervezet egyensúlyának fenntartása érdekében	Tisztában van vele, hogy miért fontos az alvás, pihenés a szervezet számára, az egészség fenntartásában. Ismeri a kialvatlanság, az alvászavarok lehetséges következményeit.	Ismerteressük a személlyel, hogy mit jelent a diéta, miért van rá szüksége, milyen előnyös hatásai vannak a speciális étrendnek. Tanítsuk meg, magyarázzuk el, hogy mik lehetnek a diéta be nem tartásának káros következményei.	
Könnyen elalszik	Altató nélkül, könnyen elalszik.	Mutassuk be, tanítsuk és gyakoroljuk,	
Átalvási nehézségektől mentes	Átalussza az éjszakát. Ha valamiért felébred éjjel, könnyen visszaalszik.		
Könnyen ébred	Magától vagy ébresztőóra segítségével ébred, vagy könnyen ébreszthető.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Alvás és ébrenlét szakaszai elkülöníthetők egymástól	Az alvás és ébrenlét ciklusainak hossza átlagos és elkülönül. A személy nem alszik túl sokat/túl keveset.	hogyan milyen alapanyagokat, ételeket és mekkora mennyiséget fogyaszthat. A lakóközösséggel is tudassuk, ha van a személy számára különösen veszélyes anyag (pl. allergia miatt), hogy azt közös főzés, étkezés során is elkerüljük.	megfelelően, egyénre szabottan. Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, naptár, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.
Alvásszakaszai igazodnak a napi ritmushoz	Elsősorban éjszaka alszik.		
Ismeri a mentális állapotváltozás jeleit	Pszichiátriai betegség esetén tudja, hogy mik az állapotváltozás előjelei.	Teremtsük meg a lehetőséget arra, hogy a személy tevékenységei között	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Felismeri és jelzi az állapotváltozás jeleit	<p>Pszichiátriai betegség esetén felismeri az állapotváltozás jeleit. A megfelelő intézkedéseket megteszi vagy jelzi, hogy segítségre van szüksége.</p>	<p>megfelelő mennyiségű és rendszeres mozgás szerepeljen.</p> <p>A számára kellemes, jól eső testmozgás, mozgásforma, sport kiválasztásában nyújtunk segítséget számára. Ennek érdekében legyen a lakónak lehetősége különféle mozgásformák megismerésére és kipróbálására.</p> <p>Teremtsük meg a lehetőséget arra, hogy a személy megfelelő módon pihenhessen. A lakóközösségben fontos szabályozni azokat az időszakokat, amikor nem zavarják egymást a lakók. Emellett segítsük a lakót a megfelelő szokások kialakításában, amennyiben ez szükséges (pl. mindig azonos időben feködjön és keljen). Szükséges lehet a szorongás oldása, stresszkezelési technikák elsajátítása.</p> <p>Az állapotváltozásra figyelmeztető jeleket közösen gyűjtjük össze a lakóval. Tanítsuk meg az önmegfigyelés és önreflexió szempontjait, hogy folyamatosan, kövesse, szükség esetén naplózza az állapotát és a változásokat.</p> <p>Kockázatkezelési terv is készíthető pl. speciális étrend betartásáról, állapotváltozás megelőzéséről vagy kezeléséről.</p>	<p>Minden tevékenységet támogathat folyamatára, leírás, akár a helyiségekben kifüggesztve.</p> <p>A közös megállapodásokat rögzítsük írásban is, ezek mindig legyenek elérhetőek és hozzáférhetőek a lakók számára.</p> <p>Alvászavarok esetén szükséges lehet kivizsgálás, gyógyszeres kezelés, pszichoterápia, alvástréning.</p> <p>Állapotváltozás esetén biztosítsuk a szükséges kivizsgálást, az állapotváltozás kezelését (pl. gyógyszerelés).</p>

Felmérő lap - Gyógyszerek szedése

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.3. Egészségügyi tevékenységek	A.3.2. Gyógyszerek szedése
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²¹		
1.	Gyógyszerszedésben önálló	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	A gyógyszerszedést szükségességét érti, motivált	IGEN	NEM			
1.2	Hagyja, hogy gyógyszereit beadják	IGEN	NEM			
1.3	Rendszeresen kell gyógyszert szednie	IGEN	NEM			
1.4	Tisztában van vele, hogy milyen betegségekre szed rendszeresen gyógyszert	IGEN	NEM			
1.5	Tudja, hogy a számára előírt gyógyszer szedése miért fontos	IGEN	NEM			
1.6	A gyógyszerszedést figyelemmel követi	IGEN	NEM			
1.7	Felismeri a saját gyógyszerét	IGEN	NEM			
1.8	Eolvassa a gyógyszer nevét a dobozon	IGEN	NEM			
1.9	Eolvassa és követi a gyógyszer dobozára írt adagolást	IGEN	NEM			
1.10	Eolvassa a gyógyszerek használati utasítását	IGEN	NEM			
1.11	Megkeresi interneten a gyógyszerek használati utasítását	IGEN	NEM			
1.12	Kinyitja, becsukja a gyógyszerek dobozát, csomagolását	IGEN	NEM			
1.13	A gyógyszereket adagolóba tölti	IGEN	NEM			
1.14	Gyógyszereket az adagolóból beszed	IGEN	NEM			
1.15	Tudja, hogy a nem megfelelő vagy túlzott gyógyszerszedés káros lehet az egészségre	IGEN	NEM			
1.16	Csak az előírt és megfelelő mennyiségű gyógyszert szedi be	IGEN	NEM			
1.17	Ismeri az általa rendszeresen szedett gyógyszerek mellékhatásait	IGEN	NEM			

²¹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

1.18	A biztonságos gyógyszeresedés követelményeit betartja (pl. gépjárművezetés, alkohol)	IGEN	NEM
1.19	A lejárt gyógyszereket, használt fecskendőket biztonságosan kezeli	IGEN	NEM
1.20	Tudja, hogy nem ajánlott pszichoaktív gyógyszerek használata teljes abstinenciában	IGEN	NEM

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Gyógyszerek szedése

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.3. Egészségügyi tevékenységek	A.3.2. Gyógyszerek szedése

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Gyógyszerszedésben önálló	Tudja, hogy miért, milyen gyakran, milyen mennyiségben kell gyógyszert szednie. Ismeri a gyógyszerek hatását, az esetleges mellékhatásokat. A szükséges gyógyszereket önállóan alkalmazza. A feleslegessé vált gyógyszert vagy hulladékot megfelelően kezeli.	Szenvedélybetegség vagy krónikus betegségek esetén, tartósan fennálló állapotokban, rendszeres gyógyszerszedés szükségessége esetén alkalmazhatóak a pszichoedukáció és a betegségmenedzsment eszközei. A betegségről, tünetekről, kockázatokról, kezelésről stb. való tájékoztatás alapvető feladat. Fontos a beteg-együttműködés kialakítása (compliance, adherencia, konkordancia). Az első lépések között van a betegségbelátás, betegségtudat felmérése. Szenvedélybetegségek és pszichiátriai betegségek esetén betegségbelátás teljes vagy részleges hiánya jellemző lehet és akadályozza a terápiát.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítjuk, hogy a személy a gyógyszerszedést a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan. Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, naptár, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.
A gyógyszerszedés szükségességét érti, motivált	Tudja, hogy miért szükséges időnként vagy rendszeresen gyógyszert szedni. Nem utasítja el a tevékenységet. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		A gyógyszerszedéssel kapcsolatos ismeretek bővítése kiscsoportos formában is lehetséges. A veszélyek és kockázatok megismerésében segíthetnek különböző tájékoztató anyagok, brosúrák, kiadványok. A vizuális szemléltetés is elősegítheti a kockázatok, következmények megértését (pl. képek,
Hagyja, hogy gyógyszereit beadják	Nem tiltakozik a folyamat ellen.		
Rendszeresen kell gyógyszert szednie	Állapota, krónikus betegsége miatt állandó gyógyszerszedésre szorul.		
Tisztában van vele, hogy milyen betegsége szed rendszeresen gyógyszert	Érti, hogy miért és mire kap gyógyszert.		
Tudja, hogy a számára előírt gyógyszer szedése miért fontos	Érti a felírt gyógyszer nem szedésének, a dózisos módosításának következményeit.	A személy bevonása a kezeléssel kapcsolatos döntésekbe elengedhetetlen, alkalmazzuk a támogatott döntéshozatal módszereit.	
A gyógyszerszedést figyelemmel követi	Tudja, hogy mikor kell beszedni a gyógyszereit. Megjegyzi vagy feljegyzi magának a gyógyszer szükséges adagolását és azt követi.	Fontos, hogy a gyógyszerszedéssel kapcsolatos tapasztalatait empatikusan kezeljük és figyelembe vesszük a	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Felismeri a saját gyógyszerét	Több gyógyszer közül kiválasztja a saját gyógyszerét, esetleg felismeri a tablettákat, kapszulákat.	gyógyszerezés beállítása során. Szükséges a konkrét, általa szedett gyógyszerek felismerése és megismerése (pl. hatóanyag, hogyan kell szedni, mit tegyen, ha elfelejtette bevenni) az önállóság fejlesztésében. Saját gyógyszere ismertetőjegyeit gyűjtjük össze, listázzuk (pl. szín, alak, méret, doboz jellemzői). Elsősorban nem az olvasási készség a fontos, hanem a szóképfelismerése, illetve, hogy a dobozon található egyéb jelzéseket felismerje a személy. Olvasni nem tudó lakó esetében ne az olvasás megtanítására, hanem a funkcionális készségekre fókuszáljunk.	filmek). Fontos lehet az egészségügyi személyzet érzékenyítése, az orvosokkal való együttműködés, hogy ők is segítség a személyt a vizsgálatokon és a rendszerességben. Biztosítsuk a krónikus betegség kezeléséhez szükséges gyógyszereket, eszközöket (pl. vércukormérő, gyógyszeradagoló). A gyógyszerek felcímkézése vagy tapintható jelölése, az adagolást és hatást megjelenítve szintén hasznos lehet. A gyógyszeradagolót is felcímkézhajtuk vagy fotóval segíthetjük az adagolást.
Elolvassa a gyógyszer nevét a dobozon	Elolvassa és felismeri gyógyszereinek nevét. Látássérült személy elolvassa a Braille feliratot a gyógyszer dobozán.	Az adagolás megtanulását cselekvésbe ágyazottan, konkrétumokkal tanuljuk és gyakoroljuk (pl. tárgyakhoz, napszakokhoz kapcsolva). A kibontáshoz, adagoláshoz szükséges finommotorika többféle helyzetben, több feladattal is fejleszhető.	Listák, emlékeztetők hasznosak lehetnek (pl. betegségek és tünetek felsorolása, gyógyszerekről emlékeztető). Amennyiben szükséges, a lakó vezessen naplót állapotáról és a beszedett gyógyszerekről.
Elolvassa és követi a gyógyszer dobozára írt adagolást	Elolvassa és megéri a dobozra írt adagolást (pl. 3x1).	A gyógyszeradagoló használatának tanulása, gyakorlása nagymértékben segítheti az önállóságot. Kezdetben folyamatos kontroll, ellenőrzés mellett, később utólagos ellenőrzés, majd ad hoc ellenőrzés mellett növelhető a személy önállósága. A gyógyszereszedéssel kapcsolatos megállapodások is	Állapotváltozás esetén biztosítsuk a szükséges kivizsgálást, az állapotváltozás kezelését.
Elolvassa a gyógyszerek használati utasítását	Elolvassa és megéri a használati utasítást. Látássérült személy segítséget kér.		A gyógyszereszedéssel kapcsolatos megállapodásokat rögzítsük írásban is, ezek mindig legyenek elérhetőek és hozzáférhetőek a lakók számára.
Megkeresi interneten a gyógyszerek használati utasítását	Az internetet használja a gyógyszerekkel kapcsolatos tájékozódásra.		Nem beszélő, alig beszélő személyek számára kommunikációs kulcskártyákat
Kinyitja, becsukja a gyógyszerek dobozát, csomagolását	Fogásának erőssége megfelelő, kezét felemeli, megtartja, megfelelően mozgatja.		
A gyógyszereket adagolóba tölti	A kicsomagolt gyógyszereket az adagolóba teszi, a megfelelő helyre és mennyiségben, pl. egy hétre előre.		
Gyógyszereket az adagolóból beszed	Az adagolóból megbízhatóan beveszi a gyógyszereket, minden külső segítség nélkül.		
Tudja, hogy a nem megfelelő vagy túlzott gyógyszereszedés káros lehet az egészségre	Tisztában van a nem megfelelő gyógyszereszedés kockázataival, veszélyeivel (pl. nem az előírt gyógyszert vagy nem az előírt mennyiséget szedi be).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Csak az előírt és megfelelő mennyiségű gyógyszert szedi be	Csak szükség (panaszok, betegség) esetén szed gyógyszert. Csak a számára felírt mennyiségű és típusú gyógyszert szedi be. Nem fogyaszt más jellegű, vagy nagyobb mennyiségű gyógyszert (abúzus).	hasznosak lehetnek. Fontos a kockázatok ismertetése, lehetséges következmények és mellékhatások ismertetése. Tanítsuk és gyakoroljuk az önmegfigyelés, hogy felismerje az állapotváltozás, az esetleges mellékhatásokat. Szükséges, hogy legyen megfelelő stratégiája a személynek a különböző, gyógyszereszedéssel kapcsolatos helyzetek megoldására (pl. elfogyott a gyógyszer, nincs nála, mellékhatások jelentkeznek).	készíthetünk, pl. „gyógyszerre van szükségem” a vészhelyzetek kezeléséhez. Biztosítsuk a lakó számára a hozzáférést információs csatornákhöz, közösségekhez (pl. internetes csoportok, weboldalak).
Ismeri az általa rendszeresen szedett gyógyszerek mellékhatásait	Tisztában van azzal, hogy milyen mellékhatások fordulhatnak elő, milyen tünetekre kell figyelnie.	Ismeretlen gyógyszert csak akkor alkalmazzon a lakó, ha tud olvasni és képes értelmezni a használati utasítást.	
A biztonságos gyógyszereszedés követelményeit betartja (pl. gépjárművezetés, alkohol)	Amennyiben gyógyszere hatással van a gépjármű-vezetésre, alkoholfogyasztásra, úgy ezeket a helyzeteket tudatosan kerüli. Más gyógyszerek egyidejű használatát figyelemmel kíséri.	Az internet segíti a betegséggel, állapottal és a gyógyszerekkel kapcsolatos tájékozódást, mely támogatja a személy együttműködését és a perzisztenciát (terápiahűség – a szükséges ideig vesz részt a kliens a kezelésben). Mutassuk meg, hogy hol tájékozódhat.	
A lejárt gyógyszereket, használt fecskendőket biztonságosan kezeli	Tudja, hogy a lejárt gyógyszereket, használt fecskendőt hogyan kezelje, a szabályokat betartja (pl. visszaviszi a gyógyszertárba, a megfelelő helyen kidobja).	A támogatott életvitel során könnyebben hozzáférhetnek a lakók alkoholhoz, más gyógyszerekhez, mint az intézményi környezetben. A gyógyszereszedéssel kapcsolatos kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.	
Tudja, hogy nem ajánlott pszichoaktív gyógyszerek alkalmazása teljes absztinenciában	Pszichoaktív gyógyszerek (nyugtató, altató, szorongásoldó) szedésének kockázatát ismeri a teljes absztinencia vonatkozásában.	Tanítsuk meg a személy számára, hogy hogyan kezelje a veszélyes hulladékot.	

A.4. MOBILITÁS

Felmérő lap - Finommotorika

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.1. Finommotorika
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²²		
1.	Ujjait akaratlagosan mozgatja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Jobb kezén egy ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.2.	Jobb kezén több ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.3.	Jobb kezén minden ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.4.	Bal kezén egy ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.5.	Bal kezén több ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.6.	Bal kezén minden ujját mozgatja	IGEN	NEM			
1.7.	Ujjal tárgyat eltalál	IGEN	NEM			
1.8.	Ujjaival nyom	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Fog	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Kezeivel marokra fog	IGEN	NEM			
2.2.	Jobb kézzel fog	IGEN	NEM			
2.3.	Bal kézzel fog	IGEN	NEM			
2.4.	Csípőfogással (hüvelykujj-mutatóujj) tárgyat megfog	IGEN	NEM			
2.5.	Fogást elenged	IGEN	NEM			

²² Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Csuklói szabadon mozognak	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Jobb csuklóját behajlítja (előre-hátra)	IGEN	NEM			
3.2	Bal csuklóját behajlítja (előre-hátra)	IGEN	NEM			
3.3	Ujjaival és csuklójával csavar	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Karjai szabadon mozognak	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Karját arca elé emeli, kezét nézegeti	IGEN	NEM			
4.2	Karját szájához emeli	IGEN	NEM			
4.3	Karját a feje fölé emeli	IGEN	NEM			
4.4	Karját megtartja	IGEN	NEM			
4.5	Tárgyak után nyúl	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Tárgyat emel és megtart	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Apróbb, könnyebb tárgyat ülve megtart	IGEN	NEM			
5.2	Apróbb, könnyebb tárgyat állva megtart	IGEN	NEM			
5.3	Nagyobb, nehezebb tárgyat ülve megtart	IGEN	NEM			
5.4	Nagyobb, nehezebb tárgyat állva megtart	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Kezével összetett finommozgásokat végez	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Apróbb tárgyat másikba helyez	IGEN	NEM			
6.2	Csomót köt	IGEN	NEM			
6.3	Masnit köt	IGEN	NEM			
6.4	Papírlapot megfog	IGEN	NEM			
6.5	Papírlapot hajtogat	IGEN	NEM			
6.6	Könyvet lapoz	IGEN	NEM			
6.7	Vastag ceruzával, krétával rajzol	IGEN	NEM			
6.8	Ceruzával, tollal rajzol	IGEN	NEM			
6.9	Ollóval vág	IGEN	NEM			
6.10	Ragaszt	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Finommotorika

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.1. Finommotorika

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Ujjait akaratlagosan mozgatja	Minden ujját szabadon, akaratlagosan mozgatja, hüvelykujját behajlítja, befordítja a tenyér és a többi ujj felé.	Az ujjak akaratlagos mozgatása a kézzel végzett finommozgások alapja. Egyes idegrendszeri sérülések esetében a megfelelő pozicionálás is szükséges ahhoz, hogy a felkar és a kezek tudatos, akaratlagos mozgása kivitelezhető legyen. Ennek a pozíciónak a kialakításához szakember segítségére lehet szükség.	A pozicionáláshoz és a támaszok kialakításához ültető modulok és különböző ortézisek használhatóak.
Jobb kezén egy ujját mozgatja	Jobb kezén legalább egy, jellemzően mutató-, vagy hüvelykujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.	A pozicionálás mellett az alkar megtámasztása, vagy a tenyérközép megtámasztása segítheti az ujjak mozgatását, egymás felé való közelítését.	A megfelelő asztalok, gyógyárnák, állító eszközök mind segítik a pozíció kialakítását.
Jobb kezén több ujját mozgatja	Jobb kezén több, jellemzően mutató-, és hüvelykujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.		Amennyiben beszédet támogató segédeszközt (AAK eszközt) használ a személy, gondoskodjunk arról, hogy az eszköz úgy helyezkedjen el, hogy a lehető legjobban hozzáférjen a személy.
Jobb kezén minden ujját mozgatja	Jobb kezén minden ujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.		Minden mozgásgyakorlásnál fontos, így itt is, hogy az izmok lazák legyenek. A kezek mozgásához a felkar, a vállak és a törzs szabad mozgására is szükség van, ahhoz, hogy a teljes mozgásterjedelem bejárható legyen. Itt a felmérés során a funkcionalitásra vagyunk kíváncsiak, ezzel együtt figyeljük meg, hogy a korlátozott kézfunkció háttérben milyen más mozgáscsökkenés lehet, és szükség esetén korrigáljuk azokat.
Bal kezén egy ujját mozgatja	Bal kezén legalább egy, jellemzően mutató-, vagy hüvelykujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.	Fontos, hogy nem csak ülő helyzetben található jó pozíció, amelyben a kezek szabad és akaratlagos mozgása kivitelezhetővé válik. Hason-, vagy háton fekvő helyzet, álló helyzet éppúgy megfelelő lehet.	Minden mozgásgyakorlásnál fontos, így itt is, hogy az izmok lazák legyenek. A kezek mozgásához a felkar, a vállak és a törzs szabad mozgására is szükség van, ahhoz, hogy a teljes mozgásterjedelem bejárható legyen. Itt a felmérés során a funkcionalitásra vagyunk kíváncsiak, ezzel együtt figyeljük meg, hogy a korlátozott kézfunkció háttérben milyen más mozgáscsökkenés lehet, és szükség esetén korrigáljuk azokat.
Bal kezén több ujját mozgatja	Bal kezén több, jellemzően mutató-, és hüvelykujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.		A mozgásos gyakorlást egy kellemes lazító masszázssal és kéz-, illetve felkartornával vezethetjük be.
Bal kezén minden ujját mozgatja	Bal kezén minden ujját tudatosan és akaratlagosan mozgatja.	Az ujjak akaratlagos mozgatását és a testtudat fejlesztését segítsük azzal, hogy az ujjakhoz különböző minőségű anyagokat érintünk, illetve különböző minőségű anyagokba (pl. víz, homok,	
Ujjal tárgyat eltalál	Valamelyik, jellemzően mutató-, vagy hüvelykujjával eltalál apróbb tárgyat vagy táblán jelet.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ujjaival nyom	Valamelyik, jellemzően mutató-, vagy hüvelykujjával nyomást gyakorol (pl. gombot, táblán jelet megnyom).	<p>golyófürdő, apró szivacsok) merítjük a kezét, ujjakat. Ügyeljünk arra, hogy egyes anyagok egyes személyek esetében viszolygást válthat ki.</p> <p>Az ujjak akaratlagos mozgását a nagyobb, könnyebben elérhető tárgyakkal kezdjük és a fejlődés ütemével együtt haladjunk a nagyobb kihívást jelentő apróbb tárgyak, pl. táblán lévő jelek, képek megérintése felé.</p> <p>Az érdeklődést kiváltó tárgyak segítik a gyakorlásba való bekapcsolódást.</p> <p>Az étkezés lehet egy olyan alapvető helyzet, ahol többféle észlelet megismerése történhet egyszerre. Hagyjuk, hogy a személy az étkezés során szabadon fedezzen fel és használhassa ujjait, kezeit is az étkezés során.</p> <p>Az ujjak és kezek mozgásánál fontos lehet annak megállapítása, hogy melyik a domináns kéz. Általában az a kéz lesz domináns, amellyel előbb nyúl a személy, vagy amelyet jellemzőbben használ (ezt a mozgásállapot jelentősen torzíthatja és befolyásolhatja).</p>	
2. Fog	Mindkét kezével akaratlagosan fog, valamint fogást elenged.	A marokfogás során a tenyér és a tárgyra rázáró ujjak együttesen fejtik ki a fogó mozgulatot. Ez a fogás durvább, nagyobb, robosztusabb mozgás.	A pozicionáláshoz és a támaszok kialakításához ültető modulok és különböző ortézisek használhatóak.
Kezeivel marokra fog	Minden kezével külön-külön és együtt markába fog egy tárgyat (pl. rudat, terítőt).	A csípőfogás során a hüvelykujj a többi ujjal szembe fordul, a tenyér távolabb van a megfogott tárgytól. A csípőfogás során 5 ujjas, háromujjas és kétujjas	A megfelelő asztalok, gyógypárnák, állító eszközök mind segítik a pozíció kialakítását.
Jobb kézzel fog	Jobb kezével marok-, vagy csípőfogással fog.		Minden mozgásgyakorlásnál fontos, így

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Bal kézzel fog	Bal kezével marok-, vagy csípőfogással fog.	csípőfogást különböztetünk meg. Ez utóbbi teszi lehetővé a legfinomabb fogási mozdulatot.	<p>itt is, hogy az izmok lazák legyenek. A kezek mozgásához a felkar, a vállak és a törzs szabad mozgására is szükség van, ahhoz, hogy a teljes mozgásterjedelem bejárható legyen. Itt a felmérés során a funkcionalitásra vagyunk kíváncsiak, ezzel együtt ügyeljünk arra, hogy a korlátozott kézfunkció háttérben milyen más mozgáscsökkenés lehet, és szükség esetén korrigáljuk azokat.</p> <p>A mozgásos gyakorlást egy kellemes lazító masszázzsal és kéz-, illetve felkartornával vezethetjük be.</p>
Csípőfogással (hüvelykujj-mutatóujj) tárgyat megfog	Csípőfogással tárgyat megfog, kezében lévő tárgyat megtart.	A fogáshoz az ujjak szabad és akaratlagos mozgására van szükség. A fogás fontos része a megfogott tárgyak tudatos és akaratlagos elengedése is.	
Fogást elenged	A fogást akaratlagosan elengedi.	Itt is nagyon lényeges a megfelelő pozíció kialakítása, és a szükséges segítő eszközök biztosítása. A gyakorlásnál vegyük figyelembe a korábbiakat.	
3. Csukló szabadon mozognak	Csuklóit előre-hátra és jobbra-balra szabadon mozgatja.	A csukló megfelelő mozgása nagyban függ az alkar szabad mozgásától, különösen a tenyér lefelé és felfelé fordítása során. A terület értékelésénél erre ügyelni kell.	<p>A csukló szabad mozgása esetén is fontos a megfelelő pozíció kialakítása, a mozgást segítő átmozgatás, masszázs, valamint a pozícionáláshoz szükséges segédeszközök, gyógytámaszok és párnák használata.</p> <p>Emellett a csukló fordító és hajlító</p>
Jobb csuklóját behajlítja (előre-hátra)	Jobb csuklóját előre-hátra akaratlagosan mozgatja.	A csukló szabad mozgása a fogás és a	
Bal csuklóját behajlítja (előre-hátra)	Bal csuklóját előre-hátra akaratlagosan mozgatja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ujjaival és csuklójával csavar	Ujjaival tárgyat megfog és csuklóból elcsavar (pl. gombot elteker).	<p>mutatás során is fontos.</p> <p>A környezetben elhelyezett érdekes tárgyak, függők, különböző minőségű és állagú anyagok segítik a kezek explorációs tevékenységét, az érdeklődés felkeltését, a testhatárok megismerését.</p> <p>A csukló, a tenyér és az ujjak mozgásának jó eszköze lehet a tenyérrel vagy ujjal való festés. Hasonlóan jó és érdekes a vízben vagy homokban végzett játékos feladat. Minél több lehetőséget adjunk arra, hogy a kezek felfedezzék a környezetet. Például az étkezés, a fürdés, a masszázs, a testápolás lehet olyan helyzet, amelyben a személy önállóan is szeretne részt venni, tapintani vagy megfogni tárgyakat. Fontos, hogy ennek teret és időt hagyjunk, és ne tekintsük fegyelmeztetésnek, nem kívánatos cselekvésnek.</p>	<p>mozgását számos segítő eszköz támogatja.</p> <p>Kulcsfordító, gombolást segítő eszköz, csipeszek stb. segíthetik a fejlesztést és az önállóságot.</p>
4. Karjai szabadon mozognak	Karjait szabadon és akaratlagosan mozgatja, teljes mozgásterjedelem kivitelezhető.	A karok szabad mozgása teszi lehetővé a kéz funkciójának kiteljesedését, a távolabbi tárgyak elérését, a szem-kéz koordináció megfelelő hatékonyságú kivitelezését.	<p>Pozicionálás és a megfelelő segítő támaszok kialakítása, a mozgásterjedelem növelése és az izmok megfelelő állapota érdekében végzett masszázs ennél a mozgásnál is fontos, és egyes eljárások esetében speciális szakember bevonása lehet indokolt.</p>
Karját arca elé emeli, kezét nézegeti	Karját az arca elé emeli, a szemével kezére néz, kezét követi a tekintetével.	A karok szabad mozgásának feltétele a vállöv mozgékonyasága, a törzsizomzat, a karok és a vállak megfelelő izomereje.	
Karját szájához emeli	Karját a szájához emeli fekvő, ülő vagy álló testhelyzetben.	Első lépésként a megfelelő pozíció megtalálása a feladat, majd a karok mozgatása különböző pozíciókban.	
Karját a feje fölé emeli	Karját a feje fölé emeli, ülő vagy álló testhelyzetben.	A karok mozgásánál és mozgatásánál szintén fontos, hogy legyen olyan színes,	
Karját megtartja	Karját a váll magasságáig emeli, megtartja és szabadon mozgatja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tárgyak után nyúl	Vállból, teljes kart használva tárgy után nyúl, tárgyat megfog nyújtott karral.	<p>a felfedezésre lehetőséget adó és ösztönző közeg, amely segíti a fejlődést.</p> <p>A kar és a kéz szájhoz emelése az étkezések során gyakorolható.</p> <p>Amennyiben a kar emelése csak egy bizonyos magasságig vagy mozgásterjedelemig kivitelezhető önállóan, úgy a könyöknél vagy a felkaron alkalmazott támasz segítség lehet, amennyiben a könyök jól mobilizálható.</p> <p>Hátulról a vállakat enyhén hátra és lefelé húzhatjuk, ez szintén segítheti a fej emelését és a karok vállból való emelését. A támasz során mindig a teljes tenyérrel vagy nyitott ujjakkal, minél nagyobb felületen adjuk a segítséget, ezzel az izom relaxáltabb állapotban tartható, valamint nagyobb a valószínűsége annak, hogy nem okozunk fájdalmat.</p>	
5. Tárgyat emel és megtart	Kisebb-nagyobb tárgyat megemel és megtart, ülő és álló testhelyzetben is.	A tárgyak emelése és mozgatása a karok, a törzs és az alsó végtag összehangolt munkáját feltételezi. Az önállóság szempontjából számos területen fontos, gyakoroltatása jó, ha a mindennapi tevékenységekbe ágyazottan történik.	Ülő és álló testhelyzet stabil megtartása, valamint megfelelő izomerő szükséges a teljes kivitelezéshez.
Apróbb, könnyebb tárgyat ülve megtart	Ülő testhelyzetben könnyebb és kisebb tárgyat megemel, a kezében megtart.		Mindennapi tevékenységeket segítő kiegészítő eszközök használata szükséges lehet. Tárgyak hosszabb távon való szállítása során,
Apróbb, könnyebb tárgyat állva megtart	Álló testhelyzetben könnyebb és kisebb tárgyat megemel, a kezében megtart.	Például az étkezés, a lakókörnyezet rendben tartása, a bevásárlás lehet olyan	bizonytalanabb járás esetén egy rollátor hasznos segítség.
Nagyobb, nehezebb tárgyat ülve megtart	Ülő testhelyzetben nagyobb és nehezebb tárgyat megemel, a kezében megtart.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Nagyobb, nehezebb tárgyat állva megtart	Álló testhelyzetben nagyobb és nehezebb tárgyat megemel, a kezében megtart.	helyzet, amikor a tárgyak mozgatása gyakorolható. A tárgyak mozgatását és emelését, megtartását ülő és álló testhelyzetben akkor gyakoroljuk, ha a testhelyzetek felvétele és megtartása stabil. Ügyeljünk a biztonságra a feladatok során.	A megfelelő törzstámaszt segíthetjük fűzővel, vagy derékvövel. A lakókörnyezet kialakítása során ügyeljünk, hogy minél kevesebb akadályozó tárgy legyen a közlekedő utakon, illetve legyenek széles pihenőhelyek. Nehezebb tárgyak emelése és mozgatása során ügyelni kell a megfelelő pozícióra (az emelés során a lábak térdből és csípőből hajlanak, a derék egyenes és az emelendő tárgyat a testhez minél közelebb tartjuk). Nagyobb, súlyosabb tárgyak mozgatásához több személyre lehet szükség, tanítsuk, hogy melyek azok a helyzetek, ahol az emelés egyedül veszélyes.
6. Kezével összetett finommozgásokat végez	Kezével és karjával akaratlagos mozgásokat végez, finomabb és összetettebb mozgásokra képes.	Az itt felsorolt tevékenységek a kéz és a karok összehangolt munkáját, jó szem-kéz koordinációt és stabil törzskontroll feltételeznek. Fontos alkotó, valamint az önellátáshoz szükséges bonyolultabb feladatok elvégzéséhez járulnak hozzá. A kezek és a karok minél szabadabb és koordináltabb mozgását és a mozdulatok gyakorlását mindennapi tevékenységekbe ágyazottan gyakoroljuk.	Pozicionálás és a megfelelő segítő támaszok kialakítása, a mozgásterjedelem növelése és az izmok megfelelő állapota érdekében végzett masszázs ennél a mozgásnál is fontos, és egyes eljárások esetében speciális szakember bevonása lehet indokolt. Eszközös segítség lehet: könyvtámasz, lapozó; rajztábla, hogy a papír, írólap ne csússzon a felületen; íróeszközre húzható különböző alakú, fogást segítő eszközök; speciális olló, amelynél az olló nyitását egy rugó segíti; csipeszek.
Apróbb tárgyat másikba helyez	Apróbb tárgyat másikba helyez (pl. kockákat vagy golyókat pohárba, nagyobb edénybe dob, kockákból tornyot épít).	Apróbb tárgyak egymásba helyezése szinte minden helyzetben gyakorolható, egy étkezési helyzetben pl. finom müzli pakolgatása, majd elfogyasztása lehet ilyen feladat.	
Csomót köt	Csomót megköt.		
Masnit köt	Masnit megköt.		
Papírlapot megfog	Papírlapot csípőfogással megfog.		
Papírlapot hajtogat	Papírlapot csípőfogással megfog és összehajt.		
Könyvet lapoz	Könyvlapot csípőfogással megfog és lapoz.	Íróeszközökkel kapcsolatosan fontos,	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Vastag ceruzával, krétával rajzol	Vastagabb ceruzával vagy krétával rajzol, a krétát vagy vastag ceruzát marokfogással fogja.	hogy itt csak az íróeszközök megfogásának mozgásos elemét vizsgáljuk, az írás külön terület (Akadémikus készségek).	A masni és a csomó megkötése elsősorban egyes ruhadarabokkal kapcsolatosan szükséges, ezek kiválthatóak tépőzáras eszközökkel. A masni és csomó megkötésének gyakorlására elsősorban játékboltokban lehet jó eszközöket találni, de ügyelni kell arra, hogy ezek nem feltétlenül abból a szemszögből gyakoroltatják a bekötést, mint ahogy a mindennapi használat során előfordul.
Ceruzával, tollal rajzol	Vékonyabb ceruzával vagy tollal rajzol, az eszközt (közel) szabályosan fogja.	Egyes tevékenységek esetében a biztonság is fontos, ragasztó és olló használata esetén ügyeljünk erre, illetve használjunk speciálisan kialakított eszközöket.	
Ollóval vág	Ollót biztonságosan használ.		
Ragaszt	Ragasztót biztonságosan használ.		

Felmérő lap - Nagymozgás

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.2. Nagymozgás
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²³		
1.	Fekvő helyzetben pozícionálható vagy fekvésben helyzetét változtatja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Hátán fekszik, hanyatt fekvés kivitelezhető	IGEN	NEM			
1.2.	Háton fekve pozícionálható	IGEN	NEM			
1.3.	Oldalán fekszik, hanyatt fekvés kivitelezhető	IGEN	NEM			
1.4.	Oldalán fekve pozícionálható	IGEN	NEM			
1.5.	Hasán fekszik, hason fekvés kivitelezhető	IGEN	NEM			
1.6.	Hason fekve pozícionálható	IGEN	NEM			
1.7.	Fekvésben fordul	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Fejét felemeli és megtartja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Hason fekve fejét felemeli	IGEN	NEM			
2.2.	Háton fekve fejét felemeli	IGEN	NEM			
2.3.	Háton fekve fejét felemelve tartja	IGEN	NEM			
2.4.	Hason fekve fejét felemelve tartja	IGEN	NEM			

²³ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Lábát és csípőjét különböző testhelyzetekben felemeli és tartja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Lábát fekvve felemeli	IGEN	NEM			
3.2	Lábát fekvve felemelve tartja	IGEN	NEM			
3.3	Csípőjét fekvve felemeli	IGEN	NEM			
3.4	Csípőjét fekvve felemelve tartja	IGEN	NEM			
3.5	Lábát ülve felemeli	IGEN	NEM			
3.6	Lábát ülve megemelt helyzetben tartja	IGEN	NEM			
3.7	Egyik lábát állva felemeli	IGEN	NEM			
3.8	Egyik lábát állva felemelve tartja	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Támaszkodik és kúszik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Hason fekvésben mindkét karját használva feltámasztja magát	IGEN	NEM			
4.2	Hason fekvésben mindkét karját használva, feltámasztva tartja magát	IGEN	NEM			
4.3	Hason fekvésben mindkét karját használva feltámasztja magát	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Mászik a karjai és lábai segítségével	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Négykézlábra áll	IGEN	NEM			
5.2	Négykézlábra állva előrehalad, mászik	IGEN	NEM			
5.3	Fenekén csúszva közlekedik	IGEN	NEM			
5.4	Lépcsőn felmászik	IGEN	NEM			
5.5	Lépcsőn lemászik	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Felül	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Fekvésből kapaszkodással felül	IGEN	NEM			
6.2	Háton fekvésből felül	IGEN	NEM			
6.3	Hason fekvésből felül	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Ül	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Támasztott ülés személyi segítő testkontaktusával kivitelezhető	IGEN	NEM			
7.2	Támasztott ülés párnákkal, támasztékkal kivitelezhető	IGEN	NEM			
7.3	Támasztott ülés széken kivitelezhető	IGEN	NEM			
7.4	Ülés közben fejét tartja	IGEN	NEM			
7.5	Ülés közben törzsét tartja	IGEN	NEM			
7.6	Ülő helyzetben pozícionálható	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Feláll	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Ülésből kapaszkodással feláll	IGEN	NEM			
8.2	Ülésből segítség nélkül feláll	IGEN	NEM			
8.3	Fekvő helyzetből segítséggel feláll	IGEN	NEM			
8.4	Fekvő helyzetből segítség nélkül feláll	IGEN	NEM			
8.5	Földről segítséggel feláll	IGEN	NEM			
8.6	Földről segítség nélkül feláll	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Áll	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Kapaszkodva áll	IGEN	NEM			
9.2	Állás közben fejét tartja	IGEN	NEM			
9.3	Fél lábon áll	IGEN	NEM			
9.4	Lábujjhegyre áll	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Jár	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	Kapaszkodva jár	IGEN	NEM			
10.2	Segédeszközzel jár	IGEN	NEM			
10.3	Néhány lépést önállóan megtesz	IGEN	NEM			
10.4	Lépcsőn kapaszkodással felmegy	IGEN	NEM			
10.5	Lépcsőn kapaszkodással lemegy	IGEN	NEM			
10.6	Lépcsőn felmegy	IGEN	NEM			
10.7	Lépcsőn lemegy	IGEN	NEM			
10.8	Rámpán kapaszkodással felmegy	IGEN	NEM			
10.9	Rámpán kapaszkodással lemegy	IGEN	NEM			
10.10	Rámpán felmegy	IGEN	NEM			
10.11	Rámpán lemegy	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Összetett nagymozgásokat végez	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
11.1	Kapaszkodva guggol	IGEN	NEM			
11.2	Leguggol	IGEN	NEM			
11.3	Tol	IGEN	NEM			
11.4	Húz	IGEN	NEM			
11.5	Fut	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Nagymozgás

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.2. Nagymozgás

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Fekvő helyzetben pozícionálható vagy fekvésben helyzetét változtatja	Fekvő helyzetben különböző testhelyzeteket önállóan felvesz, vagy különböző testhelyzetekbe helyezhető.	Abban az esetben vizsgáljuk, ha az önálló helyzetváltoztató mozgás nem figyelhető meg.	Az egyes testhelyzetek megtartását eszközökkel segíthetjük. Babzsákpárnák, fotelpárnák, szivacsenger, szivacsék, kisebb vagy nagyobb párnák, de egy megfelelő méretűre hajtott törölköző is támasz lehet.
Hátán fekszik, hanyatt fekvés kivitelezhető	Engedi, hogy hátára fektessék, képes a hátán feküdni.	A fekvő helyzetben kialakított különböző testhelyzetek több szempontból is fontosak. A helyzet változtatása segíti a testi folyamatok normalizálódását (a hosszas inaktivitás a belső szervek működését károsan befolyásolja), valamint a felfekvések, deformitások megelőzését, általában a testi diszkomfortérzet (folyton a test egy-egy pontján éri nyomás a testrészeket) oldását. A különböző testhelyzetek ugyanakkor a megismerés és tapasztalatszerzés új helyzetei is. Emellett az alapvető gondozási műveletek során is szükség van arra,	Hátan, és oldalfekvésben a fej alátámasztása fontos. Hátan fekvésben a fej alatti párna segítse a nyaki gerinc anatómiai görbületének fenntartását. Amennyiben félig ülő helyzetet szeretnénk kialakítani, hogy a fej magasabbra kerüljön, ezáltal a látótér növekedjen, úgy az ágyéki gerincszakaszig érjen a hát alatti támasz, és kb. 45 fokok szöveget zárjon be.
Háton fekvő pozícionálható	Háton fekvésben egyes testhelyzetek kialakíthatók.		Hátan fekvésben a térd hajlított helyzetben való megtámasztása a gerinc
Oldalán fekszik, hanyatt fekvés kivitelezhető	Engedi, hogy oldalára fektessék, képes az oldalán feküdni.		
Oldalán fekvő pozícionálható	Oldalfekvésben egyes testhelyzetek kialakíthatók.		
Hasán fekszik, hason fekvés kivitelezhető	Engedi, hogy hasára fektessék, képes a hasán feküdni.		
Hason fekvő pozícionálható	Hason fekvésben egyes testhelyzetek kialakíthatók.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Fekvésben fordul	Hasáról hátára vagy oldalára, illetve hátáról hasára vagy oldalára fordul.	<p>hogyan a személy testhelyzetén változtassunk (pl. oldalra fordítás, öltöztetés közben).</p> <p>Amennyiben nem pihenőidőben történik a tevékenység, akkor gondoskodjunk arról, hogy valamilyen érdeklődést felkeltő tárgyat, képet stb. helyezzünk a személy látóterébe, vagy valamilyen érdekes hang (pl. természeti hangok, madárcsicsergés), zene szóljon körülötte, hogy figyelmét irányítsuk és lekössük.</p> <p>Amennyiben a helyzetben kezével manipulálni tud, úgy válasszunk és helyezzünk el olyan tárgyakat, amelyek különböző tapintási ingereket biztosítanak (pl. érdes, puha, nedves, szőrös). A tárgyak lehetnek egyszerűek, a környezetben elérhető mindennapi tárgyak, színes szalagok, rongyok, szivacsok, de akár egy színesre festett pohár vagy toboz is megfelelő lehet.</p> <p>A manipuláció egyes esetekben háton fekvésben egyéb okokból (pl. kóros reflexek fennmaradása) akadályozott lehet, azonban egy stabil oldalfekvésben a felül lévő kézzel képes lehet a személy manipulálni.</p> <p>A tevékenységek időtartama mindig illeszkedjen a személy teherbírásához, és legyen kellemes, történjen oldott és nyugodt környezetben. Diszkomfort jelzése esetén változtassunk a testhelyzeten, szakítsuk meg a tevékenységet.</p>	<p>tehermentesítése érdekében fontos.</p> <p>Oldalfekvésben a térdek közé helyezett párna a medence és a csípő tehermentesítését és anatómiai helyzetbe helyezését szolgálja.</p> <p>Oldalt fekvő helyzet megtartását a hasi, a háti vagy mindkét oldalra helyezett párna, henger segíti. Az oldalt fekvő helyzetben a térdet hajlítsuk be, segítsük ennek a pozíciónak a megtartását párnákkal, támaszokkal.</p> <p>A testhelyzetek közötti változtatást szakember által betanított mozgásfejlesztő gyakorlatokkal fejleszthetjük, emellett interakcióval, érdekes, a talajon különböző helyekre tett tárgyakkal, hangokkal provokálhatjuk. Az önálló mozgásindításokat segíthetjük azzal, hogy a pozíció felvétele közben finoman, de határozottan megtámasztjuk kezünkkel a vállövet, a medenceövet, a fejet. A mozgás vagy mozgatás során ügyeljünk arra, hogy a környezet biztonságos, kellemes, meleg, valamint se nem túl ingergazdag, sem ingerszegény ne legyen.</p> <p>Az egyes helyzetek kialakítása és felvétele számos ok miatt lehet nehezített, egyes kórformák esetében ellenjavallt is lehet. A megfelelő pozíció kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
			mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).
2. Fejét felemeli és megtartja	Fejét háton vagy hason fekvésben felemeli, önállóan legalább pár másodpercig megtartja.	Abban az esetben vizsgáljuk, ha az önálló ülés és felülés még nem alakult ki, vagy nagyon bizonytalan.	Hason fekvésben egy hengerrel vagy nagyobb, stabil, kellően kemény párnával a mellkast támasszuk meg, karokat hozzuk a test elé, lehetőség szerint támasszuk meg a talajon, ebben a helyzetben a fej emelése reflexesen is kiváltható vagy provokálható. Helyezzünk a megemelt fej magasságába érdekes, preferált tárgyakat. Szembe is ülhetünk a személlyel, interakciót kezdeményezhetünk, tárgyakkal,
Hason fekvve fejét felemeli	Fejét hason fekvésben felemeli, önállóan legalább pár másodpercig megtartja.	A fejkontroll kialakítása különösen fontos a törzs kontrolljának megalapozásában, a vertikálisan végzett tevékenységek bevezetésében. Előfordulhat, hogy az ülés csak támasztással lesz elérhető hosszabb távon is, ebben az esetben is fontos, hogy a személy hátizmait	
Háton fekvve fejét felemeli	Fejét háton fekvésben felemeli, önállóan legalább pár másodpercig megtartja.		
Háton fekvve fejét felemelve tartja	Fejét háton fekvésben felemeli, önállóan percekig megtartja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Hason fekve fejét felemelve tartja	Fejét hason fekvésben felemeli, önállóan percekig megtartja.	<p>erősítsük, fejlesszük.</p> <p>Háton és hason fekvésben a fej emelése és gyakoroltatása a törzskontroll bevezetése és erősítése érdekében is fontos.</p> <p>Amennyiben az önálló hely-, és helyzetváltoztatás akadályozott, a különböző helyzetekben való pozicionálás, testhelyzetváltás és ezekben a helyzetekben való tevékenykedés pozitívan hat a mozgás és az izomzat állapotára, serkenti az érdeklődést és a megismerési lehetőségeket is tágítja.</p>	<p>hanggal, beszéddel kelthetjük fel érdeklődését. Válasszunk olyan tevékenységeket, amelyek örömet és sikerélményt okoznak. Alakítsunk ki oldott, kellemes helyzetet.</p> <p>Háton fekvésben a fej emelését a megemelt fej magasságába helyezett preferált tárggyal provokálhatjuk, vagy kezdeményezhetünk személyes interakciót. A fej megemelését segítheti, ha max. 45 fokos szöget bezáró ékpárnát, vagy más kemény, stabil alátámasztást biztosító párnát helyezünk a hát és a fej alá. Könnyíti a fej emelésének kivitelezését, ha a lábakat talpra húzzuk, szükség esetén megtámasztjuk, hogy a helyzetet tartani tudja.</p> <p>Mindig ügyeljünk arra, hogy csak addig hagyjuk a helyzetekben a személyt, amíg az nem fárasztó számára. A túlterheléssel ellenkező hatást váltunk ki, diszkomfort jelzése esetén szakítsuk meg a tevékenységet és hagyjunk pihenőidőt, helyezzük a személyt pihenő pozícióba.</p> <p>A megfelelő pozíció kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
			kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).
3. Lábát és csípőjét különböző testhelyzetekben felemeli és tartja	Csípőjét vagy lábát különböző helyzetekben (fekve, ülve) megemeli és megtartja, vagy megfelelően pozícionálható (pl. nadrághúzás).	Ezeknek a mozdulatokat kiemelt jelentősége van az önellátási területeket, mosdatás, öltöztetés, forgatás, testi higiéné biztosítása stb. során. Az önállóan felvett segítő helyzet és annak megtartása a gondozási műveletek kivitelezését támogatja. Minél akadályozottabb a tevékenységek kivitelezése, csípő emelése, végtagok emelése és megtartása, annál valószínűbb, hogy az alapvető gondozási műveletek során két segítő személy jelenléte lesz indokolt.	Amennyiben a végtagok vagy csípő emelése nem kivitelezhető önállóan, úgy támaszokkal és segédeszközökkel tudjuk elérni, hogy öltözködés, mosdatás, forgatás stb. során megfelelő pozíciót vegyen fel a személy. A gondozási feladatok során emelő használata lehet indokolt. Eszközös segítséget jelentene a csúszólapok is, amelyek segítik a végtagok pozíciójának változtatását. Az ágy mellett, illetve felett felszerelt kapaszkodók a törzs megtartását és az izommunka kifejtését segítik, ezért szükség esetén gondoskodjunk olyan eszközökről, amelyekbe az egyes végtagok vagy a csípő emelése során a személy kapaszkodni tud.
Lábát fekvő felemeli	Egyik lábát oldalt vagy hanyatt fekvő vagy mindkét lábát hanyatt fekvő felemeli.	A csípő és a végtagok emeléséhez megfelelő izomerő és törzsizomzat szükséges. A korábban leírt gyakorlatok itt is használhatóak.	
Lábát fekvő felemelve tartja	Egyik lábát oldalt vagy hanyatt fekvő vagy mindkét lábát hanyatt fekvő felemelve tartja.	Minden esetben segítsük a feladatokat azzal, hogy a személy számára szóbeli megerősítést adunk. Ez a tevékenység megkezdésekor egy kérés: „A nadrágot vedd fel, kérlek, emeld meg a jobb lábad.” A tevékenység közben megerősítés: „Igen, ez a magasság megfelelő.” vagy „Kérlek, emeld	
Csípőjét fekvő felemeli	Fekvő testhelyzetben talpra húzott vagy nyújtott lábbal csípőjét elemeli (pl. fekvőfelületről, talajról).		
Csípőjét fekvő felemelve tartja	Fekvő testhelyzetben talpra húzott vagy nyújtott lábbal csípőjét elemelve megtartja.		
Lábát ülve felemeli	Egyik vagy mindkét lábát ülő testhelyzetben felemeli.		
Lábát ülve megemelt helyzetben tartja	Egyik vagy mindkét lábát ülő testhelyzetben felemelve tartja.		
Egyik lábát állva felemeli	Egyik lábát álló testhelyzetben felemeli.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Egyik lábát állva felemelve tartja	Egyik lábát álló testhelyzetben felemelve tartja.	magasabbra.” A tevékenység végeztével pedig egy visszajelzés: „Köszönöm, hogy felemelted a lábad. Sokat segítettél.” Amennyibe túlmozgás vagy akaratlan, reflexes mozdulatok is jellemzően, gondoljuk végig, hogy milyen testhelyzet az, amely során a reflexek nem aktivizálódnak. Ehhez kérjük szakember segítségét (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).	
4. Támaszkodik és kúszik	Hason fekvésben mindkét karjára vagy alkarjára támaszkodva tartja magát. Kúszó mozgással előrehalad.	Akkor vizsgáljuk, ha hason fekvésben a fej emelése és megtartása kialakult. Kellő fejkontroll és megfelelő törzsizomzat szükséges a mozdulat kivitelezéséhez.	A hason fekvésben a támasz kialakítására használjuk a fej emelésénél használt mellkas alatti támaszt, amelyet fokozatosan egyre alacsonyabbra tehetünk, majd teljesen elveszünk.
Hason fekvésben mindkét karját használva feltámasztja magát	Hason fekvésben alkarjára vagy tenyerére támaszkodva fejét és törzsét felemeli, a pozíciót pár másodpercig tartja.	Szükséges a tenyér nyitott állapota, lehetőség szerint kerüljük, hogy a támasz az öklön történjen. Amennyiben az ököl nyitása akadályozott, az alkaron való támaszkodást alakítsuk ki inkább.	A támasz és a törzs felvételét, megtartását ösztönözhetjük kedvelt vagy érdekes tárgy (hang, látvány, a tárgy mozgása egyaránt lehet figyelemfelhívó) szemmagasságba helyezésével vagy
Hason fekvésben mindkét karját használva, feltámasztva tartja magát	Hason fekvésben alkarjára vagy tenyerére támaszkodva fejét és törzsét felemeli, a pozíciót percekig megtartja.	Ügyeljünk a biztonságos környezet	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>Hason fekvésben egyik karját használva feltámaszkodva tartja magát</p>	<p>A támasz és a pozíció megtartásához már nem szükséges mindkét kar ereje, a törzsizomzat eléggé erős ahhoz, hogy az egyik kart felemelje. A pozíció váltott karral is kivitelezhető.</p>	<p>kialakítására, a biztonság garantálására. A pozíció tartása hirtelen, szinte villámszerűen érhet véget, omolhat össze, erre számítani kell és a fej, a törzs vagy a kar sérülésétől óvni kell a személyt. Puha, megfelelő támaszt nyújtó matracon, mindig személyes jelenlét, támogatás mellett gyakoroljunk.</p> <p>Amennyiben az önálló helyzetváltoztatás akadályozott, a különböző helyzetekben való pozicionálás, testhelyzetváltás és ezekben a helyzetekben való tevékenykedés pozitívan hat a mozgás és az izomzat állapotára, serkenti az érdeklődést és a megismerési lehetőségeket is tágítja.</p>	<p>interakció kezdeményezésével.</p> <p>Amikor a törzs megtartása támasz helyzetben biztos, akkor az előrenyúlás, váltott karon való támasz gyakorlása következhet. Preferált tárgy után nyúlás, az interakciót kezdeményező személy kezének, karjának megérintése provokálhatja az egyik kar felemelését a talajról. A talajra helyezhetünk figyelemfelkeltő matricákat, a feladat, hogy ezen „lépegessen” át, míg a lábak utánlépését segíteni tudjuk.</p> <p>Az előrehaladást provokálhatjuk, ha a preferált tárgyat távolabb, de még a figyelem felkeltésére alkalmas távolságra helyezzük. Hasonlóan ebben a távolságban kezdeményezhetünk interakciót, hívogathatjuk, motiválhatjuk a személyt. Az elindulást segíthetjük azzal, ha a talpát megtámasztjuk és a térdek kissé hajlított tartása mellett megtartjuk, ezzel az elrugaszkodást segítjük. Ezt csak abban az esetben gyakoroljuk, ha a karok biztonságosan támaszkodnak a talajon és biztosan kialakult a karok előrelépegetése. Kérjük szakember segítségét!</p> <p>A komfortállapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p> <p>A megfelelő pozíció kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
			<p>annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>5. Mászik a karjai és lábai segítségével</p>	<p>Négykézláb állásból elmozdul, mászik.</p>	<p>A mászás fontos előkészítője a felállásnak és ülésnek, erősíti a törzs izmait és a végtagok izomerejét, emellett új élmények előtt nyitja meg az utat, a tapasztalatszerzés új lehetőségét teremti meg.</p> <p>Csak abban az esetben „gyakoroltassuk”, ha a négykézláb állás és az egy-egy karra való támaszkodás biztosan kialakult.</p> <p>Amennyiben az önálló járás még nem alakult ki, de a mászás kivitelezhető, úgy előfordulhat, hogy a lakáson belül mászva önállóan tud közlekedni, helyet változtatni a személy, míg utcán, más helyeken kerekesszéket használ majd.</p> <p>Hasonló, mászást helyettesítő helyváltoztató mozgás a fenéken előre csúszás. Ha csak a lakáson, saját téren belül önálló helyváltoztatás érhető el a mozgás kialakításával, azzal az önállóság fokozható és tapasztalatszerzés, a megismerés új lehetőségei tárhatóak fel.</p> <p>A lépcsőn fel, később lefelé mászás további kihívást jelent, mind a fej, mind a törzs kontrolljának erősítése és az izomzat fejlesztése céljából fontos lehet.</p> <p>A mászás során fontos a biztonságos környezet kialakítása, személyes jelenlét biztosítása.</p>	<p>A mászás bevezetése történhet távolabbra helyezett preferált tárgy elérése érdekében történő feladathelyzetben, ahol a négykézláb tartásból előre kell haladni, miközben alacsonyabb akadályokat kell a kézzel átlépnie.</p> <p>Segíthetjük a törzs megtartását a hasi oldalon a teljes mellkast és hasat fedő lepedővel vagy kendővel, amelyet a háti oldalon összefogva megtartjuk a személyt. Tehermentesítjük ezzel a végtagokat, amennyiben óvatosan jobbra és balra döntjük a támaszt, úgy a lépő kar előrelendítését is provokálni, segíteni tudjuk.</p> <p>A kezdeti időszakban a vállöv és/vagy a medenceöv stabilizálására lehet szükség a már önállóan alakuló mászás során.</p> <p>A talp és a térd támasztása provokálja az előrelökő, induló mozgást, ezzel segíthetjük a haladást. Csak abban az esetben alkalmazzuk ezt, amennyiben a kartámasz és a fejkontroll magabiztos és erős.</p> <p>Nagylabdán jobbra és balra, előre és hátra hintáztatás a fej emelését, helyes tartását, illetve a törzs tartását provokálja.</p> <p>A komfortállapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p> <p>A megfelelő testhelyzet kialakításához mindig kérjük szakember segítségét,</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Négykézlábra áll	Fekvő helyzetből négykézláb állásba felyomja magát, még nem indul ebből a helyzetből.		vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).
Négykézlábra állva előrehalad, mászik	Négykézláb állásban a karok váltakozva utánlépnek, a lábaknak nem szükséges a talajról felemelkedniük.		
Fenekén csúszva közlekedik	Négykézláb tartásból fenekére ül, karjával előre lökve magát halad.		
Lépcsőn felmászik	Lépcsőn négykézláb helyzetben felmászik, váltott vagy utánlépő végtagokkal.		
Lépcsőn lemászik	Lépcsőn négykézláb helyzetben lemászik, váltott vagy utánlépő végtagokkal.		
6. Felül	Fekvő helyzetből felül és az ülő helyzetet pár másodpercig megtartja.	A négykézláb tartás általában megalapozza a felülés kialakulását, a megfelelő koordináció, fej-, és törzskontroll együttesen szükséges ahhoz, hogy az ülés biztonsággal kivitelezhető legyen.	A négykézláb tartásban előre és hátra hintázás, majd a hátra jobbra és balra a talaj felé ülés - visszaülés segítheti a pozíció felvételét és gyakorlását. Nagylabdán jobbra és balra, előre és hátra hintáztatás a fej emelését, helyes tartását, illetve a törzs tartását provokálja.
Fekvésből kapaszkodással felül	Segítővel vagy kapaszkodó segítségével háton fekvésből ülő helyzetbe felhúzza magát		
Háton fekvésből felül	Segítő vagy kapaszkodó nélkül háton fekvésből ülő helyzetbe hozza magát.	A felülést segíthetjük, ha a négykézláb tartásban lévő személy köré különböző,	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Hason fekvésből felül	Hason fekvő helyzetből felül.	<p>de már ülő helyzetben várható szemmagasságban helyezünk el körben különböző kedvelt tárgyakat, vagy kezdeményezünk interakciót.</p> <p>A négykézláb tartásban megfigyelhető előre és hátra hintázásból könnyedén lehet a hátra mozdulatot követően leülés, eleinte a kartámasz megmaradása mellett.</p> <p>A nyúlást is provokálhatjuk ebben a helyzetben, ezzel segítjük a koordináció fejlődését, a törzs erősödését.</p> <p>Gondoskodjunk a biztonságos környezetről és a személyes jelenlétről a gyakorlás közben.</p>	<p>A magasabbra helyezett tárgyak elérése, az érdekes tárgyak megnézése, megpillantása provokálhatja a törzs emelését és az leülés előkészítését.</p> <p>Szükség szerint a vállövön, a háti szakaszon vagy a medencén alkalmazott támasz (nyitott tenyérrel, határozottan tartva a test két oldalát) a biztonságérzetet növeli, segíti a helyzet megtartását. A segítségadás csak annyi legyen, ami a biztonságos pozíció megtartásához szükséges, a segítség kövesse az önálló helyzetfelvétel-, és megtartás ütemét. Általában is igaz, hogy ne erőltessünk olyan mozgásokat, amelyek önálló kivitelezésének legalább a kezdeménye nem figyelhető meg. Ülésben ez különösen fontos lehet, mivel a gerincet és medencét erőteljesen terheli ez a testhelyzet.</p> <p>Amíg az ülés nem stabil, addig ne erőltessük, hogy mindkét kezét emelje el a talajról. Egy-egy kéz pillanatokig tartó elemelése elegendő előkészítése a következő lépésnek.</p> <p>A komfort állapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p> <p>A megfelelő testhelyzet kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
			helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).
7. Ül	Önállóan ül, ülésben törzsét és fejét önállóan megtartja.	Az önálló üléshez jó fej- és törzskontroll, törzsizomzat és megfelelő koordináció szükséges. A felülés fejlesztése során alkalmazott eljárások mellett a törzsizomzat erősítése a fejlesztés fő iránya.	Ortopédorvos javaslatára ülést segítő modulok, gerinctámaszok, ülőpárnák, fűzők használata fontos. A segédeszközök hozzájárulnak a helyes testtartás felvételéhez, a további deformitások megelőzéséhez és az általános állapot javulásához. (A belső szervek megfelelő működéséhez fontos a törzs függőleges helyzete, a mellkas tágassága.)
Támasztott ülés személyi segítő testkontaktusával kivitelezhető	Az ülést a segítő személy támogatja. A személy törzse a segítő törzsének támaszkodik, ebben a helyzetben a törzs egyes részeit önállóan tartja.	A törzsizomzatot hanyatt és háton fekvő helyzetben erősíthetjük különböző méretű és alakú gimnasztikai labdán végzett egyensúlyozással. Jobbra-balra, előre-hátra billentve a labdát a törzs izmainak megfeszítésével tud a személy egyensúlyi helyzetet megtartani. Háton fekvő helyzetben fejemelés, hasprés, magasra, láb irányába vagy a törzs ellenkező oldala irányába végzett nyúlás lehet fejlesztő feladat. Hason fekvésben	A segédeszközök használatának bevezetése, betanítása és a segédeszköz használatának idejének megállapítása szakember feladata.
Támasztott ülés párnákkal, támasztékkal kivitelezhető	A törzs mellett, előtt vagy mögött alkalmazott támaszték segítségével ül.		Kerüljük a házilag készített, ülést segítő támaszok használatát. A kerekesszébe sállal, szíjjal vagy kendővel történő
Támasztott ülés széken kivitelezhető	Támlás, esetleg karfás széken ül (pl. kerekesszék).		
Ülés közben fejét tartja	Támasztott ülés során fejét megtartja, a fejkontroll kialakult és stabil.		
Ülés közben törzsét tartja	Támasztott ülés során törzsét megtartja, a törzskontroll kialakult és stabil.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ülő helyzetben pozícionálható	Ülő helyzetben különböző helyzetek kialakíthatók.	<p>előre nyúlás, megtartás, tárgy emelése és tartása feladatok segítségével erősítjük a hát izomzatát.</p> <p>Ülésben mindig alkalmazzunk annyi támaszt, amennyi szükséges. Ez a támasz lehet kezdetben a segítő személy teljes törzse. Ülés során a medence stabil állásáról és a lábak stabil tartásáról is gondoskodni kell. Földön ülés sok esetben csak valamilyen párnán való üléssel kivitelezhető csak. A törzssel való megtámasztást egyre növekvő időre szüntessük meg, de ügyeljünk, hogy a személy ne ijedjen meg, gondoskodjunk a biztonságáról. A támasz pillanatokra való elvétele során segítsük a karok oldalra vagy előre történő letámasztását, védekező kitérését. Az egyensúlyi helyzet megbillenése esetén egy idő után már ne a teljes testtel támasszuk meg újra a személyt, hanem csak a vállövről, a hát felső, később az alsó szakaszára helyezett nyitott tenyérrel segítsük a testhelyzet stabilizálását.</p> <p>Amikor a törzs megtartása már kellően stabil, akkor elegendő lehet a medence megtartása és a kibillenés esetén stabil ellentartás alkalmazása. Ehhez a személy medencéjét két oldalról fogjuk át, határozottan, kellemetlenséget vagy fájdalmat nem okozó erősséggel tartjuk.</p> <p>A biztos ülő helyzetben végezzünk különböző koordinációs gyakorlatokat. Különböző méretű és alakú gimnasztikai labda, nyúlások, tárgyak emelése és</p>	<p>„bekötés” fájdalmat okoz, emberi méltóságot sértő helyzetet alakít ki, veszélyes, használata kerülendő. Az ülés és ültetés mindig az erre a célra kialakított segédeszközzel, ortézissel történjen.</p> <p>Az ülés és ültetés során használt párnák és támaszok lehetőség szerint legyenek erre a célra fejlesztett ortopédiai, speciális eszközök. Ezek megfelelő keménységűek, alakúak, könnyen tisztán tarthatóak, nem okoznak felesleges nyomást a testfelületen, a terhelés hatására egyenletesen oszlik el a felületük és a párna töltete. A sima köznapi párna nem ad megfelelő felületet, helyenként nyomást gyakorolhat a testen, deformálódik és gyűrődik.</p> <p>Az ülés a gerincre és a medenceövrre is nagy terhelést jelent, ezért az erősítő gyakorlatok és az ültetés bevezetése előtt is kérjük ortopéd szakorvos, vagy mozgásterapeuta javaslatát. Egyes gerinc deformitások mellett bizonyos feladatok kivitelezése ellenjavallt, az állapot romlásához vezethet.</p> <p>A komfortállapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		<p>megtartása, súlyok emelése és tartása egyre komolyabb koordinációt és erősebb izomzatot követel. Soha ne végeztessünk olyan feladatot, amelynek a mozgásos alapjai hiányosak vagy az izomzat túl gyenge a helyes kivitelezéshez.</p> <p>Az ülő testhelyzet esetén törekedjünk arra, hogy a törzs és a lábak 90 fokos szöveget zárjanak be. A talpak alá helyezett megfelelő magasságú emelvényrel a stabil helyzetet segítjük.</p> <p>Gondoskodjunk a biztonságos környezetről és a személyes jelenlétről a gyakorlás közben.</p>	
8. Feláll	Önállóan ülésből és fekvésből is feláll, az álló pozíciót kapaszkodás nélkül pár másodpercig megtartja.	<p>Az önálló felállás és a pozíció megtartása az elindulás előszobája. Gyakoroltatása biztosan megtartott fej- és törzskontroll esetén lehetséges.</p> <p>A személyes segítségadás esetén a gyakoroltatást minél magasabban lévő ülő pozícióból kezdjük, szükség szerint gondoskodunk a talpak stabilizálásáról, illetve a térdek megtámasztásáról. A helyes segítségadás során álljunk a személlyel szembe, amennyiben intenzív segítséget szeretnénk adni, a hónalj alatt vigyük karunkat a személy háta mögé és kulcsoljuk össze kezünket. A felállást felfelé történő enyhe húzó mozdulattal segítjük. A teljes törzs támasztását fokozatosan hagyjuk el, előbb az alkar</p>	<p>Az álló testhelyzet gyakoroltatása megfelelő izomerő megléte esetén elképzelhető. Az álló testhelyzet a normál szervi működéshez is szükséges, ezért abban az esetben is állíthatjuk a személyt, ha ennek koordinációs és izom alapjai hiányoznak. Speciális állító gépek segítségével pozícionálhatjuk a személyt. Az állítás indikációjának, időtartamának és a segítségadás módjának kialakítása mozgásvizsgálattal és mozgásfejlesztéssel foglalkozó szakember feladata.</p> <p>Az álló pozíció megtartását járógép is segítheti. Ennek felírása, kialakítása, indikáció megjelölése szintén szakember</p>
Ülésből kapaszkodással feláll	Segítő vagy kapaszkodó segítségével fekvésből ülő helyzetbe felhúzza magát.		
Ülésből segítség nélkül feláll	Ülő testhelyzetből kapaszkodás vagy személyi segítség nélkül feláll.		
Fekvő helyzetből segítséggel feláll	Fekvő helyzetből támaszkodással vagy kapaszkodással feláll.		
Fekvő helyzetből segítség nélkül feláll	Fekvő helyzetből támaszkodás vagy kapaszkodás nélkül feláll.		
Földről segítséggel feláll	Földről fekvő vagy ülő testhelyzetből kapaszkodással vagy személyi segítséggel feláll.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Földről segítség nélkül feláll	Földön fekvő vagy ülő testhelyzetből kapaszkodás vagy személyi segítség nélkül feláll.	<p>átfogása és támasztása, majd a kezek megfogása a segítségadás sorrendje. Mindig az intenzívebb segítségadástól induljunk az enyhébb felé, hogy a biztonságot végig garantálni tudjuk. A felállás gyakorlása során jó, ha két segítő személy van jelen.</p> <p>Amikor a felállás ülésből sikeres, úgy győződjünk meg arról, hogy a személy képes fekvő helyzetből is felállni. Ágyon fekvő helyzetből való felállás során az ágy szélére való kiülés, míg földön fekvő helyzetből a négykézláb állásból való felállás a közbülső lépés. A gyakorlatok során használjuk a korábbi, alacsonyabb szintű mozgásos elemek kialakításánál javasolt gyakorlatokat.</p> <p>A felállás akár ágyon fekvésből, akár földön fekvésből történik, fontos az önálló életvitel kialakítása során. Elesés, leesés, kerekesszékből való kiesés esetén fontos, hogy amennyiben sérülés nem történt, önállóan fel tudjon állni a személy.</p> <p>Szakember segítségét kérhetjük az esések tanításához, hogy a biztonságos esés technikáját meg tudja tanulni a személy. Ez nem csak mozgássérülés, de korral járó vagy egyéb állapotok talaján kialakuló koordináció csökkenés esetén is fontos lehet.</p>	<p>feladata.</p> <p>A szobában, fürdőszobában, ágy mellett és felett elhelyezett kapaszkodók, támaszok a környezeti adaptáció fontos eszközei.</p> <p>A komfortállapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p> <p>A megfelelő testhelyzet kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
9. Áll	Támaszkodás, kapaszkodás nélkül önállóan áll.	Az önálló állás feltétele a jó törzskontroll, megfelelő alsóvégtag és törzsizomzat, biztos mozgáskoordináció. Ezek fejlesztése külön-külön fontos az önálló állás előkészítése érdekében.	Az állás kialakításához állító használata, járógép, különböző talajokon végzett álló és egyensúlyozó gyakorlatok szükségesek. Az álló testhelyzet megtartása, az egyensúly visszanyerése egy egyensúlyvesztéses helyzetet követően komoly összpontosítást igényel. A koordináció fejlesztésében és az izomzat erősítésében kérjük segítséget. A különböző járó-, és állógépekbe helyezett személyt soha ne hagyjuk
Kapaszkodva áll	Állás során személyi segítséggel, kapaszkodással önállóan áll, a pozíciót önállóan percekig megtartja.	Az alsó végtagot célzott erősítéssel, lábemeléssel, lábhajlítással, súlyok emelésével, guggolással, felállással tudjuk gyakoroltatni.	
Állás közben fejét tartja	Állás közben a fej tartása biztos, képes fejét oldalra fordítani.	A törzsizomzat erősítése céljából használjuk az ülésnél leírt fejlesztő	
Fél lábon áll	Állás során legalább az egyik lábát felemelni támaszkodás vagy segítség nélkül.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Lábujjhegyre áll	Két lábon állva lábujjhegyre áll.	<p>gyakorlatokat.</p> <p>A koordináció fejlesztésében minden egyensúlyi helyzet megbontását célzó gyakorlat (gimnasztikai labdán végzett gyakorlatok) alkalmas.</p> <p>A kapaszkodva állásból előbb egy-egy kéz, majd mindkét kéz engedje el a támaszt. Törekedjünk fokozatosságra és a biztonságot garantáljuk. Bizonytalan testhelyzetből faladó félelem erősen visszaveti a személy fejlődését.</p> <p>Az állás során a fél lábra, valamint a lábujjhegyre állás a lépés előkészítését is szolgálja, önmagukban nincs szerepük az önálló élet kialakítása szempontjából. Fejleszti az izomerőt és a mozgáskoordinációt, valamint az egyensúly megtartásának képességét. Mindenféle át-, és fellépés, láblendítés szerepelhet a feladatok között a gyakoroltatás során. Igyekezzünk a gyakoroltatást a napi tevékenységekbe ágyazni, pl. legyen az a gyakorlat, hogy egy kedvelt vagy vágyott tárgyat magasabbra helyezünk, és onnan kell levenni.</p> <p>Soha ne feledjünk, hogy sérült mozgás esetén az állás vagy lépés nagyon bizonytalan helyzetet teremt, ezért sok személy fél ezektől a helyzetektől. Fokozottan ügyeljünk a biztonság garantálására, ne hagyjuk a személy felügyelet nélkül és szóban is erősítsük meg, hogy vigyázunk rá.</p>	<p>felügyelet nélkül. Az elesés kialakulásának esélye és a sérülés mértékének nagysága miatt gondoskodjunk személyi kockázatkezelési tervről.</p> <p>A környezetben elhelyezett kapaszkodók és támaszok a biztonságos környezet kialakítását szolgálják.</p> <p>A komfortállapotot soha ne lépjük át és a diszkomfort jelzésre ügyeljünk. Túlzó gyakoroltatás ellenkező hatást válthat ki.</p> <p>A megfelelő testhelyzet kialakításához mindig kérjük szakember segítségét, vegyük figyelembe a diagnózist, terhelhetőséget, általános állapotot. Egyes diagnózisok, állapotok kizárják annak lehetőségét, hogy egy-egy mozdulatot gyakoroltassunk, egy-egy helyzetet kialakítsunk, ezek az állapot romlását is okozhatják bizonyos esetekben. Ennek megállapítása és a kivitelezés pontos meghatározása szakember feladata (ortopédorvos, gyógytornász, szomatopedagógus, mozgásterapeuta).</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
10. Jár	Kapaszkodás, támaszkodás nélkül önállóan jár, szintkülönbséget segítség nélkül áthidal.	Az önálló járás jó koordinációval és az elesés minimális veszélye mellett akkor kivitelezhető, ha a korábbi képességek kialakultak. Amennyiben a koordináció bizonytalan, gondoskodjunk megfelelő eszközös és személyes segítségről, segédeszközökről.	A segédeszközzel való önálló járás önálló járásnak tekinthető funkcióját figyelembe véve. Ebben az esetben azonban további támogatási teendők is szükségesek lehetnek, valamint a megfelelő segédeszköz kiválasztása, beállítása és betanítása szakember feladata.
Kapaszkodva jár	Személyes segítséggel vagy kapaszkodó használatával jár.		
Segédeszközzel jár	Járást segítő eszközt használ (pl. rollátor, járókeret, támbot).	A segédeszközzel való járás gyakorlatilag önálló járásnak tekinthető, arra ügyeljünk, hogy a segédeszköz használata, tisztán tartása, tárolása, az útvonalak megtervezése külön feladat lesz a biztonságos közlekedés során.	Kapaszkodva járás esetén fontos, hogy tisztában legyünk azzal, hogy kapaszkodó nem minden környezetben érhető el, így az idegen vagy nem a lakókörnyezetben történő járás kiváltására és támogatására kerekesszék, támbot, járókeret, mankó stb. szükséges lehet.
Néhány lépést önállóan megtesz	Néhány lépést önállóan, segítség vagy kapaszkodás nélkül megtesz.		
Lépcsőn kapaszkodással felmegy	Lépcsőn váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodással felmegy.	Az önálló járás kialakítását a biztonság garantálása személyes és eszközös támogatással segíti. Fontos, hogy a járáshoz, ahogy a többi mozgáshoz is megfelelő motiváció szükséges.	A környezetben elhelyezett kapaszkodók és támaszok a biztonságos környezet kialakítását szolgálják.
Lépcsőn kapaszkodással lemegy	Lépcsőn váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodással lemegy.		
Lépcsőn felmegy	Lépcsőn váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodás nélkül felmegy.	Gondoskodjunk az életkornak megfelelő, színes, érdekes környezetről. Egyes feladatok, tevékenységek elvégzése, részvétel ezekben a feladatokban szintén motiváló lehet, valamint a gyakorlás funkcióhoz fog kapcsolódni.	A lépcsőn járás kiváltható lépcsőnjáró eszközökkel, lépcsőlifttekkel is.
Lépcsőn lemegy	Lépcsőn váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodás nélkül lemegy.		Ahol kisebb szintkülönbséget kell áthidalni és megfelelő tér áll rendelkezésre, ott a rámpa jobb megoldás, mint a lépcső kialakítása.
Rámpán kapaszkodással felmegy	Rámpán váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodással felmegy.		
Rámpán kapaszkodással lemegy	Rámpán váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodással lemegy.	A színes, ingergazdag környezet azonban legyen egyedi, mivel sok esetben inkább árt, mint használ. A környezet kialakítása során itt is fontos, hogy az egyéni szükségleteket vegyük figyelembe.	
Rámpán felmegy	Rámpán váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodás nélkül felmegy.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Rámpán lemegy	Rámpán váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodás nélkül lemegy.	A lépcsőn járás felfelé könnyebb, és általában az utánlépéses járással kezdődik. A domináns lábbal lép előbb, majd ezt követi a másik lábbal való utánlépés. A személyes vagy eszközös támasz, segítség a másik, nem domináns oldalon van. Ennek megfelelően a kapaszkodók jó, ha mindkét oldalon megtalálhatóak. Kisebb szintkülönbségek áthidalására a rámpa a lépcsőnél jobb megoldás, könnyebben használható. A lépcsőn való járás nehéz és összetett mozgásos feladat.	
11. Összetett nagymozgásokat végez	Önállóan, segítség nélkül végez összetett nagymozgásokat (guggol, fut, tol és húz).	Az összetett mozgások egyrészt a teljes körű mozgásbiztonságot feltételezik, másrészt a mindennapi élethez szükséges összetettebb mozgásokat tartalmazzák. Természetesen ez a lista bármeddig bővíthető lenne. Gyakorlásuk leginkább valamilyen funkcionálisan felépített gyakorlat során javasolt.	A futás, vagy a sportoláshoz szükséges összetett mozgások kiváltására, segítésére számos segédeszköz, kifejezetten sportolásra kifejlesztett eszköz érhető el. A futás az itteni felsorolásban a sportolás megjelenítője is. A megfelelő sportforma és sporteszköz kiválasztásában kérjük szakértő segítségét. A hparalimpia.hu, valamint a merek.hu oldalon is találhatóak olyan információk és szakértők, akik segítségét kérhetjük.
Kapaszkodva guggol	Kapaszkodva leguggol, a testhelyzetet megtartja és feláll.		
Leguggol	Térdeit hajlítva leguggol, a testhelyzetet megtartja és feláll.		
Tol	Álló vagy ülő testhelyzetben karjával oldalirányba vagy előre-hátra toló mozgást végez.	A guggolást gyakoroljuk úgy például, hogy „földre esett” tárgyakat teszünk fel az asztalra, vissza a polcra vagy teregetés során a lavórból guggolgatva vesszük ki a ruhákat.	
Húz	Álló vagy ülő testhelyzetben karjával oldalirányba vagy előre-hátra húzó mozgást végez.	A tolásnak és húzásnak az ajtók	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Fut	Fut	<p>kinyitása, elhúzása, függönyök elhúzása, eszközök, tárgyak mozgatása során lehet szerepe (pl. porszívózás).</p> <p>A futás részben a sport szimbóluma is. Igyekezzünk valamilyen mozgásélményt, sportolási lehetőséget kialakítani és bevezetni a szabadidő hasznos eltöltése. A mozgás a fizikai és mentális egészség megtartása érdekében az önálló életvezetés során kiemelten fontos.</p>	

Felmérő lap - Épületen belüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.1. Épületen belüli közlekedés
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁴		
1.	Épületen belül önállóan közlekedik és tájékozódik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Épületen belül önállóan képes helyzetváltoztatásra, szükség szerint segédeszközök használatával	IGEN	NEM			
1.2	Otthonában, saját lakrészében tájékozódik	IGEN	NEM			
1.3	Ismert épületben tájékozódik	IGEN	NEM			
1.4	Ismeretlen épületben tájékozódik	IGEN	NEM			
1.5	Lépcsőt használ	IGEN	NEM			
1.6	Liftet használ	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

²⁴ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Épületen belüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.1. Épületen belüli közlekedés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Épületen belül önállóan közlekedik és tájékozódik	Ismert, illetve ismeretlen épületben önállóan tájékozódik és közlekedik, szükség szerint segédeszközök használatával.	Amennyiben ezen a területen C. értékelést adunk, érdemes a Nagymozgás külön felmérni. Az önállóság kialakítását segíti a lakókörnyezet előzetes megismerése, ezt már a költözés előtt megkezdhetjük. Az épülő lakásokhoz való rendszeres látogatás, az épület feltérképezése fontos eleme a felkészülésnek.	Az épületen belüli, a személy érdeklődésének, képességeinek és szükségleteinek megfelelően összeállított környezeti feltételek, berendezés és elrendezés (pl. alacsonyan elhelyezett és megfelelő magasságú szekrények, polcok, kapcsolók, dönthető, átalakítható, speciális bútorok és berendezések, szekrények nyílásszöge, munkaterület megtervezése) elősegíti a személy szabad, önálló helyváltoztatását.
Épületen belül önállóan képes helyzetváltoztatásra, szükség szerint segédeszközök használatával	Mozgásállapota lehetővé teszi, hogy egy épületen belül önállóan mozogjon, szükség esetén segédeszközöket használatával.	A helyváltoztatásból fakadó kockázatok (pl. lépcsőzés, liftezés) kezelésére szükség esetén készítsünk kockázatkezelési tervet.	Az épület és főbejárat akadálymentes megközelítése (pl. akadálymentes parkoló, szintkülönbségek kerülése vagy rámpa, felvonó, emelőlap, korlátlift, megfelelő méretű ajtók), az épületen belüli akadálytalan közlekedés (pl. helyiségek méretei, lift, kapaszkodók) és a belső kialakítás (pl. járófelület, falburkolat, WC és fürdő) egyaránt
Otthonában, saját lakrészében tájékozódik	Otthoni környezetében, saját lakrészében biztonságosan tájékozódik, megtalálja a helyiségeket.	Látássérült személyek számára a modellezés nyújthat segítséget.	
Ismert épületben tájékozódik	Ismert épületen belül biztonságosan tájékozódik, megtalálja a helyiségeket.	A szükséges segédeszközök alkalmazását külön tanítani szükséges, ehhez megfelelő felkészültségű szakemberre van szükség.	
Ismeretlen épületben tájékozódik	Ismeretlen épületen belül biztonságosan tájékozódik, megtalálja a helyiségeket.		
Lépcsőt használ	Lépcsőn önállóan, biztonságosan, váltott lábbal vagy utánlépéssel, kapaszkodva vagy kapaszkodás nélkül fel-, és lemegy.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Liftet használ	Liftet önállóan, biztonságosan, rendeltetésszerűen használ.	<p>A helyváltoztató mozgásokat különféle terepeken érdemes gyakorolni (síkon, lépcsőn, lejtőn).</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk az általános vizuális és egyéb környezeti támpontokat: hogyan jelölik a kijáratot, mosdókat, vezetősáv használata stb.</p> <p>Kapcsolódó fejlesztendő területek lehetnek a személy kommunikációs és szociális kompetenciái, hogy tudjon segítséget kérni a tájékozódásban.</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk a lift használatát (pl. ajtónyitás, gombok), hívjuk fel a figyelmet a biztonsági szempontokra.</p> <p>Amennyiben a kéz mozgásai nem teszik lehetővé, egyes személyek a fejükkel, pl. fejpálca segítségével kezelhetik a liftet kezelni.</p>	<p>elősegíti a lakók mobilitását.</p> <p>A tervezéshez és kivitelezéshez számos segédlet, valamint képzett szakemberek segítsége vehető igénybe.</p> <p>Helyváltoztatást segítő segédeszközök például: ortézis, protézis, mechanikus vagy elektromos kerekesszék, támbot, járókeret, mankó, aktív kerekesszék.</p> <p>A tájékozódást segíti a belső tér állandó, változatlan elrendezése. Fontos lehet vizuális környezeti támpontok alkalmazása. Látássérült személyeket támogathatnak domború jelzések, modellezés.</p> <p>Ismert vagy ismeretlen épületben a tájékozódást segítő technológiák (pl. információs táblák, vezetősáv, piktogram, térkép), illetve biztonsági rendszerek (pl. hangjelzés mellett fényjelző berendezések, veszélyforrások jelzése) segíthetik a tájékozódást.</p> <p>Vizuális emlékeztető, folyamatábra segítheti a tájékozódást, illetve a segédeszközök, segítő technológiák használatát.</p> <p>Fejpálca, Braille felirat, domború jelzés segítheti látássérült személyek számára a lift használatát.</p>

Felmérő lap - Településen belüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.2. Településen belüli közlekedés
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁵		
1.	Településen belül közlekedik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Közvetlen lakókörnyezetében tájékozódik	IGEN	NEM			
1.2.	Ismert útvonalon közlekedik	IGEN	NEM			
1.3.	Ismeri a fontosabb szolgáltatások, hivatalok helyét	IGEN	NEM			
1.4.	Útbaigazítást kér	IGEN	NEM			
1.5.	Közlekedés során viselkedése adekvát	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Útvonalat tervez	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Kerékpárral közlekedik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	A közlekedési szabályokat ismeri és betartja	IGEN	NEM			

25 Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Autóval közlekedik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1.	Gépjárművel szállítható			IGEN	NEM	
4.2.	Érvényes jogosítvánnyal rendelkezik			IGEN	NEM	
4.3.	Megfelelő autóvezetési rutinnal rendelkezik			IGEN	NEM	

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok – Településen belüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.2. Településen belüli közlekedés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Településen belül közlekedik	Azon a településen, ahol él, önállóan és biztonságosan közlekedik és tájékozódik.	Az önállóság kialakítását segíti a lakókörnyezet és a település előzetes megismerése, ezt már a költözés előtt megkezdhetjük. A támogatott életvitel során fontos szolgáltatások feltérképezése, az útvonalak gyakorlása fontos eleme a felkészülésnek.	Kezdetben hasznos lehet a település térképének tanulmányozása vagy közös elkészítése, amelyen jól láthatóan, a személy számára értelmezhető módon fel vannak tüntetve a legfontosabb helyszínek.
Közvetlen lakókörnyezetében tájékozódik	A környező utcákban közlekedik és tájékozódik. Tudja, hol van és biztonságosan hazatalál.	Amennyiben nehézséget jelent az önálló közlekedés és tájékozódás, kezdetben közösen, kíséréssel, majd az önállóság fokozatos növelésével tegyen meg egyre nagyobb távolságokat a személy.	Látássérült személyek számára domború térkép, modellezés nyújthat segítséget.
Ismert útvonalon közlekedik	Egy jól ismert vagy gyakran látogatott, közeli helyre odatalál, önállóan közlekedve és tájékozódva.	A biztonságos közlekedés tanítása során az alapvető közlekedési jelzések és táblák megtanításával kezdjük a felkészítést.	GPS alapú útvonaltervező applikációk, útvonaltervek a fontos tájékozási pontok megjelölésével segíthetik az önállóságot.
Isméri a fontosabb szolgáltatások, hivatalok helyét	A településen belül ismeri a főbb szolgáltatásokhoz vezető útvonalat (pl. buszmegálló, bolt, posta), önállóan odatalál.	A közlekedést lehetőség szerint valós szituációban gyakoroljuk akkor, amikor a jelzéseket ismeri a személy. A valós helyzetben való gyakorlás során eleinte ne hagyjuk felügyelet nélkül a személyt.	Hasznos, ha mindig van a személynél egy kártya a legfontosabb adataival, lakcímeivel és a probléma vagy vészhelyzet esetén értesítendő személy elérhetőségeivel.
Útbaigazítást kér	A településen belül segítséget kér a tájékozódáshoz, verbálisan vagy általa használt segédeszközzel.		AAK eszközök, kommunikációs kulcskártyák, emlékeztető kártyák segítik a személyt a tájékozódásban, illetve segítségkérésben.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Közlekedés során viselkedése adekvát	<p>Ismeri és betartja az általános illemszabályokat, illetve közlekedési szabályokat az utcán, vagy ha figyelmeztetik, képes megfelelően viselkedni.</p>	<p>Később segítséget jelenthet, ha a kiindulási ponton elindítja, majd a célállomáson is várja valaki a személyt, így nyújtva biztonságot számára a gyakorlás során.</p> <p>Az útvonalak közös megtanulása, gyakorlása különböző időjárási tényezőket is figyelembe véve (pl. eső, hó) történjen. Emellett a különböző terepeken (pl. lejtő, lépcső) való közlekedés gyakorlása is segíti a felkészülést.</p> <p>Kezdetben, ha ez szükséges, tervezzük meg előre közösen az útvonalat.</p> <p>Kommunikációs akadály esetén alternatív kommunikációs eszközök használatát segítsük és adaptáljuk, pl. kommunikációs kulcskártya bevezetése az útbaigazítás kéréshez.</p> <p>A segítség kérését szituációs gyakorlatok segítségével gyakorolhatjuk.</p> <p>Mindig emlékezzünk rá, hogy a kommunikációs és szociális készségek elsajátításában, illetve a közlekedési szabályok betartásában mi magunk is modellek, minták vagyunk.</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk, hogy különböző személyekkel és helyzetekben, az utcán mi az elfogadható viselkedés.</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
2. Útvonalat tervez	Ismeretlen helyszínre vezető útvonalat képes előre megtervezni. Az útvonalat követve, számára ismeretlen helyre odatalál, időben megérkezik.	<p>A gyakorlást kezdjük egy már ismert helyre vezető útvonal megtervezésével, mivel a terv elvont, absztrakt leképezése a valós, bejárható útvonalnak. Ennek a megértése és átfordítása lesz a felkészítés első lépése.</p> <p>Figyeljük meg, hogy mely tájékozdási pontok jelentenek segítséget a személynek. Általában a jellegzetes épületek, tereptárgyak jelent támpontot a tájékozódás során.</p> <p>Gyakoroljuk a tájékozódást segítő eszközök (térkép, GPS alapú applikáció) használatát.</p> <p>A távolság és az idő összefüggése lehet a következő lépés, ebben támaszkodjunk az ismert útvonalakra.</p>	Nyomatott térkép, látássérült személyek számára domború térkép, modellezés, GPS alapú útvonaltervező applikációk segíthetik a tervezést és az önálló közlekedést.
3. Kerékpárral közlekedik	Kerékpárral önállóan és biztonságosan közlekedik a településen belül.	A biztonságos kerékpáros közlekedéshez a megfelelő mozgáskoordináció mellett	Egyensúlyi problémák esetén a tanulást, gyakorlást négy- majd háromkerekű

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A közlekedési szabályokat ismeri és betartja	A kerékpáros közlekedésre vonatkozó szabályokat ismeri és betartja. Magát és másokat nem veszélyeztet a közlekedés során.	szükség van a személy összpontosítására, valamint a közlekedési szabályok megértésére, betartására. Fontos, hogy önállóan akkor közlekedjen a személy kerékpárral, ha képes a környezetére is figyelni és betartja a szabályokat. A kerékpározást kezdetben mindig kísérettel gyakoroljuk, a közlekedési szabályok elsajátítása érdekében gyakorló pályát is kereshetünk. A közlekedési szabályokat csoportban is feldolgozhatjuk, azonban érdemes ezeket folyamatosan a közlekedés során tudatosítani az érintettekkel (gyalogos közlekedés, illetve kíséreléssel történő kerékpározás során is).	kerékpárral kezdetben. Tandem vagy speciális kerékpár teszi lehetővé, hogy olyan személyek is részesüljenek az élményben, akik önállóan nem képesek biciklizni. Biztonsági eszközök, elemek, védőfelszerelés minden esetben fontos a biztonságos közlekedés, valamint a KRESZ szabályainak betartása érdekében. A személy megértési szintjétől függően KRESZ könyvek, gyakorló programok vagy tanfolyam segítheti a szabályok elsajátítását.
4. Autóval közlekedik	Érvényes jogosítvánnyal és megfelelő autóvezetési rutinnal rendelkezik, önállóan vezet.	A támogatott lakhatás során fontos törekvés a napközbeni, otthoni és munkatevékenységek helyszíneinek változatossága, ezért fontos szempont, hogy a személy szállítható-e vagy akár képes az önálló vezetésre is. A közlekedéssel, illetve szállítással kapcsolatos tiltakozás, félelmek, szorongás kapcsán fontos, hogy megfigyeljük, milyen ingerek válhatnak ki a személyből túlzott reakciót. Amennyiben a lakó szeretne jogosítványt szerezni, segítsük az autósiskola kiválasztásában, a tanfolyam	Segédeszközök használata fontos lehet (pl. fül dugó, fülvédő) a közlekedés vagy szállítás során. Terápiaként is alkalmazhatók deszenzitizációs technikák, melyekkel lassan, fokozatosan hozzászoktatjuk a személyt a számára megterhelő ingerekhez. Fejlesztő pedagógus, gyógypedagógus, gyógytornász pszichológus is alkalmazhat terápiás módszereket, melyekkel csökkenthetők az autós közlekedéssel, szállítással kapcsolatos félelmek, szorongás.
Gépjárművel szállítható	Állapota lehetővé teszi a szállítást. Nem tiltakozik, nem utasítja el az autóval való közlekedést, járművel történő szállítást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Érvényes jogosítvánnyal rendelkezik	Érvényes jogosítvánnyal rendelkezik		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>Megfelelő autóvezetési rutinnal rendelkezik</p>	<p>Rendelkezik annyi vezetési tapasztalattal, hogy önállóan, biztonságosan autóval közlekedjen.</p>	<p>elvégzésében.</p> <p>Segítséget jelenthet a személy számára, ha környezete is igyekszik a számára kellemetlen helyzetek, illetve a szenzoros túlterhelés elkerülésére. A személy számára taníthatók azok a stratégiák, amikkel elkerülheti a nem kívánt ingereket (pl. közlekedés során hallgasson zenét, ha zavarják a zajok).</p> <p>Segítséget jelenthet a személy felkészítése azokra a helyzetekre, amelyek számára kellemetlenek, illetve e helyzetekre való előzetes figyelmeztetés.</p> <p>Amennyiben a személy jogosítványt szerzett, de még nincs vezetési rutinja, kezdetben továbbra is gyakorló pályán, majd a kisebb forgalmú településrészekben segíthetjük a gyakorlást.</p>	

Felmérő lap - Településen kívüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.3. Településen kívüli közlekedés
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁶		
1.	Tömegközlekedési járművön utazik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Ismeri a tömeg- és közösségi közlekedés funkcióját	IGEN	NEM			
1.2.	Tömegközlekedési, közösségi közlekedési járműre felszáll, leszáll	IGEN	NEM			
1.3.	Akadálymentes tömegközlekedési, közösségi közlekedési járműre felszáll, leszáll	IGEN	NEM			
1.4.	Felismeri, hogy hol kell a járműről leszállni	IGEN	NEM			
1.5.	Ismeri a helyi tömegközlekedés lehetőségeit	IGEN	NEM			
1.6.	Ismeri a helyközi közösségi közlekedés lehetőségeit	IGEN	NEM			
1.7.	Tudja, hogy hol van a legközelebbi megálló/állomás	IGEN	NEM			
1.8.	Jegyet vásárol	IGEN	NEM			
1.9.	Tudja, hogy nagyjából mennyibe kerül egy jegy/bérlet	IGEN	NEM			
1.10.	Tudja, hogy személyi okmányait magával kell vinnie	IGEN	NEM			
1.11.	Személyi okmányait megőrzi	IGEN	NEM			
1.12.	Útbaigazítást kér	IGEN	NEM			
1.13.	Közlekedés során viselkedése adekvát	IGEN	NEM			

²⁶ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Útvonalat tervez	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	A tervezett úti célhoz eljut	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Településen kívüli közlekedés

Modul	Terület	Tevékenység
A. Önálló életvitel	A.4. Mobilitás	A.4.3. Településen kívüli közlekedés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Tömegközlekedéssel vagy közösségi közlekedéssel utazik	A településen elérhető tömegközlekedést (pl. busz, villamos), illetve a települések közötti közösségi közlekedést (pl. vonat) önállóan használja. Tudja, hogy hol van megálló/állomás vagy megkeresi, jegyet vesz, önállóan fel-, és leszáll.	A közlekedési eszközök és útvonalak megtervezése során számos szempontot kell figyelembe venni: akadálymentesség, az akadálymentes eszközök elérhetősége, alternatív útvonalak, menetrendek és tájékoztató felületek megléte, jegyvásárlási lehetőségek. Emellett külön szempont, hogy a személy számára milyen akadálymentesítés szükséges, hogyan tud segítséget kérni, hogyan viselkedik váratlan helyzetekben, milyen támogató technikákkal tud segítséget kérni szükség esetén. Ezt a sok szempontot együttesen kell figyelembe venni akkor, amikor az önálló közlekedés kialakítása felé haladunk.	Akadálymentes közlekedési eszközök elengedhetetlenek mozgássérült személyek számára: liftek, emelőgépek, korlátliftek, egyes vonatszerelvények esetében speciális liftek jöhetnek itt szóba. A tervezés és felkészítés során arra kell ügyelni, hogy elérhetőek-e az akadálymentes közlekedési eszközök vagy kiválthatóak-e alternatív útvonalakkal. Önálló közlekedés esetén sokat segíthet, ha mindig van a személynél telefon, GPS jel adására képes eszköz, így nyomon követhető, hogy merre jár, illetve ő is bármikor tud segítséget kérni, ha szükséges.
Ismeri a tömeg- és közösségi közlekedés funkcióját	Tudja, hogy a járművek közlekedésre szolgálnak, a tömeg- vagy közösségi közlekedést jegy ellenében lehet igénybe venni, a megállóban/állomáson lehet fel- és leszállni.	Rendszeres utazás esetén érdemes betervezni az állandó kiadás.	Az eszközök használatának ismerete alapvető jelentőségű.
Tömegközlekedési, közösségi közlekedési járműre felszáll, leszáll	A tömegközlekedési és közösségi közlekedési eszközöket önállóan használja. Nem szükséges, hogy a jármű akadálymentes legyen.	A gyakoribb helyzetekre készülünk szituációs gyakorlatokkal, készítsünk folyamatábrákat, amelyek különböző a közlekedési szituációk tartalmazznak.	Tömegközlekedési térképek, helyi/helyközi járatok útvonalának, térképeinek és leírásainak elemzése, tanulása, gyakorlása segíti, hogy éles helyzetben is biztosan használni tudja a személy.
Akadálymentes tömegközlekedési, közösségi közlekedési járműre felszáll, leszáll	Az akadálymentes tömegközlekedési és közösségi közlekedési eszközöket önállóan használja. Csak akadálymentes járművel közlekedik önállóan.	Amennyiben az utazás során fellépő váratlan helyzetek kezelése nehézséget	
Felismeri, hogy hol kell a járműről leszállni	Környezeti támpont, megálló neve, felirat vagy más módszer segítségével azonosítja a leszállás helyét (pl. számolja a megállókat.)		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri a helyi tömegközlekedés lehetőségeit	Tudja, hogy a településen milyen típusú közlekedés használható (pl. busz, villamos, trolis), milyen járatok vannak, azok merre mennek.	okoz, úgy tanítsunk relaxációs, feszültség-kezelési technikákat, vagy alakítsunk ki olyan stratégiákat, amelyek segítik a szorongást keltő helyzetek kezelését.	Kommunikációs nehézségek esetén alternatív kommunikációs eszközök használatáról kell gondoskodni, pl. kommunikációs kulcskártyák, vagy előre elkészített leírás a jegyvásárlási igénnyel, amelyet átadhat a pénztárnál.
Ismeri a helyközi közösségi közlekedés lehetőségeit	Tudja, hogy a településen milyen típusú közösségi közlekedés használható, van-e busz- vagy vonatállomás. Tisztában van vele, hogy ezekkel hová utazhat, vagy utána tud nézni.	Mindig emlékezzünk rá, hogy a kommunikációs és szociális készségek elsajátításában, illetve a közlekedési szabályok betartásában mi magunk is modellek, minták vagyunk.	Amennyiben a pénzkezelés problémát okoz, úgy előre kiszámolt összeg segítheti a jegyvásárlást.
Tudja, hogy hol van a legközelebbi megálló/állomás	Ismeri a legközelebbi megállóhoz vezető útvonalat. Ha van a településen busz- vagy vonatállomás, önállóan odatalál.	Tanítsuk és gyakoroljuk, hogy különböző személyekkel és helyzetekben, a közlekedés során mi az elfogadható viselkedés.	Készítsünk egy mindig elérhető listát arról, hogy mi szükséges az utazáshoz (menetjegy, pénz, okmányok, stb.), valamint folyamatábrákkal is segíthetjük közlekedési lépések elsajátítását.
Jegyet vásárol	Jegypénztárban, automata segítségével, vagy a járművön megvásárolja a menetjegyet.		Készítsünk térkép a településről, amelyen jól látható, értelmezhető módon fel vannak tüntetve a megállók/állomások, esetleg a főbb tájékozási pontok, információk lehetőségek.
Tudja, hogy nagyjából mennyibe kerül egy jegy/bérlet	Az általa használt közlekedés díjait ismeri.		Személyi okmányaihoz biztosítsuk a megfelelő tartót, tokot, nyakba akasztót stb.
Tudja, hogy személyi okmányait magával kell vinnie	Tisztában van vele, hogy mely személyi okmányait kell magával vinnie az utazáshoz.		
Személyi okmányait megőrzi	Okmányait óvja, nem veszíti el.		
Útbaigazítást kér	Segítséget kér a tájékozódáshoz, a járatokhoz verbálisan vagy általa használt segédeszközzel.		
Közlekedés során viselkedése adekvát	Ismeri és betartja az általános illemszabályokat a közlekedés során, vagy ha figyelmeztetik, képes megfelelően viselkedni. Számára kellemetlen helyzetekben is nyugodt marad (pl. tömeg, késés, váratlan esemény).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>2. Útvonalat tervez</p>	<p>Ismeretlen helyre vezető útvonalat tömegközlekedés vagy közösségi közlekedés igénybevételével képes előre megtervezni.</p>	<p>A gyakorlást kezdjük egy már ismert helyre vezető útvonal megtervezésével, mivel a terv elvont, absztrakt leképezése a valós, bejárható útvonalnak. Ennek a megértése és átfordítása lesz a felkészítés első lépése.</p> <p>Figyeljük meg, hogy mely tájékozási pontok jelentenek segítséget a személynek. Általában a jellegzetes épületek, tereptárgyak jelent támpontot a tájékozódás során.</p> <p>Gyakoroljuk a tájékozódást segítő eszközök (térkép, GPS alapú applikáció) használatát.</p> <p>A távolság és az idő összefüggése lehet a következő lépés, ebben támaszkodjunk az ismert útvonalakra, illetve a menetrendekre.</p>	<p>Nyomatott térkép, látássérült személyek számára domború térkép, modellezés, GPS alapú útvonaltervező applikációk, nyomtatott és online menetrendek, útvonaltervező programok segíthetik a tervezést és az önálló közlekedést.</p>
<p>3. A tervezett úticélhoz eljut</p>	<p>Az útvonalat és menetrendet követve, számára ismeretlen helyre, akár több átszállással önállóan eljut, időben megérkezik.</p>	<p>Készítsük fel a személyt a lehető legtöbb különféle váratlanul kialakulható helyzetre, melyekre mind készíthető „véyszorgatókönyv”. Gyakoroljuk ezeknek a helyzeteket szituációs gyakorlatok segítségével.</p> <p>A segítségkérést külön gyakorolhatjuk.</p> <p>A tanítást és gyakorlást végezzük fokozatosan, a támogatást folyamatosan csökkentve.</p>	<p>A pontos útvonalterv (pl. átszállások helyének, időpontjának pontos leírása) segítheti az önállóságot.</p>

A.5. PÉNZKEZELÉS

Felmérő lap - Pénzkezelés

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.5. Pénzkezelés és pénzbeosztás
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁷		
1.	Ismeri a pénzt	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Tudja, hogy mire való pénz			IGEN		NEM
1.2	A pénzérmeét felismeri			IGEN		NEM
1.3	A bankjegyeket felismeri			IGEN		NEM
1.4	Felismeri a különböző pénzérmeék értékét			IGEN		NEM
1.5	Felismeri a különböző bankjegyek értékét			IGEN		NEM
1.6	Ismeri a bankjegyeken található, eredetiségre utaló biztonsági elemeket			IGEN		NEM
1.7	Forintot megkülönböztet más pénzernemtől			IGEN		NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	A pénzt kiszámolja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	1000 Ft-ig számol			IGEN		NEM
2.2	1000 Ft felett számol			IGEN		NEM
2.3	1000 Ft alatt kiszámolja a visszajárót			IGEN		NEM
2.4	1000 Ft feletti kiszámolja a visszajárót			IGEN		NEM

²⁷ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Számológépet használ pénzüsszeg kiszámításához	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	A pénz értékét ismeri	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Tisztában van a különböző pénzürmék és bankjegyek értékével	IGEN	NEM			
4.2	Megbecsüli az alapvető élelmiszerek árát	IGEN	NEM			
4.3	Megbecsüli alapvető háztartási cikkek árát	IGEN	NEM			
4.4	Megbecsüli néhány szolgáltatás árát	IGEN	NEM			
4.5	Tudja, hogy mennyi a jövedelme/zsebpénze	IGEN	NEM			
4.6	Tudja, hogy milyen típusú jövedelmei vannak	IGEN	NEM			
4.7	Tudja, hogy mennyi a havi kiadása	IGEN	NEM			
4.8	Árakat összehasonlítja	IGEN	NEM			
4.9	Ár-érték arányt figyelembe vesz	IGEN	NEM			
4.10	Gazdaságossági szempontokat mérlegel	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Pénzét hatékonyan beosztja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Különbséget tesz szükségletei és vágyai között	IGEN	NEM			
5.2	Egy hétre előre beosztja a rendelkezésre álló pénzüsszeget	IGEN	NEM			
5.3	Egy hónapra előre beosztja a rendelkezésre álló pénzüsszeget	IGEN	NEM			
5.4	Hosszabb távra beosztja a rendelkezésre álló pénzüsszeget	IGEN	NEM			
5.5	A tervet végrehajtja	IGEN	NEM			
5.6	Szükség szerint a tervet módosítja	IGEN	NEM			
5.7	Döntéseinek következményét vállalja	IGEN	NEM			
5.8	Van stratégiája a pénzügyi helyzetek kezelésére	IGEN	NEM			
5.9	Képes tartalékolni, takarékoskodni	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Bankkártyát használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Érti a folyószámla funkcióját	IGEN	NEM			
6.2	Folyószámlája van	IGEN	NEM			
6.3	Folyószámlája adatait ismeri	IGEN	NEM			
6.4	Érti a bankkártya funkcióját	IGEN	NEM			
6.5	Bankkártyája van	IGEN	NEM			
6.6	Bankkártyáját megőrzi	IGEN	NEM			
6.7	Bankkártyával kapcsolatos adatait ismeri	IGEN	NEM			
6.8	Bankkártyával kapcsolatos adatait megőrzi	IGEN	NEM			
6.9	Bankjegy kiadó automatát (ATM) használ	IGEN	NEM			
6.10	Bankkártyával fizet	IGEN	NEM			
6.11	Tudja, hogy mi a teendő a bankkártya elvesztése estén	IGEN	NEM			
6.12	A folyószámla költségeit ismeri	IGEN	NEM			
6.13	A bankkártya költségeit ismeri	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Banki ügyeket intéz	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Érti a bank funkcióját	IGEN	NEM			
7.2	Banki dokumentumait tárolja	IGEN	NEM			
7.3	Személyesen banki ügyet intéz	IGEN	NEM			
7.4	Telefonon banki ügyet intéz	IGEN	NEM			
7.5	Online banki ügyintézkedést végez	IGEN	NEM			
7.6	Érti a havi banki kimutatás, folyószámla kivonat tartalmát	IGEN	NEM			
7.7	Érti a kamat fogalmát	IGEN	NEM			
7.8	Érti a hitel fogalmát	IGEN	NEM			
7.9	Érti a biztosítás fogalmát	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Csekket befizet	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Érti a csekk funkcióját	IGEN	NEM			
8.2	Érti az összefüggést az igénybe vett szolgáltatás és a csekkfizetés között	IGEN	NEM			
8.3	Értelmez egy csekket	IGEN	NEM			
8.4	Kitölt egy csekket	IGEN	NEM			
8.5	A csekk összegének megfelelő készpénzt készít elő	IGEN	NEM			
8.6	Befizeti a csekkeket a postán	IGEN	NEM			
8.7	Időben fizeti be a csekkeket	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Előfizetés feltételeivel tisztában van	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
10.1	Tisztában van az előfizetői szerződések aláírásának következményeivel	IGEN	NEM			
10.2	Tisztában van a mobiltelefon szolgáltatási csomagjában foglal lehetőségekkel, díjakkal	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok – Pénzkezelés és pénzbeosztás

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.5. Pénzkezelés és pénzbeosztás

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Ismeri a pénzt	A pénz funkcióját érti. Felismeri a pénzerméket, bankjegyeket. A pénz értékét leolvassa, értelmezi.	Adjunk lehetőséget, hogy a személy pénzt használjon, pénzösszeg tekintetében képességeihez és lehetőségeihez igazodva.	Pénzfelismerő alkalmazások segíthetik az önállóságot. Gyakorláshoz és tájékozódáshoz használhatunk reklámújságokat, katalógusokat, webáruházakat.
Tudja, hogy mire való a pénz	Tisztában van vele, hogy mi a pénz funkciója. Tudja, hogy fizetési eszköz és felhalmozható érték. Tisztában van azzal, hogy a tárgyak, szolgáltatások stb. pénzbe kerülnek.	A pénzhasznaát gyakorlását lehetőleg valós környezetben, valós helyzetekben végezzük. Először kísérőként vehet részt a személy a vásárláskor, már ekkor aktívan szerepet vállalhat a fizetésnél (pénz átadása).	
A pénzerméket felismeri	Képes a pénzerméket más tárgyaktól megkülönböztetni.	Ha az érmék, bankjegyek felismerést a számok kiolvasása akadályozza, adjunk más támpontokat a felismeréshez (pl. színe, nagysága, ábrák).	
A bankjegyeket felismeri	Képes a bankjegyeket más tárgyaktól megkülönböztetni.	Lehetőség szerint valódi pénzt használjunk a tanításhoz, különösen fontos ez látássérült személyek esetén, de az eredetiségi jelzések tanítása során (illeszkedő jel, hologram fólia, vízjel stb.) is.	
Felismeri a különböző pénzermék értékét	Leolvassa és értelmezi a pénzermék értékét (pl. 5 Ft). Látássérült személy tapintással.	Fontos lehet a forint megkülönböztetése más fizetőeszközöktől, az általános ismereteket is bővíti, ha egy-egy ország	
Felismeri a különböző bankjegyek értékét	Leolvassa és értelmezi a bankjegy értékét (pl. 500 Ft). Látássérült személy tapintással.		
Ismeri a bankjegyeken található, eredetiségre utaló biztonsági elemeket	Tudja, hogy vannak a bankjegyeken szabad szemmel is látható biztonsági elemek (vízjel, hologram fólia, biztonsági csík).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Forintot megkülönböztet más pénznemtől	Tudja, hogy egyes országokban más pénznemet használnak. Képes a forintot megkülönböztetni más fizetőeszközöktől.	fizetőeszközeit megismeri a lakó.	
2. A pénzt kiszámolja	Vásárláskor, fizetéskor az áru, szolgáltatás értékének megfelelő összeget vagy nagyobb értéket ad át, a visszajáró fogalmát érti és képes kiszámolni.	A pénz kiszámolása összetett művelet, a pénz felismerésén kívül számolási készséget és az alapvető műveletek ismerét feltételezi. Ha elakadást tapasztalunk, győződjünk meg arról, hogy melyik okozza a problémát és annak fejlesztésére koncentráljunk.	Számológép, különféle applikációk segíthetik a számolással kapcsolatos nehézségek kiküszöbölését. Érdeemes külön rekeszben tárolni a különféle érméket, bankjegyeket legalább a tanulás fázisában. Látássérült személyeket az eltérő bankjegyek különböző hajtogatása is segítheti.
1000 Ft-ig számol	Pénzérmekeket és bankjegyeket 1000 Ft-ig kiszámol.		
1000 Ft felett számol	Pénzérmekeket és bankjegyeket 1000 Ft felett is kiszámol.		
1000 Ft alatt kiszámolja a visszajárót	Kiszámolja, hogy mennyi a visszajáró 1000 Ft alatti összeg esetében. A visszakapott pénzérmekeket és bankjegyeket ennek megfelelően összeszámolja.		
1000 Ft feletti kiszámolja a visszajárót	Kiszámolja, hogy mennyi a visszajáró 1000 Ft feletti összeg esetében. A visszakapott pénzérmekeket és bankjegyeket ennek megfelelően összeszámolja.		
3. Számológépet használ pénzösszeg kiszámításához	Pénzösszeg kiszámításához (összeadás, kivonás) számológépet használ.	A számolvasást és alapvető műveletek megismerését és gyakorlását követően magasabb rendű műveletek és azok számológéppel történő kiszámítása lehet fejlesztési cél (pl. szorzás, osztás, százalékszámítás). Tanítsuk és gyakoroljuk a számológép használatát (külön eszközként vagy telefonon, számítógépen, okos eszközökön, beszélő számológépen).	A számológép kiválasztásánál vegyük figyelembe a személy motoros és kognitív készségeit is. Van, akinél a mobiltelefon applikáció lesz hatékony, másnál a nagy nyomógombos, hagyományos számológép válik majd be.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
4. A pénz értékét ismeri	Tisztában van a pénz értékével és nagyságrendileg az átlagos árakkal. Jövedelemforrásait, jövedelme összegét ismeri. Ár-érték arányt, gazdaságossági szempontokat is figyelembe vesz pénzügyi döntései során.	Fontos, hogy a személy ismerje saját bevételi forrásait, a bevételek mértékét és a havi kiadásait. Beszéljük meg, értelmezzük közösen a jövedelméről érkező igazolásokat, jegyzékeket.	A jövedelméről interneten keresztül is tájékozódhat (pl. pénzbeli ellátások összege, munkabér esetén nettó bér kalkulátor). Előzetes összehasonlításra, gyakorlásra lehetőséget adnak reklámújságok, katalógusok, web shopok tanulmányozása. Mennyiségek szemléltetésére használhatóak képek, ábrák vagy apró tárgyak is.
Tisztában van a különböző pénzermék és bankjegyek értékével	Tudja, hogy mit lehet venni pl. 20 Ft-ból, 100 Ft-ból, 1000 Ft-ból stb. (példákat hoz).	Beszéljünk arról is, hogy ellátásának költségei (pl. étkezés, tisztítószer, rezsi) miből állnak, mennyibe kerülnek. Nézzük meg közösen, hogy költőpénzét, zsebpénzét mire költi.	
Megbecsüli az alapvető élelmiszerek árát	Tisztában van alapvető, elsősorban általa fogyasztott élelmiszerek hozzávetőleges árával (pl. kenyér, tej, liszt, felvágott, zöldségek, tojás).	Ha korábban családban élt, érdemes saját élményeit is felidézni a bevételekkel és kiadásokkal kapcsolatban.	
Megbecsüli alapvető háztartási cikkek árát	Tisztában van alapvető, elsősorban általa használt háztartási cikkek hozzávetőleges árával (pl. WC papír, papír zsebkendő, mosogatószer, mosószer).	Az alapvető termékek, szolgáltatások árát valós helyzetekben gyakoroljuk (pl. bevásárlás). Egyéb helyzetek is alkalmasak az árak gyakorlására pl. ételkészítést megelőzően bevásárló lista készítése és szükséges pénz kiszámolása.	
Megbecsüli néhány szolgáltatás árát	Tisztában van alapvető, elsősorban általa igénybe vett szolgáltatás árával (pl. térítési díj, fodrász, telefon előfizetés).	Ha ezekre nincs mód, szituációs gyakorlatok segítségével gyakorolhatjuk a vásárlását, valós árak segítségével, illetve a költségek megbecsülését pl. takarításhoz szükséges tisztítószeres számbavételével.	
Tudja, hogy mennyi a jövedelme/zsebpénze	Pontosan megmondja saját jövedelme összegét olyan bontásban, ahogy azokat jellemzően kapja (pl. heti, havi bevételek) összege.	Tanítsuk meg az egységár fogalmát, értelmezzük közösen a boltokban látható árakat.	
Tudja, hogy milyen típusú jövedelmei vannak	Megnevezi jövedelemforrásait (pl. fogyatékosági támogatás, munkabér, nyugdíj, zsebpénz).		
Tudja, hogy mennyi a havi kiadása	Hozzávetőlegesen megmondja, hogy mire és mennyit költ egy hónapban.	A gyakorlás során érdemes közösen összegyűjteni a pénzügyi döntések	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Árakat összehasonlít	Vásárlás, szolgáltatás igénybevétele során képes az árakat egymáshoz viszonyítani (olcsóbb-drágább).	alapvető szempontjait (pl. olcsó áruk előnye-hátránya, ár-érték arány, akció). Ha rendszeresen vásárol, illetve nagyobb értékű kiadásai is voltak már, beszélhetünk saját döntési szempontjairól, vásárlási szokásairól.	
Ár-érték arányt figyelembe vesz	Képes ár-érték alapján pénzügyi döntést hozni. Adott esetben a drágább, de minőségibb, több funkcióval rendelkező terméket, magasabb színvonalú szolgáltatást választja vagy takarékoskodik.		
Gazdaságossági szempontokat mérlegel	Tudja, hogy pl. az akciós termékek olcsóbbak a szokásos árnál, a nagyobb kiszérelés drágább, de általában jobban megéri.		
5. Pénzt hatékonyan beosztja	A rendelkezésére álló jövedelmét vagy pénzügyi összeget beosztja. Képes tudatosan tervezni, tervet készíteni.	Fontos tudatni a lakóval, ha a pénzügyi kezelés terén gondnokság alatt áll. Magyarázzuk el neki, hogy az ő esetében ez mit jelent. Adjunk lehetőséget arra, hogy a személy a rendelkezésére álló pénzének felhasználásáról döntéseket hozzon. Alkalmazzuk a támogatott döntéshozatal gyakorlatát.	A szükségletek, vágyak és célok meghatározásához alkalmazzunk személyközpontú tervezési módszereket (ld. I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>). A személy tervét, valamint a tervezés során tett vállalásokat, illetve a megállapodásokat foglaljuk írásba, mely a személy számára is érthető és elérhető. A bevételekről és kiadásokról naplót vezethet a személy, illetve a lakóközösség. Költségvetés készítéséhez, pénzügyi tervezéshez előre készíthetünk táblázatokat papíralapon vagy elektronikusan, mobilalkalmazások is segíthetik a kiadások követését. Borítékok, tasakok, dobozok, különböző
Különbséget tesz szükségletei és vágyai között	Felismeri és megkülönbözteti alapvető szükségleteit (pl. étkezés, tisztálkodás), valamint vágyait (pl. édesség, új ruha, elektronikai eszköz). Szükségletei alapján hoz pénzügyi döntéseket.	Fontos, hogy a lakó megértse az ok-okozati összefüggéseket, döntéseinek következményeit (pl. pl. ha hamar elkölti a pénzt, később nem fogja tudni megvenni azt, amit szeretne).	
Egy hétre előre beosztja a rendelkezésre álló pénzügyi összeget	Tisztában van vele, hogy mekkora összeget költhet el egy hét alatt. Képes prioritizálni, a legfontosabb kiadásait előresorolja. Tervet készít.	Döntési helyzeteket modellezhetünk, saját tapasztalatait beszélhetjük meg, vagy kiscsoportban dolgozhatjuk fel a	
Egy hónapra előre beosztja a rendelkezésre álló pénzügyi összeget	Tisztában van vele, hogy mekkora összeget költhet el egy hónap alatt. Képes prioritizálni, a legfontosabb kiadásait előresorolja. Tervet készít.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Hosszabb távra beosztja a rendelkezésre álló pénzüsszeget	Tisztában van vele, hogy mekkora összeget költhet el egy hosszabb időszakban. Képes prioritizálni, a legfontosabb kiadásait előresorolja. Tervet készít.	pénzügyi kérdéseket. Ha korábban családban élt, érdemes saját élményeit is felidézni a tervezéssel kapcsolatban.	pénztárcák, persely szintén segíthetik a beosztást és takarékoskodást. A megtakarítás folyamatos növekedése motiváló.
A tervet végrehajtja	A tervet nyomon követi, betartja, megvalósítja.	A hatékony és tudatos tervezés első lépése a jövedelmek és kiadások számbavétele. Közösen beszéljük meg, hogy mik az elengedhetetlen kiadások, mire vágyik a lakó, hogyan tudna takarékoskodni.	Társasjátékok és játékos feladatok segíthetik a gyakorlást (pl. Gazdálkodj okosan, Szociopoly).
Szükség szerint a tervet módosítja	Kellően rugalmas, és szükség szerint módosítja a tervet, ha az nem megfelelő vagy új helyzet, váratlan esemény következik be.	Ha az egy hétre rendelkezésre álló összeg még mindig nem értelmezhető számára, közösen számoljuk ki, hogy kb. mennyi pénzt költhet el naponta. Tegyük külön az egy-egy napi elkölthető összeget.	
Döntéseinek következményét vállalja	Tisztában van azzal, hogy pénzügyi döntéseivel kockázatot vállal. Képes mérlegelni, felelősséget vállalni, az esetleges kudarcokat kezelni.	A tervezéshez és különösen egy adott cél érdekében való takarékoság esetén	
Van stratégiája a pénzügyi helyzetek kezelésére	Tisztában van a tartalék és a kölcsön fogalmával.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Képes tartalékolni, takarékoskodni	Amennyiben lehetősége van rá és szükséges, tartalékot képez vagy meghatározott cél érdekében félretesz.	<p>fontos a célok kijelölése és a motiváció rögzítése. Kezdjük kisebb időintervallumok kijelölésével, eleinte kisebb, könnyen elérhető cél kijelölésével.</p> <p>Fontos a személy anyagi helyzetének és támogatói hálójának felmérése, hogy tisztában legyen vagyoni helyzetével, hogy kihez fordulhat váratlan kiadás vagy egy cél elérése érdekében, ki támogathatja a pénzkezelésben és takarékoságban (akár betét, előtakarékoság formájában is).</p> <p>A pénzügyi kockázatok elkerülése érdekében készülhet kockázatkezelési terv.</p> <p>A pénzkezeléssel kapcsolatban szükség lehet a lakóközösség közös döntésére, megállapodásokra.</p> <p>Ha készül pénzügyi terv, elengedhetetlen annak folyamatos nyomon követése, felülvizsgálata, mely segítő beszélgetések keretében történhet</p>	
6. Bankkártyát használ	Folyószámlával és bankkártyával rendelkezi. A bankkártyát készpénzfelvételhez, vásárláshoz, illetve szolgáltatás igénybevételéhez használja a meghatározott kártyalimitet és a kártyafedezeti számlán rendelkezésre álló egyenleget figyelembe véve.	<p>Fontos tudatni a lakóval, ha a pénzkezelés terén gondnokság alatt áll. Magyarázzuk el neki, hogy az ő esetében ez mit jelent, hogy lehet folyószámlája, bankkártyája.</p> <p>A banki dokumentumokat közösen értelmezzük.</p>	A pénzügyekben elengedhetetlenül fontos a munkatársak megbízhatósága és titoktartása. Ha ilyen ügyekben segítik a lakót, mindenképpen legyen titoktartási nyilatkozatuk, erre vonatkozó rendelkezés a munkaszerződésben, illetve az intézményben.
Érti a folyószámla funkcióját	Tudja, hogy a folyószámla pénzforgalom lebonyolítására szolgál, rendelkezhet hitelkerettel is.	<p>A banki dokumentumok tárolásában nyújtunk segítséget.</p> <p>A kártyahasználat előkészítésére</p>	<p>Jegyezze fel a lakó a bank vagy a call center telefonszámát.</p> <p>Dokumentumai, kártyája tárolásához</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Folyószámlája van	Rendelkezik saját folyószámlával.	<p>alkalmasak lehetnek a különböző üzletekben vásárlások során használható pontgyűjtő és tagsági kártyák, amelyeket egy idő után fizetésre is használhatunk.</p> <p>Beszéljük meg, hogy anyagi lehetőségei függvényében milyen limitet állít be a kártyához.</p> <p>Fontos a biztonsági szempontok tanítása. Tudassuk a lakóval, hogy mit kell tennie, kihez fordulhat, ha problémája van a bankkártyával. Fordítsunk figyelmet arra is, hogy milyen információt oszt meg lakótársaival.</p> <p>A PIN kód megjegyzése problémát okozhat, de hívjuk fel figyelmét annak jelentőségére, hogy ne tartsa azt a kártya mellett.</p>	<p>adjunk segítséget (pl. hely kijelölése, mappák, kártyatartó, pénztárca)</p> <p>Akadálymentes ATM fontos feltétel látássérült személyek esetében.</p> <p>PIN kódot lehet módosítani az ATM-en keresztül is, olyan számot válasszon magának, amit a lehető legkönnyebben megjegyez.</p>
Folyószámlája adatit ismeri	Tudja, hogy melyik banknál van folyószámlája. Ismeri a bankszámlaszámát.		
Érti a bankkártya funkcióját	Tudja, hogy a bankkártyát készpénzfelvételhez, vásárláshoz, illetve szolgáltatás igénybevételéhez használhatja.		
Bankkártyája van	Rendelkezik saját bankkártyával.		
Bankkártyáját megőrzi	Bankkártyáját tárolja, sérüléstől óvja. Törekszik az elvesztés megelőzésére.		
Bankkártyával kapcsolatos adatait ismeri	A bankkártyán szereplő adatokat ismeri, leolvassa. PIN kódját ismeri.		
Bankkártyával kapcsolatos adatait megőrzi	Tisztában van vele, hogy a bankkártya adatokkal visszaélhetnek. Tudja, hogy az adatokat mikor adhatja meg. A PIN kódját biztonságosan kezeli és titokban tartja.		
Bankjegy kiadó automatát (ATM) használ	ATM-et rendeltetésszerűen, céljainak megfelelően használ (pl. pénzfelvétel, egyenleg lekérdezés, telefon egyenleg feltöltése).		
Bankkártyával fizet	Banki terminált rendeltetésszerűen használ. Bankkártyáját bedugja, vagy a terminálhoz érinti. Megadja a PIN kódját, jóváhagyja az összeget vagy a PIN kódot.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy mi a teendő a bankkártya elvesztése esetén	Tisztában van vele, hogy a bankkártya elvesztését be kell jelenteni, a kártyát le kell tiltani, hogy jogosulatlanul más ne használhassa. Tudja, hogy hová és hogyan forduljon.		
A folyószámla költségeit ismeri	Tudja, hogy a folyószámlának vannak költségei (pl. számlavezetés díja, tranzakciós díjak, jutalékok, kamat).		
A bankkártya költségeit ismeri	Tudja, hogy a bankkártyának vannak költségei (pl. kártyadíj, pénzfelvétel költsége).		
7. Banki ügyeket intéz	Banki szolgáltatásokat személyesen és/vagy online önállóan igénybe vesz.	Fontos tudatni a lakóval, ha a pénzkezelés terén gondnokság alatt áll. Magyarázzuk el neki, hogy az ő esetében ez mit jelent, milyen ügyet intézhet önállóan.	Sok személy számára lehet egyszerűbb a telefonos és online ügyintézés, ezért ezek lehetőségét biztosítjuk (utóbbi nem minden típusú számla esetén automatikus).
Érti a bank funkcióját	Tudja, hogy a bank pénzügyi intézmény, pénzügyi szolgáltatásokat nyújt. Ismeri a működését (pl. személyes ügyintézés, call center, online banki szolgáltatások).	Az önálló banki ügyintézés többféle, összetett készséget feltételez.	Biztosítjuk a személy számára a hozzáférést a szükséges eszközökhöz (telefon, számítógép, internet) és információkhoz (pl. telefonszám, jelszó).
Banki dokumentumait tárolja	Banki ügyeivel kapcsolatos dokumentumait rendszerezetten tárolja, sérüléstől óvja, illetéktelen személynek nem adja át (pl. szerződés, folyószámla kivonat PIN kód, egyéb jelszavak).	Szituációs gyakorlatok során gyakorolhatjuk a kommunikációs helyzeteket. Online elérhető dokumentumokat gyakorlás céljából is használhatunk, vagy együtt, előre kitölthetjük az ügyintézés előtt.	Akadálymentes szolgáltatások nyújtása alapvető feltétel látássérült, hallássérült személyek esetében, ez befolyásolja azt is, hogy mely bankot érdemes igénybe venniük. Konkrét bankfiókok akadálymentességéről tájékozódhatunk telefonon, illetve interneten.
Személyesen banki ügyet intéz	Képes önállóan a bankban ügyeket intézni (pl. folyószámla nyitás, bankkártya igénylés, pénzbefizetés, pénzfelvétel).	A dokumentumai értelmezésében is segítsük a lakót (pl. szerződés, banki kivonat).	Szükség lehet olyan kísérőre, aki segíti az ügyintézését (pl. jelnyelvi tolmács).
Telefonon banki ügyet intéz	Képes önállóan telefonon, call centerben ügyeket intézni (pl. PIN kód aktiválása, kártya letiltása).	Banki termékek választásában is segítséget nyújthatunk (pl.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Online banki ügyintézés végezt	Interneten keresztül önállóan intézi a banki ügyeit. Van online hozzáférése, ismeri az adott banki rendszert és a szükséges adatokat, céljainak megfelelően használja az online felületet (pl. egyenleg lekérdezés, átutalás).	takarékszámla). A pénzügyi ismeretekhez hozzátartoznak a kamat, hitel, biztosítás, előtakarékosság, befektetés stb. fogalmai, még ha jelenleg nincs is a személynek szüksége vagy lehetősége ezekre.	
Érti a havi banki kimutatás, folyószámla kivonat tartalmát	Értelmezi a banki dokumentumok információit, adattartalmát.		
Érti a kamat fogalmát	Megérti, hogy bizonyos esetekben egy pénzösszeg növekszik (egy adott kamatozási időtartam alatt hozama van, a tartozás növekszik vagy a pénzszolgáltatásnak költsége van).		
Érti a hitel fogalmát	Érti, hogy hitel esetén nem kell az áru, szolgáltatás azonnali kifizetni vagy szolgáltatást azonnal kifizetni, illetve a kapott kölcsönt idővel vissza kell fizetni.		
Érti a biztosítás fogalmát	Tudja, hogy mi a biztosítás funkciója. Érti, hogy milyen esetekben fizet a biztosító.		
8. Csekket befizet	Önállóan tölti ki, értelmezi, befizeti a csekkeket. Tisztában van a következményekkel, ha nem fizeti be a csekkeket.	Ismertessük meg a személlyel a csekket mint nyomtatványt. Fontos, hogy a személy értse az összefüggést a szolgáltatás és annak megfizetése között (pl. a ház fűtése pénzbe kerül). Értelmezzük közösen a csekken található információkat. Többféle csekken mutassuk meg, hogy az elvárt adattartalom ugyanaz, saját adatai ugyanazok lehetnek, de más lehet a	Internetes csekkbefizetés, csekkbefizető automata könnyebben használható bizonyos személyek számára. A naptárba/havi tervbe ütemezzük be a csekkek befizetését is, írjuk fel a határidőket. Vizuális emlékeztető, folyamatábra segítheti az időpontok tartását és a befizetés menetét.
Érti a csekk funkcióját	Tudja, hogy a csekk mire való, ismeri a használat módját (pénz befizetésére szolgáló nyomtatvány, melyet postán, automatán keresztül vagy banki átutalással lehet fizetni).		
Érti az összefüggést az igénybe vett szolgáltatás és a csekkfizetés között	Tudja, hogy bizonyos díjakat, szolgáltatás értékét csekken keresztül kell kifizetni.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Értelmez egy csekket	Elolvassa és értelmezi a csekken található információkat (pl. fizetendő összeg, befizetés jogcíme, számlatulajdonos).	kibocsájtó. Ha önállóan nem is képes a személy a kitöltésre és az összeg kiszámolására, attól még képes lehet az összekészített csekket a postán befizetni.	
Kitölt egy csekket	Önállóan kitölti a csekk szükséges adatait.	Gyakoroljuk a kitöltését. Adjunk lehetőséget postai ügyintézésben való részvételre.	
A csekk összegének megfelelő készpénzt készít elő	Értelmezi a csekken található összeget és kiszámolja a megfelelő mennyiségű készpénzt.	Amennyiben lehet és szükséges, nyújtunk segítséget a szükséges pénzösszeg előzetes kiszámolásában.	
Befizeti a csekket a postán	Önállóan adja fel a csekket a postán (a megfelelő ablaknál odaadja a kitöltött csekket, kifizeti készpénzzel vagy bankkártyával, elteszi és megőrzi a feladóvevényt).	Alakítsunk ki havi ritmust, melynek része a csekket, számlák befizetésének körülbelüli időpontja is.	
Időben fizeti be a csekket	Tudja, hogy a csekket a megadott határidőig kell kiegyenlíteni. A fizetési határidőt követi és betartja.		
9. Előfizetés feltételeivel tisztában van	Tisztában van vele, hogy előfizetés esetén megadott időszakra vállal kötelezettséget egy szolgáltatás igénybevételére és kifizetésére. A feltételeket betartja.	Bármilyen jellegű előfizetés kapcsán szükséges a lakó előzetes tájékozódása a feltételekről, ezt tanítsuk és gyakoroljuk.	Az internet- és mobilforgalmat több applikációval mérheti a lakó.
Tisztában van az előfizetői szerződések aláírásának következményeivel	Tudja, hogy az előfizetésnek mik a feltételei (pl. összeg, időtartam). Tisztában van vele, hogy lehetnek olyan feltételek, amelyek nem kedvezőek számára (pl. lemondás feltételei, hűségidő).	Internet és mobiltelefon esetén lehetőség van feltöltőkártyás csomagok használatára. Fontos, hogy a személy igényeihez mérten válassza a legkedvezőbb, költséghatékonyabb megoldást, ebben	Amennyiben van a házban internet, a kommunikációs költségek csökkenhetnek internet alapú csevegőprogramokkal (pl. Skype, Viber).

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>Tisztában van a mobiltelefon szolgáltatási csomagjában foglalt lehetőségekkel, díjakkal</p>	<p>Ismer és értelmek olyan fogalmakat, mint percdíj, csúcsidő, hálózaton belüli és hálózaton kívüli telefonálás, adatforgalom. stb. Tudja, hogy minél többet telefonál, annál többet kell fizetnie. Saját előfizetésének feltételeit ismeri.</p>	<p>nyújtunk segítséget, ha szükséges. Értelmezzük közösen az ajánlatokban, illetve a szerződésben szereplő információkat. Esetleges hasonló szituációkban hozott rossz döntései tanulságait beszéljük meg. Ha problémája van az internet- vagy telefonhasználattal, különféle megállapodásokat köthetünk, ezek betartásához a lakóközösség is hozzájárulhat.</p>	

A.6. SZABADIDŐ

Felmérő lap - Szabadidő

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.6. Szabadidő
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁸		
1.	Szabadidejét strukturálja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Tisztában van vele, hogy mikor van szabadidő			IGEN	NEM	
1.2.	Szabadidejét aktívan használja valamilyen örömet, feltöltődést okozó tevékenység végzésére			IGEN	NEM	
1.3.	Elfogadja és megérti, ha véget ér a szabadidő			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Sportol	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	A sportolás szükségességét érti, motivált			IGEN	NEM	
2.2.	Ismer különféle sportokat			IGEN	NEM	
2.3.	Szívesen sportol			IGEN	NEM	
2.4.	Tudja, hogy hol van a legközelebbi sportpálya, sportcentrum			IGEN	NEM	
2.5.	Tudja, hogy hol, hogyan talál sportolási lehetőséget			IGEN	NEM	

²⁸ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Van saját hobbija	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Van olyan szabadidős tevékenység, amely számára örömet és feltöltődést okoz	IGEN	NEM			
3.2	Jelzi, ha folytatni szeretne egy számára kellemes tevékenységet	IGEN	NEM			
3.3	Tevékenységeiben igényli a változatosságot	IGEN	NEM			
3.4	Mozgásos, éneklős, beszélgetős játékra, közös tevékenységre spontán módon reagál	IGEN	NEM			
3.5	Egyedül, funkcionálisan végez egy tevékenységet	IGEN	NEM			
3.6	Eszközöket, alapanyagokat beszerez, ha szükséges a hobbiához	IGEN	NEM			
3.7	Eszközöket megtalálja	IGEN	NEM			
3.8	Eszközöket rendeltetészerűen használja	IGEN	NEM			
3.9	Eszközöket elpakolja maga után	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Kulturális tevékenységekben részt vesz	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Érti a kulturális tevékenységek funkcióját, motivált	IGEN	NEM			
4.2	Ismer kulturális tevékenységeket	IGEN	NEM			
4.3	Van olyan kulturális tevékenység, amely számára örömet és feltöltődést okoz	IGEN	NEM			
4.4	Tudja, hol van a legközelebbi könyvtár	IGEN	NEM			
4.5	Beiratkozik a könyvtárba	IGEN	NEM			
4.6	Használja a könyvtári szolgáltatásokat	IGEN	NEM			
4.7	Tudja, hol van a helyi művelődési ház, kulturális központ	IGEN	NEM			
4.8	Igénybe veszi a művelődési ház/kulturális központ szolgáltatásait	IGEN	NEM			
4.8	Moziba jár	IGEN	NEM			
4.8	Színházba jár	IGEN	NEM			
4.8	Múzeumba, kiállításra jár	IGEN	NEM			
4.8	Koncertre, hangversenyre jár	IGEN	NEM			
4.8	Könyvet, újságot olvas vagy hangoskönyvet hallgat	IGEN	NEM			
4.8	Rádiót hallgat	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Vallását aktívan gyakorolja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Tudja, hol van a legközelebbi vallásos közösségi hely			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Megszervezett, közös programokon részt vesz	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Szabadidejét másokkal tölti, erre motivált			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Szabadidős szokásaiban mértéktartó	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Tévézési szokásaiban mértéktartó			IGEN	NEM	
7.2	Internet-használati szokásaiban mértéktartó			IGEN	NEM	
7.3	Számítógépes játékok használatában mértéktartó			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Szabadidős, kulturális programok során viselkedése adekvát	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Szabadidő

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.6. Szabadidő

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Szabadidejét strukturálja	A szabadidő és más tevékenységei elkülönülnek. Szabadidejében önindíttatásból végez különféle tevékenységet, amely számára örömet, feltöltődést okoz. A szabadidő időszakát ismeri, betartja.	Támogassuk, hogy legyen a személy napjainak olyan szokásos ritmusa, amely tartalmaz minden elemet, amely a felnőtt emberek napi tevékenységében megjelenik (otthoni élet, munka, szabadidő), függetlenül a lakó kognitív képességeitől.	Fontos, hogy intézményi keretek között is elkülönüljenek az otthoni élet, a munka és a szabadidő időszakai és tevékenységei. Pl. egy fejlesztési helyzet is munka, feladat a lakó számára és nem szabadidő.
Tisztában van vele, hogy mikor van szabadidő	Képes az otthoni élet, a munka és a szabadidő időszakait és tevékenységeit elkülöníteni. Tudja, hogy mikor van szabadidő.	Ismertessük meg minél több tevékenységgel, lehetőséggel, melyekkel eltöltheti a szabadidejét.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy a szabadidős tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek
Szabadidejét aktívan használja valamilyen örömet, feltöltődést okozó tevékenység végzésére	Szabadidejében rendszeresen végez valamilyen tevékenységet, amely jelentősen elkülönül egyéb tevékenységeitől (pl. házimunka, pihenés) és amely számára örömet, feltöltődést okoz.	Biztosítsuk a szabad választást, szükség esetén alkalmazzuk a támogatott döntéshozatal eszközeit. Helyezzünk hangsúlyt olyan tevékenységekre, amelyeket a személy önállóan tud végezni, illetve meg tud	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Elfogadja, ha véget ér a szabadidő	Tudja, hogy mikor ér véget a szabadidő és az időkorlátokat betartja. Nem tiltakozik, ha a számára kellemes tevékenység véget ér.	<p>szervezni.</p> <p>Igyekezünk a napirendjét a lehetőségekhez mérten a leginkább saját igényeihez igazodva, vele közösen kialakítani.</p> <p>Fordítsunk figyelmet a felelősség- és kötelességtudat kialakítására, különösen, ha vannak a személynek vállalt feladatai (pl. házimunkában) vagy dolgozik.</p>	<p>megfelelően, egyénre szabottan.</p> <p>Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.</p> <p>A személy napirendjének, szabadidő tevékenységeinek kialakításához alkalmazzuk a személyközpontú tervezés eszközeit, pl. álmok térképe, specifikus térképek, Jó napom/rossz napom (Ld. még I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>).</p> <p>A szabadidős tevékenységekben való részvétel nagyszerű lehetőség a személy természetes támogatóinak bővítésére, kapcsolatok építésére a helyi közösségben, ezek feltérképezéséhez is segítséget nyújt a személyközpontú tervezés.</p> <p>A szabadidő tipikusan az a terület, mely során hatékonyan bevonhatunk önkénteseket.</p> <p>Szabadidő választó tábla segítheti a személyt az önálló döntéshozatalban.</p>
2. Sportol	Szabadidejében hobbiból, illetve egészségmegőrzés céljából rendszeresen testmozgást végez (séta, sport, egyéb mozgásélmény).	Fontos, hogy megismerjük a személy preferenciáit, jelzéseit, hogy milyen tevékenységeket kedvel. Jelzéseit ismerjük meg és szisztematikusan	Biztosítsuk az adott mozgásformához, sporthoz szükséges felszerelést, segédeszközöket (pl. megfelelő ruházat, speciális labda, speciális kerekesszék).

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A sportolás szükségességét érti, motivált	Ismeri a megfelelő mennyiségű testmozgás és a sport egészségre gyakorolt pozitív hatását. Tudja, hogy a testmozgás hiánya elhízáshoz, betegségekhez vezet. Nem utasítja el az mozgást. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	erősítsük meg. Teremtsük meg a lehetőséget arra, hogy a személy tevékenységei között megfelelő mennyiségű és rendszeres mozgás szerepeljen. A számára kellemes, jól eső testmozgás, mozgásforma, sport kiválasztásában nyújtunk segítséget számára. Ennek érdekében legyen a lakónak lehetősége különféle mozgásformák megismerésére és kipróbálására.	Biztosítsuk a hozzáférést sportegyesületekhez, sportklubokhoz, tömegsport lehetőségekhez. Hasznosak lehetnek torna DVD-k, internetes oldalak vagy csatornák, ahol ingyenes tartalmak segítik az önálló mozgást, sportolást.
Ismer különféle sportokat	Több sportot felismer, (pl. futás, labdajátékok, úszás), esetleg képes benne részt venni (tudja, hogy hogyan és mit kell csinálni és/vagy ismeri a szabályokat).	A számára kellemes, jól eső testmozgás, mozgásforma, sport kiválasztásában nyújtunk segítséget számára. Ennek érdekében legyen a lakónak lehetősége különféle mozgásformák megismerésére és kipróbálására.	A rendszeres mozgáshoz szükséges helyiségek, felszerelés stb. már a támogatott lakhatás tervezése során is fontos, de a szolgáltatásszervezésnek is hangsúlyos pontja legyen (pl. speciális tandemkerékpárok beszerzése, megfelelő személyzet vagy egy-egy mozgásforma elsajátításának lehetősége, majd idő a sportolásra).
Szívesen sportol	Önindíttatásból mozog, sportol, vagy nem tiltakozik a tevékenység ellen.	Szervezzünk olyan programokat, amikor sporteseményeket látogathat, vagy sportokat próbálhat ki, hogy minél többféle mozgásformát megismerjen.	Támogassuk a személyt a szükséges
Tudja, hogy hol van a legközelebbi sportpálya, sportcentrum	Tudja, hogy hol lehet sportolni, ismeri az útvonalat.	Szakembereket, sportolókat is meghívhatunk, bevonhatunk, példaként	Támogassuk a személyt a szükséges

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy hol, hogyan talál sportolási lehetőséget	Tudja, hogy hol és hogyan tud tájékozódni a sportolási lehetőségekről	<p>állítva őket.</p> <p>Léteznek a fogyatékos személyek számára megfelelő, illetve adaptálható mozgásformák, sportok (pl. csörgőlabda). Ezekben nem fogyatékos személyek is részt tudnak venni, tehát nem feltétel a homogén célcsoport.</p> <p>Fogyatékoságtól és érdeklődéstől függően ismertessük meg a személyt sportági- vagy sérülés specifikus parasportokkal.</p> <p>Tanítsunk, gyakoroljunk olyan mozgásformákat, melyet a személy később önállóan is tud végezni.</p> <p>A mozgás ösztönzésére hasznos lehet különféle megállapodások kötése a lakóval, lakóközösséggel. A mozgás közösségi tevékenység is lehet vagy egymást taníthatják, támogathatják a lakók.</p>	<p>mértékben és eszközökkel mobilitásában, hogy a mozgási, sportolási lehetőséget kínáló helyszínekre minél önállóan eljusson.</p> <p>Minden tevékenységet támogathat folyamatábra, leírás, akár a helyiségekben kifüggesztve.</p> <p>A közös megállapodásokat rögzítsük írásban is, ezek mindig legyenek elérhetőek és hozzáférhetőek a lakók számára.</p> <p>Fontos lehet a sportegyesületek tagjainak érzékenyítése.</p> <p>A sportolás megszervezésébe vonjuk be a természetes támogatókat, önkénteseket.</p>
3. Van saját hobbija	Van olyan tevékenység, amelyet rendszeresen végez, mely számára örömet, feltöltődést okoz. Hobbiját önállóan gyakorolja, nem igényel támogatást.	<p>Tárjuk fel és ismertessük a személlyel a környéken működő különböző klubokat, szakköröket, egyéb lehetőségeket.</p> <p>Segítsük a választásban, vagy célzott keresésben, ha van preferált tevékenysége.</p> <p>Fogadjuk el az általa kedvelt, választott tevékenységeket, időtöltéseket, mint valódi hobbi, ezek során segíthetjük a személyt egy fokkal tovább lépni, funkcionálissá tenni az adott</p>	<p>Internetes oldalak segítségével is tágíthatjuk a személy látókörét, bemutató, tanulást segítő videók megtekintésével.</p> <p>Az eszközök beszerzése is történhet online.</p> <p>A szükséges eszközök tárolására alakítsunk ki közösen megfelelő helyet.</p> <p>A hobbitevékenységekbe is bevonhatunk természetes támogatókat, önkénteseket.</p> <p>Továbbá a sportolással kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.</p>
Van olyan szabadidős tevékenység, amely számára örömet és feltöltődést okoz	Kedvenc tevékenység, játék, elfoglaltság, hobbi megfigyelhető.		
Jelzi, ha folytatni szeretne egy számára kellemes tevékenységet	Tevékenység, játék közben kifejezi, ha élvezzi a tevékenységet és szeretné folytatni.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tevékenységeiben igényli a változatosságot	Többféle tevékenységet végez szívesen. Kifejezi, ha valamit un, mást szeretne csinálni.	tevékenységet (pl. madzagok gyűjtögetésétől és lebegtetésétől a gombolyításáig, papírok tépegetésétől az íratmegsemmisítésig).	
Mozgásos, éneklős, beszélgetős játékra, közös tevékenységre spontán módon reagál	Utánozza a tevékenységet vagy követi a tevékenység ritmusát.	A hobbitevékenységhez kapcsolódóan szülehetnek a lakóval vagy a lakóközösséggel közös megállapodások, pl. mikor, hol és hogyan végezhető az adott tevékenység, hol tárolja a lakó az eszközöket stb.	
Egyedül, funkcionálisan végez egy tevékenységet	Önállóan tevékenykedik, a tevékenység funkciója megfelelő, a tevékenység közben a tárgyakat funkciójuknak megfelelően használja.	Továbbá a sportolással kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.	
Eszközöket, alapanyagokat beszerez, ha szükséges a hobbijához	Tudja, hogy a kedvelt tevékenységhez mire van szükség, ezeket beszerzi (kér a segítőtől vagy megvásárolja).		
Eszközöket megtalálja	Tudja, hogy a kedvelt tevékenységhez szükséges eszközöket hol találja.		
Eszközöket rendeltetésszerűen használja	A kedvelt tevékenységhez szükséges eszközöket funkciójuknak megfelelően használja.		
Eszközöket elpakolja maga után	A tevékenység után rendet rak, az eszközöket a helyére teszi.		
4. Kulturális tevékenységekben részt vesz	Kulturális tevékenységekben alkalmasszerűen vagy rendszeresen részt vesz.	Tárjuk fel és ismertessük meg a személlyel a környék kulturális intézményeit, lehetőleg egyszer látogassuk meg együtt, majd támogassuk abban, hogy azokat egyre önállóbban igénybe vegye.	Programajánló kiadványok, internetes oldalak hasznosak lehetnek.
Érti a kulturális tevékenységek funkcióját, motivált	Tudja, hogy vannak a szórakozásnak és művelődésnek különböző formái, melyek örömet, feltöltődést okoznak, illetve értéket képviselnek (pl. művészet). Nem utasítja el ezeket a tevékenységeket. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális féltelme, szorongása.	Segítsünk abban, hogy minél több kulturális tevékenységet megismerjen, megtalálhassa azt, ami neki valóban örömet okoz számára.	Könyvet, újságot interneten is lehet olvasni, beszerezni. Sorozatok, filmek, tv műsorok is könnyen elérhetők. Praktikus eszköz lehet a könyvolvasó vagy táblagép, melyen a betűk nagysága, a fényerő, a kontraszt is gyakran állítható, így látássérült személyeknek is hasznos. Kulturális tevékenységbe is bevonhatunk

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismer kulturális tevékenységeket	Ismer különböző szórakozási, művelődési formákat. Ismeri ezek működését (pl. a könyvtárban olvasni és kölcsönözni lehet, a moziban filmeket nézhet).	Továbbá a sportolással és hobbival kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.	természetes támogatókat, önkénteseket. Továbbá a sportolással és hobbival kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.
Van olyan kulturális tevékenység, amely számára örömet és feltöltődést okoz	Kedvelt kulturális tevékenység megfigyelhető.		
Tudja, hol van a legközelebbi könyvtár	Tudja, hogy hol van a könyvtár, ismeri az útvonalat.		
Beiratkozik a könyvtárba	Önállóan intézi a beiratkozást: elmondja, hogy mit szeretne, kitölti a papírokat, kifizeti a tagsági díjat.		
Használja a könyvtári szolgáltatásokat	Könyvet, újságot, egyéb kulturális terméket megtalál vagy kikér, olvas, kölcsönöz.		
Tudja, hol van a helyi művelődési ház, kulturális központ	Ismeri a művelődési házhoz, kulturális központhoz vezető útvonalat.		
Igénybe veszi a művelődési ház/kulturális központ szolgáltatásait	Tájékozódik a rendezvényekről és lehetőségekről. Rendezvényeken (pl. kiállítás, bál) részt vesz és/vagy valamely csoport tagja (pl. klub, szakkör).		
Moziba jár	Alkalmanként vagy rendszeresen moziba megy. Tudja, hogy ennek mi a módja. Kedveli a tevékenységet.		
Színházba jár	Alkalmanként vagy rendszeresen színházba megy. Tudja, hogy ennek mi a módja. Kedveli a tevékenységet.		
Múzeumba, kiállításra jár	Alkalmanként vagy rendszeresen múzeumba, kiállításra megy. Tudja, hogy ennek mi a módja. Kedveli a tevékenységet.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Koncertre, hangversenyre jár	Alkalmanként vagy rendszeresen zenei rendezvényre megy. Tudja, hogy ennek mi a módja. Kedveli a tevékenységet.		
Könyvet, újságot olvas vagy hangskönyvet hallgat	Alkalmanként vagy rendszeresen olvas, vagy hangskönyvet hallgat szórakozás, kikapcsolódás céljából.		
Rádiót hallgat	Alkalmanként vagy rendszeresen rádiót hallgat szórakozás, kikapcsolódás céljából.		
Tévéműsort néz/hallgat	Alkalmanként vagy rendszeresen TV-t néz (látássérült személy hallgatja) szórakozás, kikapcsolódás céljából.		
Egyéb szabadidős, kulturális tevékenységben rendszeresen részt vesz	Pl. táncház, filmklub, sakk, kártyaparti.		
5. Vallását aktívan gyakorolja	Vallását rendszeresen gyakorolja, részt vesz az adott vallás rítusaiban, vallási jellegű összejöveteleken (pl. ima, istentisztelet, meditáció, vallási közösség rendezvényei).	Fordítsunk figyelmet a lelki gondozásra, tartsunk kapcsolatot a település egyházaival, hívjuk meg őket programjainkra, hogy minél több személyes kapcsolat kialakulhasson.	Online, rádiós, tévés istentiszteleteket tegyük elérhetővé a személy számára. A vallásgyakorlást elősegítheti természetes támogatók, önkéntesek bevonása.
Tudja, hol van a legközelebbi vallásos közösségi hely	Ismeri az útvonalat a legközelebbi vallási közösség helyszínéhez (pl. gyülekezet, imaház, templom, zsinagóga).	Tartsuk tiszteletben a személy lelkiismereti és vallásszabadságát.	
6. Közösségi programokon részt vesz	Más személyek vagy az intézmény által szervezett közösségi programokban (pl. kirándulás, rendezvény) alkalmanként vagy rendszeresen részt vesz.	Mérjük fel, milyen közös programokra van a legnagyobb igény, lehetőség szerint minél többeket vonjunk be a szervezésbe, előkészítésbe. A lakókat vonjuk be a szervezésbe, hogy	Különböző intézmények programjainlói, hírleveleire feliratkozás segítheti a személy motivációjának felkeltését és fenntartását. Az intézmény együttműködése a

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Szabadidejét másokkal tölti, erre motivált	Szívesen tölti szabadidejét másokkal. Nem utasítja el ezeket a tevékenységeket. Nincs mentális vagy más akadálya annak, hogy más személyekkel közösen végzett tevékenységbe bekapcsolódjon.	idővel maguk is kezdeményezői, szervezői lehessenek a közösségi eseményeknek. Keressük meg együtt, vagy mutassuk meg, hogy hol lehet szervezett kirándulásokra, kulturális eseményekre jelentkezni (általában művelődési és közösségi házak).	települési intézményekkel és szervezetekkel elősegíti, hogy a lakók minél több rendezvényen, eseményen részt vehessenek a település lakosságával közösen.
7. Szabadidős szokásaiban mértéktartó	Megfelelő önkontrollal rendelkezik, képes abbahagyni a kedvelt tevékenységet. Nem esik túlzásba, nem válik az adott tevékenység kényszeres jellegűvé.	Fontos felhívni a lakó figyelmét, hogy a tévénézés, internetezés, számítógépes játékok károsak is lehetnek, szenvedélybetegséghez is vezethetnek.	d. szabadidő strukturálása szempont.
Tévénézési szokásaiban mértéktartó	Nem viszi túlzásba a tévénézést. Képes abbahagyni, nem befolyásolja, hátráltatja más tevékenységben.	Amennyiben nehézséget okoz a személynek az önkontroll, mindenképpen készítsünk tervet, kössünk megállapodásokat a szabadidős tevékenységekkel kapcsolatosan.	
Internet-használati szokásaiban mértéktartó	Nem viszi túlzásba az internetezést. Képes abbahagyni, nem befolyásolja, hátráltatja más tevékenységben.	Fontos, hogy ismertek legyenek a szabályok, figyelmeztessük a lakót a rendelkezésre álló időre, annak leteltére.	
Számítógépes játékok használatában mértéktartó	Nem viszi túlzásba a számítógépes játékokat. Képes abbahagyni, nem befolyásolja, hátráltatja más tevékenységben.	Nagyon fontos, hogy változatos kikapcsolódási, időöltési lehetőségeket biztosítsunk, ebbe vonjuk be a lakóközösséget, természetes támogatókat, önkénteseket is.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>8. Szabadidős, kulturális programok során viselkedése adekvát</p>	<p>Ismeri és betartja az általános illemszabályokat szabadidő, kulturális tevékenység közben (pl. moziban, színházban csöndben marad), vagy ha figyelmeztetik, képes megfelelően viselkedni.</p>	<p>Mindig emlékezzünk rá, hogy a kommunikációs és szociális készségek elsajátításában mi magunk is modellek, minták vagyunk.</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk, hogy különböző személyekkel és helyzetekben mi az elfogadható viselkedés.</p> <p>A szituációs gyakorlatokon túl a minél több külső program nyújt ehhez gyakorlási lehetőséget.</p> <p>Ha szükséges, készítsük fel a lakót, hogy mi várható egy-egy eseményen (pl. sokan lesznek, zajos lehet, kérhetik az adatait stb.), hogy ne ériék váratlan helyzetek. A személyre szabott szabadidős programok segítik kiküszöbölni a személy számára kellemetlen helyzeteket.</p>	<p>Emlékeztető kártyák, jegyzetek segíthetik a megfelelő (tanult) kommunikációs formák, viselkedés előhívását az adott helyzetben.</p>

A.7. BIZTONSÁG

Felmérő lap - Biztonság

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.7. Biztonság, balesetvédelem
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ²⁹		
1.	Tisztálkodás során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Csúszós, nedves felületen óvatosan közlekedik, mozog	IGEN	NEM			
1.2.	Ügyel rá, hogy a padló száraz maradjon, szükség esetén feltörlí	IGEN	NEM			
1.3.	Vizes kézzel nem nyúl elektromos eszközökhöz	IGEN	NEM			
1.4.	Ügyel rá, hogy elektromos eszköz ne érintkezzen vízzel (nem teszi csap alá vagy a vízzel teli kádba)	IGEN	NEM			
1.5.	Tudja, hogy mit kell tenni áramütés esetén	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Ételkészítés során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	A forró eszközöket, felületeket elkerüli	IGEN	NEM			
2.2.	Tudja, hogy a gyúlékony eszközöket távol kell tartani a forró felületektől	IGEN	NEM			
2.3.	Tudja, mit kell tenni a főzőfelületen lángra kapott étellel	IGEN	NEM			

²⁹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

2.4	Tudja, hogy nem hagyhat felügyelet nélkül a tűzhelyen, sütőben készülő ételt	IGEN	NEM
2.5	Tudja, hogy mit kell tenni forrázás esetén	IGEN	NEM
2.6	Az elektromos eszközöket használat után áramtalanítja	IGEN	NEM
2.7	Nem nyúl működő elektromos eszközbe	IGEN	NEM
2.8	Vizes kézzel nem nyúl elektromos eszközökhöz	IGEN	NEM
2.9	Biztonsággal, körültekintően használja a vágó-, éles vagy hegyes eszközöket	IGEN	NEM
2.10	Elkerüli a felcsapó gőzt	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Takarítás során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Ismeri a gyúlékony/veszélyes szereken található jeleket és ismeri ezek veszélyeit	IGEN	NEM			
3.2	Tudja, hogyan kell megfelelően és biztonságosan tárolni a tisztítószeret	IGEN	NEM			
3.3	Ismeri a tisztítószer biztonságos használatát	IGEN	NEM			
3.4	Tudja, hogy tilos meginni a tisztítószeret	IGEN	NEM			
3.5	Tudja, hogy mi a teendő tisztítószer elfogyasztása esetén	IGEN	NEM			
3.6	Csak kihűlt tűzhelyet, felületet, eszközöket takarít	IGEN	NEM			
3.7	Csak kikapcsolt és/vagy áramtalanított eszközöket takarít	IGEN	NEM			
3.8	Csúszós, vizes felületeken óvatosan közlekedik	IGEN	NEM			
3.9	Ismeri a létra használatának biztonsági szempontjait	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Lakókörnyezetében ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1.	Tudja, mire való a füstjelző	IGEN	NEM			
4.2	Tudja, hogyan lehet eloltani a különböző tüzeket	IGEN	NEM			
4.3	Tudja, hogy tűz esetén el kell hagyni az épületet	IGEN	NEM			
4.4	Tudja mi a teendő, ha gázszagot érez	IGEN	NEM			
4.5	Elektromos eszközökkel kapcsolatos biztonsági szabályokat betartja	IGEN	NEM			

4.6	Tudja, hogy mire való a riasztó	IGEN	NEM
4.7	Tudja, hogy mi a teendő, ha szól a riasztó	IGEN	NEM
4.8	Tudja, hogy gyertyát, mécsest nem hagyhat felügyelet nélkül	IGEN	NEM
4.9	Tudja, hogy lakókörnyezetében hol van dohányzásra kijelölt hely, hol dohányozhat	IGEN	NEM
4.10	Tudja, hogyan kell biztonságosan eloltani a cigarettát és eldobni a csikket	IGEN	NEM
4.11	Tudja, hogy tilos ágyban dohányozni	IGEN	NEM
4.12	Tudja, hogy a kertben hol és mikor lehet tüzet gyújtani	IGEN	NEM
4.13	Tudja, hogy kerti tevékenységek során mire kell ügyelni	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Közlekedés során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1.	Tudja, hogy gyalogsként a járdán kell közlekednie (nem az úttesten)	IGEN	NEM			
5.2	Tudja, hogy az úttesten átkelni elsősorban zebránál, jelzőlámpánál szabad	IGEN	NEM			
5.3	Tudja, hogy mielőtt lelép az úttestről, mindkét irányba szét kell nézni és meg kell győződnie róla, hogy egyik irányból sem közeledik jármű	IGEN	NEM			
5.4	Tudja, hogy meg kell várni, amíg megállnak a járművek, mielőtt lelép az úttestről	IGEN	NEM			
5.5	Ismeri a közlekedési jelzőlámpák funkcióját	IGEN	NEM			
5.6	Tudja, hogyan kell biztonságosan közlekedni ott, ahol nincs járda	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Szociális, társas élet során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1.	Ismeri a rendőrség feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket	IGEN	NEM			
6.2	Ismeri a mentők feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket	IGEN	NEM			
6.3	Ismeri a tűzoltók feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket	IGEN	NEM			

6.4	Ismeri a mentők, tűzoltók, rendőrség telefonszámát, vagy tudja, hol találja meg	IGEN	NEM
6.5	Tudja, hogyan kell értesíteni a hivatalos szerveket vészhelyzet esetén	IGEN	NEM
6.6	Tudja, hogy kit és hogyan kell értesítenie, ha az utcán rosszul lesz/baleset éri	IGEN	NEM
6.7	Általánosságban érti, hogy milyen tevékenységek, cselekedetek törvénytellenesek	IGEN	NEM
6.8	Elutasítja a számára kellemetlen verbális vagy fizikai közeledést	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Számítógép és internethasználat során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1.	Biztonságosan használja a számítógépet			IGEN	NEM	
7.2.	Biztonságosan használja az internetet			IGEN	NEM	

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, fejlesztési javaslatok - Biztonság

Modul	Terület
A. Önálló életvitel	A.7. Biztonság, balesetvédelem

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>1. Tisztálkodás során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat</p> <p>Csúszós, nedves felületen óvatosan közlekedik, mozog</p> <p>Ügyel rá, hogy a padló száraz maradjon, szükség esetén feltörli</p> <p>Vizes kézzel nem nyúl elektromos eszközökhöz</p> <p>Ügyel rá, hogy elektromos eszköz ne érintkezzen vízzel (nem teszi csap alá vagy a vízzel teli kádba)</p> <p>Tudja, hogy mit kell tenni áramütés esetén</p>	<p>A balesetvédelemmel kapcsolatos tudnivalókat mindig az adott konkrét helyzetben, szituációban tanítsuk és gyakoroljuk.</p> <p>Ismertessük a személlyel, hogy milyen balesetek adódhatnak bizonyos élethelyzetekben (pl. otthon, közlekedés során), ezeket miért fontos jelezni.</p> <p>Segítheti az önállóság fejlesztését a saját élményekhez kapcsolás: amennyiben volt már ilyen helyzetben a személy, annak felelevenítése, felidézése, legutóbbi sérülés vagy baleset elemzése.</p> <p>Fontos, hogy a személy tisztában legyen vele, hogy milyen helyzetekben kitől kérhet segítséget, mi lehet ennek a módja.</p> <p>Szituációs gyakorlatokkal fejleszthető mind a segítségkérés, mind a szükséges teendők begyakorlása.</p> <p>A vészhelyzetek kezelése, a kockázatok elkerülése érdekében kockázatkezelési terv készülhet.</p>	<p>Baleset- és tűzvédelmi oktatás, valamint az alapvető elsősegély-nyújtási ismeretek minden lakó számára szükségesek lesznek a beköltözéskor.</p> <p>Fontos a kivitelezés során a megfelelő burkolatok és szaniterek kiválasztása.</p> <p>Csúszásgátlók, kapaszkodók segítik a balesetek megelőzését.</p> <p>Sok baleset történik a WC-n is, magasító és kapaszkodók segíthetik a biztonságos használatot.</p> <p>Ügyeljünk rá, hogy a padló a vizes helyiségekben mindig száraz legyen (legyen elérhető a felmosó vagy a személyzet gondoskodik erről).</p> <p>Oktatófilmek, könnyen érthető információs anyagok segíthetik az ismeretek átadását.</p> <p>Ahol szükséges, helyezzünk el vizuális emlékeztetőt, figyelmeztetést.</p> <p>Fontos a lakásban a segélyhívó telefonszámok, segítők elérhetőségének kihelyezése jól látható helyre.</p> <p>Nem beszélő, alig beszélő személyek számára kommunikációs kulcskártyákat készíthetünk, pl. „fáj, megsérültem, segítségre van szükségem”.</p>
<p>2. Ételtészítés során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat</p> <p>A forró eszközöket, felületeket elkerüli</p>	<p>Ismertessük meg a személyt az elsősegélynyújtó dobozban található eszközökkel.</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk az égés, illetve egyéb sérülések</p>	<p>Különösen gáztűzhely esetén gondoskodni kell már a tervezés során a megfelelő nyílászárókról és szellőzésről.</p>

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy a gyúlékony eszközöket távol kell tartani a forró felületektől	ellátását. A balesetek megelőzésének első lépése, hogy a konyhai eszközöket megfelelően tároljuk, rendet tartunk (legyen elegendő hely, ne legyenek elől feleslegesen balesetveszélyes eszközök).	Fontos a megfelelő edények és eszközök kiválasztása (pl. nyeles edényeket könnyebb lerántani a tűzhelyről). Segítheti a balesetek megelőzését, ha az elektromos konyhai kisgépeket csúszásmentesen, száraz felületen helyezik el.
Tudja, mit kell tenni a főzőfelületen lángra kapott étellel	A konyhai berendezések használatát meg kell ismernie és gyakorolnia a lakóknak. Hívjuk fel a figyelmet a használati utasítás áttanulmányozására, illetve nyújtunk segítséget annak értelmezésében, ha szükséges.	Fontos a konyha padlójának tisztántartása, biztosítsuk az ehhez szükséges eszközöket. Kesztyű, edényfogó, kötény is hasznos a balesetek megelőzésében.
Tudja, hogy nem hagyhat felügyelet nélkül a tűzhelyen, sütőben készülő ételt	A tisztálkodásra vonatkozó javaslatok itt is alkalmazhatóak.	Érdemes lehet tűzoltó készüléket tartani a konyhában. A tisztálkodásra vonatkozó javaslatok itt is alkalmazhatóak.
Tudja, hogy mit kell tenni forrázás esetén		
Az elektromos eszközöket használat után áramtalanítja		
Nem nyúl működő elektromos eszközbe		
Vizes kézzel nem nyúl elektromos eszközökhöz		
Biztonsággal, körültekintően használja a vágó-, éles vagy hegyes eszközöket		
Elkerüli a felcsapó gőzt		
3. Takarítás során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	A fenti javaslatokon túl a takarítás során is fontos, hogy először elpakoljuk a felesleges tárgyakat, rendet tegyünk. Takarítás után minden eszközt és tisztítószert tegyünk vissza a helyére.	A fenti javaslatokon túl fontos, hogy a tisztítószereket megfelelően tárolják, ne töltsék át élelmiszeres edényekbe. Lehetőség szerint kerüljék a vegyszerek használatát, vagy használjanak gumikesztyűt. Fontos a megfelelő szellőzés, illetve biztonságos eszközök biztosítása (pl. fellépő, létra). Ügyelni kell a bútorok megfelelő rögzítésére, szőnyegek csúszásmentesítésére, konnektorok megfelelő elhelyezésére is.
Ismeri a gyúlékony/veszélyes szerekben található jeleket és ismeri ezek veszélyeit		
Tudja, hogyan kell megfelelően és biztonságosan tárolni a tisztítószereket		
Ismeri a tisztítószerek biztonságos használatát		
Tudja, hogy tilos meginni a tisztítószereket		
Tudja, hogy mi a teendő tisztítószert elfogyasztása esetén		
Csak kihűlt tűzhelyet, felületet, eszközöket takarít		

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Csak kikapcsolt és/vagy áramtalanított eszközöket takarít		
Csúszós, vizes felületeken óvatosan közlekedik		
Ismeri a létra használatának biztonsági szempontjait		
4. Lakókörnyezetében ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	A biztonsági berendezések funkcióját, jelzéseit, kezelését tanítsuk és gyakoroljuk.	A megfelelő riasztóberendezésekről már a tervezés során szükséges gondoskodni (betörés ellen fontos a megfelelő mechanikai védelem, nem csak a riasztóberendezés, pl. kerítés, biztonsági ajtó és zár). Elengedhetetlen a riasztóberendezések folyamatos ellenőrzése, karbantartása (pl. elemcsere).
Tudja, mire való a füstjelző	Fontos, hogy a személy meg tudja különböztetni azokat a helyzeteket, amikor maga is be tud avatkozni, vagy amikor segítséget kell hívnia. Inkább kérjen segítséget, minthogy megsérüljön.	Ahol szükséges, helyezzünk el vizuális emlékeztetőt, figyelmeztetést.
Tudja, hogyan lehet eloltani a különböző tüzeket	Amennyiben van kert, a kerti tevékenységekre, munkára, szerszámokra vonatkozóan is ismertessük a biztonsági szempontokat és szabályokat.	Fontos a lakásban a segélyhívó telefonszámok, segítők elérhetőségének kihelyezése jól látható helyre.
Tudja, hogy tűz esetén el kell hagyni az épületet	Dohányos lakók felkészítésére külön kell ügyelni.	
Tudja mi a teendő, ha gázszagot érez		
Elektromos eszközökkel kapcsolatos biztonsági szabályokat betartja		
Tudja, hogy mire való a riasztó		
Tudja, hogy mi a teendő, ha szól a riasztó		
Tudja, hogy gyertyát, mécsest nem hagyhat felügyelet nélkül		
Tudja, hogy lakókörnyezetében hol van dohányzásra kijelölt hely, hol dohányozhat		
Tudja, hogyan kell biztonságosan eloltani a cigarettát és eldobni a csikket		
Tudja, hogy tilos ágyban dohányozni		
Tudja, hogy a kertben hol és mikor lehet tüzet gyújtani		
Tudja, hogy kerti tevékenységek során mire kell ügyelnie		
5. Közlekedés során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	Az elvont vagy szimbolikus helyzetben megszerzett tudás számos személy számára nem vagy nehezen	Közlekedésbiztonsági oktatás

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy gyalogsként a járdán kell közlekednie (nem az úttesten)	<p>transzformálható egy másik környezetre, így mindig valós helyzetben lehet csak biztonsággal meggyőződni arról, hogy az alapvető közlekedési ismeretek birtokában van-e az érintett.</p>	<p>Közlekedésbiztonsági oktatás</p> <p>Számos eszköz segítheti a biztonságos közlekedés kialakítását. Térképek, egyszerűsített képes útvonaltervek, GPS jeladós jelzés adására és az útvonal követésére is alkalmas IT eszközök, stb.</p> <p>Amennyiben a közlekedés során eszközös támogatást használunk, fontos, hogy az eszközt magabiztosan használja a személy.</p>
Tudja, hogy az úttesten átkelni elsősorban zebránál, jelzőlámpánál szabad	<p>A biztonságos közlekedés tanítása során az alapvető közlekedési jelzések és táblák megtanításával kezdjük a felkészítést.</p>	
Tudja, hogy mielőtt lelép az úttestről, mindkét irányba szét kell nézni és meg kell győződnie róla, hogy egyik irányból sem közeledik jármű	<p>A közlekedést lehetőség szerint valós szituációban gyakoroljuk akkor, amikor a jelzéseket ismeri a személy. A valós helyzetben való gyakorlás során eleinte ne hagyjuk felügyelet nélkül a személyt.</p>	
Tudja, hogy meg kell várni, amíg megállnak a járművek, mielőtt lelép az úttestről	<p>Amikor meggyőződünk arról, hogy ismert környezetben, útvonalon jól alkalmazza ismereteit, lehet egy fokkal tovább lépni, és távolról figyelni, valamint meggyőződni arról, hogy az önálló közlekedés biztonságos.</p>	
Ismeri a közlekedési jelzőlámpák funkcióját	<p>Csak akkor engedjük az önálló közlekedést, ha biztosak vagyunk abban, hogy a személy szabályokat betartja, segítséget tud kérni és az önálló közlekedés nem okoz túlzott szorongást, félelmet. Ügyeljünk ugyanakkor arra is, hogy a túlóvó segítői magatartás gátja a fejlődésnek.</p>	
Tudja, hogyan kell biztonságosan közlekedni ott, ahol nincs járda	<p>Mindig ügyeljünk az alapproblémából eredő veszélyekre is. Ilyenek lehetnek pl. értelmi fogyatékos emberek esetében egy-egy új helyzetben a már megszerzett ismeret alkalmazásának akadályozottsága, látássérült személyek esetében a közlekedési útvonalon történő nem várt változás (pl. útfelújítás), pszichiai beteg személyek esetében egy ismeretlen, zavaró inger megjelenése és az erre adott előre nem látható reakció, stb.</p> <p>A biztonságos közlekedés érdekében időről-időre ellenőrizzük a szokásos útvonalakat, időrendeket, közös utazással győződjünk a megszerzett ismeretek meglétéről, illetve új ismeretek elsajátításának szükségességéről.</p>	
6. Szociális, társas élet során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	Érdemes a lakók számára saját élményt biztosítani a rendőrség, mentők és tűzoltók munkájáról (pl. nyílt nap,	Hasznos lehet a helyi rendőrség, mentők és tűzoltók tájékoztatása, érzékenyítése.

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeri a rendőrség feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket	<p>egyéb rendezvények, ahol jelen vannak). A helyi kapcsolatok erősítése érdekében meg is hívhatjuk a hivatalok képviselőit különféle ismeretterjesztő előadások megtartására.</p> <p>A segítségkérést szituációs gyakorlatok során kiscsoportos formában gyakorolhatjuk.</p> <p>Jogairól és kötelezettségeiről képességeink és megértési szintjének megfelelően tájékoztassuk.</p> <p>Közösen gyűjtsük össze, hogy kik azok a személyek, akikben megbízhat, akiket beengedhet.</p> <p>A nem kívánt kapcsolatok, abúzus elkerülésére külön hangsúlyt kell fektetni.</p>	<p>Fontos a lakásban a segélyhívó telefonszámok, segítők elérhetőségének kihelyezése jól látható helyre.</p> <p>Mobiltelefont használó személyek telefonján mentsük el a fontos telefonszámokat. Mentsünk el egy olyan számot ICE (In Case of Emergency) név alatt, ahová értesítést lehet küldeni, ha a személy bajba került.</p> <p>Nem beszélő, alig beszélő személyek számára kommunikációs kulcskártyákat készíthetünk, pl. „fáj, megsérültem, segítségre van szükségem”.</p> <p>Külön tananyagok, ismeretterjesztő füzetek, videók állnak rendelkezésre az abúzzsal kapcsolatban, ezeket használhatjuk egyéni és csoportos formában is vagy felkérhetünk szakembert az információk átadására, a lakók képzésére.</p> <p>Mutassuk meg a személynek, hogy az interneten keresztül hogyan ér el törvényeket, jogszabályokat, hogyan tud jogi képviseletet, jogorvoslati lehetőséget keresni.</p> <p>Sok segédanyag áll rendelkezésre, ilyen például a MONDO kártyacsomag.</p> <p>Számos információs anyag elérhető könnyen érthető változatban is, ezeket is rendelkezésére bocsájthatjuk vagy megmutathatjuk, hogy hol találja meg.</p> <p>A bizalmi kapcsolatok azonosítására használhatjuk a Kapcsolati körök eszközét (Ld. még I. kötet Módszertani útmutató).</p>
Ismeri a mentők feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket		
Ismeri a tűzoltók feladatát és tudja, hogy milyen helyzetben kell értesíteni őket		
Ismeri a mentők, tűzoltók, rendőrség telefonszámát, vagy tudja, hol találja meg		
Tudja, hogyan kell értesíteni a hivatalos szerveket vészhelyzet esetén		
Tudja, hogy kit és hogyan kell értesítenie, ha az utcán rosszul lesz/baleset éri		
Általánosságban érti, hogy milyen tevékenységek, cselekedetek törvényellenesek		
Elutasítja a számára kellemetlen verbális vagy fizikai közeledést		
Tudja, hogy idegeneket milyen esetekben lehet beengedni a házba		
7. Számítógép és internethasználat során ismeri és betartja a biztonsági szempontokat, szabályokat	<p>Mutassuk be az internettel kapcsolatos veszélyeket (álhírek, álprofilok, visszaélés, zaklatás, csalás). Hívjuk fel a figyelmet, hogy a túlzott számítógép-használat (pl.</p>	<p>Biztosítsuk a megfelelő szoftvereket a számítógép és internet biztonsága érdekében (pl. vírusirtó, tűzfal). Ügyeljünk ezek rendszeres frissítésére.</p>
Biztonságosan használja a számítógépet		

Alapkészség/részképesség	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>Biztonságosan használja az internetet</p>	<p>játék, internetezés) milyen káros hatásokkal jár, függőséget is okozhat. Tanítsuk a személynek, hogy adatait mikor és kinek adhatja meg, hogyan védhető a számítógép (adatvédelmi intézkedések, vírusirtó használata, letöltések, gyanús weboldalak felkeresése). Külön érdemes foglalkozni az internetes keresés témájával, az információk közötti válogatás technikáival (pl. honnan tudhatjuk, hogy az információ valós és érvényes).</p>	<p>Szükséges lehet támogató és segítő technikák alkalmazására (pl. alternatív kezelőfelületek: szájegér, szemegér, fejpálca, akadálymentes billentyűzet, felolvasó program), ezek beszerzését érdemes külön tervezni. Beüzemelésükhöz, használatuk elsajátításához szakemberre lehet szükség.</p> <p>A tanulást és gyakorlást elősegítik vizuális emlékeztető, folyamatábrák, videók, egyéb oktatóanyagok.</p>

B. KOMMUNIKÁCIÓS KOMPETENCIÁK

B.1. KOMMUNIKÁCIÓS KÉSZSÉGEK

Felmérő lap - Kommunikációs készségek

Modul		Terület
B. Kommunikáció		B.1. Kommunikációs készségek
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁰		
1.	Tudatosan kommunikál	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Többféle kifejezőeszközt használ kommunikációjában	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Hangokkal, hangadással kommunikál (vokalizál)	IGEN	NEM			
2.2	Testével kommunikál	IGEN	NEM			
2.3	Gesztusokkal kommunikál	IGEN	NEM			
2.4	Arckifejezésekkel kommunikál	IGEN	NEM			
2.5	Tekintetével kommunikál	IGEN	NEM			
2.6	Tárgyak segítségével kommunikál	IGEN	NEM			
2.7	Szimbólumokkal, képek segítségével kommunikál	IGEN	NEM			
2.8	Szavakat utánoz	IGEN	NEM			
2.9	Néhány szót használ	IGEN	NEM			
2.10	Egyszerű mondatokat használ	IGEN	NEM			
2.11	Összetett mondatokat használ	IGEN	NEM			
2.12	Alternatív-augmentatív kommunikációs rendszert (AAK) használ	IGEN	NEM			
2.13	Az őt ismerő személyek számára egyértelműek kommunikációs jelzései	IGEN	NEM			
2.14	Az őt nem ismerő személyek számára is egyértelműek kommunikációs jelzései	IGEN	NEM			

³⁰ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Elutasít	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Választ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Szemével egy tárgyra fókuszál	IGEN	NEM			
4.2	Karral/kézzel egy tárgyra rámutat	IGEN	NEM			
4.3	Két felkínált tárgy közül választ	IGEN	NEM			
4.4	Több tárgy közül választ	IGEN	NEM			
4.5	Nyílt végű tárgyválasztásra képes (mit kér?)	IGEN	NEM			
4.6	Két tevékenység közül választ	IGEN	NEM			
4.7	Több tevékenység közül választ	IGEN	NEM			
4.8	Nyílt végű tevékenységválasztásra képes (mit szeretne csinálni?)	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Szimbólumokat ért	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Képi utasítást követ	IGEN	NEM			
5.2	Nonverbális utasításokat követ	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Beszédet ért	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Különböző, nem emberi hangokat felismer	IGEN	NEM			
6.2	Zenét felismer	IGEN	NEM			
6.3	Dalt, éneket felismer	IGEN	NEM			
6.4	Családtag hangját felismeri	IGEN	NEM			
6.5	Segítő hangját felismeri	IGEN	NEM			
6.6	Saját nevét felismeri	IGEN	NEM			
6.7	Egyszerű szóbeli utasítást végrehajt	IGEN	NEM			
6.8	Összetett szóbeli utasítást végrehajt	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Érzelmeket helyzetnek megfelelően kifejez és felismer	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Kifejezi, hogy örül	IGEN	NEM			
7.2	Kifejezi, hogy szomorú	IGEN	NEM			
7.3	Kifejezi, hogy dühös	IGEN	NEM			
7.4	Kifejezi, hogy fél	IGEN	NEM			
7.5	Kifejezi, ha fáj valamije	IGEN	NEM			
7.6	Kifejezi, ha undorodik valamitől	IGEN	NEM			
7.7	Kifejezi, ha meglepődik	IGEN	NEM			
7.8	Kifejezi, ha érdeklődik	IGEN	NEM			
7.9	Kifejezi, ha szégyell valamit	IGEN	NEM			
7.10	Mimikája szándékosság nélküli	IGEN	NEM			
7.11	Mimikája szándékosságot tükröz	IGEN	NEM			
7.12	Megfelelően fejezi ki egyéb érzelmeit, hangulatait	IGEN	NEM			
7.13	Közvetlen kommunikációban felismeri mások alapvető érzelmeit	IGEN	NEM			
7.14	Közvetlen kommunikációban felismeri mások összetettebb érzelmeit, hangulatát	IGEN	NEM			
7.15	Nem közvetlenül tapasztalt, absztrakt érzelmeket felismer	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Válaszol, választ ad	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
8.1	Tekintetével és/vagy fejével nemet mutat	IGEN	NEM			
8.2	Tekintetével és/vagy fejével igent mutat	IGEN	NEM			
8.3	Eldöntendő kérdésre válaszol (igen-nem)	IGEN	NEM			
8.4	Kiegészítendő kérdésre válaszol	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Idegen nyelven beszél	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Kommunikációs készségek

Modul	Terület		
B. Kommunikáció	B.1. Kommunikációs készségek		
Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Tudatosan kommunikál	Tudatosan, szándéktól vezérelve, a környezettel való kapcsolatteremtésre használ valamilyen kommunikációs formát vagy formákat.	Nagyon fontos, hogy adjunk elegendő időt a személynek a mindennapok során, hogy kifejezhesse magát. A személy kommunikatív szándékú megnyilvánulásait szisztematikusan megerősítve, kommunikációra motiváló helyzetek teremtésével segíthetjük elő fejlődését.	Amennyiben a felmérés eredménye ezen a területen B. vagy C., mindenképpen kérjük alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök (AAK) terén jártas szakember segítségét.
2. Többféle kifejezőeszközt használ kommunikációjában	Kifejező kommunikáció formája: hogyan a környezetével kapcsolatot teremt, kapcsolatot kezdeményez. Önálló, ha megfelelő szókinccsel, grammatikai szabályokkal és szintaxissal használja az adott nyelvet és a nonverbális kommunikációs eszközöket adekvátan alkalmazza. Írás, olvasás külön terület!	A személy jelzéseit meg kell ismernünk és meg kell erősítenünk. Fontos, hogy rögzítsük a megfigyeléseket, hogy a személy környezetében mindenki tisztában legyen az alapvető jelzéseivel. A kommunikáció és beszéd fejlesztése a következő lépéseken, területeken keresztül fejleszhető: - hallás és beszédszervek épségének vizsgálata, szükség esetén korrekció (pl. hallókészülék) - veleszületett és szerzett	A beszéd zavarainak számos oka lehet, melyek feltáráshoz szakorvosi vizsgálat válhat szükségessé (pl. hangképző szervek problémája, hallássérülés, látássérülés, idegrendszeri zavarok, pszichés zavarok). Segédeszköz (pl. hallókészülék) alkalmazása külön szakterület, tanítást és gyakorlást igényel. Alternatív-augmentatív kommunikációs (AAK) eszközök: - grafikus rendszereket (pl. tárgyak, fotók, képek, piktogramok, betűtáblák) - elektronikus rendszereket (pl. számítógép,
Hangokkal, hangadással kommunikál (vokalizál)	Hangadással jelez vagy hívja fel a figyelmet beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Testével kommunikál	(Teljes) testmozgással, testtartással kommunikál (pl. megmerevedik, elhúzódik, ellazul) beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	beszédzavarok felmérése, kezelése, fejlesztés - megfelelő helyzetek és figyelem a kommunikációhoz (pl. megfelelő mennyiségű és minőségű inger biztosítása, izoláció csökkentése, olyan helyzetek, amikor a segítő is figyelmet fordít a kommunikációjára és a lakó is kifejezheti magát, erre lehetősége és megfelelő idő is rendelkezésre áll) - beszédértés felmérése, fejlesztése	kommunikátor) - manuális rendszereket (pl. gesztusnyelv, jelnyelv).
Gesztusokkal kommunikál	Gesztusokkal (feje, keze és karja mozgásával) kommunikál beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	- beszédhibák korrigálása (logopédus)	
Arckifejezésekkel kommunikál	Mimikát, arckifejezést használ (mosoly, fintor stb.) beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	- intellektuális szintnek, életkornak, tapasztalatoknak megfelelő nyelvi kifejezések használata (pl. támogatott lakhatás ismeretlen terület, a fogalmakat be kell vezetni, megmagyarázni és következetesen használni)	
Tekintetével kommunikál	A tekintet irányával és időtartamával, pislogással kommunikál (pl. kívánt tárgyra néz, elfordítja a tekintetét) beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	- vizuális szemléltetés - szókincs bővítése	
Tárgyak segítségével kommunikál	Tárgyat választ, mutat vagy ad beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	- szólásformák, köszönés, megköszönés, kérés, kérdés stb. tanítása - nyelvtani formák tanítása, fejlesztése	
Szimbólumokkal, képek segítségével kommunikál	Szimbólumokkal, képekkel, kommunikációs tábla segítségével (papír alapon vagy elektronikusan) kommunikál beszéd vagy egyéb kommunikáció helyett, vagy annak kiegészítésére vagy megerősítésére.	- olyan személyek és helyzetek felismerése, akivel, vagy amikor nem kommunikál, ennek kezelése - könnyen érthető kommunikáció, AAK alkalmazása - súlyosan, halmozottan fogyatékos személyek esetén individuális kommunikáció, bazális stimuláció,	
Szavakat utánoz	Szándékosan, kommunikatív céllal utánoz (echolál).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Néhány szót használ	Alapvető, egyszerű szavakat kommunikatív céllal mond.	bazális kommunikáció alkalmazása. A beszéd elégtelenségét ingerszegény környezet is okozhatja, ezért a kommunikáció fejlesztése érdekében is biztosítsunk változatos környezetet és tevékenységeket a személy számára.	
Egyszerű mondatokat használ	Tőmondatokat, vagy egy tagmondatból álló bővített mondatokat (pl. alany-állítmány-tárgy) használ. Pl. Gabi almát eszik.	Amennyiben a személy verbálisan nem kommunikál, fontos, hogy számára alternatív-augmentatív kommunikációs (AAK) módszert tanítsunk, melyhez minden esetben kérjük szakember segítségét.	
Összetett mondatokat használ	Két vagy több tagmondatból álló mondatokat is használ. Pl. Tavaly Gabi csak akkor ehetett almát, ha már végzett az ebéddel.		
Alternatív-augmentatív kommunikációs rendszert (AAK) használ	Alternatív-augmentatív kommunikációs rendszert szisztematikusan használ, pl. jelnyelv, bazális kommunikáció.		
Az öt ismerő személyek számára egyértelműek kommunikációs jelzései	Öt ismerő személyek, segítői, családtagjai megértik egyértelműen, hogy mit szeretne kifejezni.		
Az öt nem ismerő személyek számára is egyértelműek kommunikációs jelzései	Öt kevésbé vagy nem ismerő személyek is megértik egyértelműen, hogy mit szeretne kifejezni.		
3. Elutasít	Egyértelműen kifejezi, ha nem szeretne valamit. Olyan módon jelzi, hogy nem szeretne vagy elutasít valamit, hogy az öt kevésbé ismerő személy is egyértelműen megérti azt, bármilyen kommunikációs formát használ.	Fontos és alapvető kommunikációs funkció, hogy egyértelműen jelzi környezete számára, ha nem szeretne vagy elutasít valamit a személy. Bármilyen kommunikációs forma használata esetén (tehát akár szavakkal, akár gesztusokkal, akár egyéb módon jelzi ezt a személy) jó kiindulási alap összetettebb kommunikáció tanításához.	Amennyiben a felmérés eredménye ezen a területen B. vagy C., mindenképpen kérjük alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök (AAK) terén jártas szakember segítségét.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
4. Választ	Egyértelműen kifejezi, ha szeretne valamit. Olyan módon jelzi, hogy szeretne valamit (pl. egy tárgyat), hogy azt az őt kevésbé ismerő személy is egyértelműen megérti, bármilyen kommunikációs formát használ.	Fontos, és alapvető kommunikációs funkció, hogy egyértelműen jelzi környezete számára, ha valamit szeretne, el szeretne érni stb. Ehhez érdemes a személy tárgyak, személyek, tevékenységek iránti preferenciáit megismerni.	Amennyiben a személy szimbólumértése megfelelő, képpel, képcserével támogatjuk, ösztönözhetjük. A képcseré módszere elősegíti a kommunikáció funkciójának megértését: képpel a személy jelezheti, hogy mit szeretne és megkapja, amit akar.
Szemével egy tárgyra fókuszál	Tekintetével jelzi, ha egy tárgyat szeretne.	A készség tudatos alkalmazása feltételezi, hogy a személy tisztában van azzal, hogy kommunikációval befolyásolhatja környezetét.	
Karral/kézzel egy tárgyra rámutat	A kívánt tárgy felé vagy a tárgyra mutat.	A személy minden adekvát, értékelhető jelzését szisztematikusan erősítsük meg, a választást gyakoroljuk.	
Két felkínált tárgy közül választ	Két tárgy (vagy ezeket ábrázoló kép) közül kiválasztja a kívánt tárgyat.	Először két elemből való választással, majd az elemszámot folyamatosan növelve fejleszthetjük a készséget.	
Több felkínált tárgy közül választ	Több tárgy (vagy ezeket ábrázoló kép) közül kiválasztja a kívánt tárgyat.		
Nyílt végű tárgyválasztásra képes (mit kér?)	Jelzi, hogy melyik tárgyat szeretné, bármilyen kommunikációs formát használ.		
Két tevékenység közül választ	Két tevékenység (vagy ezeket ábrázoló kép, szimbólum) közül kiválasztja a kívánt tevékenységet.		
Több tevékenység közül választ	Több tevékenység (vagy ezeket ábrázoló kép, szimbólum) közül kiválasztja a kívánt tevékenységet.		
Nyílt végű tevékenységválasztásra képes (mit szeretne csinálni?)	Jelzi, hogy milyen tevékenységet szeretne végezni, bármilyen kommunikációs formát használ.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Aktuálisan nem felkínált/nem látható tevékenység/tárgy iránti igényét spontán is jelzi	Egyértelműen jelzi, ha valamit szeretne, akkor is, ha az aktuálisan nincs jelen/nincs a látótérben (pl. odahoz valamit, megnevez tárgyakat/tevékenységeket), spontán módon kér.		
5. Szimbólumokat ért	Természetes vagy ábrázoló gesztusokat, cselekvések vagy tárgyak elmutogatását, tapintható és látható szimbólumokat megért.	A személlyel való hatékony kommunikáció érdekében fontos felmérnünk, megfigyelnünk a szimbólumértés szintjét: - Valódi tárgy (tárgyváltás, tárgycserés kommunikáció)	Fotók, saját készítésű képes kártyák, PECS csomag segítheti a tárgyak és szimbólumok egyeztetését, a szimbólumok körének bővítését.
Képi utasítást követ	Fényképpel, képpel megfogalmazott utasításokat megért és követ.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Gesztusokat követ	Gesztusokat, mutatást érti, azokat követi (pl. mutató, „gyere” stb.)	<ul style="list-style-type: none"> - Tárgy és szimbólum (kép) megfeleltetése - Fotó, sematikus rajz (képcsere) - Felirat (olvasás, írás) <p>A szimbólumértés fejlesztésének egy lehetséges menete:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tárgyválasztás során a szimbólumot is felmutatjuk, gesztusainkkal erősítjük a tárgy és a szimbólum megfeleltetését. - A tárgy és a szimbólum közötti fizikai távolság növelése, majd a szimbólum használata tárgy nélkül. - Az elsajátított szimbólumokat különféle helyzetben, különböző személyekkel gyakoroljuk. <p>A képcsere (PECS - Picture Exchange Communication System) módszerében ezeket a lépéseket követi a több szimbólum közül való választása, az egyszerű mondatalkotás, ezt követően a kérdések megválaszolása, majd a szimbólumok megnevezése.³¹</p>	
6. Beszédet ért	Megérti az egyszerűbb és az összetettebb közléseket, kérdéseket, utasításokat is, amelyek konkrétak, egyértelműek.	A beszédértés fejlesztésére a változatos kommunikációs helyzetek, a személlyel való spontán beszélgetés jelenti az egyik legjobb lehetőséget. Lehetőleg olyan témát válasszunk, ami érdekli a személyt.	Amennyiben a felmérés eredménye ezen a területen B. vagy C., mindenképpen kérjük alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök (AAK) terén jártas szakember segítségét.
Különböző, nem emberi hangokat felismer	Felismeri pl. az ételkészítés hangjait, kedvenc, hangot adó játékát.	A beszédértést fejleszti a minél többféle közösen végzett tevékenység is, melyet sok magyarázattal, mimikával és	A beszédészlelés, beszédértés problémáit okozhatja hallássérülés, látássérülés, ebben az esetben szükséges lehet a személy
Zenét felismer	Ismert hangszerek hangját, zenei felvételeket felismer.		

³¹ https://en.wikipedia.org/wiki/Picture_exchange_communication_system

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Dalt, éneket felismer	Ismert dalokat, énekeket azonosít, felismer.	gesztusokkal kísérhetünk, közben ösztönözhetjük a személyt a kifejező kommunikációra.	számára segédeszköz alkalmazása.
Családtag hangját felismeri	Valamely családtag hangját felismeri.	Történetekről (pl. könyv, film) való beszélgetés, történetek visszamondása, a megértés kérdésekkel történő ellenőrzése is elősegítheti a fejlődést.	
Segítő hangját felismeri	A vele foglalkozó munkatársak, szakemberek hangját felismeri.	Amennyiben a személy beszédértése nem megfelelő, fontos, hogy valamilyen alternatív kommunikációs formát vagy eszközt használjunk közléseink kifejezésére, pl. tárgyak, képek.	
Saját nevét felismeri	Felismeri, ha nevén szólítják.		
Egyszerű szóbeli utasítást végrehajt	Például: add ide, tedd le, gyere ide stb.		
Összetett szóbeli utasítást végrehajt	Például: amikor befejezted az ebédet, vidd a koszos edényeket a mosogatóhoz.		
7. Érzelmeket helyzetnek megfelelően kifejez és felismer	Az általa alkalmazott kommunikációs formával képes kifejezni az érzelmeit. Más emberek érzelmeit képes felismerni és értelmezni.	Fontos, hogy megismertessük az érzelmek kifejezésének módjaival és biztosítsunk számára lehetőségeket vagy megfelelő eszközöket az érzelmek hatékony kifejezésére.	Biztosítsunk a lakónak eszközöket pl., képek formájában az érzelmek kifejezéséhez.
Kifejezi, hogy örül	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy örül (pl. hang, mimika, mozgás, kép).	Az érzelmek kifejezéséhez is meg kell találni a megfelelő kommunikációs formát.	A fejlesztés/tanítás során megnevezett, megtanult érzelmekről készítsen a személy vagy készítsünk közösen képes-írott emlékeztetőt.
Kifejezi, hogy szomorú	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy szomorú (pl. mimika, testtartás, kép).	Segíthetjük az érzelmek felismerését saját magán, ezek megnevezésével, azonosításával, visszajelzésével, pl. „most úgy látom, hogy dühös vagy”. Mi is fejezzük ki érzelmeinket a kommunikációs helyzetekben.	Biztosítsunk a lakónak lehetőséget arra, hogy viselkedésével fejezze ki érzelmeit, pl. ha ideges egy beszélgetés során, felállhasson, járkálhasson; elvonulhasson. Biztosítsunk számára védett környezetet.
Kifejezi, hogy dühös	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy dühös (pl. hang, mimika, mozgás, kép).		
Kifejezi, hogy fél	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy fél (pl. hang, mimika, testtartás, kép).	Fontos, hogy a személy megtanulja érzelmeit a társadalomban elfogadott, adekvát módon, a megfelelő viselkedéssel kifejezni.	
Kifejezi, ha fáj valamije	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy fáj valamije (pl. hang, mimika, gesztusok, kép).	Ebben segítség lehet az érzelmek kifejezés késleltetésének, az	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Kifejezi, ha undorodik valamitől	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy undorodik valamitől (pl. hang, mimika, gesztusok, kép).	<p>önuralomnak a fejlesztése.</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk, hogy különböző személyekkel és helyzetekben mi az elfogadható viselkedés.</p>	
Kifejezi, ha meglepődik	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy meglepett (pl. hang, mimika, kép).		
Kifejezi, ha érdeklődik	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy érdeklődik (pl. tekintet, mozgás, testtartás).		
Kifejezi, ha szégyell valamit	Az általa alkalmazott kommunikációs formával kifejezi, hogy szégyell valamit (pl. tekintet, mimika, testtartás, kép).		
Mimikája szándékosság nélküli	Tudatosan nem képes arckifejezéssel kommunikálni.		
Mimikája szándékosságot tükröz	Tudatosan képes arckifejezésével kommunikálni.		
Megfelelően fejezi ki egyéb érzelmeit, hangulatait	Az általa alkalmazott kommunikációs formával, adekvát, a társadalomban elfogadott módon vagy viselkedéssel fejezi ki összetettebb érzelmeit.		
Közvetlen kommunikációban felismeri mások alapvető érzelmeit	Társas, kétszemélyes vagy csoportos helyzetben képes más alapvető (pl. öröm, fájdalom, düh) érzelmeit felismerni.		
Közvetlen kommunikációban felismeri mások összetettebb érzelmeit, hangulatát	Társas, kétszemélyes vagy csoportos helyzetben képes más összetettebb (pl. izgatott, unatkozók, csalódott) érzelmeit felismerni.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Nem közvetlenül tapasztalt, absztrakt érzelmeket felismer	Érzelmeket szóban (pl. Géza most dühös; szomorú voltam, amikor elmentél,) vagy szemléltetve (pl. kép, film) felismer, megért.		
8. Válaszol, választ ad	A személy által alkalmazott kommunikációs formával, kifejező eszközökkel válaszol. Olyan módon, jelzi, hogy mit szeretne, mit válaszol, hogy az őt kevésbé ismerő személy is egyértelműen megéri azt, bármilyen kommunikációs formát használ erre.	A válaszadás szintén alapvető kommunikációs funkció. Verbálisan nem kommunikáló személyek esetén is fontos, hogy eldöntendő kérdésre válaszolni tudjanak beszédértésüknek megfelelően. Amennyiben a verbális közléseket nem érti a személy, próbálkozzunk tárgyak vagy képek felkínálásával. Amennyiben nem válaszol egyszerű kérdésre sem, de használ valamilyen kommunikációs formát, vizsgáljuk meg, hogy az ilyen módon feltett kérdésekre, kérésekre hogyan reagál.	Amennyiben a felmérés eredménye ezen a területen B. vagy C., mindenképpen kérjük alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök (AAK) terén jártas szakember segítségét.
Tekintetével és/vagy fejével nemet mutat	Eldöntendő kérdésre gesztusaival nemet válaszol. Pl. Kérsz tejet?		
Tekintetével és/vagy fejével igent mutat	Eldöntendő kérdésre gesztusaival igent válaszol. Pl. Kérsz tejet?		
Eldöntendő kérdésre válaszol (igen-nem)	Saját, mindennapi életét érintő, egyszerű eldöntendő kérdésre válaszol, választát egyértelműen jelzi. Eldöntendő kérdés pl. Kérsz tejet?		
Kiegészítendő kérdésre válaszol	Saját, mindennapi életét érintő kérdésre válaszol. Verbalitást vagy AAK használatát feltételezi. Kiegészítendő kérdés pl. Mit kérsz reggelire?		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
8. Idegen nyelven beszél	Alap- közép vagy felsőfokon beszél egy vagy több idegen nyelvet.	<p>Sok személy esetében nem releváns kérdés. Előfordulhat az is, hogy a személy eleve két- vagy többnyelvűként nőtt fel.</p> <p>A személy céljai között szerepelhet a nyelvtanulás, mely különösen fontos lehet a munkaerőpiacon.</p> <p>Amennyiben a felmérés során a személy jelzi, hogy szeretne nyelvet tanulni, segítsük lehetőség szerint ingyenes vagy számára elérhető lehetőségek felkutatásában.</p> <p>Ismertessük meg a lakót a nyelvi szint fogalmával³², hogy ennek segítségével maga választhasson tanárt vagy tanfolyamot, keressen magának tananyagot.</p>	<p>Az interneten számtalan ingyenesen elérhető nyelvi kurzus, nyelvi tananyag található, melyek a személy jelenlegi nyelvi szintjének megfelelően választhatóak.</p> <p>Nyelvtanulásban a lakóközösség (ha más ismeri az adott nyelvet) vagy önkéntes is segítheti a lakót.</p>

³² https://hu.wikipedia.org/wiki/K%C3%B6z%C3%B6s_Eur%C3%B3pai_Referenciakeret

B.2. KOMMUNIKÁCIÓS KÉSZSÉGEK ALKALMAZÁSA TÁRSAS HELYZETEKBE

Felmérő lap - Kommunikációs készségek társas helyzetekben való alkalmazása

Modul	Terület
B. Kommunikáció	B.2. Kommunikációs készségek alkalmazása társas helyzetekben
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³³		
1.	Reagál a környezetére	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Figyelme felkelthető	IGEN	NEM			
1.2	Érintésére felfigyel	IGEN	NEM			
1.3	Mozgatásra felfigyel	IGEN	NEM			
1.4	Mozgásra felfigyel	IGEN	NEM			
1.5	Fényre felfigyel	IGEN	NEM			
1.6	Tárgyakra felfigyel	IGEN	NEM			
1.7	Hangra felfigyel	IGEN	NEM			
1.8	Figyelme fenntartható	IGEN	NEM			
1.9	Szenzoros túlérzékenysége nincs (vizuális, akusztikus stb. ingerekre)	IGEN	NEM			
1.10	Beszédhanggal megnyugtatható	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Kontaktuskészsége megfelelő	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Az emberi hangra megkülönböztetetten reagál	IGEN	NEM			
2.2	A beszélő felé mozdul, fordul	IGEN	NEM			
2.3	Mozgással felhívja magára a figyelmet	IGEN	NEM			

³³ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

2.4	Hangokkal felhívja magára a figyelmet	IGEN	NEM
2.5	Felveszi a szemkontaktust	IGEN	NEM
2.6	Kapcsolatfelvételre mosollyal reagál	IGEN	NEM
2.7	Elvesz tárgyat, ha felkínálják számára	IGEN	NEM
2.8	Tárgy felé néz, hogy felhívja rá a figyelmet	IGEN	NEM
2.9	Tárgy felé nyúl, mutat, hogy felhívja rá a figyelmet	IGEN	NEM
2.10	Felkínál egy tárgyat partnerének	IGEN	NEM
2.11	Valamely személyt előnyben részesít, preferencia megállapítható	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Képes fizikai kontaktusra	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Elfogadja, ha megérintik	IGEN	NEM			
3.2	Elfogadja a fizikai irányítást, segítségnyújtást	IGEN	NEM			
3.3	Testkontaktust kezdeményez	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Beszélgetésben részt vesz	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Spontán beszélgetést kezdeményez	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Cseveg	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Beszédhelyzetnek megfelelő kommunikációs stílust használ	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
8.	Nehézségeit, problémáit megfogalmazza	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
9.	Segítséget kér	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
9.1	Ismerős helyzetben, számára ismerős emberektől segítséget kér	IGEN	NEM			
9.2	Ismerős helyzetben, idegentől segítséget kér	IGEN	NEM			
9.3	Ismeretlen helyzetben, ismerős személytől segítséget kér	IGEN	NEM			
9.4	Ismeretlen helyzetben, idegenektől segítséget kér	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
10.	Képes asszertív kommunikációra	IGEN	NEM	A	B	C

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
11.	Képes önfeltáró kommunikációra	IGEN	NEM	A	B	C

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozás javaslatok - Kommunikációs készségek társas helyzetekben való alkalmazása

Modul	Terület
B. Kommunikáció	B.2. Kommunikációs készségek társas helyzetekben való alkalmazása

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Reagál a környezetére	Spontán figyelemmel reagál a környezet ingereire. Figyelme felkelthető és fenntartható, képes valamire összpontosítani.	Az észleléshez elengedhetetlen az érzékszervek megfelelő működése. Fontos, hogy a személy jelzéseit megismerjük, megerősítsük.	Környezeti adaptáció segítheti a szenzorosan túlérzékeny lakókat, pl. számukra megfelelő helyiségek kialakítása.
Figyelme felkelthető	A környezet valamely ingerére spontán figyelemmel reagál (pl. felélénkül, összerezzen).	A szenzoros túlérzékenység bármilyen érzékszervi inger hatására jelentkezhet (fény, hang, tapintás, mozgás stb.). Másik véglet, ha a személy egyáltalán nem vagy nagyon kis reakciót mutat, vagy túl lassan reagál az ingerekre. Problémát jelenthet a túlzott ingerkeresés, önstimuláció is.	Segédeszközök használata fontos lehet (pl. füldugó, fülvédő).
Érintésére felfigyel	Észreveszi, ha megérintik.	Tünetek:	Terápiaként is alkalmazhatók deszenzitizációs technikák, melyekkel lassan, fokozatosan hozzászoktatjuk a személyt a számára megterhelő ingerekhez.
Mozgatásra felfigyel	Észreveszi, ha mozgatják.	- túl alacsony vagy túl magas ingerküszöb;	Fejlesztő pedagógus, gyógypedagógus, gyógytornász pszichológus is alkalmazhat terápiás módszereket.
Mozgásra felfigyel	Mozgásra spontán figyelemmel reagál (pl. felélénkül, összerezzen), esetleg követi a mozgást (pl. megmozdul, tekintetét odairányítja vagy fejét fordítja).	- viselkedési problémák;	Fontos, hogy egy feladathelyzethez is megfelelő, nyugodt körülményeket teremtsünk.
Fényre felfigyel	Fényre spontán figyelemmel reagál (pl. megmozdul, tekintetét odairányítja vagy fejét fordítja).	- eltérő aktivitási szint;	
Tárgyakra felfigyel	Tárgyra spontán figyelemmel reagál, esetleg követi a tárgyat (pl. tekintetét odairányítja, fejét fordítja, tárgy felé nyúl).	- mozgásos és koordinációs problémák;	
Hangra felfigyel	Hangokra spontán figyelemmel reagál, esetleg követi a hangot (pl. tekintetét odairányítja, fejét fordítja).	- nyelvi és szociális problémák (pl. beszédértés, kifejezőkészség)	
		- figyelemzavar;	
		- szorongás, stb.	
		Fontos, hogy megfigyeljük, milyen	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Figyelme fenntartható	Rövidebb-hosszabb ideig képes egy ingerre fókuszálni.	ingerek váltják ki a túlzott reakciót. Segítséget jelenthet a személy számára, ha környezetei igyekeznek a szenzoros túlterhelés elkerülésére. A személy számára is taníthatók azok a stratégiák, amikkel elkerülheti a nem kívánt ingereket (pl. közlekedés során hallgasson zenét, ha zavarják a zajok).	
Szenzoros túlérzékenysége nincs (vizuális, akusztikus stb. ingerekre)	Fény, zaj, mozgás stb. érzékelése és észlelése megfelelő, nem vált ki túlzott reakciót.	Segítséget jelenthet a személy felkészítése azokra a helyzetekre, amelyek számára kellemetlenek, illetve e helyzetekre való előzetes figyelmeztetés. A figyelem fejlesztéséhez is fontos a lényegtelen, illetve elterelő vagy zavaró ingerek tudatos kizárása.	
Beszédhanggal megnyugtatható	Megnyugszik, ha beszélnek hozzá.	Az idő megfelelő beosztásával, szünetek beiktatásával is biztosíthatjuk a figyelem fenntartását. Ügyeljünk továbbá arra, hogy a feladatok, amelyekben figyelmet várunk a személytől, ne haladják meg a képességeit.	
2. Kontaktuskészsége megfelelő	Képes kapcsolatot kezdeményezni és kapcsolatot fenntartani a környezetével az általa használt kommunikációs formával.	A kommunikációban a beszélt nyelv mellett fontos szerepe lehet a légzés ritmusának, a szemkontaktusnak, a hangadásnak, a mimikának, az érintésnek, gesztusoknak és mozgásnak is.	Nem beszélő személyek esetében alternatív-augmentatív kommunikáció használata elengedhetetlen ahhoz, hogy kapcsolatot tudjanak teremteni környezetükkel.
Az emberi hangra megkülönböztetetten reagál	Emberi hangra, beszédre másképp reagál, mint egyéb ingerekre.	A személy jelzéseinek megfigyelése hosszabb időt vehet igénybe. Fontos a megfigyelések rögzítése is, hogy a személy környezete megismerhesse azokat.	Súlyosan, halmozottan fogyatékos személyek esetében a bazális stimuláció, bazális kommunikáció segítheti a kommunikációt.
A beszélő felé mozdul, fordul	A beszélő személy irányába mozog, felé vagy ránéz, fejét odafordítja	A kontaktuskészség fejlesztésének lehetséges menete:	
Mozgással felhívja magára a figyelmet	Teste vagy végtagjai mozgásával jelzi, ha figyelemre vágynak, szeretne valamit.		
Hangokkal felhívja magára a figyelmet	Hangadással jelzi, ha figyelemre vágynak, szeretne valamit.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Felveszi a szemkontaktust	A vele kapcsolatba kerülő személy szemébe néz.	- figyelem irányításának gyakorlása, szemkontaktus, mutatózás gyakorlása (utánzás, modellkövetés) - kommunikációs eszközök funkcionális használata (individuális kommunikáció megismerése, kialakítása) Fontos lehet a kérdés-válasz, a szerepcseré gyakorlása is.	
Kapcsolatfelvételt mosollyal reagál	A vele kapcsolatba kerülő személyre rámosolyog.		
Elvesz tárgyat, ha felkínálják számára	A felé nyújtott tárgyat megfogja, elveszi.		
Tárgy felé néz, hogy felhívja rá a figyelmet	Tekintetével jelzi, ha szeretne egy tárgyat vagy valamit, ami a tárgyhoz köthető.		
Tárgy felé nyúl, mutat, hogy felhívja rá a figyelmet	Karjával vagy rámutatással jelzi, ha szeretne egy tárgyat vagy valamit, ami a tárgyhoz köthető.		
Felkínál egy tárgyat partnerének	A nála lévő tárgyat valamilyen céllal átadja a vele kapcsolatba kerülő személynek.		
Valamely személyt előnyben részesít, preferencia megállapítható	Bizonyos személy(ekkel) szívesebben kerül kapcsolatba, mint másokkal.		
3. Képes fizikai kontaktusra	Elfogadja, ha megérintik, maga is kezdeményezi a fizikai kontaktust. Fizikai támogatás ellen nem tiltakozik. Nincs az érintéssel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	Fontos, hogy a személy tisztában legyen azzal, mikor, kit és hogyan érinthet meg. A fejlesztésbe beletartozhat a másik személy közelségének, illetve a segítségnyújtás elfogadásának gyakorlása. Az önellátási képességek fejlesztése elősegíti, hogy kevesebb fizikai	Szabályzatok, protokollok készítése, megismertetése, a lakók és munkatársak felkészítése segítheti a fizikai kontaktusok megfelelő kezelését a szolgáltatásnyújtás és a társas élet során is.
Elfogadja, ha megérintik	Hagyja magát megérinteni.		
Elfogadja a fizikai irányítást, segítségnyújtást	Hagyja magát vezetni, elfogadja a fizikai támogatást.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Testkontaktust kezdeményez	Maga kezdeményez fizikai kontaktust (pl. mást megérint, megfogja a karját, kezét, átkarolja vagy átöleli).	<p>kontaktusra legyen szükség a személy és a segítő között.</p> <p>A fogyatékos személyek jogait fizikai támogatásuk során is tiszteletben kell tartanunk. Fokozottan figyeljünk a fizikai abúzus (pl. nem kívánt vagy túl erős érintés, ütés, rúgás, csípés, gyógyszerek adagolása stb.) jeleire, az abúzus elkerülésére.</p> <p>A fizikai abúzust kiválthatja a segítő stresszállapota, illetve negatív sztereotípiák vagy minták.</p> <p>Fontos tudnia a személynek, hogy kihez és hová fordulhat, ha nem megfelelő viselkedést tapasztal.</p> <p>A személy fizikai kontaktussal kapcsolatos döntéseit tartsuk tiszteletben. Ugyanakkor tudatosítsuk magunkban és a személyben is, hogy az érintésre minden embernek szüksége van. A pozitív gesztusok, testbeszéd elősegítheti a személlyel való együttműködést.</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>4. Beszélgetésben részt vesz</p>	<p>Közvetlen, kétirányú kommunikációban megfelelően részt vesz. Beszélgetés során a másik személy mondandóját figyeli és követni tudja, képes a szereplőváltásra (a beszélő és a hallgató szerepe) és a másik közlésére reagálni.</p>	<p>Feltétele a készségnek a megfelelő beszédértés és a megfelelő kommunikációs forma elsajátítása (beszéd vagy AAK eszköz), szisztematikus alkalmazása.</p> <p>Amennyiben a személy nem folytat kölcsönös interakciót másokkal, kétszemélyes helyzetben ez fejleszthetjük, kérdés-válaszokkal, majd a szereplőváltás gyakorlásával.</p> <p>Beszélgetés során ügyeljünk a könnyebb érthetőség érdekében néhány alapvető szempontra:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Egyszerű fogalmazás; - Megfelelő hangerő és artikuláció; - Egyszerre csak egy dologról beszéljünk; - Mondandónkat nonverbális jelekkel is támasszuk alá. <p>Szánjunk elegendő időt arra, hogy a személy kifejezhesse magát, várjuk meg a választ, ne válaszoljunk helyette.</p> <p>Jó alkalmat adnak a gyakorlásra kiscsoportos foglalkozások, közösségi események.</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>	<p>Szükség esetén vizsgáljuk a személy érzékszerveit (hallás, látás), hogy nem áll-e szervi probléma a beszédértés és az arra való reagálás útjában.</p> <p>Könnyen érthető kommunikációval kapcsolatos információkkal, esetleg képzéssel a munkatársakat is felkészíthetjük a hatékonyabb kommunikációra.</p> <p>Nem beszélő személyek esetében alternatív-augmentatív kommunikáció használata elengedhetetlen.</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>
<p>5. Spontán beszélgetést kezdeményez</p>	<p>Beszélgetést kezdeményez ismerős személlyel, odamegy hozzá, megszólítja és közli kéréseit, kívánságát, gondolatait.</p>	<p>A spontán kezdeményezéseket szisztematikus megerősítéssel, biztatással ösztönözhetjük.</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>	<p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>6. Cseveg</p>	<p>Spontán beszélgetést kezdeményez nem elsősorban információcsere, hanem kapcsolat kezdeményezése vagy fenntartása céljából (small talk, pl. érdeklődés a másik iránt „hogyan vagy, mi újság”).</p>	<p>A csevegés (small talk) funkciója alapvetően társas érintkezés, kapcsolat kezdeményezése, fenntartása a másik személlyel.</p> <p>Fontos, hogy a személyt következetesen megerősítsük és sok modellt, mintát, példát mutassunk számára, alkalmat adva a gyakorlására.</p> <p>Jó alkalmat adnak a gyakorlásra kiscsoportos foglalkozások, közösségi események.</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>	<p>Előre megírt forgatókönyvek, lehetséges „témakörök” segíthetik a csevegés kezdeményezését különféle helyzetekben (pl. szomszédokkal, boltban stb.)</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
<p>7. Beszédhelyzetnek megfelelő kommunikációs stílust használ</p>	<p>Képes megkülönböztetni az informális és formális beszédhelyzeteket, a különféle helyzeteknek megfelelően kommunikál, udvariassági formulákat és megfelelő kommunikációs stílust alkalmaz (pl. magázás, megszólítás, köszönés, tessék, köszönöm, elnézést stb.)</p>	<p>Kommunikációs során mi magunk is modellt nyújtunk a személy számára, ezeket a természetesen adódó helyzeteket tudatosan felhasználva fejleszthetjük a készséget.</p> <p>A személyt mi is udvariasan szólítsuk meg, megfelelő hangnemben beszéljünk vele. Lakótársaival is a megfelelő módon kommunikáljon.</p> <p>Egyéni vagy kiscsoportos foglalkozások keretében, szituációs gyakorlatokon keresztül tanítható a kommunikációs stílus megválasztása, az udvariassági formulák. Még jobb, ha természetese élethelyzetekben, a közösségben fejleszthető a személy kommunikációs készség.</p> <p>Érdeemes tanítani és gyakorolni a következőket:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Napszaknak megfelelő köszönés; - Személyeknek megfelelő köszönés; - Megszólítás, tegeződés, magázódás; - Megfelelő kifejezése pl. hivatalban, orvosnál (szókincsfejlesztés, szituációs gyakorlatok stb.) <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>	<p>A Kapcsolati körök (Ld. még I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>) módszer alkalmazása hasznos lehet a szociális távolságok és az adekvát kommunikáció tanításában.</p> <p>Emlékeztető kártyák, jegyzetek segíthetik a megfelelő (tanult) kommunikációs formák, viselkedés előhívását az adott helyzetben.</p> <p>Egymással való kommunikációhoz vagy társas helyzetekhez is készíthetünk szabályzatot, emlékeztetőt, forgatókönyveket, akár vicces formában, akár komoly tartalommal.</p> <p>A beszédre, beszélgetésre vonatkozó további javaslatok itt is alkalmazhatóak.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
8. Nehézségeit, problémáit megfogalmazza	<p>Saját mentális állapotára reflektál, arról beszél, megfogalmazza problémáit.</p>	<p>Magasabb szintű kommunikációs és összetett kognitív készségeket feltételez.</p> <p>A problémák felismerését és megfogalmazását elősegíthetjük különféle helyzetek megismertetésével, szituációs gyakorlatokon keresztül, majd megszerzett ismereteit és tapasztalatait kommunikációs szintjének megfelelően a későbbiekben is alkalmazhatja.</p> <p>Fontos, hogy a személy tudja, nyugodtan kérhet segítséget. Elősegítheti a problémák jelzését, ha tudja, hogy kihez fordulhat (akár az intézményben, akár pl. a munkahelyen), illetve jelzésére megfelelő reakciókat kap (meghallgatják, komolyan veszik, beavatkoznak).</p>	<p>Készítsünk vagy biztosítsunk számára nehézségeket, problémahelyzeteket tartalmazó (emlékeztető) kártyákat, pl. „rosszul vagyok”, „fáj”, „nem értem” stb.</p>
9. Segítséget kér	<p>Segítséget kér a környezetétől, ha szükséges. Őt kevésbé vagy nem ismerő személyek is megértik egyértelműen, hogy mit szeretne.</p>	<p>Több élethelyzettel és tevékenységgel is összefüggésben van, ezért többféle helyzetben is taníthatjuk.</p> <p>Bízgatni és bátorítani kell a személy próbálkozásait a segítség kérésére, egyben biztosítva hogy a kérésére minden esetben választ kap.</p> <p>Fontos tudnia a személynek, hogy bizonyos helyeken vagy helyzetekben kitől kérhet segítséget (pl. ismeretlen helyen hivatalos személyektől, munkahelyen főnöktől, mentortól vagy kijelölt kollégától stb.)</p> <p>A segítségkérés gyakorlása során</p>	<p>Készítsünk vagy biztosítsunk számára a segítségkérést jelentő kártyát. Szükséges lehet egyéb szimbólum, felirat stb. készítése pl. hivatali ügyintézéshez.</p>
<p>Ismerős helyzetben, számára ismerős emberektől segítséget kér</p>	<p>Megszokott környezetben és helyzetekben, általa ismert személytől kér konkrét, szükségletének megfelelő segítséget vagy jelzi, hogy segítségre van szüksége.</p>	<p>Fontos tudnia a személynek, hogy bizonyos helyeken vagy helyzetekben kitől kérhet segítséget (pl. ismeretlen helyen hivatalos személyektől, munkahelyen főnöktől, mentortól vagy kijelölt kollégától stb.)</p>	<p>Egyes esetekben szükséges lehet a személy kísérése, ha valószínűsíthető, hogy nem tud senkitől segítséget kérni, esetleg nem értik meg, hogy mit szeretne.</p>
<p>Ismerős helyzetben, idegentől segítséget kér</p>	<p>Megszokott környezetben és helyzetekben általa kevésbé vagy nem ismert személytől kér konkrét, szükségletének megfelelő segítséget vagy jelzi, hogy segítségre van szüksége.</p>	<p>A segítségkérés gyakorlása során</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Ismeretlen helyzetben, ismerős személytől segítséget kér	Számára új környezetben vagy helyzetben, általa ismert személytől kér konkrét, szükségletének megfelelő segítséget vagy jelzi, hogy segítségre van szüksége.	hierarchikusan és fokozatosan tágítsuk azon személyek körét, akitől segítséget kérhet a személy. Készítsük fel a személyt, hogy környezete nem kívánt reakcióit (pl. értetlenség, agresszió, undor) hogyan kezelje.	
Ismeretlen helyzetben, idegenektől segítséget kér	Számára új környezetben vagy helyzetben, általa kevésbé vagy nem ismert személytől kér konkrét, szükségletének megfelelő segítséget vagy jelzi, hogy segítségre van szüksége.		
10. Képes asszertív kommunikációra	Kommunikációja és viselkedése általában megfelelő és hatékony az adott helyzetben a másik fél érzelmeit és igényeit szem előtt tartva. Kerüli a passzív vagy agresszív megnyilvánulásokat. Tisztában van vele, hogy igényeinek és érzéseinek kifejezésére joga van. Ehhez eszközei is vannak.	Az asszertivitás egyénileg vagy csoportosan fejleszhető szituációs gyakorlatokon keresztül, illetve természetes élethelyzetekben vagy azok utólagos elemzésével. Alapja a személyek jogainak tudatosítása, asszertív jogok megismerése. További eszközök lehetnek a lakó számára asszertív kommunikációs technikák, illetve konkrét fordulatok, mondatok elsajátítása és gyakorlása, valamint az „asszertív jogok” megismerése és gyakorlása.	Kifejezetten az asszertív kommunikációra, asszertív viselkedésre irányuló játékokkal, tréninganyagokkal, illetve tréner szakember bevonásával is fejleszhető.
11. Képes önfeltáró kommunikációra	Képes érzéseinek, élményeinek megosztására, megfelelő szintű enklőzésre. Képes saját belső működését feltárni, kifejezni és saját magára reflektálni.	Az önfeltáró kommunikációhoz bizalmi kapcsolatra van szükség a segítő/terapeuta és a lakó között. A személyközpontú megközelítés elősegítheti a bizalmi kapcsolat kialakítását, illetve az önfeltárást. Szükséges lehet az önismeret fejlesztése, illetve az érzelmek kifejezésének fejlesztése is.	A segítő beszélgetés lehetővé teszi a segítői, illetve terápiás kapcsolatban az önfeltárást, önreflexiót. A segítő beszélgetésről számtalan szakirodalom, tréning, továbbképzés is elérhető.

C. SZOCIÁLIS ÉS INTERPERSZONÁLIS KOMPETENCIÁK

C.1. TÁRSAS KAPCSOLATOK

Felmérő lap - Társas kapcsolatok

Modul	Terület
C. Szociális készségek - interperszonális készségek	C.1. Társas kapcsolatok
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁴		
1.	Képes együttműködésre	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Elfogadja mások jelenlétét	IGEN	NEM			
1.2	Ismerős személlyel együttműködik	IGEN	NEM			
1.3	Ismeretlen személlyel együttműködik	IGEN	NEM			
1.4	Képes várakozni	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Képes csoportban részt venni	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Elfogadja a csoporthelyzetet	IGEN	NEM			
2.2	Csoporthelyzetben nyugodt	IGEN	NEM			
2.3	Csoporthelyzetben figyeli a körülötte lévőket	IGEN	NEM			
2.4	Átv teszi a környezete aktivitását	IGEN	NEM			
2.5	Csoporthelyzetben bevonható ismert tevékenységbe	IGEN	NEM			
2.6	Csoporthelyzetben bevonható új tevékenységbe	IGEN	NEM			
2.7	Csoporthelyzetben képes várakozni	IGEN	NEM			

³⁴ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Társas helyzetekben viselkedése adekvát	IGEN	NEM	A	B	C
Részképeség						
3.1	Megfelelően üdvözli az embereket	IGEN	NEM			
3.2	Bemutatkozik	IGEN	NEM			
3.3	Kezet fog és a partner szemébe néz	IGEN	NEM			
3.4	A másik személy személyes terét tiszteletben tartja interakció során	IGEN	NEM			
3.5	Különbséget tesz formális és informális társas helyzetek között és annak megfelelően alakítja viselkedését	IGEN	NEM			
3.6	Lezár egy beszélgetést megfelelő módon	IGEN	NEM			
3.7	Érti az intimitás és a határok fogalmát egy kapcsolatban	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Tartós kapcsolatokkal rendelkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképeség						
4.1	Kapcsolatokra vágyik, ez fontos számára	IGEN	NEM			
4.2	Kapcsolatokat kialakít	IGEN	NEM			
4.3	Kapcsolatokat fenntart	IGEN	NEM			
4.4	Családjával tartja a kapcsolatot	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Párkapcsolattal rendelkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképeség						
5.1	Párkapcsolatra vágyik, fontos számára a párkapcsolat	IGEN	NEM			
5.2	Párkapcsolatot kialakít	IGEN	NEM			
5.3	Párkapcsolatot fenntart	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Társas együttélés szabályait ismeri és alkalmazza	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Étkezéshez kapcsolódó illemszabályokat betart	IGEN	NEM			
6.2	Intimitásra vonatkozó illemszabályokat betart	IGEN	NEM			
6.3	Tiszteletben tartja mások nyugalmát	IGEN	NEM			
6.4	Tisztában van a kölcsönösség és méltányosság szerepével a mindennapok során	IGEN	NEM			
6.5	Képes konfliktuskezelésre	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
7.	Képes közösségben részt venni	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
7.1	Közösségi erőforrásokat ismer	IGEN	NEM			
7.2	Motivált a közösségbe való tartozásra	IGEN	NEM			
7.3	Képes tagjává válni egy közösségnek	IGEN	NEM			
7.4	Képes rendszeresen kapcsolatot tartani egy közösség tagjaival	IGEN	NEM			
7.5	A közösség szabályait betartja, értékeit elfogadja	IGEN	NEM			
7.6	Közösségi programokban részt vesz	IGEN	NEM			
7.7	Közösségi programokat szervez	IGEN	NEM			
7.8	A közösség erőforrásait felhasználja	IGEN	NEM			
7.9	Lehetőségeihez képest hozzátesz a közösség erőforrásaihoz	IGEN	NEM			
7.10	Képes a közösség érdekeit saját érdekei elé helyezni	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Társasa kapcsolatok

Modul	Terület
C. Szociális készségek - interperszonális készségek	C.1. Társas kapcsolatok

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Képes együttműködésre	Páros helyzetekbe bevonható. Ismerős vagy ismeretlen személlyel (pl. családtag, segítő) együttműködik.	Az együttműködésnek jelentős szerepe van a kognitív, az érzelmi és a szociális képességekben.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető segítheti a páros és csoportos helyzetekben a személy együttműködését. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket és résztvevő személyeket is tartalmazza, a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan.
Elfogadja más személy jelenlétét	Nem utasítja el más személy jelenlétét, nem tiltakozik. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.	A megfelelő együttműködés kialakításához elegendő időre, türelemre és bizalomra van szükség.	Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek
Ismerős személlyel együttműködik	Számára ismert személy (pl. családtag, segítő) jelenlétét elfogadja, képességeinek megfelelően kommunikál, tevékenységben együttműködik.	Az együttműködés érdekében fontos, hogy a személy tisztában legyen azzal, hogy mi a szándékunk, milyen célból szükséges az együttműködése. A személy képességeihez és kommunikációjához igazodva ismerkedjünk a személlyel, illetve tájékoztassuk, hogy mit szeretnénk.	
Ismeretlen személlyel együttműködik	Számára nem ismert személy (pl. szakember, orvos) jelenlétét elfogadja, képességeinek megfelelően kommunikál, tevékenységben együttműködik.	Nem beszélő személyek esetén is fontos	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Képes várakozni	Kérésre rövidebb-hosszabb ideig képes várni.	<p>a személy jelzéseinek megismerése. Érdemes figyelembe venni és alkalmazni a segítségadás hierarchiáját:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teljes fizikai segítség 2. Részleges fizikai segítség 3. Bemutatás, modellálás 4. Gesztusok használata 5. Szóbeli segítségnyújtás (motiválás vagy irányítás is ide tartozik) 6. Fizikai jelenlét (tevőleges beavatkozás nélkül) 7. Segítő technológiával, eszközzel önálló 8. Teljes önállóság <p>Az együttműködést segíti a motiváció megtalálása az adott tevékenységben, dicséret és jutalom, valamint a sikerélmény. Motiváló lehet a személy számára, hogy önállóságát megőrizheti az együttműködésben vagy fejlesztheti az együttműködés által.</p> <p>Adjunk lehetőséget a személynek az érzelmek kifejezésére az együttműködés során (pl. egy tevékenység számára lehet unalmas, fájdalmas, vagy lehet a kivitelezésben sikertelen és emiatt válik dühössé. Segítsük az énéllapotok felismerését értelmezéssel vagy visszajelzéssel).</p> <p>Ha a személy időfogalma korlátozott, kössük számára a várakozás, késleltetés idejét olyan fogalmakhoz vagy tevékenységekhez, amit ért (pl. amikor lemegy a nap, miután felöltözött, jön a</p>	számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet mind az együttműködés, mind a késleltetés, várakozás fejlesztéséhez.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
		reggeli). A várakozás idejét fokozatosan növelhetjük az együttműködés során.	
2. Képes csoportban részt venni	Csoportos helyzetekbe bevonható. Ismerős vagy ismeretlen személyekkel (pl. családtag, segítő) együttműködik.	Természetes és mesterséges csoportok esetében is fontos figyelemmel lenni a csoportdinamikai jelenségekre és a csoportkohézió erősítésére. A csoportlétszám és a csoport célja összefüggést mutat, egyénre szabott, hatékony fejlesztés kiscsoportban (kb. 12 fő) végezhető. A csoportban való együttműködést elősegíti a szimpátia és a bizalom, ezért törekedjünk a csoportok kialakítása során az egyéni preferenciák figyelembe a csoportvezető és a tagok személyére vonatkozóan is. A csoportszabályok közös megalkotása, illetve ismerete szintén elősegíti a csoport hatékony működését. A szabályokat alkossuk meg közösen, a szabályok betartásában a tagok magukat és egymást is kontrollálhatják.	A csoportokban való munkát is támogathatják képes vagy szöveges napirend, illetve emlékeztetők készítése (pl. függesszük ki a csoportszabályokat a teremben). Önsegítő vagy terápiás csoportok indításához, vezetéséhez tapasztalat, illetve szaktudás szükséges.
Elfogadja a csoporthelyzetet	Nem utasítja el más személyek jelenlétét, nem tiltakozik. Nincs ezzel kapcsolatos irracionális félelme, szorongása.		
Csoporthelyzetben nyugodt	Más személyek jelenlétében nem válik ingerültté, nyugtalanná, nem fél.		
Csoporthelyzetben figyeli a körülötte lévőket	A csoportos helyzet felkelti és fenntartja a figyelmét, követi a személyeket és tevékenységét.		
Átveszi a környezete aktivitását	Csoportos helyzetben aktivitást mutat (pl. mozog, hangokat ad).		
Csoporthelyzetben bevonható ismert tevékenységbe	Csoportos helyzetben a számára ismert tevékenységben részt vesz.		
Csoporthelyzetben bevonható új tevékenységbe	Csoportos helyzetben számára ismeretlen tevékenységbe bekapcsolódik.		
Csoporthelyzetben képes várakozni		A személy számára biztonságot jelenthet, hogy ismeri a csoport résztvevőit, a csoport célját és a csoportban való együttműködés szabályait. Heterogén csoportok kialakítása elősegítheti, hogy a tagok egymástól tanuljanak, egymást ösztönözzék a fejlődésben.	
3. Társas helyzetekben viselkedése adekvát	Megfelelően viselkedik szociális helyzetekben, viselkedése nem kirívó vagy bizarr, nem kelt feltűnést vagy félelmet környezetében.	Személyiségfejlesztő kiscsoportos foglalkozásokon szituációs gyakorlatok, szerepjátékok, pszichodramatikus módszerek alkalmazhatóak az adekvát	A Kapcsolati körök (Ld. még I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>). módszer alkalmazása hasznos lehet a szociális távolságok és az adekvát viselkedés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Megfelelően üdvözlí az embereket	Tudja, hogy találkozáskor illik köszönni. Képes a napszaknak, a személyeknek és a helyzetnek megfelelően másokat köszönteni, üdvözölni.	társas viselkedés és társas készségek fejlesztésére, szükség szerint megfelelő szakember bevonásával. Mindig emlékezzünk rá, hogy a szociális készségek elsajátításában mi magunk is modellek, minták vagyunk. A személy számára biztosítsunk változatos tevékenységeket és helyszíneket, ahol készségeit alkalmazhatja.	tanításában. Viselkedéses emlékeztető kártyák, jegyzetek segíthetik a megfelelő (tanult) viselkedési forma, stratégia, készség előhívását az adott helyzetben.
Bemutatkozik	Ismeretlen személlyel való találkozás során megfelelő módon bemutatkozik. Megmondja a nevét.		
Kezet fog és a partner szemébe néz	Kézfogás és szemkontaktus szabályozása megfelelő. Látássérült személy esetében: a partner felé fordítja fejét.		
A másik személy személyes terét tiszteletben tartja	Nem lép be a másik intim terébe, a beszélgetéshez szükséges, a kapcsolat jellegéhez illeszkedő távolságot tart.		
Különbséget tesz formális és informális társas helyzetek között és annak megfelelően alakítja viselkedését	Tisztában van vele, hogy különféle helyzetek más-más kommunikációs stílust és viselkedést követelnek meg. Kötetlen, informális, valamint hivatalos, formális helyzetekben is megfelelően kommunikál és viselkedik.		
Lezár egy beszélgetést megfelelő módon	A mondandóját lekerekíti, a beszélgetést lezárja, majd elbúcsúzik.		
Érti az intimitás és a határok fogalmát egy kapcsolatban	Tudja, hogy milyen kérdéseket, illik kérdezni, és melyeket nem az adott személytől, a helyzetnek megfelelően. A bensőséges, intim tapasztalatokat megfelelő kapcsolat esetén és helyzetekben osztja meg.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
4. Tartós kapcsolatokkal rendelkezik	Vannak baráti kapcsolatai, melyeket tudatosan ápol. Családjával igényének és szükségleteinek megfelelően tartja, ápolja a kapcsolatot.	Egyik fő feladata lehet a segítő környezetnek a kapcsolatteremtésre és a kapcsolatok ápolására lehetőségek biztosítása: feltételek megteremtése (pl. közös programok, sportkörök), megszervezése. A baráti kapcsolatok kialakításához szükséges készségek fejleszthetők szituációs gyakorlatokkal. Fontos lehet megtanítani a személy számára, hogy pontosan mik azok a viselkedések, megnyilvánulások, amelyek beleférnek a barátságba, baráti kapcsolatba és melyek azok, amelyek nem. A segítő szakemberek szerepe változatos lehet a családi kapcsolatok ápolásának biztosításában: akár rokonok felkutatásának támogatásában, akár látogatások, közös programok megszervezésében segíthetik a kapcsolat ápolását.	Az interneten elérhető lehetőségek (ingyenes csevegő programok, közösségi oldalak, blogok) bővíthetik a személy tapasztalatait, ebben is támogassuk a lakókat (számítógép használat, internet használat). A kapcsolatok fontosságát, különböző kapcsolatokat bemutathatunk könyvek, filmek segítségével.
Kapcsolatokra vágyik, ez fontos számára	Tisztában van a barátság fogalmával, különbséget tud tenni baráti és egyéb kapcsolatok között (pl. lakótárs, munkatárs, szomszéd, családtag).		
Kapcsolatokat kialakít	Egy társas környezetben képes kapcsolatokat kezdeményezni, kialakítani és fogadni mások közeledését.		
Kapcsolatokat fenntart	Kapcsolatait a kölcsönösség elve alapján működteti, rendszeresen kapcsolatot tart, mely számára és a másik fél számára is kellemes és örömteli közös időtöltésben, tevékenységek végzésében nyilvánul meg.		
Családjával tartja a kapcsolatot	Amennyiben számára ez fontos, és igénye van rá, a megfelelő formában tartja a kapcsolatot egy vagy több családtagjával.		
5. Párkapcsolattal rendelkezik	Van tartós párkapcsolata, melyet tudatosan ápol, működtet.	A kölcsönösség és a közös öröm fogalmának és tartalmának megismertetése az első lépés. Mi teszi a párkapcsolatot kitüntetett kapcsolattá az életben, hogyan lehet egy ilyen kapcsolatot kialakítani. Sokszor a megfelelő partner	A tanult kommunikációs és szociális készségeket, szempontokat rögzítsük írásban, vagy a személy számára is értelmezhető szimbólumokkal, így segítve a megjegyzést és az előhívást.
Párkapcsolatra vágyik, fontos számára a párkapcsolat	Tisztában van a párkapcsolat fogalmával és vágyik az intimitásra.		
Párkapcsolatot kialakít	Képes párkapcsolat kialakítására (pl. ismerkedik, udvarol, randevúzik).		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Párkapcsolatot fenntart	A kölcsönösség jegyében, mindkét fél számára kiegyensúlyozott és kielégítő kapcsolatot tart fenn.	kiválasztásában is segítséget nyújthat, ha megfelelő szempontokat, ismérveket közösen összegyűjtünk. Fontos feladat a párkapcsolat elkülönítése más, egyéb kapcsolatoktól, a speciális jellemzők hangsúlyozása (pl. intimitás, szerelem, stb.).	
6. Társas együttélés szabályait ismeri és alkalmazza	Ismeri és betartja az együttéléshez szükséges illemszabályokat. Társaira tekintettel van. Az együttélés során felmerülő konfliktusokat kezeli.	A támogatott lakhatásban is szüksége lesz az együtt élők alkalmazkodására. Az alkalmazkodás ideális esetben kölcsönös.	A közösen lefektetett szabályokat tegyük láthatóvá, elérhetővé és értelmezhetővé mindenki számára.
Étkezéshez kapcsolódó illemszabályokat betart	Kulturáltan étkezik, betartja az illemszabályokat.	A támogatott életvitel során, amennyiben többen élnek egy épületben, nagyon fontos lesz az alapvető együttélési szabályok közös kialakítása és követése.	
Intimitásra vonatkozó illemszabályokat betart	Intim helyzet lehet a tisztálkodás, szexuális együttlét vagy szexuális tevékenység. Ezeket a tevékenységeket megfelelő helyen végzi, másokat nem zavarja vagy nem sért.	A szabályok megalkotásába vonjunk be minden lakót képességeinek és kommunikációs kompetenciáinak figyelembe vételével.	
Tiszteletben tartja mások nyugalmát	Másokat önálló tevékenységeikben nem zavar. A pihenőidőt betartja, nem zajong.	Házirendre nincs szükség, de a szabályokat rögzítsük írásban is. Fontos figyelembe venni, hogy ez változhat a későbbiekben, ahogy újabb és újabb élethelyzetek adódnak, ezért ennek	
Tisztában van a kölcsönösség és méltányosság szerepével a mindennapok során	Konfliktushelyzetben képes mások szempontjait figyelembe venni, szükség esetén kompromisszumkész.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Képes konfliktuskezelésre	Ismer konfliktuskezelő technikákat, stratégiákat. Konfliktushelyzeteit igyekszik önállóan és adekvátan megoldani. Szükség esetén segítséget kér.	<p>felülvizsgálata is szükséges időről időre.</p> <p>Lakótársváltásnál, ha van rá mód, előre mutassuk be egymásnak az új lakótársakat, illetve segítsük, hogy megismerjék egymás fontosabb igényeit, szokásait.</p> <p>Szituációs gyakorlatokkal az étkezési kultúra, étkezési szokások alakíthatóak.</p> <p>Az intimitás jelentőségének és feltételeinek a megismertetése alapvető jelentőségű az együttélés során (pl. egymást ezekben a tevékenységekben nem zavarjuk, mások előtt nem mutatkozunk meztelenül stb.).</p> <p>Szükséges lehet konfliktuskezelő tréning a megfelelő konfliktuskezelő stratégiák elsajátításához. Szituációs gyakorlatokban is fejleszthető a problémamegoldás.</p> <p>A másokkal való együttműködés pozitív élményként történő megélése, illetve saját élmények felidézése, valamint a megfelelő viselkedés előnyeinek megbeszélése elősegítheti az alkalmazkodást. Fontos a szabályok be nem tartásának következményeit is megismertetni.</p>	
7. Képes közösségben részt venni	A közösséghez tartozás értékét érti, igényli a közösséget. Kortárs, sorstárs és egyéb közösségekbe képes beilleszkedni. A tagokkal kapcsolatot tart fenn, aktív résztvevője a közösségnek (programokon részt vesz, programokat szervez).	A támogatott életvitel során kiemelt szerepe lesz annak, hogy a személy be tudjon illeszkedni a lakó- és helyi, települési közösségbe, később aktív tagja, résztvevője legyen a közösségnek. Ezt előkészíthetjük jelenlegi közösségben való működésének tudatosításával, az	A közösségi részvételt, illetve közösségek létrejöttét az önkéntes munka megismertetésével és megszervezésével is támogathatjuk. A hatékony önkéntes menedzsmenthez szaktudás és tapasztalat szükséges. Érzékenyítő és közösségfejlesztő

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Közösségi erőforrásokat ismer	Érti, hogy az emberek számára alapvető szükséglet a közösségbe tartozás. Tudja, hogy a közösségnek számos funkciója és előnye van. Ismer közösségeket.	egyek közösségi funkciók megismertetésével és szisztematikus gyakorlásával. Lépésről lépésre vezethetjük végig a személyt a részképességeknek megfelelő funkciók tudatosításával, gyakorlásával.	módszerek alkalmazásához szintén szükség lehet továbbképzésre vagy megfelelő szakember bevonására. A helyi és környékbeli közösségek megismerését a közintézmények megkérdezése, az ott beszerezhető kiadványok, a helyi média és az internet is elősegítheti.
Motivált a közösségbe való tartozásra	Szeretne közösségbe tartozni.	Új közösségek létrehozásának és működtetésének technikáival és stratégiáival is megismertethetjük a személyeket (pl. mi alapján jöhet létre a közösség, mi lehet a célja, milyen gyakran találkozzanak, mit csináljanak stb.)	
Képes tagjává válni egy közösségnek	Adott vagy választott közösségébe képes beilleszkedni, pl. kapcsolatokat teremt a közösség tagjaival, alkalmazkodik a szabályokhoz.	Új településen meg kell ismertetni a lakókat a helyi lehetőségekkel (pl. klub, néptáncsoport), illetve rendezvények szervezésével az intézmény vagy a lakók maguk segíthetik elő a kapcsolatok kialakítását, megszilárdítását (pl. lakásavató, karácsonyi ünnepség).	
Képes rendszeresen kapcsolatot tartani egy közösség tagjaival	A közösség tagjaival önállóan a szükséges rendszerességgel kapcsolatot tart.		
Közösségi programokban részt vesz	A közösség tevékenységiben szívesen vesz részt (pl. kirándulás, kulturális tevékenységek).		
Közösségi programokat szervez	Közös tevékenységekre, aktivitásokra hívja barátait, ismerőseit, lakótársait.		
A közösség szabályait betartja, értékeit elfogadja	Ismeri és betartja a közösség szabályait, azonosul a közösség értékeivel.		
A közösség erőforrásait felhasználja	Közösségének tagjait igényeinek és szükségleteinek megfelelően más tevékenységbe is bevonja (pl. megkéri őket, hogy segítsenek párt vagy munkát találni).		
Lehetőségeihez képest hozzátesz a közösség erőforrásaihoz	Közösségének tagjait lehetőségeihez mérten segíti.		
Képes a közösség érdekeit saját érdekei elé helyezni	Képes saját szükségletit és igényeit a közösségnek alárendelni, késleltetni. Döntéseit a közösségi érdekek mentén hozza (pl. alkalmazkodik a többség akaratához).		

C.2. JOGOK ÉS KÖTELEZETTSÉGEK

Felmérő lap - Jogok és kötelezettségek

Modul	Terület
C. Szociális készségek - interperszonális készségek	C.2. Jogok és kötelezettségek
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁵		
1.	Tisztában van saját jogaival	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Éri a jog fogalmát			IGEN		NEM
1.2	Tudja, hogy jogait hogyan ismerheti meg			IGEN		NEM
1.3	Állampolgári jogait ismeri			IGEN		NEM
1.4	Ellátotti jogait ismeri			IGEN		NEM
1.5	Cselekvőképességgel kapcsolatos jogait és korlátait ismeri			IGEN		NEM
1.6	Tudja, hogy jogai megsértése esetén hova fordulhat			IGEN		NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Tisztában van kötelességeivel	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Éri a kötelesség fogalmát			IGEN		NEM
2.2	Motivált a kötelezettségek teljesítésére			IGEN		NEM
2.3	Tudja, hogy kötelezettségeit hogyan ismerheti meg			IGEN		NEM
2.4	Intézményi jogviszonyból származó kötelezettségeit ismeri és betartja			IGEN		NEM
2.5	A lakóközösségben vállalt kötelességeit ismeri és betartja			IGEN		NEM
2.6	Valamely szerződésből vagy eljárásból fakadó kötelezettségeit ismeri és betartja			IGEN		NEM

³⁵ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Mások jogait tiszteletben tartja	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Ismeri mások jogait	IGEN	NEM			
3.2	Motivált mások jogainak tiszteletben tartására	IGEN	NEM			
3.3	Tiszteletben tartja lakótársai tulajdonát	IGEN	NEM			
3.4	Tiszteletben tartja lakótársai jogát a nyugalomhoz és a pihenéshez	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Felismeri az abúzust és tudatosan kerül az ilyen helyzeteket	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Érti, hogy milyen viselkedés számít bántalmazásnak, abúzusnak	IGEN	NEM			
4.2	Tisztában van vele, hogy egy kapcsolat lehet számára hátrányos, bántó vagy veszélyes	IGEN	NEM			
4.3	Elkerüli ezeket a kapcsolatokat	IGEN	NEM			
4.4	Nemet mond, ha szükséges	IGEN	NEM			
4.5	Saját viselkedésével nem okoz másoknak testi-lelki szenvedést	IGEN	NEM			
4.6	Közösségi, online média felületek használata során kellően elővigyázatos és mértéktartó	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Jogok és kötelezettségek

Modul	Terület
C. Szociális készségek - interperszonális készségek	C.2. Jogok és kötelezettségek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Tisztában van saját jogaival	Érti a jog fogalmát. Ismeri saját jogait és ismer jogorvoslati lehetőségeket vagy a szükséges információkat képes megszerezni.	A jogok megértése és megismerése nagyon fontos, ezt mindig az adott személy megértési, kommunikációs szintjének megfelelően segítsük.	Mutassuk meg a személynek, hogy az interneten keresztül hogyan ér el törvényeket, jogszabályokat, hogyan tud jogi képviselőt, jogorvoslati lehetőséget keresni.
Érti a jog fogalmát	Érti, hogy mit jelent a jog fogalma. Tudja, hogy az rá és másokra nézve is kötelező érvényű.	Arra is érdemes hangsúlyt fektetni, hogy a mindennapok során, a gyakorlatban a jogait hogyan tudja érvényre juttatni.	Sok segédanyag áll rendelkezésre, ilyen például a MONDO kártyacsomag.
Tudja, hogy jogait hogyan ismerheti meg	Tudja, hogy a jogai különféle dokumentumokban vannak lefektetve (pl. törvény, jogszabály, megállapodások, szerződések). Ezeket ő is elolvashatja vagy kérheti, hogy valaki segítsen ebben. Ismeri az ellátottjogi képviselőt, illetve olyan személyeket, akik segítenek jogai megismerésében.	Ismertessük a személlyel, hogy egyes jogait hol és hogyan ismerheti meg (pl. gondnok vagy jogi képviselő személy segítségével, dokumentumok megismerésével: intézménnyel kötött megállapodás, házirend stb.) Ha szükséges, segítsük a dokumentumok értelmezésében.	Számos információs anyag elérhető könnyen érthető változatban is, ezeket is rendelkezésére bocsájthatjuk vagy megmutathatjuk, hogy hol találja meg.
Állampolgári jogait ismeri	Tisztában van alapvető állampolgári jogaival (pl. szabadság, oktatáshoz való jog, munkához való jog stb.)	Ismertessük meg a jogorvoslati lehetőségeket is.	
Ellátotti jogait ismeri	Tisztában van vele, hogy a szociális intézmény ellátottjaként milyen jogok illetik meg (pl. egyéni ellátás és szolgáltatások, kapcsolattartás joga, információkhoz való jog stb.)	Fontos továbbá a támogatott döntéshozatal biztosítása, illetve mint jogintézmény megismerése. és megismertetése.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Cselekvőképességgel kapcsolatos jogait és korlátait ismeri	Tisztában van saját cselekvőképességi státuszával, és érti, hogy ez mivel jár, mi a szerepe, feladata és felelőssége gondnokának (ha van).		
Tudja, hogy jogai megsértése esetén hova fordulhat	Jogorvoslati lehetőségeket és eljárásrendeket ismer. Ismeri az ellátottjogi képviselőt, illetve olyan személyeket, akik segítenek jogai megismerésében és érvényesítésében.		
2. Tisztában van kötelességeivel	Érti a kötelezettség fogalmát. Tisztában van vele, hogy a szóbeli vagy írásbeli megállapodásoknak milyen következményei vannak rá nézve, vagy a szükséges információkat képes megszerezni.	Általánosságban taníthatjuk, hogy a szóbeli és írásbeli megállapodásoknak mi a funkciója, mi a jelentősége, hogy a két fél között létrejövő szerződések mindkét fél számára kötelező érvényűek. Ismertethetjük a megállapodások, szerződések megszegésének erkölcsi, morális és esetleges jogi következményeit általánosságban és konkrét példákon keresztül.	A jogokkal kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.
Érti a kötelesség fogalmát	Tisztában van vele, hogy jogok mellett kötelezettségei is lehetnek. Érti, hogy a kötelezettségeinek eleget kell tennie.	A példák elsősorban a személy élethelyzetéhez illeszkedjenek.	
Motivált a kötelezettségek teljesítésére	Kötelességeit nem hanyagolja el, figyelemmel követi, igyekszik a kötelezettségeknek eleget tenni.	Fontos, hogy a személy tudja, hogy amennyiben egy szerződés szövegét nem érti, ne írja azt alá, hanem kérjen segítséget az értelmezéshez.	
Tudja, hogy kötelezettségeit hogyan ismerheti meg	Tudja, hogy kötelezettségei szóbeli és írásbeli megállapodásokból származhatnak, különféle dokumentumokban vannak lefektetve (pl. törvény, jogszabály). Ezeket ő is elolvashatja vagy kérheti, hogy valaki segítsen ebben.	A jogokkal kapcsolatos javaslatok itt is alkalmazhatók.	
Intézményi jogviszonyból származó kötelezettségeit ismeri és betartja	Ismeri és érti az intézményi ellátásáról szóló megállapodás szabályait, a házirendet, egyéb dokumentumokat. A szabályokat betartja.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
A lakóközösségben vállalt kötelességeit ismeri és betartja	A lakókkal közösen lefektetett megállapodásokat és az együttélés általános szabályait ismeri, betartja		
Valamely szerződésből vagy eljárásból fakadó kötelezettségeit ismeri és betartja	Amennyiben releváns, pl. munkaszerződésből, hitelszerződésből származó kötelezettségeit ismeri és betartja, válást követően tartásdíjat fizet.		
3. Mások jogait tiszteletben tartja	Tisztában van vele, hogy viselkedése kihat a környezetére, illetve lehetnek pozitív vagy negatív következményei. Mások jogait nem sérti meg.	Hasznos lehet megtanítani számára annak következményeit, ha nem figyel a többiekre, nem alkalmazkodik, nem tiszteli mások tulajdonát stb.	A közösen tanult készségekről, jogokról, esetleges megállapodásokról minden esetben készítsünk írásbeli emlékeztetőt.
Ismeri mások jogait	Tisztában van vele, hogy másoknak éppúgy vannak jogaik, mint neki. Ismeri az alapvető jogokat, az együttélés általános szabályait	Lakóközösségben a közösen meghozott szabályok megszegésének következményeit világosan, mindenki számára érthetően és elérhetően, egyértelmű kell megfogalmazni és következetes alkalmazni.	
Motivált mások jogainak tiszteletben tartására	Szándékosan és tudatosan nem sérti mások jogait, igyekszik az együttélés szabályait betartani.	Az asszertív, illetve önérvényesítő viselkedés fejleszthető helyzetgyakorlatokban, ezáltal a személy képessé válik saját igényeit, szükségleteit, kifejezni, céljait elérni, mégpedig úgy, hogy közben tiszteletben tartja másokat.	
Tiszteletben tartja mások tulajdonát	Nem veszi el kérés nélkül mások tulajdonát, személyes tárgyait.	A saját tulajdon fogalmának tudatosítása az értékek mentén, illetve a vágyak és lehetőségek egyéni különbségeiből adódó érzések azonosítása szintén hasznos lehet segítő beszélgetések, illetve tematikus csoport segítségével.	
Tiszteletben tartja mások jogát a nyugalomhoz és a pihenéshez	Nem végez olyan tevékenységet, amely egyértelműen zavarja közvetlen lakótársait. Tiszteletben tartja a pihenőidőt.		
4. Felismeri a bántalmazás, abúzust	A vele kapcsolatos visszaélések kockázataival tisztában van, kapcsolataiban kellően elővigyázatos. Ő maga sem bánt, bántalmaz másokat.	Fontos megismertetni a lakóval saját és mások jogait, illetve a jogok gyakorlásának gyakorlati formáit (mit szabad tenni, hogyan szabad viselkedni).	A bizalmi kapcsolatok azonosítására használhatjuk a Kapcsolati körök eszközét (Ld. még I. kötet Módszertani útmutató).

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Érti, hogy milyen viselkedés számít bántalmazásnak, abúzusnak	Tudja, hogy az abúzus visszaélést, bántalmazást jelent, amely során az abúzust elkövető személy visszaél a hatalmával, pozíciójával. Lehet fizikai, szexuális, érzelmi vagy pénzügyi a visszaélés.	Hasznosak lehetnek szituációs gyakorlatok, melyeken keresztül a leggyakoribb visszaélési helyzetek bemutathatók. Fontos tudnia a lakónak, hogy jeleznie kell, ha úgy érzi, valaki visszaél helyzetével, hatalmával. Ehhez tudnia kell, hogy kihez, hová fordulhat. A hátrányos kapcsolatok, helyzetek elkerüléséhez érdemes alternatívákat, akár konkrét forgatókönyveket is kidolgozni. Az elutasítás készsége is tanulható, gyakorolható például szerepjátékokkal.	Külön tananyagok, ismeretterjesztő füzetek, videók állnak rendelkezésre az abúzussal kapcsolatban, ezeket használhatjuk egyéni és csoportos formában is vagy felkérhetünk szakembert az információk átadására, a lakók képzésére. Szabályzatok, protokollok készítése, megismertetése, a lakók és munkatársak felkészítése segítheti az abúzus elkerülését a szolgáltatásnyújtás és a társas élet során is.
Tisztában van vele, hogy egy kapcsolat lehet számára hátrányos, bántó vagy veszélyes	Érti, hogy nem mindenki a barátja, segítője, vannak rosszakaró emberek is.	Az elutasítás készsége is tanulható, gyakorolható például szerepjátékokkal. Mi is fokozottan figyeljünk az abúzus jeleire, az abúzus elkerülésére. Az abúzust kiválthatja a segítő stresszállapota, illetve negatív sztereotípiák vagy minták is.	
Elkerüli ezeket a kapcsolatokat	Felismeri az emberek szándékait, van stratégiája a számára hátrányos, bántó vagy veszélyes kapcsolatok elkerülésére, kezelésére.		
Nemet mond, ha szükséges	Képes visszautasítani a számára nem kellemes közeledést, kéréseket.		
Saját viselkedésével nem okoz másoknak testi-lelki szenvedést	Ügyel arra, hogy emberi kapcsolataiban ő maga ne váljon bántalmazóvá.		
Közösségi, online média felületek használata során kellően elővigyázatos és mértéktartó	Kerüli az intim, személyes információk kiadását, csak olyan tartalmakat oszt meg magáról, amellyel nem lehet visszaélni, illetve másokat nem sért. A zaklatást kerüli vagy kezeli. Ő maga nem zaklat másokat.		

C.3. ÉLETVEZETÉS

Felmérő lap - Életvezetés

Modul		Terület	
C. Szociális készségek - interperszonális készségek		C.3. Életvezetés	
Név			
Dátum			
Felmérő			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁶		
1.	Önismerte megfelelő	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Tisztában van saját erősségeivel, pozitív tulajdonságaival	IGEN	NEM	IGEN	NEM	
1.2	Tisztában van korlátaival, gyengeségeivel, negatív tulajdonságaival	IGEN	NEM	IGEN	NEM	
1.3	Tisztában van azokkal a területekkel, amelyeken állapotából adódóan segítségre van szüksége	IGEN	NEM	IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Érdekeit a megfelelő módon képviseli	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1	Igényeit megfogalmazza és a megfelelő személy felé kommunikálja	IGEN	NEM	IGEN	NEM	
2.2	Konfliktusait hatékonyan kezeli, kellő asszertivitással	IGEN	NEM	IGEN	NEM	
2.3	Asszertív jogaival tisztában van	IGEN	NEM	IGEN	NEM	
2.4	Tiszteletben tartja mások igényeit is	IGEN	NEM	IGEN	NEM	

³⁶ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Képes önálló életvezetésre a fogyatékosságából, állapotából eredő korlátok mellett	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1	Akkor kér segítséget, ha nem képes önállóan megoldani egy helyzetet			IGEN	NEM	
3.2	Képes tanácsokat figyelembe venni			IGEN	NEM	
3.3	Képes önállóan vagy támogatással döntéseket hozni a saját életét érintő kérdésekben			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Életvezetésében alkalmazza a tudatos tervezést	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1	Érti a tettei és a következmények közötti, ok-okozati összefüggéseket			IGEN	NEM	
4.2	Reális tervet készít, a megfelelő lépések megtervezésével			IGEN	NEM	
4.3	A tervet végrehajtja			IGEN	NEM	
4.4	Szükség szerint a tervet módosítja			IGEN	NEM	
4.5	Tudja, hogy mi a legjobb kimenet			IGEN	NEM	
4.6	Tudja, hogy mi a legrosszabb kimenet			IGEN	NEM	
4.7	Tudja, hogy döntései másokra is hatással vannak			IGEN	NEM	
4.8	Döntéseinek következményeit vállalja			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Telefont használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1	Telefonhívást fogad					
5.2	Leírt telefonszám alapján tárcsáz			IGEN	NEM	
5.3	Köszön, bemutatkozik			IGEN	NEM	
5.4	Érthetően elmondja, hogy miért telefonál, mit szeretne			IGEN	NEM	
5.5	Megfelelő módon zárja a beszélgetést					
5.6	A számára nem kívánatos hívásokat a megfelelő módon tudja kezelni			IGEN	NEM	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
6.	Hivatalos ügyeket intéz	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
6.1	Éri a személyi okmányok funkcióját	IGEN	NEM			
6.2	Személyi okmányait megfelelően tárolja	IGEN	NEM			
6.3	Tudja, hogy milyen pénzbeli és természetbeni ellátásokra jogosult és azokat hol igényelheti	IGEN	NEM			
6.4	Tisztában van a szerződések funkciójával	IGEN	NEM			
6.5	Telefonos ügyintézésben önálló	IGEN	NEM			
6.6	Előre kitöltött nyomtatványokkal hivatalos ügyét önállóan intézi	IGEN	NEM			
6.7	Személyes ügyintézésben önálló	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

Tartalom, magyarázat, beavatkozási javaslatok - Életvezetés

Modul	Terület
C. Szociális készségek - interperszonális készségek	C.3. Életvezetés

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
1. Önismerete megfelelő	Énképe reális, stabil. Szándékait, érzelmeit felismeri és tudatosítja. Elfogadja magát.	Reális, pozitív énkép kialakítása személyközpontú technikával, az önfogadás támogatása segítő beszélgetésekkel hasznos lehet.	Használjunk személyközpontú tervezési eszközöket pl. MAPS/Térképek (ld. I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>), PATH, stb.
Tisztában van saját erősségeivel, pozitív tulajdonságaival	Ismeri adottságait és képességeit. Tudja, hogy miben jó, mik az előnyös tulajdonságai.	Legalapvetőbb szinten a saját erősségek-gyengeségek feltárása lehet feladat, ezek közös összegyűjtése.	Én-könyv, napló segíthetik a személyiségfejlődést.
Tisztában van saját gyengeségeivel, negatív tulajdonságaival	Ismeri adottságait és képességeit. Tudja, hogy mely területeken lenne szüksége fejlődésre, mik a rossz tulajdonságai.	Annak rögzítése is fontos és hasznos lehet, hogy mi az, amiben önálló a személy és mi az, amiben támogatásra van szükséges, illetve miben szeretne fejlődni, ezek lehetnek a tanulás, fejlődés kiinduló pontjai.	Csoportok (pl. önismeretei vagy sortárs csoport), tréningek, terápiás eszközök is alkalmazhatók.
Tisztában van azokkal a területekkel, amelyeken állapotából adódóan segítségre van szüksége	Ismeri az állapotából fakadó korlátokat. Tudja, hogy milyen segítségre van szüksége a mindennapok során.	Az önismeretet, személyiségfejlődést támogatja a változatos kapcsolati háló és minél többféle tapasztalat.	
2. Érdekeit megfelelő módon képviseli	Érdekvényesítő és konfliktuskezelő képessége megfelelő.	Az önérdekvényesítés, aszertivitás egyénileg vagy csoportosan fejleszhető szituációs gyakorlatokon keresztül, illetve természetes élethelyzetekben vagy azok utólagos elemzésével.	Érdekvényesítővel, fogyatékos személyek jogaival kapcsolatos tájékoztató füzetek, kiadványok segíthetik a megfelelő érdekvényesítést.
Igényeit megfogalmazza és a megfelelő személy felé kommunikálja	Tudja, hogy milyen kéréssel, igénnyel kihez fordulhat, és amennyiben szükséges, ezt meg is teszi.	Alapja a személyek jogainak tudatosítása, aszertív jogok megismerése.	Asszertív jogok listája segítheti az asszertív viselkedés gyakorlását.
Konfliktusait hatékonyan kezeli, kellő aszertivitással	Problémái és konfliktusai kezelésében általában arra törekszik, hogy az mindegyik fél számára megnyugtatóan záruljon, megoldódjon.	További eszközök lehetnek a lakó	A jogokkal és kötelezettségekkel kapcsolatban megfogalmazott javaslatok itt is alkalmazhatók.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Asszertív jogaival tisztában van	Asszertív jogait ismeri. Igyekszik azokat érvényesíteni a különféle helyzetekben.	számára asszertív kommunikációs technikák, illetve konkrét fordulatok, mondatok elsajátítása és gyakorlása, valamint az „asszertív jogok” megismerése és gyakorlása. Szükséges lehet konfliktuskezelő tréning a megfelelő konfliktuskezelő stratégiák elsajátításához. Szituációs gyakorlatokban is fejleszhető a problémamegoldás. A másokkal való együttműködés pozitív élményként történő megélése, illetve saját élmények felidézése, valamint a megfelelő viselkedés előnyeinek megbeszélése elősegítheti a hatékony konfliktuskezelést és asszertivitást. Szerepjátékokon, vagy megtörtént szituációkon keresztül bemutatathatjuk, hogy hogyan álljanak ki magukért, hogyan viselkedjenek határozottan, de ugyanakkor ne legyenek agresszívek.	
Tiszteletben tartja mások igényeit is	Törekszik a kölcsönös előnyökkel járó megoldásra.		
3. Képes önálló életvezetésre a fogyatékosságából, állapotából eredő korlátok mellett	Képes autonómiáját megélni a fogyatékosságából, állapotából fakadó korlátok mellett, indokolatlanul nem ragaszkodik mások segítségéhez, nem várja, hogy kiszolgálják, képes döntéseket hozni saját életét illetően.	Minél több lehetőséget biztosítsunk számára saját döntések meghozatalára a napi gyakorlatban, hétköznapi helyzetekben. Önismeret, önértékelés fejlesztése, személyiségfejlesztés fontos általános cél lehet. A másoktól független életvezetés előnyeinek megismertetése, a megküzdés ösztönzése, motivációk feltárása szintén fontos feladat lehet. Érdemes figyelembe venni és alkalmazni	A támogatott lakhatásban a komplex szükségletmérés szolgál a személyi igényeinek és támogatási szükségleteinek azonosítására. A támogatott döntéshozatal jó gyakorlatait alkalmazhatjuk, illetve támogató személyek bevonásával ösztönözhetjük és segíthetjük az életvezetést, a döntéseket.
Akkor kér segítséget, ha nem képes önállóan megoldani egy helyzetet	Tisztában van vele és reális képe van arról, hogy mely területeken van szükséges támogatásra. Önállóan próbálkozik egy helyzet, probléma megoldásával, csak akkor kér segítséget, ha elakad.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Képes tanácsokat figyelembe venni	Mások segítségét, tanácsait, kritikáját képes elfogadni és önálló döntéseibe, tevékenységeibe beépíteni.	a segítségadás hierarchiáját: 1. Teljes fizikai segítség 2. Részleges fizikai segítség 3. Bemutatás, modellálás 4. Gesztusok használata 5. Szóbeli segítségnyújtás (motiválás vagy irányítás is ide tartozik) 6. Fizikai jelenlét (tevőleges beavatkozás nélkül) 7. Segítő technológiával, eszközzel önálló 8. Teljes önállóság Alkalmazzuk a támogatott döntéshozatal technikáit, illetve ismerjük meg, mint jogintézményt.	
Képes önállóan vagy támogatással döntéseket hozni a saját életét érintő kérdésekben	Megértésének és képességeinek megfelelően önállóan vagy támogatással hoz döntéseket.		
4. Életvezetésében alkalmazza a tudatos tervezést	Célja elérése érdekében tervet készít. Döntéseit tudatos tervezés előzi meg. Képes mérlegelni a döntései következményeit.	Saját fejlesztési tervének elkészítésében való aktív, felelősségteljes részvétel biztosítása elősegítheti a fejlődést, csakúgy, mint kockázatkezelési terv(ek) közös elkészítése. Feladat lehet a döntés fogalmának megismerése, döntési helyzetek feldolgozása, illetve a döntésekből fakadó előnyeinek és hátrányainak a felmérés, pl. listák készítésével. A rossz döntések, helytelen cselekvések következményeinek megismertetése szintén lehet feladat, emellett fontos a döntéshozatal lehetséges folyamatának megismertetése, illetve a problémamegoldó készségek fejlesztése.	Alkalmazzunk személyközpontú tervezési módszereket (ld. I. kötet <i>Módszertani útmutató</i>). A személy tervét, valamint a tervezés során tett vállalásokat, megállapodásokat (akciótervet) foglaljuk írásba, mely a személy számára is érthető és elérhető.
Érti a tettei és a következmények közötti, ok-okozati összefüggéseket	Tisztában van vele, hogy döntései és cselekedeti pozitív vagy negatív következményekkel járnak, mely a tudatos tervezés alapja.		
Reális tervet készít, a megfelelő lépések megtervezésével	Képes reális célkitűzésekre. Céljai elérése érdekében tervezést végez, mely során a tevékenységeket lépésekre bontja.		
A tervet végrehajtja	Terveit megvalósítja, a lépéseket követve.		
Szükség szerint a tervet módosítja	Kellően rugalmas, és szükség szerint módosítja a tervet egy új helyzet, váratlan esemény következtében.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Tudja, hogy mi a legjobb kimenet	A tervezésben figyelembe veszi a legjobb eredményt, kimentet.	A tudatos tervezést segíthetjük konkrét döntési helyzetek lépésekre bontásával:	
Tudja, hogy mi a legrosszabb kimenet	A tervezésben figyelembe veszi a legrosszabb eredményt, kimentet.	1. Tájékoztatás nyújtása a személyes célok elérését támogató tervezés szükségességéről.	
Tudja, hogy döntései másokra is hatással vannak	Érti, hogy egy-egy döntés nem csak saját magára, a saját életére lehet hatással. Felméri, hogy kire van hatással egy-egy döntése, cselekedete és ezt figyelembe veszi.	2. A napi szintű tervezés elkészítése és kontrollálása, jelentőségének a megismertetése. 3. Az előre nem látható problémák, (pl. állapotváltozások) esetén a tervmódosítás jelentőségének a megismertetése.	
Döntéseinek következményeit vállalja	Tisztában van azzal, hogy a döntésekkel kockázatot vállal, de tudja, hogy ez az autonómia része. Képes felelősséget vállalni, az esetleges kudarcokat kezelni.	4. A tervezés során a legjobb kimenet feltárása. 5. A tervezés során a legrosszabb kimenet feltárása. Elengedhetetlen a tervek folyamatos nyomon követése, felülvizsgálata, mely segítő beszélgetések keretében történhet.	
5. Telefont használ	Telefonhívásokat kezdeményez és fogad. Telefonbeszélgetés közben megfelelően kommunikál, udvariassági formulákat használ.	A telefonálást gyakorolhatjuk többféle élethelyzetben is, lehetőleg funkcionális helyzetben: ismerősökkel, családdal való kapcsolattartás, valamilyen szolgáltatás megrendelése, információszerezése, érdeklődés stb. során.	Törekedjünk olyan telefon beszerzése, amely könnyen kezelhető a személy számára. Folyamatábra, folyamatleírás készítése segítheti az önállóságot.
Telefonhívást fogad	Beérkező hívás esetén a telefont felveszi.	Amennyiben szükséges, kezdjük a tanítást a telefonkészülék működésének megismertetésével, bemutatásával. A hívásfogadást szintén többféle élethelyzetben gyakorolhatjuk vagy	
Leírt telefonszám alapján tárcsáz	Egy leírt telefonszámot egyeztet a gombokon lévő számokkal (ehhez nem kell feltétlenül ismernie a számokat). Látássérült személyek esetében: lejegyzett és visszahallgatott telefonszám alapján tárcsáz.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Köszön, bemutatkozik	Udvariassági formulákat a helyzetnek megfelelően alkalmaz (pl. felveszi a telefont és hallózik, esetleg megmondja a nevét, hívás kezdeményezésekor köszön).	modellezhetjük. A nem kívánatos telefonhívások felismerése, ezek megfelelő kezelése szintén külön téma és gyakorlás tárgya lehet.	
Érthetően elmondja, hogy miért telefonál, mit szeretne	A másik fél számára érthetően, a helyzetnek megfelelően elmondja, hogy miért telefonál.	A telefonhasználat előnyeinek és az ezzel járó kötelezettségeknek a megismertetése szintén fontos feladat lehet (pl. a telefonhasználatnak költségei vannak).	
Megfelelő módon zárja a beszélgetést	Udvariassági formulákat a helyzetnek megfelelően alkalmaz (pl. megköszöni a hívást és elbúcsúzik).		
A számára nem kívánatos hívásokat a megfelelő módon kezeli	Udvarias, de határozott módon elutasítja például a nem kívánt reklámokat, telemarketinget stb.		
6. Hivatalos ügyeket intéz	Hivatalos ügyeket személyesen vagy telefonon önállóan képes elintézni. Pl. okmányiroda, bank, telefon előfizetés.	Fontos, hogy a lakó ismerje saját okmányait, azok funkcióját. A támogatott lakhatás során még inkább fontos lesz a jogi nyilatkozatok következményeinek megértése. A jogokkal és kötelezettségekkel kapcsolatban megfogalmazott javaslatok itt is alkalmazhatók. A hivatalos ügyek intézését situációs helyzetekben gyakorolhatjuk.	A jogokkal és kötelezettségekkel kapcsolatban megfogalmazott javaslatok itt is alkalmazhatók. Folyamatába, emlékeztető, a kommunikációt segítő előre gyártott kártyák, feliratok segíthetik a hivatalos ügyek intézését.
Éri a személyi okmányok funkcióját	Tudja, hogy személyi okmányai mire szolgálnak, milyen információkat tartalmaznak.	Sok ügyet már telefonon vagy interneten is el lehet intézni, ennek lehetőségeit mérjük fel és ezeket szükség szerint gyakoroljuk.	
Személyi okmányait megfelelően tárolja	Személyi okmányait gondosan őrzi, sérüléstől védi.	Segíthet, ha előre közösen megbeszéli a személy a segítővel a teendőket, a kitöltendő papírokat előre kitöltik, és felkészülve megy az ügyintézés helyére.	
Tudja, hogy milyen pénzbeli és természetbeni ellátásokra jogosult és azokat hol igényelheti	Az alapvető szociális juttatásokkal, ellátásokkal és azok igénylésének feltételeivel, valamint menetével tisztában van.		
Tisztában van a szerződések funkciójával	Érti, hogy mit jelent, és általánosságban milyen kötelezettségeket jár, ha aláír egy szerződést.		
Telefonos ügyintézésben önálló	Telefonon képes önállóan intézkedni. Pl. ügyfélszolgálaton információkérés, hibabejelentés, óraállás bejelentése.		

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Fejlesztési irányok, személyes beavatkozások	Eszközös beavatkozások, környezeti átalakítás
Előre kitöltött nyomtatványokkal hivatalos ügyét önállóan intézi	Segítővel vagy önállóan otthon kitöltött dokumentumok segítségével képes hivatalos ügyét személyesen elintézni.		
Személyes ügyintézésben önálló	Személyes jelenléletet kívánó ügyeit képes elintézni. Dokumentumait bemutatja, adatlapokat helyben kitölt, érdekeit képviseli. Pl. banki ügyek, önkormányzat, szolgáltatónál ügyintézés.		

D. MUNKAVÉGZÉSEL ÖSSZEFÜGGŐ ÉS AKADÉMIKUS KOMPETENCIÁK

D.1. ÁLTALÁNOS ISMERETEK ÉS TUDÁS

Felmérő lap - Időfogalom és időtartás

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.1. Általános ismeretek és tudás	D.1.1. Időfogalom és időtartás
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁷		
1.	Tisztában van az idő fogalmával	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Napon belül tájékozódik	IGEN	NEM			
1.2.	A hét napjait ismeri	IGEN	NEM			
1.3.	A héten belül tájékozódik	IGEN	NEM			
1.4.	A hónapokat ismeri	IGEN	NEM			
1.5.	Hónapon belül tájékozódik	IGEN	NEM			
1.6.	Évszakokat ismeri	IGEN	NEM			
1.7.	Éven belül tájékozódik	IGEN	NEM			
1.8.	Évek között tájékozódik	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Órát használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Ismeri az óra funkcióját	IGEN	NEM			
2.2.	Számokat felismer	IGEN	NEM			
2.3.	Óra mutatóit ismeri	IGEN	NEM			
2.4.	Érti az összefüggést a percek és az óra között	IGEN	NEM			
2.5.	Érti az összefüggést az órák és a napok között	IGEN	NEM			
1.8.	Időtartamot nagyságrendileg megbecsül	IGEN	NEM			

³⁷ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Időtartása megfelelő	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Az időtartás szükségességét érti	IGEN	NEM			
3.2.	Az időtartásra motivált	IGEN	NEM			
3.3.	Ébresztőórát használ	IGEN	NEM			
3.4.	Napirendet tart	IGEN	NEM			
3.5.	Naptárt használ	IGEN	NEM			

Megjegyzések	

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Időfogalom és időtartás

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.1. Általános ismeretek és tudás	D.1.1. Időfogalom és időtartás

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
1. Tisztában van az idő fogalmával	Ismeri az idő fogalmát, követi az idő múlását. Napon, héten, hónapon, éven belül és évek között tájékozódik. A tevékenységek időtartamát képes megbecsülni.	Egy ülésben vizsgálhatjuk az időbeli orientációval és az időtartással kapcsolatos készségeket. Használjunk órát és naptárt a felméréshez.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető, időjelző eszközök, naptár segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez (ld. még később). Jellemző tevékenységeket kapcsoljunk napszakhoz (pl. szabadidő délután), adott naphoz (pl. séta kedden, vásárlás szombaton), később időponthoz. A hónapokat köthetjük ünnepekhez, az évszakokat időjáráshoz.
Napon belül tájékozódik	Ismeri és felismeri a napszakokat, tájékozódik a napon belül. Pl. tudja, hogy reggel mosdunk, öltözünk, reggelizünk, este jön a lefekvés ideje.		
A hét napjait ismeri	Ismeri a hét napjait és azok sorrendjét.	Megkérjük, hogy mondja el a hét napjait.	
A héten belül tájékozódik	Ismeri a hétvége, hétköznap kifejezéseket, ezekhez képes napokat rendelni.	Megkérjük, hogy mondja meg, milyen nap van ma. Megkérjük, hogy mondja meg, milyen nap lesz holnap, illetve milyen nap volt tegnap. Kérdezzük meg, hogy miben különbözik egy hétköznapja a hétvégéjétől.	
A hónapokat ismeri	Ismeri a hónapok neveit és sorrendjét.	Megkérjük, nevezze meg, hogy milyen hónapban vagyunk. Megkérjük, hogy sorolja el a hónapokat.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Hónapon belül tájékozódik	Tudja, hogy egy hónap általában kb. hány hétből, hány napból áll.	Megkérjük, mondja meg, hogy milyen hónapban vagyunk. Megkérjük, hogy mondja meg, hányadika van ma.	
Évszakokat ismeri	Az évszakokat és sorrendjüket ismeri, időjárásukkal kapcsolatban tájékozott.	Megkérjük, hogy mondja meg, milyen évszak van. Megkérjük, hogy sorolja fel az évszakokat, mondja el, hogy melyik évszakra milyen időjárás jellemző. Megkérjük, hogy mondja meg, mi lesz a következő évszak, akkor milyen időjárás várható.	
Éven belül tájékozódik	Tudja, hogy egy éven belül hány hónap és hány évszak van. Ezek sorrendjét ismeri.	Megkérjük, hogy mondja meg, milyen évet írunk.	
Évek között tájékozódik	Tudja, hogy az évek számozása hogyan változik.	Megkérjük, hogy mondja meg, milyen év lesz jövőre, melyik év volt tavaly. Kérdezzük a személyt múltbeli tapasztalatairól, jövőbeli terveiről (pl. mi történt vele múlt nyáron, jövőre hogyan tölti a karácsonyt) lehetőség szerint évszámhoz kötve.	
2. Órát használ	Rendszeresen használ valamilyen időmérő eszközt, amely segíti az időbeli orientációban (látássérült személyek: beszélő vagy tapintható óra).	Egy ülésben vizsgálhatjuk az időbeli orientációval és az időtartással kapcsolatos készségeket. Használjunk órát és naptárt a felméréshez.	Figyeljük meg, hogy a személy számára mely eszközök ismertek. Tanítsuk meg és gyakoroljuk, hogy mire való az óra, hogyan lehet leolvasni. Ennek javasolt sorrendje: analóg órán egész órák leolvasása, egy nap hány órából áll, napszakok és órák összekötése, fél órák, negyedórák, percek leolvasása, az idő különböző kifejezései, digitális óra leolvasása.
Ismeri az óra funkcióját	Tudja, hogy az órát időmérésre használjuk.	Kérdezzük meg, hogy használ-e órát, milyen típusút, hogyan és mire használja (pl. megnézi az időt, bizony tevékenységeknek méri az idejét, ébresztőt vagy figyelmeztetéseket állít be telefonon).	A tanításhoz és gyakorláshoz olyan órát

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Számokat felismer	Felismeri és leolvassa az óráról a számokat.	Megkérjük, hogy olvassa le a számokat az óráról.	használjunk, melynek mozgathatók a mutatói.
Óra mutatóit ismeri	Tudja, hogy mit mutat a kismutató és mit mutat a nagymutató.	Kérdezzük meg, hogy mi a különböző mutatók szerepe, mit mutatnak.	Kössük össze az időt tevékenységgel, a tevékenységet egy napszakkal stb.
Érti az összefüggést a percek és az óra között	Tudja, hogy egy óra hány percből áll. Az időt megfelelően olvassa le, vagy <i>óra-perc</i> formátumban, vagy a <i>fél-negyed</i> , <i>perccel múlt-perc múlva</i> kifejezések használatával.	Megkérjük, hogy mondja el, hány perc van egy órában, fél órában, negyedórában. Megkérjük, hogy olvassa le az órát. Megkérjük, hogy az általa leolvasott időt máshogy is fogalmazza meg (pl. 21.15=negyed tíz).	Tanítsuk és gyakoroljuk az új eszközök használatát. Próbáljunk ki többféle eszközt (pl. analóg és digitális falóra, ébresztőóra, karóra, okos eszközök), figyeljük meg, hogy melyik használata egyszerűbb, kényelmesebb a személy számára. Az időtartás és becslés gyakorlásához használható óra, de számolhat is a személy. A gyakorlás során először mérjük rendszeresen az adott tevékenység idejét (pl. reggelizés, hajmosás, borotválkozás). Használható fix időt mérő, pl. 3 perces homokóra is.
Érti az összefüggést az órák és a napok között	Tudja, hogy egy nap hány órából áll, mikor indul újra az órák számolása új nap esetén. Ismeri a napszakokat, az órákat napszakokhoz köti.	Megkérdezzük, hogy hány órából áll egy nap, milyen napszakban kezdődik az órák számolása. Megkérjük, hogy mondja meg, mely napszakhoz kapcsolódnak a felsorolt időpontok, pl. 7:30, 10:00, 19:45.	
Időtartamot nagyságrendileg megbecsül	Tudja, hogy kb. mennyi ideig tart egy gyakran végzett tevékenység, pl. mennyi idő a reggeli, meddig tart eljutni egyik helyről a másikra.	Megkérjük, hogy becsülje meg néhány tevékenység időtartamát, pl. fogmosás, hazautazás, út a boltig vagy kedvenc TV műsorának az ideje. Amennyiben lehetőség van rá, természetes élethelyzetben figyeljük meg, hogy helyes-e a becslés (pl. fogmosás esetében).	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
3. Időtartása megfelelő	Ismeri, követi és betartja az időpontokat (pl. orvosi időpont), időtartamokat (pl. munkaidő). Tiszteletben tartja az időhöz kötött, más személyeket is érintő eseményeket.	Figyeljük meg természetes élethelyzetben, hogy figyelmeztetés és jelzés nélkül, tudja-e, hogy mi a következő napi teendő. Van-e valamilyen rögzített napirendje, amit figyel, követ a napi tevékenységek során. Kérjük meg, hogy mesélje el egy napját: mikor mit csinál, az milyen napszak, hogyan következnek egymás után a napi tevékenységek. Kérjük meg, hogy a tevékenységeket kösse időpontokhoz. Ha van saját napirendje, akkor annak segítségével kérdezzük végig a napot.	Képes vagy szöveges napirend, vizuális emlékeztető készítésével és használatával biztosítsuk, hogy a személy a tevékenységeket a napirendbe illesztve végezhesse. A képes vagy szöveges napirend, egyéb vizuális segítség az időszakokat, helyzeteket, valamint helyszíneket is tartalmazza a személy képességeinek, igényeinek, valamint szükségleteinek megfelelően, egyénre szabottan. Vizuális időjelző eszközök (lakó számára leolvasható óra, képes vagy szimbolikus jelzés a már használt napirendben) beiktatása, látássérült személyek számára akusztikus jelzés szintén segítség lehet az önállóság fejlesztéséhez.
Az időtartás szükségességét érti	Tudja, hogy bizonyos tevékenységek időponthoz, időtartamhoz kötöttek (pl. reggeli, találkozás a segítővel, munkaidő).	Megkérjük, hogy mondjon példákat, hogy mely tevékenységeknek van meghatározott ideje. Mondjon példákat arra vonatkozóan is, hogy mikor lehet ezeket az időpontokat elhalasztani, megváltoztatni vagy mikor fontos, hogy az időpontokat betartsuk.	Tanítsuk és gyakoroljuk különféle naptárak használatát (nyomtatott vagy digitális), okos eszközök emlékeztető funkcióját. Figyeljük meg, hogy melyik eszköz egyszerűbb, kényelmesebb a személy számára.
Az időtartásra motivált	Törekszik az időpontok és időintervallumok betartására, pl. időben érkezik egy megbeszélésre. Nem érkezik sokkal korábban vagy később.	Lehetőség szerint természetes élethelyzetben figyeljük meg, pl. a felmérésre megbeszélte időpontban érkezik-e.	Javasolhatjuk a különböző típusú és fontosságú események (pl. névnap, születésnap, állásinterjú) más-más színekkel való jelölését a naptárban (pl. színes Post-it-ekkel), egyéb vizuális megkülönböztetését a tevékenységeknek.
Ébresztőórát használ	Önállóan ébred ébresztőóra segítségével. Ehhez nem szükséges más személy segítsége.	Megkérdezzük, hogy használ-e ébresztőórát. Ha igen, hányszor szólal meg, fel tudja-e kelni az ébresztőre önállóan.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Napirendet tart	Tudja, hogy minek mikor van ideje, pl. ébredés, reggeli tevékenységek, étkezések. Rutintevékenységeit sorrendben végzi, külső figyelmeztetés nélkül.	Kérjük meg, hogy mesélje el egy átlagos hétköznapját. Ha van saját napirendje, akkor annak segítségével kérdezzük végig a napot. Kérdezzük meg, hogy vannak-e hetente, havonta ismétlődő elfoglaltságai, mik azok.	Ismertessük meg a személyt a késés, illetve az elmulasztott időpontok lehetséges következményeivel (pl. másoknak a késés kellemetlen, rossz vélemény alakul ki a személyről, lehetséges, hogy egy időpont helyett csak nehezen vagy nem lehet másikat kérni pl. orvosi vizsgálat, állásinterjú).
Naptárt használ	Nyomtatott (pl. falinaptár, határidőnapló) vagy elektronikus naptárt (számítógép, telefon) használ.	Készítsünk elő egy naptárt, jól olvasható, nagy méretben vagy kérjük meg, hogy saját naptárát (nyomtatott vagy digitális) hozza magával, mutassa meg. Kérdezzük meg, hogy milyen adatokat ír(na) be a naptárába.	

Felmérő lap - Akadémikus készségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.1. Általános ismeretek és tudás	D.1.2. Akadémikus készségek
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ³⁸		
1.	Olvas	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Képeket felismer	IGEN	NEM			
1.2.	Szimbólumokat felismer	IGEN	NEM			
1.3.	Szavakat felismer	IGEN	NEM			
1.4.	Egyszerű mondatot elolvas és értelmez	IGEN	NEM			
1.5.	Rövid bekezdést elolvas és értelmez	IGEN	NEM			
1.6.	Bonyolultabb szöveget elolvas és értelmez	IGEN	NEM			
1.7.	Ábécé szerint sorba rendez	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Ír	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Betűket lemásol	IGEN	NEM			
2.2.	Betűt leír	IGEN	NEM			
2.3.	Saját nevét lemásolja	IGEN	NEM			
2.4.	Saját nevét leírja	IGEN	NEM			
2.5.	Szavakat leír	IGEN	NEM			

³⁸ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

2.6	Mondatot lemásol	IGEN	NEM
2.7	Diktálás után egy mondatot leír	IGEN	NEM
2.8	Mondatot önállóan leír	IGEN	NEM
2.9	Rövid bekezdést lemásol	IGEN	NEM
2.10	Leírja saját gondolatait	IGEN	NEM
2.11	Kitölt egy formanyomtatványt papír alapon	IGEN	NEM
2.12	Jegyzetel	IGEN	NEM
2.13	Helyesírása megfelelő	IGEN	NEM
2.14	Nyelvhelyessége és stílusa megfelelő	IGEN	NEM
2.15	Írásban megnyilvánuló szókinccse gazdag	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Számokkal és mennyiségekkel kapcsolatos műveleteket végez	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Számképet felismer	IGEN	NEM			
3.2	Számot olvas	IGEN	NEM			
3.3	Számlál	IGEN	NEM			
3.4	Alapműveleteket végez	IGEN	NEM			
3.5	Magasabb rendű műveleteket végez	IGEN	NEM			
3.6	Számok szerint sorba rendez	IGEN	NEM			
3.7	Egyszerűbb szöveges feladatokat megold	IGEN	NEM			
3.8	Ismeri az alapvető fizikai mennyiségeket és a mérés eszközeit	IGEN	NEM			
3.9	Fizikai mennyiséget mér	IGEN	NEM			
3.10	Mértékegységeket átvált	IGEN	NEM			
3.11	Mennyiségeket megbecsül	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Számítógépet használ	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1.	A számítógépet be- és kikapcsolja	IGEN	NEM			
4.2	Ikonokat felismer	IGEN	NEM			
4.3	Egeret használja	IGEN	NEM			
4.4	Klaviatúrát használja	IGEN	NEM			
4.5	Gépel	IGEN	NEM			
4.6	Számítógépen eligazodik	IGEN	NEM			
4.7	Ment, töröl	IGEN	NEM			
4.8	Zenehallgatásra használja a számítógépet	IGEN	NEM			
4.9	Olvasásra használja a számítógépet	IGEN	NEM			
4.10	Internetet használ	IGEN	NEM			
4.11	Az internetet biztonságosan használja	IGEN	NEM			
4.12	Levelezőprogramot használ	IGEN	NEM			
4.13	Közösségi média oldalakat használ	IGEN	NEM			
4.14	Ismeri és betartja a közösségi oldalak használatának szabályait	IGEN	NEM			
4.15	Szövegszerkesztő programot használja	IGEN	NEM			
4.16	Táblázatkezelő programot használ	IGEN	NEM			
4.17	Nyomtat	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
5.	Önállóan tanul	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
5.1.	A tanulás értelmét, jelentőségét érti	IGEN	NEM			
5.2	Motivált a tanulásra	IGEN	NEM			
5.3	Tartósan összpontosít az új feladatra	IGEN	NEM			
5.4	Információkat önállóan felkutat, összegyűjt	IGEN	NEM			
5.5	Alkalmazza a tanultakat	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Akadémikus készségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.1. Általános ismeretek és tudás	D.1.2. Akadémikus készségek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
--------------------------	----------------------	------------------------	------------------------------------

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>1. Olvas</p>	<p>Értő olvasás: a személy képes a szöveg lényegét kiemelni, a szöveg tartalmát összefoglalni.</p> <p>Aliglátó és gyengénlátó személyek esetében segédeszközzel olvas síkírást.</p>	<p>Nyomatott szavakat, szövegeket és képeket készítsünk elő. Az alábbiakban példák olvashatóak, ezek mintájára más szavak, szövegek is használhatóak, melyek életszerűek az adott helyzetben.</p> <p>Látássérült személyek esetében a készségek és képességek felmérése a személy kompetenciáitól, tudásától függően eltérő lehet.</p> <p>Munkavégzéssel kapcsolatban nem biztos, hogy a Braille-írást használata életszerű lesz, ugyanakkor digitális eszközzel és megfelelő programmal a látássérült személy fel tudja magának olvasatni a szöveget. A készségfelmérést ennek megfelelően végezzük el.</p> <p>Vak személyek esetében használhatóak a Braille-írással előkészített szavak, szövegek, vagy történhet a felmérés olyan intézményben, ahol Braille-írást tájékoztató is található, pl.: közhivatalok, kórház előtere (térkép, információs táblák).</p> <p>Amennyiben nincs lehetőség rá vagy nem életszerű Braille-szövegek előkészítése, úgy az írott szöveg felolvasás utáni értelmezését figyeljük meg.</p>	<p>Az UNESCO definíciója szerint funkcionális analfabéta az a személy, aki képtelen gyakorolni azokat a tevékenységeket, amelyekben az írásbeliségnek fontos szerepe van az adott csoportban és közösségben, valamint képtelen arra is, hogy az olvasás, írás, számolás segítségével előmozdítsa a saját, illetve közössége fejlődését.</p> <p>Az olvasásnak, írásnak és számolásnak alapvető jelentősége van az önrendelkezés és a közösségi részvétel szempontjából, valamint meghatározza az egyéni tanulási és fejlődési lehetőségeket.</p> <p>Amennyiben a személy verbálisan nem kommunikál, fontos, hogy számára alternatív-augmentatív kommunikációs módszert tanítsunk, melyhez minden esetben kérjük szakember segítségét.</p> <p>Alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grafikus rendszereket (pl. tárgyak, fotók, képek, piktogramok, betűtáblák) - elektronikus rendszereket (pl. számítógép, kommunikátor) - manuális rendszereket (pl. gesztusnyelv, jelnyelv). <p>Nem értelmi fogyatékos személyeknél az</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Képeket felismer	Általa ismert személyeket, tárgyakat, szituációkat képen felismer.	Mutassunk a személynek fotókat, festményeket, rajzok, Használhatunk képeskönyveket, albumokat is a felméréshez.	olvasás zavarai esetén érdemes vizsgálni a részképességeket, kizárni a diszlexiát. Képek és szimbólumok felismeréséhez használhatóak fotók, festmények, rajzok, képeskönyvek, albumok. Kössük a képeket és szimbólumokat a személy saját élményeihez, tapasztalataihoz.
Szimbólumokat felismer	Gyakran látható, mindennapi életben használt szimbólumokat felismer, pl. kijárat, belépni tilos, dohányozni tilos, fontosabb közlekedési táblák.	Mutassunk a személynek néhány gyakran használt, ismert táblát, piktogramot. Természetes élethelyzetben, pl. közlekedés közben, középületekben kérdezzünk rá, hogy mit jelentenek az adott képi információk.	Az olvasás olyan komplex készség, melyhez szükséges a beszédészlelés, beszédmegértés megfelelő fejlettsége, a verbális és vizuális emlékezet jó működése. Meghatározó a beszéd-készség, a szókinccs, az anyanyelv szabályainak alkalmazási készsége. ³⁹
Szavakat felismer	Elsősorban tájékoztató jellegű információkat, gyakran látott szavakat, szóképet felismer, értelmez. Látássérült, vak személyek esetén a szót kitapintja, felismeri és értelmezi; vagy a szót meghallgatja és értelmezni tudja.	Megkérjük, hogy olvassa el a szavakat és mondja el, mit jelentenek, vagy hol találkozhat ezekkel. Pl.: Vigyázz!; kijárat; tolni.	Az olvasás tanításához először a szükséges alapkészségeket és részképességeket kell fejleszteni.
Egyszerű mondatot elolvas és értelmez	Írásbeli instrukciót vagy egyszerű tájékoztatást megért.	Megkérjük, hogy olvassa el a mondatot. Megkérjük, hogy az instrukciót végezze el vagy mondja el saját szavaival, hogy mit olvasott. Instrukciók pl. Nyisd ki az ablakot! Gyűjtsd össze az asztalról a poharakat! Hozd ide a seprűt és a lapátot! Tájékoztatás pl. Tilos a dohányzás.	Az értő olvasás alapja a megfelelő szintű olvasástechnika. A szövegértés fejlesztéséhez szükséges a szókinccs bővítése, illetve az érintett háttértudásának, tapasztalatainak folyamatos bővülése.
Rövid bekezdést elolvas és értelmez	Összetettebb írásbeli instrukciót vagy tájékoztató szöveget megért.	Megkérjük, hogy a szöveget olvassa el. Megkérjük, hogy az instrukciót végezze el vagy mondja el saját szavaival, hogy mit	Az olvasás gyakorlása többféle cél mentén, ennek megfelelően többféle olvasnivalóval történjen (pl. használati útmutató, formanyomtatvány, mese, regény). A szövegfeldolgozásra többféle módszer, stratégia tanítható. Motiváló a választás

³⁹ Pál-Horváth Rita (é.n.) Olvasni? Egy más felfogásban... (Középsúlyos értelmi fogyatékos tanulók olvasástanítása). Mérei Ferenc Fővárosi Pedagógiai Intézet. <http://www.mfpi.hu/data/cms42145/olvasni.pdf>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
		<p>olvasott.</p> <p>Instrukció pl. Hozd ide a lapátot és partvist. Söpörd fel a szobát. Ha végeztél, vidd vissza a helyére az eszközöket. Utána ürítsd ki a szemetest a kukába.</p> <p>Tájékoztató szöveg pl. Tájékoztatjuk tisztelt utasainkat, hogy a Pécsről Budapestre érkező gyorsvonat előreláthatólag 20 percet késik. Megértésüket és türelmüket köszönjük!</p> <p>Egyéb példa: Amennyiben a közgyógyellátási igazolvány elvesztése miatt kéri az igazolvány pótlását, azt írásban kell kérelmeznie. A kérelemnek nincs formanyomtatványa. Az írásos kérelemnek tartalmaznia kell a jogosult személyes adatait, TAJ-t, és azt, hogy milyen címre legyen postázva a pótolni kívánt igazolvány. Az eljárás díjmentes.</p>	<p>lehetőségének biztosítása. A fejlesztés fokozatos legyen a szavaktól a mondaton, bekezdéseken át a szövegek szintjéig.⁴⁰</p> <p>A motiváció fenntartása érdekében a gyakorlást kössük természetes élethelyzetekhez (pl. olvasson álláshirdetéseket, olvassa el a munkaszerződését, munkaköri leírását, a berendezések használati utasítását, az elkészítendő receptet, olvasson olyan témákban, amik érdeklik a személyt).</p> <p>Használjuk ki az internet adta számtalan lehetőséget (pl. híroldalak, tematikus oldalak, Magyar Elektronikus Könyvtár).</p> <p>A tanítás, fejlesztés menete és módszere egyénekenként eltérő lehet, melyhez gyakran gyógypedagógus bevonása is indokolt.</p>
Bonyolultabb szöveget elolvas és értelmez	Komplexebb, hosszabb terjedelmű szöveget, hivatalos tájékoztatót megért, pl. munkaszerződés, munkavédelmi leírás.	Kérjük meg, hogy olvassa el pl. az intézmény házirendjét, és mondja el, hogy mit értett meg belőle.	A látássérült személyeket nagyítók, felolvasó készülékek és szoftverek, valamint karakterfelismerő és hangoskönyv generáló szoftverek segíthetik a mindennapok és a munkavégzés során.
Ábécé szerint sorba rendez	Ismeri az ábécét és a betűrendbe sorolás szabályait. Tudását alkalmazza.	Készítsünk elő 5-10 szót nyomtatva, külön kártyákon. Lehetőleg legyen köztük azonos kezdőbetűvel kezdődő szó is. Megkérjük, hogy rakja őket ábécé sorrendbe. Látássérültek esetén a feladat Braille-feliratokkal vagy számítógépen végezhető, ha felmerülhet olyan	

⁴⁰ Tóth Beatrix (2006) A szövegértés fejlesztésének elmélete és gyakorlata. Nyelvőr, 2006/4. <http://epa.oszk.hu/00100/00188/00045/pdf/130406.pdf>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
		munkatevékenység, amelynek során ez fontos.	
2. ír	Írásban érhetően, koherensen kifejezi magát, a helyesírási és nyelvhelyességi szabályokat betartva. Kézírása olvasható. Látássérült személyek esetében Braille írást használ vagy számítógépen ír. A szöveg megfelel a közlés céljának (pl. informális vagy hivatalos szöveg).	Készítsünk elő tollal, előre nyomtatott szövegeket, képeket. Látássérültek számára a feladatokat szóban adjuk meg. Alternatívaként a számítógépen való írást is vizsgálhatjuk, különösen olyan személyek esetén, akiknek gyenge a finommotorikája, pl. felső végtag sérülése miatt.	Alternatív-augmentatív kommunikációs eszközök alkalmazásának tanulásához mindenképpen szakember bevonása szükséges (pl. Braille írás-olvasás). Nem értelmi fogyatékos személyeknél az írás zavarai esetén érdemes vizsgálni a részképességeket, kizárni a diszgráfiát, diszortográfiát. Szükséges lehet a finommotorika, grafomotorika, vizuomotoros (szem-kéz) koordináció fejlesztése.
Betűket lemásol	Kép alapján betűket lemásol.	Kérjük meg, hogy néhány nagy- és kisbetűt másoljon le.	Az írás fejlesztésére alkalmas a másolás, diktálás, mondatbővítés, mondatok, szövegek átalakítása, összevonása.
Betűket leír	Ismeri a betűk írásképét. Betűket önállóan leír.	Kérjük meg, hogy néhány betűt írjon le magától vagy hallás után.	Szükséges lehet a nyelvtani ismeretek és a szókinccs bővítése.
Saját nevét lemásolja	Kép alapján saját nevét lemásolja.	Mutassuk meg a nevét leírva, kérjük meg, hogy próbálja meg lemásolni.	A különféle stílusú szövegek megalkotásához biztosítsunk mintákat, tanítsuk pl. hivatalos levél írását, nyomtatványok kitöltését, az önéletrajzírás.
Saját nevét leírja	Saját nevét önállóan, olvashatóan leírja nyomtatott vagy írott betűkkel.	Megkérjük, hogy írja le a nevét, ahogyan tudja. Ha nagybetűkkel írja le, kérjük meg, hogy próbálja meg folyóírással is. Látássérült személyek esetében is felmérhető a síkírásos aláírás képessége.	A jegyzetelés, vázlatírás technikája, stratégiái külön taníthatók.
Szavakat leír	Önállóan, illetve hallás után szavakat leír.	Kérjük meg, hogy néhány szót írjon le magától vagy hallás után.	A motiváció fenntartása érdekében a gyakorlást kössük természetes élethelyzetekhez (pl. írjon bevásárlólistát, vezessen naplót, írjon levelet a családjának vagy hivatalos ügyében, készítsen önéletrajzot, írjon motivációs levelet).
Mondatot lemásol	Egy nyomtatott vagy írott mondatot képről lemásol.	Megkérjük, hogy másolja le a mondatot.	Hívjuk fel a figyelmet az önellenőrzés
Diktálás után egy mondatot leír	A hallott mondatot leírja, ügyelve a kis- és nagybetűk, valamint az írásjelek használatára.	Megkérjük, hogy írja le a hallott mondatot. Elmondjuk egyszer normál tempóban. Ha kéri, megismételjük a mondatot.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Mondatot önállóan leír	Teljes mondatot leír, ügyelve a kis- és nagybetűk, valamint az írásjelek használatára.	Tegyünk fel számára egy kérdést, pl. mit csináltál ma? Kérjük meg, hogy írja le a választ. Ha szükséges, írásban is mutassuk meg neki a kérdést.	fontosságára. A szövegszerkesztő programok helyesírást és nyelvhelyességet ellenőrző funkciói is segítséget jelentenek.
Rövid bekezdést lemásol	Pár mondatból álló szöveget lemásol, ügyelve a kis- és nagybetűk, valamint az írásjelek használatára.	Megkérjük, hogy az elé tett szöveget pontosan másolja le. Használható 3-5 mondatból álló hivatalos vagy szépirodalmi szövegrészlet.	A gyakori, változatos olvasás a kifejezőkészségre és helyesíráásra is pozitív hatással van. A tanítás, fejlesztés menete és módszere egyénenként eltérő lehet, melyhez gyakran gyógypedagógus bevonása is indokolt.
Leírja saját gondolatait	Mondatokat fogalmaz és leír egy témával kapcsolatban.	Megkérjük, hogy írja le, pl. mit csinált a hétvégén vagy előző nap, vagy hogy érezte magát egy nemrég történt eseményen. Készíthet képről, fotóról is leírást (legalább egy bekezdés).	Amennyiben az írás sem kézzel, sem gépeléssel (kézzel vagy segédeszközzel) nem kivitelezhető, számítógépeken programmal és eszközökkel, valamint okos eszközökön már lehetőség van szövegalkotásra diktálással is.
Kitölt egy formanyomtatványt papír alapon	Alapadatokat tartalmazó nyomtatványt önállóan kitölt. Ha nem ért valamit, rákérdez.	Megkérjük, hogy egy előkészített nyomtatványt töltsön ki. Használható az intézményben lévő bármely formanyomtatvány, annak egy része, vagy előre elkészített, alapadatokra (pl. név, születési hely, idő, anyja neve, állandó lakcíme, tartózkodási helye, állampolgársága) rákérdező nyomtatvány.	
Jegyzetel	Hallott szövegről rövid jegyzetet készíteni.	Mondjunk el egy rövid tájékoztató szöveget, mely maxi. 3-4 lényegi információt tartalmaz. Példa: Az ebédlő használatával kapcsolatos információk, mikor lehet étkezni, hová kell tenni a tálcát, ügyelni kell a tisztaságra stb.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Helyesírása megfelelő	Helyesírási hibákat nem vét írásban.	Vizsgáljuk meg a személy spontán, fejből írt szövegeit, hogy megfelelnek-e a helyesírás szabályainak.	
Nyelvhelyessége és stílusa megfelelő	Nyelvhelyesség és stílus megfelel a helyzetnek.	Figyeljük meg, hogy a személy spontán, fejből írt szövegei megfelelnek-e a nyelvhelyesség szabályainak, illetve a kommunikációs célnak és helyzetnek. Írásban képes-e a személy informális és formális nyelvhasználatra (ehhez többféle szöveget elkészítését kell kérnünk).	
Írásban megnyilvánuló szóincse gazdag	Stílusa választékos, kerüli a szóismétlést.	Vizsgáljuk meg, hogy a személy spontán, fejből írt szövegei mennyire választékosak, változatosak.	
3. Számokkal és mennyiségekkel kapcsolatos műveleteket végez	A számképek felismerésétől az összetett matematikai műveletek végzéséig többféle helyzetben és feladat során is alkalmazza számokkal kapcsolatos tudását.	Számláláshoz használhatunk valós tárgyakat, különféle kártyákat, matematikai műveleteket tartalmazó segédanyagokat.	<p>A számolási és magasabb rendű matematikai készségek szorosan összefüggnek a nyelvi kommunikációval, a fogalmi gondolkodással és a szövegértő olvasással. A fogyatékoság típusa és mértéke befolyásolja a számolási és matematikai készségek fejlődését.</p> <p>Nem értelmi fogyatékos személyek esetében a számolás zavarai esetén érdemes vizsgálni a részképességeket, kizárni a diszkalkuliát.</p> <p>Látássérült személyek esetében hangsúlyosabb a fejszámolás fejlesztése. Segítségét jelenthet írásbeli műveletek helyett abakusz használata, egyéb adaptált eszközök biztosítása. Külön</p>
Számképet felismer	Legalább tízes számkörben felismeri a tárgyak (ábrák) számosságát és képes azt számokkal összekötni, kifejezni.	Kérjük meg, hogy válassza ki azt a képet, amin pl. 3 pötty van; mondja meg, hogy hány virágot lát a képen stb.	
Számot olvas	A számok jelét felismeri. Egyjegyű, majd ha sikeres, többjegyű számokat felismer.	Mutassunk egyjegyű számokat, ha ezek felismerésében sikeres a személy, többjegyű számokat. Kérjük meg, hogy mondja meg, hányas számot lát. Fordítva is vizsgáljuk: kérjük meg, hogy mutasson egy bizonyos számra. Kérjük meg, hogy írja le a halott számokat.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Számlál	<p>Legalább tízes számkörben felsorolja a számokat.</p> <p>Képes tárgyakat (ábrákat) megszámlálni.</p> <p>Ha sikeres, vizsgáljuk magasabb számkörben is.</p>	<p>Kérjük meg, hogy sorolja fel a számokat először tízes számkörben. Ha sikeres, magasabb számkört is vizsgálhatunk.</p> <p>Kérjük meg, hogy folytasson egy felsorolást.</p> <p>Kérhetjük előkészített tárgyak vagy ábrák megszámlálását.</p>	<p>tanítást és gyakorlást igényel a Braille matematikai jelek írása, olvasása. Fontos a vizuális szemléltetés mellett tapintással való tapasztalatok szerzése.</p> <p>Hallássérültek esetében nagy hangsúlyt kell fektetni a vizuális segítségre, szemléltetésre.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>Alpmműveleteket végez</p>	<p>Legalább tízes számkörben összeadást és kivonást végez.</p> <p>Ha sikeres, vizsgáljuk magasabb számkörben is.</p>	<p>Az elsődleges kérdés, hogy a személy ismeri-e a hozzáadás és az elvétel műveleteit.</p> <p>Példa tárgyakkal való számlálási feladatokra:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kiszámlálás: Vegyen el 3 pálcikát. - Hozzászámlálás: Itt van 10 pálcika, vegyen hozzá annyit, hogy 12 legyen. - Elvétel: Vegyen el 10 pálcikából annyit, hogy 8 maradjon. - Bontás: 20 pálcikát rakjon 4 egyforma csomagba. - Csoportosítás: részhalmazokból új részhalmazok létrehozása, pl. rakosgassa úgy a pálcikákat, hogy a 4 csomó mindegyikében maradjon pálcika, de az egymást követőkben mindenütt két pálcikával több legyen, mint az előző csomagban. <p>Biztosítsunk számára lehetőséget, hogy először tárgyakkal végezze a műveleteket.</p> <p>Kérhetjük előkészített feladatok megoldását rajzolva vagy írásban képekkel vagy számokkal.</p> <p>Vizsgálhatjuk a fejben végzett műveleteket.</p>	<p>A motiváció fenntartása érdekében a gyakorlást kössük természetes élethelyzetekhez (pl. számolja össze lakótársait, hogy hány darab süteményre van szükség a cukrászdából, számolja meg, mérje ki az ételkészítés során a szükséges alapanyagokat, számolja meg a zsebpénzét, számolja ki, hogy céljai érdekében mennyit kell takarékoskodnia).</p> <p>Tanítsuk és gyakoroljuk a számológép használatát (külön eszközként vagy telefonon, számítógépen, okos eszközökön, beszélő számológépen).</p> <p>Munkakörök adaptációja során egyszerű vizuális támpontok, segédeszközök készíthetők (pl. csomagolás esetén, ha hat darab tárgyat kell összecsomagolni, elegendő lehet színes pöttyöket ragasztani az asztalra, amikre először ráhelyezheti a személy a hat tárgyat, mielőtt becsomagolná).</p> <p>Számos kártya-, memória- és társasjáték fejlesztheti a gondolkodási és számolási készségeket, ezek egyben kellemes szabadidős és közösségi programot is jelenthetnek a lakók számára.</p> <p>A tanítás, fejlesztés menete és módszere egyénenként eltérő lehet, melyhez gyakran gyógypedagógus bevonása is</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Magasabb rendű műveleteket végez	Legalább tízes számkörben szorzást és osztást, esetleg egyéb műveletet végez. Ha sikeres, vizsgáljuk magasabb számkörben is.	Vizsgálhatjuk a szorzótábla ismeretét. Kérhetjük előkészített feladatok megoldását fejből vagy írásban. Fontos, hogy számológéppel el tudja-e végezni a személy a kívánt műveletet, és képes-e értelmezni az eredményt.	indokolt.
Számok szerint sorba rendez	Legalább tízes számkörben számokat sorba rendez. Ha sikeres, vizsgáljuk magasabb (százaz, ezres stb.) számkörben is.	A feladat során azt vizsgáljuk, hogy mely számkörökben mozog biztonságosan a személy. Elsősorban olyan számkörben érdemes felmérést végezni, amelyek még relevánsak a munkavégzés szempontjából. Kártyákra kinyomtatott számokkal dolgozzunk, melyek különböző számjegyűek (pl. 23, 45, 110, 567, 1200, 11385, 118398). Kérjük, hogy rakja őket emelkedő sorrendbe. Kérhetünk csökkenő sorrendet is ugyanazokkal vagy más számokkal. Látássérültek esetén a feladat Braille-feliratokkal vagy számítógépen végezhető, ha felmerülhet olyan munkatevékenység, amelynek során ez fontos.	
Egyszerűbb szöveges feladatokat megold	Az összeadás, kivonás, szorzás és osztás műveleteit szöveges feladatba ágyazva felismeri és megoldja.	Adjunk írásban, vagy látássérülteknek többször mondjunk el szóban egy egyszerű szöveges feladatot. Egyjegyű számokkal való sikeres feladatvégzést követően lépünk magasabb számkörbe. Pl. 20 ember utazik a buszon. Az első megállóban felszáll 4, leszáll 6 ember. A másodikban leszáll 3 ember. Hány ember utazik a buszon?	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Ismeri az alapvető fizikai mennyiségeket és a mérés eszközeit	Ismeri a hosszúság és a tömeg fogalmát, és azt, hogy mit mivel mérnek.	Kérdezzük meg, mit használna pl. saját magasságának vagy az asztal hosszának a megméréséhez, illetve saját súlya, vagy egy banán leméréséhez. Mondja el saját szavaival, mit jelent a hosszúság és a tömeg.	
Fizikai mennyiséget mér	Hosszt és tömeget eszközzel mér, az eredményt a megfelelő mértékegységben fejezi ki.	Kérjük meg, hogy mérje le mérőszalaggal, vonalzóval különböző tárgyak hosszát (pl. ceruza, könyv, asztal). Figyeljük meg, mennyire pontos a mérés (millimétert is mond-e). Ugyanígy mérje le egy alma, toll, füzet tömegét mérleggel.	
Mértékegységeket átvált	Hossz és tömeg mértékegységei között fejben vagy számológéppel átvált.	Kérjük meg, mondja meg, hogy 1000 milliméter hány centiméter, deciméter, méter, 1 kilogramm hány dekagramm, gramm. Kérjük meg más számokkal is átváltásra.	
Mennyiségeket megbecsül	Mérés nélkül képes mennyiségeket megbecsülni.	Kérjük meg, hogy vegyen pl. 1 kg almát, és a vásárlásnál ő próbálja eltalálni a mennyiséget.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>4. Számítógépet használ</p>	<p>Számítógépet felhasználói szinten használ.</p> <p>Látássérült személy nagyító programot (pl. Magic, Windows nagyító) narrációs program (pl. Jaws, NVDA) használ.</p> <p>Hallássérült személy szükség esetén vizuális támogató programot használ.</p>	<p>A felhasználói szint azt jelenti, hogy a felsorolt eszközöket és programokat használja a személy, képes egyszerűbb szövegszerkesztési feladatokra, táblázatkezelőben (pl. Excel) egyszerűbb műveletekre.</p> <p>A készségek felmérése előtt megkérjük, mondja el, hogy mire szokta használni a számítógépet, milyen felhasználási lehetőségeit ismeri. Ha valamit nem említ, rá lehet kérdezni a felsorolt készségekre, képességekre.</p> <p>A felmérés során azokat a készségeket figyeljük meg elsősorban, melyeket megemlíti a személy. Azoknál az eszközöknél és programoknál, amelyeket nem ismer, vagy nem használ, mérlegeljük, hogy érdemes-e mégis megpróbálkozni a felméréssel.</p> <p>Ha például szövegszerkesztésre nem használja a számítógépet, a program megnyitását segítve megfigyelhetjük, hogy a gépeléssel hogy boldogul. Ebben az esetben az alapkészség értékelése már csak B. lehet, majd mérlegelni szükséges, hogy az adott területet – a példa alapján a szövegszerkesztést – érdemes-e fejleszteni a mindennapok és/vagy munkavégzés szempontjából.</p>	<p>A számítógép használat napjainkban az információszerzés, kapcsolattartás és munkavégzés alapvető eszköze. Használata fontos lehet az önállóság, a közösségi részvétel, a tanulás és foglalkoztatás területén egyaránt.</p> <p>A számítógép használatának tanítása és gyakorlása a személy képességeihez és igényeihez igazodva az alapoktól kezdve a speciális szoftverekig terjedhet.</p> <p>A gyakorláshoz elengedhetetlen a számítógép és internet hozzáférés folyamatos biztosítása.</p> <p>Szükséges lehet támogató és segítő technikák alkalmazására (pl. alternatív kezelőfelületek: szájegér, szemegér, fejpálca, akadálymentes billentyűzet, felolvasó program), ezek beszerzését érdemes külön tervezni.</p> <p>Beüzemelésükhöz, használatuk elsajátításához szakemberre lehet szükség.</p> <p>A tanulást és gyakorlást elősegítik vizuális emlékeztető, folyamatábrák.</p> <p>Számos tevékenységet, a programok használatát a számítógépen, interneten keresztül vagy ingyenesen letölthető dokumentumok, alkalmazások segítségével is el lehet sajátítani (pl. 10 ujjas gépelés gyakorló programja, Youtube videó, programok Sűgő funkciója).</p>
<p>A számítógépet be- és kikapcsolja</p>	<p>Felismeri a megfelelő gombot és be-, illetve kikapcsolja a gépet.</p>	<p>Figyeljük meg, hogy hogyan kapcsolja be a gépet, ehhez szüksége van-e segítségre.</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Ikonokat felismer	Az asztalon látható, általa ismert ikonokat (programokat) felismeri.	Kérjük meg, sorolja fel, hogy milyen ikonokat lát vagy egyes ikonokról kérdezzük meg, hogy mik azok.	<p>Használjunk nem formális és informális módszereket (pl. tréningmódszerek, projektmunka). Érdeemes felmérni a lakók kompetenciáit és lehetővé tenni, esetleg megszervezni, hogy egymástól tanuljanak.</p> <p>Fontos, hogy a személy számára szükséges és elérhető információkat megtalálja az interneten. Ügyek intézését is egyszerűsítheti a számítógép (pl. online jegyvásárlás, időpont foglalás, kérelmek kitöltése, benyújtása).</p> <p>Jelentős szerepe lehet a használatnak kapcsolatok tartásában, új kapcsolatok kialakításában (internet alapú csevegőprogramok, közösségi média pl. Skype, Facebook).</p> <p>Akár a munkakeresés vagy a távmunka lehetősége is elérhetőbbé válik ezek használatával.</p> <p>Külön érdemes foglalkozni az internetes keresés témájával, az információk közötti válogatás technikáival (pl. honnan tudhatjuk, hogy az információ valós és érvényes).</p> <p>Mutassuk be az internettel kapcsolatos veszélyeket (álhírek, álprofilok, visszaélés, zaklatás, csalás). Hívjuk fel a figyelmet, hogy a túlzott számítógép-használat (pl. játék, internetezés) milyen káros hatásokkal jár, függőséget is</p>
Egeret használja	Az egér mozgatásával navigál a képernyőn. Egér segítségével vezérli a számítógépet (pl. programot megnyit).	Az egér mozgatását és a gombok (kattintás, kijelölés, jobb egérgomb funkciói) használatát figyeljük meg a számítógéppel végzendő feladatok közben.	
Klaviatúrát használja	A főbb billentyűket felismeri, alapvető adatbevitelre, navigálásra és vezérlésre használja (pl. betűk, számok, nyilak, Enter, ESC).	A billentyűzet alapvető funkcióinak ismeretét vizsgáljuk valamilyen tevékenység (program megnyitása, használata, pl. internetes keresés) során.	
Gépel	A billentyűzetet célzottan adatbevitelre, gépelésre használja. Összefüggő szöveget másolva, diktálás után vagy önállóan létrehoz.	<p>Megkérjük, hogy gépelje be nevét, személyes adatait, néhány mondatot. Nem elvárás a 10 ujjas, illetve vakon gépelés.</p> <p>Látássérült személy esetén a feladat elvégezhető, amennyiben használ számítógépet marrációs programmal vagy nagyítóval.</p> <p>Mozgássérült személy esetén saját eszköz használatával megfigyelhető a tevékenység, ha használ ilyet (pl. nagyobb méretű vagy akadálymentes billentyűzet).</p>	
Számítógépen eligazodik	A számítógépen található mapparendszerben navigál, keres (pl. programok, dokumentumok, képek között).	Kérjük meg, hogy nyisson meg egy elmentett fájlt a számítógépen.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Ment, töröl	A számítógépre menti a fájlokat (pl. kép, szöveg, videó). A számítógépen található fájlokat vagy mappákat törli.	Valamely program használata során kérjük meg, hogy mentsen el valamit. Mondja el és mutassa meg, hogy hol és hogyan találja meg az elmentett fájlt, illetve hogyan tudja azt törölni.	<p>okozhat. Tanítsuk a személynek, hogy adatait mikor és kinek adhatja meg, hogyan védhető a számítógép (adatvédelmi intézkedések, vírusirtó használata).</p> <p>A munkaerőpiacon egyre több állás esetében elvárás a felhasználói szintű tudás, azonban egy munkakörök adaptációja esetén olyan részfeladatokat is meg lehet tanítani a személynek (pl. adott táblázatba minden nap írja be a készletet), amihez nem szükséges más tevékenységekben való jártasság.</p> <p>Ha a személy érdeklődő és van rá lehetősége, számos tanfolyam és képzés</p>
Zenehallgatásra használja a számítógépet	Zenelejátszó programot elindít.	Kérjük meg, hogy tegyen be egy CD-t és indítson el egy zenelejátszó programot vagy indítson el egy számítógépen található zeneszámot, amelyet hallgatni szokott.	
Olvasásra használja a számítógépet	Szöveges dokumentumot (pl. Word vagy PDF formátumban) a megfelelő mappából vagy a megfelelő program segítségével megnyit.	Megkérjük, mutassa meg, hogy mit olvasott legutóbb a számítógépen.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Internetet használ	Elindítja a böngészőprogramot, beírja az őt érdeklő keresőszavakat. Az információk és weboldalak között tájékozódik és navigál.	<p>Megkérjük, hogy mutassa meg, hogyan használja az internetet, mit nézett meg legutóbb.</p> <p>Megfigyelhetjük, hogy képes-e érdeklődésének megfelelő weboldalakat felkeresni.</p> <p>A keresőt célzottan tudja-e használni a szükséges információk megszerzésére.</p> <p>Tud-e választani a találatok között.</p> <p>Felismeri-e, ha nem a keresésnek vagy kérdésének megfelelő információt talál.</p> <p>Tudja-e menteni a számára fontos információkat (könyvjelző használata vagy letöltés).</p> <p>Ezekhez a helyzetnek, érdeklődésnek, munkakörnek megfelelő keresési feladatokat találhatunk ki (pl. nézze meg a menürendet, keressen receptet, keressen a témába vágó cikkeket).</p>	<p>érhető el ezen a területen, támogassuk a megfelelő kiválasztásában vagy az elvégzéshez szükséges egyéb tevékenységekben (pl. jelentkezés, bejárás, vizsgára készülés).</p>
Az internetet biztonságosan használja	Tudja, hogy az internetes tartalmak nem mindig valóságosak. Ismeri az Internet veszélyeit, a túlzott használat kockázatait.	Beszélgetünk az internetbiztonságról, kérdezzük meg, találkozott-e már egyértelmű visszaéléssel az interneten, mi volt az. Hozunk példákat: nagyon gyors, egyszerű nyereményt ígérő hirdetések, ahol személyes adatokat kell megadni. Kérdezzük meg, hányszor netezik egy nap, stb.	
Levelezőprogramot használ	Elindítja a levelező programot. Beérkező e-maileket elolvas. Ismeri az alapvető funkciókat: levélírást, küldést, esetleg fájl csatolását.	Megkérjük, hogy lépjen be a levelező programjába, és írjon egy rövid levelet nekünk vagy egy ismerősének (akár a feladathelyzetről).	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Közösségi média oldalakat használ	Ismer és használ közösségi oldalt. Ismeri és használja az oldal alapvető funkcióit (megosztás, üzenetírás, kapcsolatfelvétel).	Megkérjük, hogy mutassa meg saját közösségi oldalát, mondja el, hogy hogyan és mire használja, kikkel tartja kapcsolatot (csoportok is elegendőek, pl. családtagok, ismerősök, barátok, munkatársak, ismeretlen emberek).	
Ismeri és betartja a közösségi oldalak használatának szabályait	Tudja, hogy milyen tartalmakat illik, nem illik feltölteni, megosztani, megfelelő reakciókat ad mások üzeneteire.	Kérdezzük meg, mit tud a közösségi média használatának szabályairól, mire kell figyelnie. A közösségi oldalát látva figyeljük meg, mit oszt meg, milyen reakciókat ad mások megnyilvánulásaira.	
Szövegszerkesztő programot használ	Ismeri és használja a szövegszerkesztő program alapvető funkcióit (pl. megnyitás, adatbevitel, formázás, törlés, mentés).	Megkérjük, hogy írjon egy rövid levelet, melyben munkáltatójától szabadságot kér. Ha nincs munkatapasztalata, írja le, hogy mi történt vele előző nap.	
Táblázatkezelő programot használ	Ismeri és használja a táblázatkezelő program alapvető funkcióit (pl. megnyitás, adatbevitel, formázás, összeadás, kivonás képletei, törlés, mentés).	Megkérjük, hogy írjon táblázatkezelőben egy bevásárló listát körülbelüli árakkal és azokat adja össze. Érdeklődésnek, munkakörnek megfelelő egyéb feladatokat is adhatunk (pl. kimutatás készítése a készletekről).	
Nyomtat	Ismeri és használja a nyomtatási funkciót, az alapvető beállításokat. A nyomtatót üzemelteti (bekapcsolja, papírral feltölti).	Megkérjük, hogy nyomtassa ki, amit a feladatok során elmentett/létrehozott (többoldalas nyomtatás esetén egy-egy beállításra is rákérdezhetünk).	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
5. Önállóan tanul	Ismeri a tanulás folyamatát. A tanulást megszervezi. Új ismereteket összegyűjt, feldolgoz és alkalmaz. Képes kitartóan tanulni.	A tanulóval, új ismeret szerzésével kapcsolatos készségeket többféle helyzetben is vizsgálhatjuk. Egy lehetséges helyzet a személy számára új kártya- vagy társasjáték megtanulása. Kezdjük a szabályokkal, melyet lehetőség szerint ő olvasson el. Figyeljük meg, hogy képes-e önállóan összegyűjteni a leírásából a szükséges információkat. Figyeljük meg, hogy a játék során hogyan alkalmazza a szabályokat.	A tanulás alapvetően fontos új készségek, ismeretek elsajátítása során. Szerepe lehet az oktatásban, képzésben való részvétel szempontjából, illetve a munkavállalással során új munkafolyamatok, tevékenységek elsajátításában. Fontos a tanulás tárgyi-technikai feltételeinek biztosítása (nyugodt légkör, megfelelő felszereltségű helyiség, bútorok, eszközök: írószer, tankönyv, tananyag, számítógép, Internet, nyomtatási lehetőség) biztosítása.
A tanulás értelmét, jelentőségét érti	Tudja, hogy mit jelent a személyes fejlődés, és ebben milyen szerepe van a tanulásnak.	Kérdezzük meg tőle, mi volt a legutolsó új dolog, amit megtanult. Milyen céljai vannak, és hogyan kapcsolódik ehhez a tanulás? Hozzon példát olyan emberekre a környezetéből, akikre felnéz (pl. barát, családtag, tanár), ők mivel foglalkoznak, milyen út vezetett odáig?	Szükséges lehet a tanulóhoz szükséges készségek, kompetenciák fejlesztése. Az önálló tanulásban is szerepe lehet a segítőnek, tanárnak, de a természetes támogatóknak, a közösségnek is (tanulásiirányítás, mentorálás, tutorálás, ismeretek alkalmazása).
Motivált a tanulásra	Szívesen sajátít el új ismereteket, készségeket. A szükséges mértékben kitartó.	Mutassunk neki új játékot (pl. kártyajáték), kérdezzük meg, van-e hozzá kedve?	Érdeemes a motivációkat feltárni, illetve a személyt támogatni kell a motiváció fenntartásában (pl. célok megfogalmazása, sikerélmények elősegítése, olyan helyzetek teremtése, amelyekben az új ismeret alkalmazni tudja).
Tartósan összpontosít az új feladatra	Az új feladatra figyel, koncentrálni, igyekszik begyűjteni a szükséges információkat.	Figyeljük meg, hogy tudja-e követni a játékszabályok ismertetését, fenntartja-e érdeklődését, vissza tudja-e mondani az alapvető játékszabályokat, visszakérdez-e, ha valamit nem ért. Ha alapvető információkat kihagyunk a szabályok ismertetése során, arra rákérdez-e a személy.	Nem formális és informális módszerek alkalmazásában nagy szerepe lehet az önálló tanulásnak, mely nem zárja ki a

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Információkat önállóan felkutat, összegyűjt	Megkeresi a szükséges információkat.	Az alapvető játékszabályok ismertetése után adjuk oda az írott szabályokat, és kérjük meg, hogy a részletekért azt olvassa át. Látássérülteknél elég, ha szóban érdeklődik a további részletek iránt.	csoportos tanulási formákat sem. Különbéle tanulást segítő ismeretek, stratégiák tanítása is elősegítheti az önállóságot (pl. tanulási stílus felmérése, időbeosztás, tanulási terv készítése, pihenés fontossága, anyaggyűjtés módszerei, vizualizáció, vázlatkészítés, jegyzetelés, gondolattérkép/mindmap készítése) a témához illeszkedően.
Alkalmazza a tanultakat	A gyakorlatban alkalmazza az új ismereteket.	Játszunk az új játékkal. Figyeljük meg, hogy emlékszik-e a szabályokra, van-e kedve a játékot megismételni, kezdeményezi-e más alkalmakkal a játékot?	

D.2. MUNKAVÁLLALÁSSAL KAPCSOLATOS KÉSZSÉGEK

Felmérő lap - Munkaerő-piaci ismeretek és készségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.2. Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.1. Munkaerő-piaci ismeretek és készségek
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ⁴¹		
1.	Munkára orientált	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Tisztában van azzal, hogy miért fontos a munka	IGEN	NEM			
1.2.	Motivált a munkavállalásra	IGEN	NEM			
1.3.	Tudja, hogy milyen típusú munkát szeretne végezni	IGEN	NEM			
1.4.	Tisztában van azzal, hogy képességei milyen típusú munkavégzést tesznek lehetővé	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Munkát keres	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Tudja, milyen eszközökkel és hol lehet munkát keresni	IGEN	NEM			
2.2.	Álláshirdetést értelmez	IGEN	NEM			
2.3.	Kritikusan kezeli a megszerzett információkat	IGEN	NEM			
2.4.	Önéletrajzot ír	IGEN	NEM			
2.5.	Motivációs levelet ír	IGEN	NEM			
2.6.	Állás ügyben telefonál	IGEN	NEM			
2.7.	Állás ügyben személyesen érdeklődik	IGEN	NEM			
2.8.	Tudja, mi történik az állásinterjún	IGEN	NEM			

⁴¹ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

2.9	Megfelelően öltözik fel állásinterjúra	IGEN	NEM
2.10	Megfelelően viselkedik állásinterjún	IGEN	NEM
2.11	Kritikusan kezeli a megkapott, megszerzett információkat	IGEN	NEM
2.12	Tájékozott a munkaerő-piacon	IGEN	NEM
2.13	Ismeri a megváltozott munkaképesség fogalmát	IGEN	NEM
2.14	Tisztában van a munkaviszony létesítését közvetlenül megelőző lépésekkel	IGEN	NEM

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Munkahelyi szabályokat ismeri és betartja, feladataival és kötelességeivel tisztában van	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Érti a munkaszerződés szükségességét	IGEN	NEM			
3.2	Munkahelyi feladatait és kötelezettségeit ismeri és érti	IGEN	NEM			
3.3	Tudja, hogy ki a munkahelyi vezetője/felettese és kitől kaphat utasításokat, feladatokat	IGEN	NEM			
3.4	Jelzi a munkahelyi vezetőnek, ha nem tud dolgozni	IGEN	NEM			
3.5	Bérszámfejtési lapot a havibérről megért	IGEN	NEM			
3.6	Tudja, hogy mely viselkedések járnak azonnali elbocsátással	IGEN	NEM			
3.7	Beosztását értelmezni tudja	IGEN	NEM			
3.8	Ismeri és betartja a munkavédelmi szabályokat	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
4.	Munkahelyi kapcsolatait megfelelően működteti	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
4.1.	Kapcsolatot kezdeményez	IGEN	NEM			
4.2	Munkahelyi kommunikációja adekvát	IGEN	NEM			
4.3	Munkahelyi viselkedése adekvát	IGEN	NEM			
4.4	Feladatvégzés közben együttműködik másokkal	IGEN	NEM			
4.5	Felismeri, ha segítségre van szüksége	IGEN	NEM			
4.6	Segítséget kér a munkavégzéshez	IGEN	NEM			
4.7	Képes problémák, konfliktusok megoldására	IGEN	NEM			
4.8	Felismeri, ha másnak segítségre van szüksége	IGEN	NEM			
4.9	Másnak segítséget nyújt	IGEN	NEM			
4.10	Fogyatékoságáról, állapotáról megfelelően kommunikál	IGEN	NEM			

Megjegyzések

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkaerő-piaci ismeretek és készségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.2 Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.1. Munkaerő-piaci ismeretek és készségek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
1. Munkára orientált	Reális elképzelése van a munkavállalással kapcsolatban. Ha nincs munkája, szeretne dolgozni.	A munkavállalás legelső lépése az orientáció, a személy ismereteinek, elképzeléseinek és motivációjának feltárása a munkavállalással kapcsolatban. Beszélgetési helyzetben is fel tudjuk mérni a személy ismereteit, tudását saját munkavégzésével és képességeivel kapcsolatban.	Fontos, hogy intézményi keretek között is elkülönüljenek az otthoni élet, a munka és a szabadidő időszakai és tevékenységei. Pl. egy fejlesztési helyzet is munka, feladat a lakó számára és nem szabadidő. Lehetőség szerint a lakók minél több tevékenységbe vonódjanak be, mely a támogatott életvitelre való felkészülést segíti, illetve önállóságukat növeli (pl. saját szobának a rendben tartása, ételkészítés vagy étkezésekkel kapcsolatos teendők, kertgondozás). Ez a megfigyelést is lehetővé teszi, mivel számos, a munkavállaláshoz szükséges készség a házimunka és egyéb tevékenységek során is megfigyelhető.
Tisztában van azzal, hogy miért fontos a munka	Érti, hogy a munkavégzés alapvető célja a pénzkereset. Tudja, hogy a jövedelemszerzés mellett más szempontból is fontos a munkavégzés (pl. énkép, az idő strukturálása, kapcsolatok kialakítása).	Kérdezzük meg, hogy mit jelent számára a munka, milyen hatással van az ő életére (ha nincs munkatapasztalata, akkor általa ismert személyére).	A személy számára munkával kapcsolatos tapasztalatokat nyújthatunk munkahelyi látogatás, munkapróba keretében is.
Motivált a munkavállalásra	Lehetőségeihez mérten folyamatosan dolgozik. Ha nincs munkája, szeretne dolgozni.	Kérdezzük meg, hogy mi a motivációja a munkára. Ki szeretné, ha dolgozna: ő, esetleg a családja, vagy ismerőse? Belső vagy külső motivációi vannak? Mik ezek? Szükség esetén segítsük válaszadását példákkal: fizikai és egyéb szükségletei vannak, amiket ki kell elégítenie, pénzkereset, barátkozás, hasznos tevékenység végzése stb.	A munkaerő-piaci kompetenciák vizsgálatánál különösen fontos, hogy az ülésen a személy egyedül legyen, szülő, barát vagy más személy ne befolyásolja

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Tudja, hogy milyen típusú munkát szeretne végezni	Ismer különféle munkaköröket, tevékenységeket. Van elképzelése, hogy milyen munkát szeretne.	Kérjük meg, hogy soroljon fel ismert foglalkozásokat, csoportosítsa őket különböző (pl. fizikai-szellemi, álló-ülő munka, számítógépet kell – nem kell használni) szempontok szerint. Mondja el, ő milyen munkakörben képzelel el magát, ismeri-e ennek a munkakörnek a legfőbb jellemzőit, tevékenységeit, feladatait.	saját vágyával, akaratával. Ez a terület szoros összefüggésben van az önismerettel, ezért használjunk önismereti eszközöket, pl. munka térképet (Ld. még I. kötet <i>Módszertani útmutató</i> , MAPS/Térképek). A munkakörök ismeretét segítik színes, foglalkozásokat ábrázoló képek. A képeket kiegészíthetjük kinyomtatott, kivágott tulajdonság-kártyákkal. Az összepárosítás nemcsak arra jó, hogy láthatóvá tegyük, milyen foglalkozáshoz, munkakörhöz milyen tulajdonságok, kompetenciák elvártak, de arra is, hogy felismerje, saját képességei milyen munkavégzést tesznek lehetővé.
Tisztában van azzal, hogy képességei milyen típusú munkavégzést tesznek lehetővé	Reálisan látja saját képességeit, tisztában van erősségeivel és korlátaival, végzettségeiből fakadó ismereteivel és tudásával.	Kérjük meg, hogy listázza a munkavállalás szempontjából releváns tulajdonságait. Jelölje meg az erősségeit, gyengeségeit. Hasonlóképpen mondja el (írja le), milyen tulajdonságok és kompetenciák elvártak a korábban megjelölt, vágyott munkakörben. Hasonlítsa össze a két listát, mennyire illeszkednek egymáshoz.	Ha nem tud egyértelműen megjelölni munkakört, amiben szívesen dolgozna, vagy nincs tisztában saját érdeklődésével, használjunk munkaérdeklődési kérdőíveket (pl. 90 kérdéses foglalkozási-érdeklődési kérdőív). Vannak igen-nem válaszra épülő, vagy skálás (kicsit- nagyon- egyáltalán nem jellemző rám) kérdőívek, a leginkább megfelelőt alkalmazzuk.
2. Munkát keres	Ismeri és alkalmazza a munkakeresés eszközeit (pl. álláshirdetés keres, értelmez, jelentkezik).	Beszélgetéssel, illetve szituációs gyakorlatok során fel tudjuk mérni a személy munkakereséssel kapcsolatos készségeit, ismereteit.	A munkavállalással kapcsolatos készségek vizsgálatába és a munkakeresés folyamatába érdemes kompetens személyeket, szakembereket, közvetítő szervezeteket a személlyel egyetértésben bevonni.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Tudja, milyen eszközökkel és hol lehet munkát keresni	Ismeri az álláshirdetés fogalmát. Tudja, hogy hol lehet munkát keresni (pl. újság, internet). Tudja, hogy egy álláshirdetésre milyen módokon lehet jelentkezni (pl. telefon, e-mail).	Megkérjük, hogy mondja el, hogyan állna neki munkát keresni. Szükség szerint kérdésekkel segítsük, hogy egyértelműen kiderüljön, milyen fórumokat ismer. Kérdezzünk rá arra is, hogyan lehet jelentkezni egy hirdetésre.	Tájékoztassuk a személyt az álláskeresési lehetőségekről (pl. internet, újsághirdetés, munkaügyi központ, állásbörze). Ösztönözzük, hogy minél többféle forrásból tájékozódjon. Hívjuk fel a figyelmet a kapcsolati tőke fontosságára az álláskeresésben (pl. sok állást nem hirdetnek meg, mások ajánlása elősegítheti a munkavállalást).
Álláshirdetést értelmez	Elképzeléseinek és képességeinek megfelelő álláshirdetéseket választ ki.	Mutassunk állás hirdetéseket és beszéljünk arról, hogy a személy elképzeléseihez és kompetenciáihoz azok mennyire illeszkednek.	Beszélgessünk a munkavállalás alapvető fontosságú paramétereiről és általában a munkavégzés formáiról: Mit jelent, ha valaki teljes vagy részmunkaidőben dolgozik? Mit jelent ingázni, mennyi a reális utazással töltött idő az adott személynek? Mit jelentenek a változó és fix műszakok? Mit jelent a próbaidő? Mennyi egy-egy munkakörben a reális kereset? Milyen juttatások vannak? Mit jelent a szabadság, szabadnap? Lehetőség szerint kössük ezeket a személy tapasztalataihoz vagy általa ismert személyek helyzetéhez. Mutassunk állás hirdetéseket nyomtatott sajtóban, interneten. Mutassuk meg a szűrők használatát a weblapokon.
Kritikusan kezeli a megszerzett információkat	Tisztában van vele, hogy vannak valótlan, túlzó ígéretek, nem valós hirdetések.	Álláshirdetésekből gyakran bukkanhatunk túlzó vagy nem valós feltételekre: irreális elvárásokra vagy bérezésre. Ilyen hirdetések bemutatásával, vagy valós hirdetések közé rejtve feltérképezhetjük, hogy mennyire tudja reálisan felmérni egy hirdetés valóságtartalmát.	Beszélgessünk a különféle álláslehetőségekről, melyeknek mik lehetnek az előnyei, hátrányai a személy számára (pl. fizikai munka fárasztó lehet, a távoli munkahelyre utazás anyagilag és fizikailag is megterhelő, van-e fejlődési lehetőség az adott munkakörben vagy munkahelyen).

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Önéletrajzot ír	Tudja, hogy milyen adatok és fontos információk szerepelnek egy önéletrajzban. Önállóan elkészíti önéletrajzát papíron vagy számítógépen.	Kérjük meg, hogy készítsen önéletrajzot vagy mutassa meg az önéletrajzát, amit korábban készített. Arra is kitérhetünk, hogy egy-egy konkrét álláshirdetés kapcsán mit érdemes az életrajzban szerepeltetni.	Szükség esetén tanítsuk a lakónak az önéletrajz és a motivációs levél tartalmi elemeit. Hívjuk fel a figyelmet a helyesírás, stílus és külalak fontosságára. Gyűjtjük össze, hogy mely információkat érdemes magáról szerepeltetnie.
Motivációs levelet ír	Formailag és tartalmilag helyesen elkészít egy motivációs levelet, melyben leírja az adott munkakör iránti érdeklődését, kapcsolódását és erősségeit, melyek alkalmassá teszik a munkakör betöltésére.	Kérjük meg, hogy egy konkrét álláshirdetéshez kapcsolódóan készítsen motivációs levelet.	Önéletrajz és motivációs levél írásához adjunk mintát. Használjunk Europass típusú önéletrajzi sablont, ahol a baloldalon szereplő információknak megfelelően kell kitölteni a jobb oldali sorokat. Az elkészült önéletrajzot és motivációs levelet közösen nézzük át, ellenőrizzük, hogy a főbb adatok és információk benne vannak.
Állás ügyben telefonál	Az álláshirdetésben megadott telefonszámot felhívja, információ kér az állással kapcsolatban.	Szituációs gyakorlat: Megmutatunk egy álláshirdetést. Megkérjük, hogy játssza el velünk a telefonálást és érdeklődést. A felmérést végző személy lesz a munkahely képviselője, a lakó pedig az álláskereső személy. Megfigyelési szempontok: bemutatkozás, udvariasság, rákérdez-e fontos információkra, melyek nem voltak a leírásban, (pl. munkaidő, munkakezdés, műszakok, útiköltség támogatás, egyéb juttatások, próbaidő hossza, munkafeladatok), megjegyzi, feljegyzi-e a kapott információkat.	Gyűjtünk össze olyan kérdéseket, amiket állásinterjún, illetve előtte vagy utána kérdezhet a személy a munkáltatótól a munkakör és a munkaviszony főbb pontjaival kapcsolatban. Az érdeklődéshez, illetve álláshirdetésre való jelentkezésről összeállítunk folyamatábrát, leírást, vizuális emlékeztetőt.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Állás ügyben személyesen érdeklődik	Önállóan képes felkeresni egy állást hirdető helyet, és érdeklődik az állással kapcsolatban.	Megkérjük, hogy mondja el, hogyan készülne egy álláshirdetéssel kapcsolatban a személyes érdeklődésre. (PL: helyszínt ismeri-e vagy utána kell néznie, visz-e magával önéletrajzot, tudja-e kit kell majd keresnie.) Szituációs gyakorlat: A felmérést végző személy fogadja a munkahely képviselőjében a lakót. Megfigyelési szempontok: bemutatkozás, udvariasság, milyen információkra kérdez rá, megjegyzi-e a kapott információkat.	
Tudja, mi történik az állásinterjún	Ismeri az állásinterjú fogalmát. Tudja, kik a szereplői az állásinterjúnak, tudja, hogy előzetes megbeszélés után kerül rá sor, és tudja, hogy miről szól a beszélgetés, általában mit mondanak el, mit kérdeznek, ő mit kérdezne.	Megkérjük, mondja el, mit tud az állásinterjúról, vett-e már részt interjún, hogyan zajlott. Szituációs gyakorlat: Egy álláshirdetés kapcsán játsszuk el az állásinterjút. Megfigyelési szempontok: bemutatkozás, udvariasság, milyen információkat mond el magáról, milyen információkra kérdez rá, megjegyzi-e a kapott információkat.	Szituációs gyakorlatok segítségével gyakoroljuk az állásinterjú helyzeteket, külön-külön hangsúlyt helyezve a külső megjelenésre, az általános udvariassági formákra, és a gyakori állásinterjú kérdésekre. Állásinterjú gyakorlására idővel vonjunk be olyan kollégákat, akik nincsenek közvetlen, bizalmi kapcsolatban a személlyel. Ők lesznek az interjúztatók. Ezzel növelhetjük a szituáció „súlyát”. Ha más lakókat vonunk be a gyakorlásba, szerepcserével minden
Megfelelően öltözik fel állásinterjúra	Tudja, hogy illik megjelenni egy állásinterjún, mely magában foglalja a tiszta, ápoltság megjelenést, illetve a megfelelő öltözéket.	Megkérjük, hogy mondja el, vagy mutassa meg, hogy mit venne fel állásinterjúra.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Megfelelően viselkedik állásinterjún	Tudja, hogyan illik és hogyan szükséges viselkedni, kommunikálni egy interjún. Vannak kész válaszai a legfontosabb, gyakori kérdésekre.	Szituációs gyakorlat során figyelhetjük meg.	<p>résztevő fejlődhet.</p> <p>Írjuk le, vagy más módon rögzítsük az interjún elhangozható gyakori kérdéseket (pl. Mutakozzon be néhány mondatban? Mik az erősségei? Mik a gyengeségei? Mondjon egy esetet, amikor problémamegoldó képességeit sikeresen használta! Mondjon egy példát arra, amikor csapatban dolgozott! Mi volt a legnagyobb sikere, amit egyedül, önállóan ért el?) Adjunk időt a személynek, hogy a válaszokat át tudja gondolni nyugodt környezetben. Megfogalmazhatja írásban és maga is gyakorolhatja ezeket a szabadidejében.</p> <p>A megfelelő öltözetet közösen is kiválaszthatjuk és tárolhatja külön a személy a szekrényében.</p>
Tájékozott a munkaerő-piacon	Tisztában van vele, hogy milyen típusú munkáért hozzávetőlegesen milyen bér várható. Alapvető fogalmakat ismer, pl. minimálbér, közmunka. Tisztában van a település mérete, elhelyezkedése és a munkalehetőségek összefüggéseivel.	<p>Kérdezzük a személyt az adott településen és környékén fellelhető és az ő munkavállalói profiljához illeszkedő munkakörökről.</p> <p>Mondja el, hogy milyen elvárásai vannak a leendő munkakörrel, fizetéssel kapcsolatban.</p>	<p>Ismertessük meg az alapvető foglalkoztatással kapcsolatos fogalmakkal: megváltozott munkaképesség (mmk státusz), rehabilitációs hatóság, komplex minősítés, munkaviszony, közalkalmazotti jogviszony, közmunka, határozott, határozatlan idejű munkaszerződés; minimálbér, bérminimum, cafetéria, egyéb juttatások stb.</p>
Ismeri a megváltozott munkaképesség fogalmát	Tisztában van a megváltozott munkaképesség fogalmával, a státusz megszerzésének folyamatával, a munkaerő-piaci vonatkozásaival (pl. munkáltatói kedvezmények).	<p>Kérdezzük meg, hogy van-e komplex minősítése vagy szakvéleménye, tudja-e, mit jelent megváltozott munkaképességűnek lenni. Kérdezzük meg, ismeri-e a védett (akkreditált) foglalkoztatók és a nyílt munkaerőpiac közötti különbséget, ismeri-e a munkáltatók rehabilitációs hozzájárulás fizetési kötelezettségét.</p>	<p>Ismertessük meg a személyt az internetes bérkalkulátorok használatával.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Tisztában van a munkaviszony létesítését közvetlenül megelőző lépésekkel	Tudja, hogy sikeres interjú esetén a munkaviszony létesítéséhez milyen dokumentumokat kell benyújtania a munkáltatónak, hogy a munkába lépést üzemorvosi alkalmassági vizsgálat előzheti meg és esetenként erkölcsi bizonyítvány bemutatását kérhetik.	Kérdezzük meg, volt-e valaha munkaviszonya, emlékszik-e, mit kellett tennie belépés előtt. Tudja-e, hova kell mennie alkalmassági vizsgálatra, hogyan kérheti erkölcsi bizonyítványát?	Adjunk információkat a személynek a munkaviszony létesítésével kapcsolatban, ha még nincs munkatapasztalata. Elhelyezkedés során a szükséges, hogy támogatást nyújtsunk az ügyintézésben.
3. A munkahelyi szabályokat ismeri és betartja	Tisztában van a munkaszerződése tartalmával, munkakörével és feladataival. A munkahelyi viszonyokat ismeri. A munkavégzésre vonatkozó szabályokat betartja.	Fontos, hogy a személy tisztában legyen a legfontosabb szabályokkal, eljárásrendekkel, feladataival és felelősségi körével. Ezt munkahelyi környezetben való megfigyeléssel, illetve beszélgetéssel mérhetjük fel. Lehetőleg használjuk a személy saját dokumentumait a beszélgetés során (pl. saját munkaszerződése, kereseti kimutatása stb.)	A dolgozó személyek számára a következő területek felmérése elősegítheti a munkahely megtartását és a munkahelyi sikerességet, előrelépést. A személyes beavatkozásnak a munkaviszony létesítésének kezdetén, a betanulás alatt lehet kiemelt szerepe, főleg első munkaviszony esetében. A későbbiekben a nyomon követés, utókövetés a személy igényeitől is függ. A munkahelyi, közvetlen beavatkozásokhoz elengedhetetlen, hogy a személy ezt kérje és a munkáltató lehetővé tegye a támogató jelenlétét. Ha erre nincs mód, teremtsük meg a lehetőségét annak, hogy a személy a munkahelyi élményeiről, nehézségeiről és elakadásairól időről-időre beszámolhasson (pl. egyéni mentorálás, munkavállalói klub).

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Érti a munkaszerződés szükségességét	Érti, hogy mi a funkciója a munkaszerződésnek. Tudja, hogy mik a legfontosabb tartalmi elemei egy munkaszerződésnek. Ismer olyan alapfogalmakat, mint pl. munkaidő, szabadság, felmondás. Tudja, hogy a munkaszerződést neki és a munkáltatónak is be kell tartania.	<p>Kérjük meg, hogy mutassa be a munkaszerződése legfontosabb tartalmi elemeit (pl. munkakör, munkaidő, munkavégzés helye, bérezés).</p> <p>Közösen is értelmezhetjük az egyes információkat.</p> <p>Kérdezzük meg, hogy van-e valami, amit nem ért.</p> <p>Ha van korábbi munkatapasztalata, beszéljen arról.</p> <p>Ha nincs munkatapasztalata, beszélgessünk általánosan a témáról vagy kérjük meg mintaszerződés értelmezésére.</p>	Érdemes a munkaszerződésben foglaltakról a jogok és kötelezettségek összefüggésében beszélgetni (pl. munkavállaló joga a szabadsághoz, a felmondáshoz, kötelezettsége a munkaidő betartására, a feladatok elvégzésére, utasítások követésére vonatkozóan; hasonlóképpen a munkáltatónál pl. jog az azonnali elbocsátáshoz, kötelezettség a bér kifizetésére).
Munkahelyi feladatait és kötelezettségeit ismeri és érti	Tudja, hogy miért tartozik felelősséggel munkája során, pontosan mi a feladata.	<p>Kérjük meg, hogy mondja el, hogyan épül fel egy munkanapja: mit csinál, amikor megérkezik, mivel kezd a napot, automatikusan tudja, mi az adott napon a feladata, vagy eligazítást kell kérnie. Mik a napi, heti, havi rendszerességű feladatai?</p> <p>Ha van korábbi tapasztalata, beszéljen arról.</p> <p>Ha nincs munkatapasztalata, beszélgessünk arról, hogy az őt érdeklő munkakörben szerinté mik lennének a feladatai.</p>	<p>Készítsünk munkahelyi kisokost a legfontosabb információkkal: napi, heti, havi rendszerességű feladatok; felettes, közvetlen kollégák elérhetőségei, HR osztály elérhetősége; munkaidő kezdete és vége; munkahelyre utazás tömegközlekedési eszközei, a releváns megállók nevei, érkezések és indulások; betegszabadságok, szabadságok követése stb.</p> <p>Ismertessük meg a személyt a munkahelyi dokumentumokkal (pl. jelenléti ív), adminisztrációs</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Tudja, hogy ki a munkahelyi vezetője/felettese és kitől kaphat utasításokat, feladatokat	Megnevezi a feletteseit. Tudja, hogy az ő feladatuk a munka szervezése, a feladatok kiosztása és ellenőrzése.	Kérdezzük meg a közvetlen és közvetett felettesei teljes nevét. Tudja-e ezeknek a személyeknek a munkahelyi telefonszámát, e-mail címét? Tudja-e, hogy mi a felettesek feladata, jogköre, beosztása? Ha van korábbi tapasztalata, beszéljen arról. Ha nincs munkatapasztalata, beszéljünk a témáról általánosságban vagy az őt érdeklő munkakör kapcsán.	kötelezettségekkel (pl. táppénz). Ezekről is készíthetünk emlékeztetőt.
Jelzi a munkahelyi vezetőnek, ha nem tud dolgozni	Megfelelő formában és módon jelzi, amennyiben pl. beteg és nem tud dolgozni menni.	Szituációs gyakorlatként játszunk el, hogy beteg, ezért nem tud bemenni dolgozni: Mit tesz? Kit hív fel, felettesét, esetleg a HR osztályt? Mit mond? Tudja-e, hogy ilyen helyzetben mik a következő lépések (pl. háziorvos, táppénz)?	Nyújtunk információt arról, hogy mely helyzetekben maradhat távol a munkahelytől (pl. betegség, baleset, haláleset a környezetében). Szituációs gyakorlatok segítségével gyakorolhatjuk ennek jelzését.
Bérszámfejtési lapot megért	Tisztában van a munkabér jelentésével, a bruttó-nettó munkabér fogalmával. Tudja, hogy mennyi a jövedelme havonta.	Kérjük meg, hogy saját bérszámfejtési lapját értelmezze: mennyi a nettó keresete, milyen járulékok kerülnek levonásra a bruttó keresetből. Tudja-e, hogy mikor kell legkésőbb a havi bérét, és az erről szóló kimutatást megkapnia? Ha van korábbi tapasztalata, beszéljen arról. Ha nincs munkatapasztalata, beszéljünk a témáról általánosságban vagy kérjük meg, hogy értelmezzen egy mintadokumentumot.	Beszéljünk a munkabér elemeiről, a nettó-bruttó bérről, az egyes járulékokról (személyi jövedelemadó, nyugdíjjárulék, egészségbiztosítási és munkaerő-piaci járulék) a saját bérkimutatása mentén.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>Tudja, hogy mely viselkedések járnak azonnali elbocsátással</p>	<p>Megnevez olyan eseteket, helyzeteket, amelyek azonnal elbocsátással járnak.</p>	<p>Kérdezzük meg, tudja-e, milyen magatartás vonhatja maga után az azonnali hatályú elbocsátást.</p> <p>Szükség esetén példákkal segíthetjük: lopás, agresszív viselkedés, nem igazolt hiányzás, alkohol vagy más tudatmódosító szerek használata vagy hatása alatti munkavégzés.</p> <p>Mit jelent a munkaviszonyból származó kötelezettségszegés? Mit jelent a szándékos, vagy súlyos gondatlan magatartás? Mit jelent az indoklási kötelezettség?</p>	<p>Ha van a munkaszerződésnek erre vonatkozó része, illetve rendelkezésre áll külön szabályzat, győződjünk meg róla, hogy a személy ismeri és érti a rendelkezéseket.</p> <p>Szituációs gyakorlatok, filmek segíthetik a megértést, illetve a nem kívánt viselkedés elkerülését.</p>
<p>Beosztását értelmezi</p>	<p>Beosztásával tisztában van. Tudja, hogy hol helyezkedik el szervezeti hierarchiában, ez hogyan befolyásolja feladatait és felelősségi körét.</p>	<p>Kérjük meg, hogy mondja el, kikkel dolgozik napi szinten, ezek az emberek egymáshoz és a személyhez képest hogyan helyezkednek az adott szervezetben. Kik azok a személyek, akikkel közvetetten érintkeznek, ők hogyan kapcsolódnak munkájához, a szűk értelemben vett szervezeti egységhez? Hol helyezkedik el szervezeti egysége a szervezeti hierarchiában?</p> <p>Ha van korábbi tapasztalata, beszéljen arról.</p> <p>Ha nincs munkatapasztalata, beszéljünk a témáról általánosságban vagy az őt érdeklő munkakörrel kapcsolatos elképzeléseiről.</p>	<p>Ha rendelkezésre áll a szervezet organogramja, ezt közösen értelmezzük.</p> <p>A szervezeti hierarchiát piramis formájában, rajzos ábrán szemléltethetjük, vizuálisan feljebb helyezve azokat a személyeket, akik utasítást adhatnak a személyeknek.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Ismeri és betartja a munkavédelmi szabályokat	Általánosan tisztában van az alapvető balesetvédelmi szabályokkal (pl. mi a teendő tűz esetén). Ha vannak speciális munkavédelmi, balesetvédelmi előírások a munkahelyen, azokat ismeri és betartja.	Kérjük meg, hogy olvassa el a szerződése munkavédelmi mellékletét. Mondja el, milyen előírások vonatkoznak rá (pl. munkaruha viselése). Kérdezzük meg, részt vett-e tűzvédelmi oktatáson, mire emlékszik belőle? Tudja-e, hogy munkahelyi baleset esetén mit kell tennie, illetve kit kell értesítenie? Ha nincs munkatapasztalata, beszéljünk a témáról általánosságban, használhatjuk az intézmény dokumentumait is.	A munkáltató kötelessége a munkavédelmi oktatás biztosítása. Győződjünk meg róla, hogy a személy részt vett az oktatáson és megértette annak tartalmát. Általános ismeretek szituációs gyakorlatokon keresztül is átadhatunk, megerősíthetünk, hiszen a balesetek elkerülése és kezelése a támogatott lakhatásban kulcskérdés. Intézményi keretek között készülhet kockázatkezelési terv is a balesetek elkerülése érdekében.
4. Munkahelyi kapcsolatait megfelelően működteti	Képes munkatársaival kapcsolatot teremteni és fenntartani. Kommunikációja és viselkedése adekvát, képes együttműködésre és segítségnyújtásra.	Természetes élethelyzetben is megfigyelhetjük, hogy a személy hogyan kommunikál, viselkedik társaival vagy az intézmény munkatársaival. Érdeemes munkavégzés közben (is) megfigyelni: hogyan alakít ki kapcsolatokat, hogyan lép interakcióba munkatársaival, kér-e segítséget munkájához és nyújt-e segítséget másoknak, ha szükséges.	A sikeres munkahelyi beilleszkedés és a munkahely hosszú távú megtartásának kulcskérdése a munkahelyi kapcsolatok megfelelő működtetése. További információval szolgálhat számunkra a kommunikációs és szociális kompetenciák felmérése, ezek eredményét is vegyük figyelembe a felkészítés és a foglalkoztatás tervezése során.
Kapcsolatot kezdeményez	Interakciót, beszélgetést kezdeményez munkatársaival.	Munkavégzés közben, vagy olyan szituációban vizsgálhatjuk, mikor korábban nem ismert személyekkel kerül várhatóan rendszeres, tartós kapcsolatba (pl. új lakó, szobatárs).	A munkahelyi kapcsolatok szemléltetésére használhatjuk a Kapcsolati körök eszközét (Ld. még I. kötet Módszertani útmutató). A közvetlen kollégák a belső körbe, a személy

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Munkahelyi kommunikációja adekvát	Munkatársaival a megfelelő módon kommunikál. Tudja, kit hogyan kell megszólítani, udvariassági formulákat a helyzetnek megfelelően használ, képes hatékony munkahelyi kommunikációra.	Csoportos tevékenység során figyeljük meg a személy kommunikációját, pl.: Tudja, hogy kit hogyan szólíthat meg? Képes a helyzetnek megfelelő kommunikációs stílust választani? Ismeri a tegezés és magázás módját, alkalmazza? Kérdezzük meg, hogy számára mi az elfogadható és megfelelő kommunikáció. Hogyan szólítsák? Hogyan kérjenek tőle, vagy hogyan adjanak számára utasítást?	munkájához közvetetten kapcsolódó személyek kívülre kerüljenek. A munkahelyen jó, ha van egy belső mentor, vagy egy közvetlen kolléga, aki fogadja a személy kérdéseit és segíti a problémák megoldásában. Tudatosítsuk, hogy segítséget kérni lehet és kell is elakadáskor. Ha előfordulnak rendszeres viselkedési, indulatkezelési problémák a személynél, érdemes kockázatkezelési tervet készíteni, illetve munkahelyi cselekvési tervet kidolgozni: mit kell tennie ilyen helyzetben (pl. időt kérni, elvonulni egy biztonságos helyre), kit kell értesítenie (pl. közvetlen kollégát, felettest, telefonon egy bizalmi személyt). Érdemes felkészíteni a személyt, hogy milyen kérdések érhetik, illetve mit válaszoljon olyan kérdésekre, amelyek az állapotára vonatkoznak, pl.: Neked mi a bajod? Mit jelent az, hogy fogyatékos? Miért viselkedsz ilyen furcsán? Milyen gyógyszert szedsz?
Munkahelyi viselkedése adekvát	Munkatársaival a megfelelő módon viselkedik. Ismeri és betartja a társas viselkedés szabályait. Tudja, hogy mit illik és mit nem illik csinálni egy munkahelyen. Érzelmeit, indulatait kontrollálja.	Csoportos tevékenység során figyeljük meg a személy viselkedését. Kérdezzük meg, hogy mi az, ami megnyugtatja, illetve milyen események válhatnak ki nem megszokott vagy nem elfogadható reakciót a személyből. Különösen fontos ez olyan személy esetén, akinek vannak viselkedési problémái.	Segítsük a kész válaszok megfogalmazásában. Pl. Vannak dolgok, amikben lassabb/kevésbé ügyes/más vagyok, mint a többiek. Van egy betegségem, ami nehezíti a mozgásom/ a látásom/a kommunikációm. Használjuk a Kapcsolati körök (Ld. még I. kötet Módszertani útmutató) eszközét arra, hogy kinek kell, kinek lehet, és kinek nem kell a betegségről,
Feladatvégzés közben együttműködik másokkal	Képes figyelni másokra, alkalmazkodni mások munkatempójához. Ha szükséges, várakozik.	Figyeljük meg csoportos feladat/munkavégzés során: csak a saját feladatára figyel? Látja a munka egészét, az egész-rész viszonyát? Tudja, hogy kinek mi a szerepe a folyamatban?	
Felismeri, ha segítségre van szüksége	Felismeri a probléma- vagy konfliktushelyzetet, ha elakad egy feladatban.	Természetes élethelyzetben is megfigyelhetjük vagy kérdezzük meg, hogy előfordult-e már ilyen eset. Kérdezzük meg, mit tenne, ha a feladatban elakad? Ennek milyen jelei vannak (pl. nem tud továbbhaladni a feladattal, leáll, leblokkol, túl sokáig tart egy feladat megoldása)?	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Segítséget kér	Megfelelő módon, a megfelelő személytől kér segítséget a probléma, konfliktus vagy elakadás megoldásához, ha ez szükséges.	Természetes élethelyzetben is megfigyelhetjük, illetve kérdezzük meg, milyen esetben kitől kérne segítséget: felettestől, kollégától?	fogyatékoságáról beszélnie.
Képes problémák, konfliktusok megoldására	Reagál a problémákra, konfliktusokra és keresi a megoldást. Ha szükséges, segítséget kér.	Természetes élethelyzetben is megfigyelhetjük, illetve kérdezzük meg, milyen problémái, konfliktusai voltak már, ezeket hogyan oldotta meg?	
Felismeri, ha másnak segítségre van szüksége	Felismeri, ha valamely munkatársa segítséget igényel.	Természetes élethelyzetben is megfigyelhetjük, vagy kérdezzünk rá: előfordult-e ilyen eset? Hogyan viselkedett? Milyen jelei vannak, ha valaki a feladatában elakad?	
Másnak segítséget nyújt	Segítséget nyújt munkatársának, akkor is, ha ez nem munkaköri kötelessége.	Figyeljük meg, vagy kérdezzünk rá: Minden esetben segítséget nyújt? Soha nem nyújt segítséget? Kérésre reagál, vagy figyel a munkatársaira és érzékeli az elakadásukat? Mérlegeli saját feladatait, tudását, képességét, a szükséges időt a segítségnyújtás előtt?	
Fogyatékoságáról, állapotáról megfelelően kommunikál	Tudja, mikor, kinek és hogyan beszéljen a betegségéről, fogyatékoságáról. Tisztában van vele, hogy mi az, amit célszerű feltárni felettese, munkatársai előtt. Vannak válaszai, ötletei arra a helyzetre, ha ezzel kapcsolatban kérdéseket tesznek fel neki.	Kérdezzük meg, hogy főnöke, munkatársai mit tudnak fogyatékoságáról, állapotáról? Szembesült-e már ezzel kapcsolatos kérdésekkel? Mit kérdeztek tőle? Mit válaszolt? Hogyan érezte magát az adott szituációban, megfelelően oldotta-e meg a helyzetet?	

Felmérő lap - Munkakészségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus készségek	D.2. Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.2. Munkakészségek
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ⁴²		
1.	Általános munkakészségekkel rendelkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Nagymozgások koordinációja megfelelő	IGEN	NEM			
1.2.	Finommozgás koordinációja megfelelő	IGEN	NEM			
1.3.	Látásélessége megfelelő	IGEN	NEM			
1.4.	Hallásélessége megfelelő	IGEN	NEM			
1.5.	Tárgyakat képpel egyeztet	IGEN	NEM			
1.6.	Vizuális memóriája megfelelő	IGEN	NEM			
1.7.	Tárgyakat megkülönböztet és osztályoz	IGEN	NEM			
1.8.	Téri tájékozódása megfelelő	IGEN	NEM			
1.9.	Monotóniatűrése megfelelő	IGEN	NEM			
1.10.	Teherbíró képessége megfelelő	IGEN	NEM			

⁴² Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Fizikai munkával kapcsolatos munkakészségekkel rendelkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Könnyű fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			
2.2.	Nehéz fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			
2.3.	Szakképzettséget igénylő fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
3.	Szellemi munkával kapcsolatos munkakészségekkel rendelkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
3.1.	Adminisztratív, irodai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			
3.2.	Kommunikációra épülő munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			
3.3.	Szakképzettséget igénylő szellemi munkához szükséges készségekkel rendelkezik	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkakészségek

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.2 Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.2. Munkakészségek

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
1. Általános munkakészségekkel rendelkezik	Rendelkezik a munkavégzéshez szükséges általános fizikai, koordinációs, érzékszervi és kognitív kompetenciákkal. Fogyatékoságából vagy betegségéből fakadó állapotát és segédeszköz szükségleteit vegyük figyelembe.	Számos itt felsorolt készség és képesség természetes élethelyzetben is megfigyelhető. Sok személy segédeszközzel képes számos munkahelyi feladatot elvégezni, illetve munkakörét teljes értékűen betölteni. Érdemes a tervezett konkrét munkakör(ökkel) összevetve vizsgálni a személyt, illetve a segédeszköz használatot.	Számos módszer, célcsoportspecifikus eszközök is rendelkezésre állnak a munkaképesség felmérésére. Szükség esetén alkalmazzuk ezeket, illetve keressünk munkaképesség felmérő szakembert, foglalkozási rehabilitációs szolgáltatást nyújtó szervezetet. ⁴³ Érdemes a tervezett konkrét munkakör(ökkel) összevetve vizsgálni a személy készségeit és képességeit, illetve a segédeszköz használatot.
Nagymozgások koordinációja megfelelő	Képes a szükséges helyváltoztató és nagymozgások (alsó végtagokkal végrehajtott mozgás) pontos kivitelezésére a munkavégzés során. Nincs munkavégzést akadályozó mozgási problémája, vagy az segédeszközzel megfelelően korrigálható.	Figyeljük meg a személyt természetes élethelyzetben, pl. takarítás, udvar söprése vagy tárgyak, dobozok pakolása közben. Ha erre nincs lehetőség, kérjük meg, hogy söpörjön vagy mosson fel egy területet. Kerekesszékekben ülő személy esetén pl. polcok letörölgetése lehet a feladat. Támbotot vagy csak egyik karját használó személy esetében egy kézzel végezhető feladatot adjunk, de megfigyelhető pl. öltözködés közben is.	Irányítsuk a személyt fejlesztő szakemberhez, szakorvoshoz, ha azt látjuk, hogy képességeihez képest a mindennapokban vagy feladathelyzetben alulteljesít, vagy segédeszköz használatával (pl. szemüveg) teljesítménye jobb lenne.

⁴³ <https://szgyf.gov.hu/hu/foglalkozasi-rehabilitacios-informaciok/foglalkozasi-rehabilitacios-szolgaltatast-nyujto-szervezetek>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
		Látássérült személyek esetén is megfigyelhető.	
Finommozgás koordinációja megfelelő	Képes a felső végtagok által kivitelezett finommozgások pontos kivitelezésére. Szem-kéz koordinációja megfelelő. Nincs munkavégzést akadályozó mozgási problémája, vagy az segédeszközzel megfelelően korrigálható.	Figyeljük meg természetes élethelyzetben a személyt, pl. apróbb tárgyak pakolása, távirányító használata, esetleg körömvágás közben. Ha erre nincs lehetőség, kérjük meg, hogy válogasson szét egy dobozba összeöntött több apró tárgyat (pl. gombok, gémkapcsok, pénzérmék). Ezzel a feladattal a tárgyak felismerése és csoportosítása is felmérhető. Látássérült személyek esetén is megfigyelhető.	
Látásélessége megfelelő	Képes tárgyak lokalizálására, színek felismerésére, távolra jól lát. Nincs munkavégzést akadályozó látási problémája, vagy az segédeszközzel megfelelően korrigálható.	Helyezzünk egy bizonyos távolságba tárgyakat, illetve egy olyan dokumentumot, plakátot, amelyen különböző nagysággal, vastagsággal írt szöveg van írva, különböző színű betűkkel vagy ábrákkal. Kérjük meg, hogy olvassa el, azonosítsa, amit lát. Látássérült személyek esetén az állapot függvényében figyelhető meg. Gyengén- és aliglátó személyeknél elsősorban a segédeszköz használata, illetve a látás közelsége, távolsága figyelhető meg.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Hallásélessége megfelelő	Képes hangok erősségének észlelésére, zajos környezetben a szükséges információ kiszűrésére, hangok megkülönböztetésére, hang lokalizálására. Nincs munkavégzést akadályozó hallási problémája, vagy az segédeszközzel megfelelően korrigálható.	TV vagy rádió hangerősségének változtatásával, de még inkább természetes közegben figyelhető meg, pl. egy munkahelybejáráson, vagy gyárlátogatáson, ahol a folyamatos gépi zaj mellett a beszédet ki kell szűrni. Hallássérült személyeknél az állapot függvényében figyelhető meg. Nagyothallóknál a segédeszköz használat fontos lehet.	
Tárgyakat képpel egyeztet	Tárgyakat kép (fotó vagy rajz) alapján felismer. Vak személyek esetében nem releváns.	Kérjük meg, hogy öt kisebb, asztalra helyezhető tárgyat párosítson össze a róluk készült képet (fotó vagy rajz.) Pl. pohár, sál, ceruza, könyv, cserepes virág.	Fontos a szimbólumértés képessége és fejlesztése.
Vizuális memóriája megfelelő	Vizuális felfogóképessége megfelelő. Rövid időn belül képes 6-8 tárgyat észlelni és megjegyezni. Bizonyos részletekre, a tárgyak anyagára, esetleg színére is emlékszik.	Képeket használjunk a felméréshez, fokozatosan növelve a képeken látható tárgyak számát maximum 10-ig. A személynek 10 másodperce van egy-egy kép megtekintésére. Utána mondja el, hogy mit látott, milyen részletekre emlékszik. Látássérült személyek esetén tapintással megfigyelhető.	Saját készítésű képekkel, tárgyakkal, memóriajátékkal vagy feladathelyzetekben fejleszhető

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Tárgyakat megkülönböztet és osztályoz	Tárgyakat pl. színük, formájuk, méretük alapján képes szétválogatni és csoportba rendezni.	<p>Kérjük meg, hogy válogasson szét egy dobozba összeöntött több apró tárgyat (pl. gombok, gémkapcsok, pénzérmék). Ezzel a feladattal a finommotorika is felmérhető.</p> <p>Figyeljük meg, hogy képes-e a személy különböző alakú, formájú és színű tárgyakat is megkülönböztetni, osztályozni.</p> <p>Látássérült személyek esetén a tapintással történő megkülönböztetés és csoportosítás megfigyelhető.</p>	Saját készítésű képekkel, tárgyakkal, logikai készlettel vagy feladathelyzetekben (pl. válogassa szét az evőeszközöket mosogatás után) fejleszthető.
Téri tájékozódása megfelelő	Képes önmaga és a környezetében található tárgyak helyzetének meghatározására és elhelyezésére. A munkahelyen képes tájékozódni	<p>Adjunk a személynek különböző tárgyakat különböző szóbeli utasításokkal: helyezze a tárgyat magától jobbra-balra, előre-hátra, a tárgyakat egymás képest alulra-felülre stb.</p> <p>Hallássérült személyeknél az állapot függvényében figyelhető meg, esetleg írásbeli utasításokkal vagy ábra segítségével (helyezze el a tárgyakat a képnek megfelelően).</p> <p>Látássérült személyek esetén könnyebben vizsgálható, ha vannak viszonyítási pontok (pl. helyezze a tárgyat egy kosárba, a kosarat az asztalra stb.)</p>	Adjunk elegendő időt a személynek, hogy a munkahelyet megismerje, és ott tájékozódni tudjon, különösen fontos ez látássérült személyek esetében. Minden esetben szükséges pontosan felmérni a munkahely akadálymentességét vagy annak lehetőségeit

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Monotóniatűrése megfelelő	<p>Képes olyan munkát végezni, mely huzamosabb időn át egyszerű és ismétlődő feladatokból áll, ugyanazokat a mozdulatokat igényli, (pl. gyártósor melletti munka). Magában foglalhatja az izomerőt, állóképességet és a mentális terhelhetőséget is.</p>	<p>Megfigyelhető természetes élethelyzetben, pl. házimunkák végzésénél.</p> <p>Megfigyelhető egyszerű feladatok során is, pl. gombválogatás, tömőanyag tépése megadott időkeretben. Jól látható óra elhelyezésével vagy az idő múlásának jelzésével tudja követni, mennyi van még hátra a feladtból/munkaidőből (bizonyos esetekben éppen ellenkezőleg, frusztráló lehet az óra).</p> <p>A munka típusától függően is mérhető konkrét feladathelyzetben.</p>	<p>A monotóniatűrést különféle tesztekkel is mérhetjük, a legelterjedtebb a Pieron teszt (interneten is elérhető).</p> <p>Az értelmi fogyatékos személyekre jellemző, hogy nagyobb a monotóniatűrésük, mint nem fogyatékos társaiké. Ugyanakkor fontos, hogy számukra is megfelelően változatos munkahelyi környezetet és feladatokat biztosítsunk.</p> <p>A figyelem és monotóniatűrés fejleszthető multimédiás készségfejlesztő programok, játékok segítségével.</p> <p>Az adott tevékenység iránti érdeklődés, elköteleződés segíti a monotóniatűrést, ezért fontos, hogy a munkakör megfeleljen a személy elképzeléseinek, motivált legyen a munkavégzésre.</p> <p>Az eredmények, sikeres feladatvégzés segíthet fenntartani a motivációt.</p>
Teherbíró képessége megfelelő	<p>Fizikai állóképessége, edzettsége az adott munkához megfelelő, nem fárad el idő előtt. Képes egy feladatra koncentrálni olyan környezetben is, amely számos elterelő (fény, hang, szag stb.) ingereket tartalmaz, ezek nem vonják el tartósan figyelmét, ha rövidebb ideig mégis, akkor is visszatér a feladathoz.</p>	<p>Megfigyelhető természetes élethelyzetben, pl. házimunkák végzésénél.</p> <p>Munka típusától függően is mérhető. Munkavállalást, elhelyezkedést megelőzően, amennyiben erre van mód, érdemes próbanapon vagy az interjú keretében a teherbírást tesztelni.</p>	<p>Javasoljunk első körben a részmunkaidőben (4 vagy 6 óra) történő munkavégzést, vagy a teherbíráshoz igazodó munkakör kiválasztását.</p> <p>A fizikai és szellemi teherbíró képesség fejlesztését egyaránt elősegíti a rendszeres testmozgás, a különféle sportok gyakorlása.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
2. Fizikai munkával kapcsolatos munkakészségekkel rendelkezik	Helyváltoztató mozgást és fizikai megterhelést kívánó munkára képes, betanítható. Fizikai munkához szükséges szakképzettséggel rendelkezi, vagy képes szakképzettséget szerezni.	<p>A fizikai munkához szükséges készségek nagyon különbözőek, a munkakörtől is függnnek.</p> <p>A feladathelyzeteket különféleképpen variálhatjuk. Vannak készségek, amelyeket természetes élethelyzetben is meg tudunk figyelni pl. házimunka végzése közben. Más készségek vizsgálatánál célzottan készülünk fel egy adott feladattal és a hozzá tartozó eszközökkel. Elképzelhető, hogy bizonyos feladathelyzeteket nem, vagy csak külön szervezéssel tudunk megteremteni, mert azokhoz speciális eszközökre, helyszínre van szükség.</p>	<p>A fizikai munkához szükséges készségek nagyon különbözőek, a munkakörtől is függnnek:</p> <ul style="list-style-type: none"> - könnyű vagy nehéz fizikai munka; - ülő vagy álló munka; - betanított vagy szakképesítést igénylő munka. <p>Érdemes a konkrét munkakör kiválasztásához szakembert, tapasztalattal rendelkező személy segítségét igénybe venni.</p> <p>Saját helyszínen a felméréshez és a fejlesztéshez biztosítsuk a feladatok tárgyi eszközeit.</p>
Könnyű fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez. Finommotorikája megfelelő. Betanítható könnyű fizikai munka feladataira (pl. csomagolás, borítékolás, konyhai kisegítő munka).	Feladathelyzet lehet: borítékolás, pecsételés, kézbesítés esetleg önálló közlekedéssel.	<p>Munkahelyi környezetben is biztosítsunk védett közeget: munkahelyi látogatást, munkapróbát, próbanapot.</p> <p>A fejlesztés során fontos szempont a segédeszközhasználat (szükség esetén új vagy eltérő segédeszköz alkalmazását kell megtanulnia, gyakorolnia a személynek).</p>
Nehéz fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik	Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez, pl. mozgása, koordinációja, állóképessége megfelelő. Betanítható nehéz fizikai munka feladataira (pl. mosogatás, nehezebb tárgyak mozgatása, udvarosi feladatok).	Feladathelyzet lehet: dobozok, tárgyak pakolása egyik helyiségből egy másikba, vagy szekrénybe, polcra, udvar söprése vagy levelek összegyűjtése	<p>Új munkakör vagy munkahely kialakításánál is ügyeljünk az akadálymentességre. Egyes</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>Szakképzettséget igénylő fizikai munkához szükséges készségekkel rendelkezik</p>	<p>Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez és fizikai munkához szükséges szakképzettséggel rendelkezik, vagy képes szakképzettséget szerezni (pl. varrónő, gépkezelő, szerelő).</p>	<p>Tárjuk fel, hogy milyen szakképzettséggel és munkatapasztalattal rendelkezik a személy, illetve mi iránt érdeklődik. Mondja el, vagy ha van rá lehetőség, mutassa be, hogy hogyan végez el a szakmájában szükséges feladatot (pl. varrás, szerelés). Egyes készségeit megfigyelhetjük házimunka közben is (pl. ételkészítés).</p>	<p>munkaköröket és a munkavégzés helyszínét át lehet alakítani, adaptálni a munkavállaló képességeinek és igényeinek megfelelően (pl. feladatok átstrukturálása, megfelelő eszközök, berendezések vásárlása). Fizikai munka esetén is fontosak a személy, kommunikációs, szociális és akadémikus kompetenciái (pl. írás, olvasás, számolás). Szükséges lehet ezek fejlesztése is. Megfelelő időt kell szánni a személy felkészítésére, betanítására. Ehhez érdemes gyakorlott szakemberek segítségét kérni, jó gyakorlatokat megismerni (pl. munkára felkészítő képzések). Képzési igény esetén biztosítsuk a hozzáférést a szükséges információkhoz, illetve támogassuk a személyt tanulmányaiiban.</p>
<p>3. Szellemi munkával kapcsolatos munkakészségekkel rendelkezik</p>	<p>A szellemi munkához szükséges összetett kompetenciákkal rendelkezik. Betanítható, szakképzettséggel rendelkezik vagy képes szakképzettséget szerezni.</p>	<p>Teremtünk olyan feladathelyzeteket, melyekben vizsgálhatjuk az irodai és adminisztratív munkához szükséges készségeit. Egyszerűbb feladatoktól összetettebb feladatokig juthatunk el a megfigyelésben.</p>	<p>A szellemi munka szintén sokféle feladatot és azokhoz szükséges kompetenciákat jelenthet. Vannak betanítható munkák (pl. adatrögzítés), és komolyabb készségeket igénylő munkák (pl. recepciósnál az idegen nyelvtudás). Szellemi munkavégzés esetén</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
<p>Adminisztratív, irodai munkához szükséges készségekkel rendelkezik</p>	<p>Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez. Betanítható vagy képes (tapasztalata, szakképzettsége van) olyan irodai munkára, amely elsősorban adminisztratív teendőket foglal magában (pl. adatrögzítő).</p>	<p>Feladathelyzet lehet: adatok összegyűjtése papír alapon vagy számítógépen, táblázat kitöltése, borítékok megcímezése, iratok rendszerezése megadott szempontok szerint, dokumentumok visszakeresése.</p> <p>Példa egy feladathelyzetre: pl. egy szabadidős programmal kapcsolatosan gyűjtse össze a jelentkezők neveit, készítse táblázatot a jelentkezők nevével, életkorával és annak megjelölésével, hogy önállóan, vagy szervezeten jutnak-e el a helyszínre, kérnek-e étkezést stb. Kérhetjük a feladat végrehajtását kézírással vagy számítógép használatával.</p>	<p>elengedhetetlenek lesznek a kommunikációs, szociális és akadémikus kompetenciák.</p> <p>A felkészítés, betanítás hosszabb időt vehet igénybe, mint egy-egy fizikai munkához kapcsolódó feladat elsajátítása.</p> <p>A fizikai munkával kapcsolatos javaslatok ezen a területen is érvényesek.</p>
<p>Kommunikációra épülő munkához szükséges készségekkel rendelkezik</p>	<p>Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez. Betanítható vagy képes (tapasztalata, szakképzettsége van) olyan munkára, amelynek fontos eleme a kommunikáció, interakció (pl. recepció, ügyfélszolgálatos, telefonos operátor).</p>	<p>Feladathelyzet lehet: telefonhívás alapján információk lejegyzése, továbbítása. Tájékoztató jellegű információ adása, vendég útbaigazítása egy számára ismert helyen.</p> <p>Megfigyelhető és gyakorolható szituációs gyakorlatok során. Érdemes kitérni az olyan helyzetekre és azok kezelésére, amikor a másik fél ingerült, ideges.</p> <p>Példa feladathelyzetre: a személy egy adott szöveget elsajátít, majd az információkat személyesen vagy telefonon átadja, másokat tájékoztat vagy útba igazít.</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Szakképzettséget igénylő szellemi munkához szükséges készségekkel rendelkezik	Fizikailag megfelelő állapotban van a munkavégzéshez és középfokú vagy felsőfokú képzettséggel rendelkezi, vagy képes szakképzettséget szerezni (pl. informatikus, pénzügyi, gazdasági ügyintéző).	Tárjuk fel, hogy milyen szakképzettséggel és munkatapasztalattal rendelkezik a személy, illetve mi iránt érdeklődik. Mondja el, vagy ha van rá lehetőség, mutassa be, hogy hogyan végez el egy szakmájában szükséges feladatot (pl. program telepítése, számlák kezelése).	

Felmérő lap - Oktatásban való részvétel

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus készségek	D.2. Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.3. Oktatásban való részvétel
Név		
Dátum		
Felmérő		

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ⁴⁴		
1.	Képzési programot, tanfolyamot kiválaszt	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1.	Ismer különféle információs forrásokat, ahol tájékozódhat	IGEN	NEM			
1.2.	Ismer különféle képzési formákat	IGEN	NEM			
1.3.	Céljainak, elképzeléseinek megfelelő képzést választ	IGEN	NEM			
1.4.	Meglévő ismeretei, tudása alapján választ képzést	IGEN	NEM			
1.5.	Felméri a képzéshez szükséges erőforrásait	IGEN	NEM			

Alapkészség		Kockázat		Értékelés		
2.	Képzésre jelentkezik	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
2.1.	Írásban, interneten keresztül jelentkezik	IGEN	NEM			
2.2.	Levélben jelentkezik	IGEN	NEM			
2.3.	Személyesen jelentkezik, felvételizik vagy beiratkozik	IGEN	NEM			
2.4.	Kifizeti a tandíjat	IGEN	NEM			

Megjegyzések						

⁴⁴ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Oktatásban való részvétel

Modul	Terület	Tevékenység
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák	D.2 Munkavállalással kapcsolatos készségek	D.2.3. Oktatásban való részvétel

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
1. Képzési programot, tanfolyamot kiválaszt	Képes az igényeihez és lehetőségeihez illeszkedő képzés (iskolarendszerű intézményben vagy iskolarendszeren kívül végzettség, szakképesítés megszerzésére irányuló képzés, szakmai továbbképzés, tanfolyamon) kiválasztására. Érdeklődéséhez, készségeihez, ismereteihez és tudásához illeszkedő képzést megkeres, a feltételekről tájékozódik. A lehetőségeket mérlegelve választ.	A személy képzéssel kapcsolatos tapasztalatait és elképzeléseit beszélgetési helyzetben, internet és/vagy képzési programok, brosúrák segítségével tárhatjuk fel. Mindenképpen a személy jelenlegi képzettségéből és jövőbeli terveiből induljunk ki: hol tanult, tervez-e továbbtanulni, mivel foglalkozik, vagy milyen munkát szeretne végezni, amihez tanulnia kell. Mi érdekli, milyen hobbija van, amiben szeretne fejlődni. Ha most nem is áll szándékában tanulni, a felméréshez válasszon ki egy képzést, ami a jövőben érdekelné.	Segítsük a személyt céljai megfogalmazásában és a reális önértékelésben. Ehhez a módszertan is segítséget nyújt (pl. személyközpontú tervezés eszközei). Képzés, tanfolyam kiválasztásához szükséges lehet más kompetenciaterületek felmérése (pl. kommunikációs kompetenciák, munkavégzéssel összefüggő kompetenciák) felmérése, illetve e területek fejlesztése. A tájékozódást segíthetjük interneten vagy kiadványokkal. Elősegíti a választást személyes találkozó, beszélgetés megszervezése olyan személlyel, aki az adott képzésre jelentkezett, a képzésre jár. Egyes intézményekben vannak nyílt
Ismer különféle információs forrásokat, ahol tájékozódhat	Interneten, kiadványokból vagy személyesen tájékozódik.	Kérjük meg, hogy mondja el vagy mutassa meg, hol, hogyan tájékozódna, érdeklődne képzések iránt, mik lennének az első lépései.	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Ismer különféle képzési formákat	Tudja, hogy vannak iskolarendszerű és iskolarendszeren kívüli, különböző szintű képzések, szakképzések, tanfolyamok. Tudja, hogy ezeknek vannak különféle elő- és bemeneti feltételei.	<p>Kérdezzük meg, hogy milyen végzettséggel, képzettséggel, jártassággal rendelkezik, ezeket hogyan szerezte meg.</p> <p>Mondja el, hogy hogyan képezhetné magát tovább, hogyan épülnek egymásra a képzések.</p> <p>Kérdezzük meg, hogy milyen képzési formákat ismer még, a képzési formákat hogyan csoportosítaná (pl. iskolarendszerű – nem iskola rendszerű; formális – nem formális képzések).</p>	napok, illetve számos nyelviskolában, szabadidős tanfolyam kezdetén lehetőség van próbáórán való részvételre.
Céljainak, elképzeléseinek megfelelő képzést választ	Saját igényeit, hosszú távú, személyes fejlődését munkavállalással kapcsolatos céljai elérését segítő képzést, tanfolyamot választ.	<p>Kérdezzük meg, hogy mit vesz figyelembe egy képzés kiválasztása során.</p> <p>Kérdezzük meg, hogy mit szeretne tanulni, hol szeretne dolgozni. Van-e az elképzelt képzésnek vagy munkakörnek képzési előfeltétele? Lehetséges-e, hogy képzés elvégzése nélkül helyezkedjen el az adott területen? A képzés hozzájárul-e egyéb céljai eléréséhez?</p> <p>Jövőbeli céljainak, munkavállalási elképzeléseinek feltárására szánjunk elegendő időt. Vegyük figyelembe munkaerő-piaci ismereteit és készségeit is.</p>	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Meglévő ismeretei, tudása alapján választ képzést	Reálisan látja saját képességeit, ismereteit és tudását, ehhez illeszkedő, megfelelő tartalmú és szintű képzést választ.	Mondja el, hogy tudomása szerint milyen előképzettségre, előzetes tudásra vagy tapasztalatra van szükség az általa preferált képzéshez. Listázza egy konkrét képzés bemeneti feltételeit, illetve ellenőrizze, hogy ezeknek megfelel-e.	
Felméri a képzéshez szükséges erőforrásait	Választásában mérlegeli a képzés árát és a képzéshez szükséges időráfordítást. Erőforrásait reálisan méri fel és figyelembe veszi a választáskor.	A beszélgetés során térjünk ki a képzés anyagi, időbeli vonzatára. A képzés helyszínét, a közlekedés időtartamát és költségeit is becsüljük meg. Adjunk összehasonlítási alapot, pl. a zsebpénzének hányszorosa, hány havi zsebpénze a tandíj.	
2. Képzésre jelentkezik	A jelentkezés folyamat lépéseit elvégzi (pl. jelentkezési lap kitöltése, mellékeltek csatolása, felvételi).	Végezhetünk „próba” jelentkezést egy valós képzést kiválasztva. Életszerű, ha az előző alapkészség vizsgálata során kiválasztott képzés kapcsán végezzük a feladatokat. Amennyiben erre lehetőség van, a személy valóban jelentkezzen képzésre.	A kapcsolódó kompetenciaterületeken, készségeknél felsorolt személyes és eszközös beavatkozásokat használhatjuk (pl. kommunikációs kompetenciák, írás, olvasás).
Írásban, interneten keresztül jelentkezik	Az internetes jelentkezés lépéseit értelmezi, a folyamatot végrehajtja (pl. megadja az adatait, csatolja a szükséges dokumentumokat).	Kérjük meg, hogy töltsse ki az általa kiválasztott képzés internetes jelentkezési lapját és kövesse a jelentkezés megadott lépéseit (pl. mentés, letöltés).	
Levélben jelentkezik	A felhívásban foglaltak szerint, megfelelő formában, postai úton adja be a jelentkezését.	Kérjük meg, hogy a jelentkezési lapot nyomtassa ki, töltsse ki és a megadott címre címezzen meg egy borítékot. Szükség szerint játsszuk el, hogy mi történik a postán. Ha van lehetőség, gyakoroljuk a levél feladását (pl. családtagnak, barátoknak írt levéllel).	

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Személyesen jelentkezik, felvételizik vagy beiratkozik	Képes a személyes jelentkezés, felvételizés vagy beiratkozás lépéseit végrehajtani (pl. időpont egyeztetése, helyszínre közlekedés, szükséges dokumentumok bemutatása, dokumentumok kitöltése, vizsgázás szóban vagy írásban).	Kérjük meg, hogy a személyes jelentkezéshez, felvételihez vagy beiratkozáshoz szükséges dokumentumait készítse elő. Mondja el, hogyan jutna a helyszínre. Ha lehetőség van rá és szükséges, az útvonalat járjuk be. Szükség szerint játsszuk el, hogy a helyszínen mi történne.	
Kifizeti a tandíjat	Ha szükséges, készpénzben kifizeti, csekken befizeti, vagy elutalja a tandíjat.	Kérjük meg, hogy számolja ki a szükséges összeget/töltsön ki egy csekket/mutassa meg, hogy hogyan kell a banki átutalást elvégezni.	

D.3. MUNKAVISELKEDÉS

Felmérő lap - Munkaviselkedés

Modul	Terület
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus készségek	D.3. Munkaviselkedés
Név	
Dátum	
Felmérő	

Alapkészség		Kockázat		Értékelés ⁴⁵		
1.	Munkavégzéshez szükséges attitűdje és viselkedése megfelelő	IGEN	NEM	A	B	C
Részképesség						
1.1	Elterelő ingereket figyelmen kívül hagy munka közben	IGEN	NEM			
1.2	Van feladattudata	IGEN	NEM			
1.3	Tevékenységváltást kezeli	IGEN	NEM			
1.4	Instrukciókat követ	IGEN	NEM			
1.5	Irányítással ellátja a feladatát	IGEN	NEM			
1.6	Felügyelet mellett folyamatosan dolgozik	IGEN	NEM			
1.7	Felügyelet nélkül folyamatosan dolgozik	IGEN	NEM			
1.8	Feladatot, munkafolyamat egy részét elvégez	IGEN	NEM			
1.9	Teljes munkafolyamatot önállóan ellát	IGEN	NEM			
1.10	Feladatokat priorizál	IGEN	NEM			
1.11	Megtervez egy munkatevékenységet	IGEN	NEM			
1.12	Feladatokat priorizál	IGEN	NEM			
1.13	Munkafegyelme megfelelő	IGEN	NEM			
1.14	Időben végez a feladataival	IGEN	NEM			
1.15	Visszajelzésre megfelelően reagál	IGEN	NEM			
1.16	Szabályokhoz alkalmazkodik	IGEN	NEM			
1.17	Munkavégzése pontos, precíz	IGEN	NEM			
1.18	Törekszik a legjobb teljesítményre	IGEN	NEM			
1.19	Kezdeményező	IGEN	NEM			

⁴⁵ Alapkészségek értékelése:

A. A készség kialakult/elsajátította: a kompetencia megfelelő szinten van, következetesen sikeres a feladat megoldásában.

B. A készség jelenleg alakul, időnként vagy részben jó a megoldás.

C. A készség jelenleg nem észlelhető: sikertelen, vagy nem próbálkozik a tevékenységgel.

1.20	Szívesen dolgozik csapatban	IGEN	NEM
1.21	Szívesen dolgozik önállóan	IGEN	NEM
1.22	A munkával kapcsolatos stresszt kezeli	IGEN	NEM

Megjegyzések	



Magyarázat, feladathelyzetek, beavatkozási javaslatok - Munkaviselkedés

Modul		Terület	
D. Munkavégzéssel összefüggő és akadémikus kompetenciák		D.3 Munkaviselkedés	
Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
1. Munkavégzéshez szükséges attitűdje és viselkedése megfelelő	Rendelkezik a munkavégzéshez szükséges felelősségtudattal. Képes a feladatát az utasításoknak megfelelően, precízen ellátni a munkaidőt beosztva és a munkahelyi szabályokat betartva.	Az alábbiakban felsorolt részképességeket lehetőség szerint munkavégzés közben vagy feladathelyzetben figyeljük meg. Ha a személy jelenleg nem dolgozik, biztosíthatunk munkapróbát vagy megfigyelhetjük a háztartási tevékenységeket.	Fontos, hogy intézményi keretek között is elkülönüljenek az otthoni élet, a munka és a szabadidő időszakai és tevékenységei. Pl. egy fejlesztési helyzet is munka, feladat a lakó számára és nem szabadidő. Lehetőség szerint a lakók minél több tevékenységbe vonódjanak be, mely a támogatott életvitelre való felkészülést segíti, illetve önállóságukat növeli (pl. saját szoba rendben tartása, ételkészítés vagy étkezésekkel kapcsolatos teendők, kertgondozás).
Elterelő ingereket figyelmen kívül hagy munka közben	Képes az adott tárgyra, munkára összpontosítani, fókuszálni, és figyelmét azon megtartani. Külső ingerekre (pl. zajra) nem reagál, nem vonja el a figyelmét. Ha figyelmét elterelik, képes visszatérni a feladathoz.	Természetes élethelyzetben is figyelhető. Egy feladat elvégzése közben sok inger érheti, pl. lakótársak mozgása, TV műsor hang- és képhatásai. Figyeljük meg, hogy képes-e figyelmét a feladaton tartani. Ha olyan munkát szeretne elvállalni, ahol a munka jellegéből fakad az állandó külső ingerhatás (pl. zajos üzem), a készséget a helyszínén érdemes vizsgálni.	Munkavégzés közben, amennyiben ez szükséges, a külső ingerforrások lehetőségét csökkentjük a minimumra. A figyelem és koncentráció fejleszthető multimédiás készségfejlesztő programok, játékok segítségével. A tevékenység iránti érdeklődés, a motiváció is fontos eleme a munka kiválasztásának és a sikeres feladatvégzésnek.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Van feladattudata	Tisztában van vele, hogy vannak kötelezettségei, amiknek akkor is eleget kell tennie, ha fáradt vagy nincs kedve hozzá.	Természetes élethelyzetben, a házimunkában jól megfigyelhető, mert ezek rendszeres, napi, heti tevékenységek, amiket kedélyállapottól függetlenül el kell végezni.	Dicsérettel, jutalmazással, illetve az eredmény láthatóvá tételével (pl. tömőanyag tépésnél a kész varrodai termékek bemutatása) erősíthető.
Tevékenységváltást kezeli	Egyik tevékenységről képes a másikra váltani anélkül, hogy ez koncentrációjában, lendületében megakasztaná.	A feladathelyzet legyen a munkája jellegétől függő. Pl. konyhai kisegítő munkánál figyeljük meg, hogyan vált a mosogatásról a tálcák törölgetésére, vagy az evőeszközök szortírozására. Kérjük meg, hogy mutassa be a munka forgalomtól, napszaktól függő ritmusát, változását. Irodai munka esetén szólítsuk meg vagy hívjuk fel telefonon egy másik feladattal kapcsolatban, miközben rendes feladatain dolgozik. Figyeljük meg, hogyan reagál, milyen gyorsan tud visszatérni eredeti feladatához.	Pontosan legyen tisztában azzal, milyen feladatokat kell ellátnia, tudja, hogy körülbelül milyen napszakban, órában melyik feladat következik a sorban. Javasoljuk, hogy amennyire csak lehet, a megkezdett feladat befejezése után kezdjen bele a következőbe. Érdeemes megfigyelni, hogy mi nehezíti, zavarja meg a feladatvégzést és a kikapcsolódásra, átkapcsolás-visszkapcsolásra, lazításra is technikákat találni.
Instrukciókat követ	Szóbeli és/vagy írásbeli utasításokat követ, felettesei rendelkezéseit elfogadja, és azoknak megfelelően végzi munkáját.	A mindennapokban is megfigyelhetjük a reakcióit az utasítására, tiltásaira, előírásokra: mennyire jellemző azok követése, ha ellenáll, annak mi az oka.	A személy képességeinek és szükségleteknek megfelelő módon és megfelelő mennyiségű instrukciókat adjunk. Szóban ügyeljünk az egyszerű, világos megfogalmazásra és többször ismételjük az utasításokat. Ha lehetőség van rá, foglaljuk írásba a szabályokat. Készíthetünk folyamatábrát, vizuális emlékeztetőt.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Irányítással ellátja a feladatát	Folyamatos instrukciók mellett képes a feladatát ellátni. Hallássérültek személy írásbeli vagy képi instrukciók alapján elvégzi a feladatát.	Egy új munkafolyamatot vegyünk alapul, például egy adott terület felmosása. Hasznos, ha a készséget munkahelyi betanításkor figyelhetjük meg. A felmosás esetében folyamatos instrukciókkal (pl. önts meleg vizet a felmosóba, adj hozzá tisztítószer, a nedves felmosót alaposan csavard ki stb.) irányítsuk a munkavégzést.	Fontos, hogy először a teljes feladatot, munkafolyamat szóban vagy írásban ismertessük, hogy a személynek legyen ideje megérteni, illetve kérdéseket feltenni. Az utasítások pontosak, rövidek, egyértelműek legyenek. A munkafolyamat megértését, elsajátítását segítheti a folyamatábra, amin képek jelölik a folyamat lépéseit és a lépések sorrendjét (pl. kép a vödörrel és a felmosóról, a víz és mosószer adagolásáról a mennyiségek jelölésével, a felmosási irányáról). A folyamatábrát függesztjük ki a munkavégzés helyén.
Felügyelet mellett folyamatosan dolgozik	Instrukciók nélkül, de egy kolléga, vagy vezető folyamatos jelenléte mellett dolgozik.	Az előző példánál maradva, instrukciók nélkül, de jelenléttel kövessük a munkavégzést, a helyes végrehajtást, és ha kell, korrigáljuk a személy tevékenységét.	Jelezzük a személynek, ha elérkezett az önálló, felügyelettel végzett tevékenységek ideje. Tudassuk vele, hogy kitől kérhet segítséget, ha elakad. Fontos, hogy ezzel a személlyel a megfelelő kapcsolat kialakítására legyen ideje a munkavállalónak.
Felügyelet nélkül folyamatosan dolgozik	Betanítást követően önállóan, magabiztosan dolgozik.	Többszöri bemutatás, gyakorlás után az adott feladatot egyedül végezze el, csak megfigyelőként maradjunk ott.	A felügyelet nélküli munkavégzés készségének vizsgálatához hagyjunk elegendő időt az elsajátításhoz. A folyamatos felügyelet elhagyása esetén is fontos tudnia, hogy kihez fordulhat a kérdéseivel, problémájával.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Feladatot, munkafolyamat egy részét elvégez	A teljes munkafolyamatot nem, de részfeladatokat képes elvégezni. Vannak lépések, amikben segítségre szorul.	Lehetőség szerint tényleges munkakörében, munkavégzés közben figyeljük meg (pl. betanítás során) figyeljük meg, hogy mennyire sajátította el az adott munkafolyamatot. Mi az oka annak, ha egy lépés nem megy, és ez kiküszöbölhető-e? Pl. Padló felmosásánál a vízzel teli vödört nem tudja emelni, magával vinni, de a felmosás minden egyéb mozzanatát megfelelően kivitelezi.	Próbáljuk a munkakört úgy alakítani, hogy azt akkor is el tudja látni, ha a munkafolyamat egy-egy lépésére, a teljes folyamatra nem képes önállóan. Pl. csapatban dolgozzon egy másik társával, aki a munkában kiegészíti. Vizsgáljuk meg, hogy készségfejlesztéssel, segédeszközzel vagy adaptációval (munkakör vagy környezet) elvégezhető-e számára a teljes munkafolyamat, mely idővel előrelépést jelentene a személynek.
Teljes munkafolyamatot önállóan ellát	A munkafolyamatot átlátja, a folyamat lépéseit követi. Önállóan elvégzi az összes szükséges részfeladatot.	Figyeljük meg különösen azt, hogy a munka elvégzése mellett figyelmet szentel-e az előkészületekre és az rendrakásra, eltakarításra.	Adjunk elegendő időt ahhoz, hogy a munkafolyamatot teljesen elsajátítsa. Ez nyílt munkaerő-piaci elhelyezkedés esetén akár hónapokig is tarthat.
Megtervez egy munkatevékenységet	Képes átgondolni, hogy mit, mikor, hogyan, milyen eszközökkel fog elvégezni (csak ha releváns és erre lehetőség van az adott munkakörben).	Kérdezzük meg, hogyan tervezi meg az adott munkája elvégzését (pl. előkészületek, feladatok sorrendjének felállítása, befejezés után rendrakás, takarítás). Hogyan osztja be a munkanapot, -hetet, -hónapot? Készít-e írásos feljegyzést? Milyen egyéb eszközöket használ a tervezésnél?	Eszközként to-do listák, naptár (elektronikus naptár vagy határidőnapló) használatát javasoljuk.
Feladatokat priorizál	Több feladat esetén, amikor azokkal egyidejűleg kellene elkészülnie, meghatározza, hogy mely feladat ellátása élvez elsőbbséget.	Kérjük meg, mondja el, milyen egy elfoglalt napja/munkanapja, vagy adjunk olyan plusz feladatokat napi teendőihez, amik időigényesek (pl. kézbesítés). Mit csinál, ha nincs mindenre ideje, hogyan dönti el, melyik feladatot fogja először elvégezni?	Segítsük a személyt, hogy általános vagy munkahelyi feladatait fontossági sorrendbe állítsa.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Munkafegyelme megfelelő	Feladatkörét megfelelően ellátja, a munkaidőt betartja és megfelelően felhasználja (pontosan érkezik, munkaidejében a feladataival foglalkozik, munkaközi szüneteket tartja).	Figyeljük meg természetes élethelyzetben. Beszélgetés során kérdezzük meg, általában időben érkezik-e, mennyire jellemző a késés, vagy túl korán érkezik, kapott-e ezzel kapcsolatban visszajelzést, mennyire használja ki a munkaidőt. A beszélgetésbe lehetőség szerint vonjunk be munkahelyi kollégáit, felettesét.	Időmérő eszközök, emlékeztetők (jelzést adó óra, okos eszköz emlékeztető funkciója), naptár használata és a tervezés segíti az időtartást és az idő megfelelő beosztását.
Időben végez a feladataival	Feladataival a megadott, reális időkereten belül végez. A határidőket többé-kevésbé tartani tudja, az időkeretet jelentősen nem lépi túl.	Lehetőleg munkahelyi környezetben figyeljük meg vagy kérdezzük meg a személyt. A beszélgetésbe lehetőség szerint vonjunk be munkahelyi kollégáit, felettesét. Ha rendszeresen túllépi a határidőket, próbáljuk megtalálni ennek az okát (pl. külső, vagy belső okok, túlterheltség, koncentrációs problémák).	Készítsünk munkatervet, heti, napi tervet. Javasoljuk, hogy felettesnek jelezze, ha valamilyen külső okból rendszeresen túllépi a munkaidőt. Fontos, hogy a személy képességeihez igazodjanak a feladatok, hogy azokat a rendelkezésre álló időben el tudja végezni.
Visszajelzésre megfelelően reagál	Javítást, kritikát, korrekciót elfogad, megfontol, beépít.	Természetes helyzetben figyeljük meg, hogyan reagál kiigazításra, korrekcióra (pl. megsértődik, ignorálja, elgondolkodik rajta, gondolkodás nélkül elfogadja). Változtat-e viselkedésén ezeknek megfelelően? Kérdezzük meg, kap-e munkahelyén visszajelzéseket, azok milyen tartalmúak. Beépíti-e azokat a viselkedésébe?	A személy képességeinek és szükségleteknek megfelelő módon és megfelelő mennyiségű visszajelzést adjunk. Ügyeljünk az egyszerű, világos megfogalmazásra. Fontos, hogy a visszajelzéseket a megfelelő, erre jogosult, a személlyel megfelelő kapcsolatban álló személy adja. Legyen kiegyensúlyozott a dicséret és kritika aránya.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Szabályokhoz alkalmazkodik	Tudja, hogy munkavállalóként egy szabályok szerint működő szervezet részeként dolgozik. Az írott és íratlan szabályokat ismeri és betartja.	Kérjük meg, hogy sorolja fel a munkahelyén releváns legfontosabb szabályokat (pl. munkakezdésre, beosztásra, szabadságigénylésre, vonatkozó, ügyfelekkel való kommunikációt érintő szabályok). Mondja el, hogy a szabályokat hogyan ismerheti meg. Fontos, hogy vannak-e íratlan, hallgatólagosan elfogadott szabályok, szokások (pl. kollégák születésnapjának ünneplése).	<p>A személy képességeinek és szükségleteknek megfelelő módon és megfelelő mennyiségű információt adjunk. Ügyeljünk az egyszerű, világos megfogalmazásra.</p> <p>Ha lehetséges, az alapvető elvárások és szabályok (szokások, informális, íratlan szabályok is) legyenek írásba foglalva, és amennyire lehet, előzetesen ismertetve.</p>
Munkavégzése pontos, precíz	Feladatát az előírásoknak megfelelően, lehetőség szerint hibák nélkül, pontosan elvégzi. Ennek érdekében képes az önellenőrzésére.	Kérjük meg, hogy mondja el, vagy mutassa meg munkahelyén (ha erre van mód), hogyan végez el egy feladatot, vagy azt a feladatot, amelyben rendszeresen hibázik. Mutassa meg munkája eredményét, termékét. Milyen önellenőrzési mechanizmusokat épít be?	<p>A precizitáshoz szükséges a feladat megfelelő elsajátítása, figyelem és koncentráció.</p> <p>Győződjünk meg róla, hogy a személy érti a feladatot és megfelelő jártasságot szerzett annak elvégzéséhez. Tárjuk fel a hibák okait és ezek mentén tervezzünk beavatkozásokat (pl. további gyakorlás, felügyelet, zavaró tényezők kiküszöbölése).</p> <p>Segíthet egy minta (pl. termékminta, ábra, kép) használata, „szem előtt tartása”, amíg nem rögzül a tevékenység.</p>

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Törekszik a legjobb teljesítményre	Igyekszik, hogy saját tudását, készségeit, fizikumát és idejét a lehető leginkább kihasználva a legjobb eredménnyel végezze feladatait.	Kérjük meg, hogy mondja el, milyen visszajelzéseket, dicséretet, jutalmat kap a munkahelyén. Ha lehetőség van rá, munkahelyen figyeljük meg, vagy kérjük meg munkatársait, felettesét egy értékelő beszélgetésre, ha ebbe a személy is beleegyezik.	A személy képességeinek és szükségleteknek megfelelő módon és megfelelő mennyiségű visszajelzést adjunk. Ügyeljünk az egyszerű, világos megfogalmazásra. Fontos, hogy a visszajelzéseket a megfelelő, erre jogosult, a személlyel megfelelő kapcsolatban álló személy adja. Fontos, hogy a személynek legyen lehetősége nehézségeinek, problémáinak jelzésére, melyek akadályozhatják a megfelelő teljesítményben.
Kezdeményező	Felismer vagy keres saját feladatán, munkakörén túlmutató feladatokat, annak érdekében, hogy jobb, hatékonyabb munkát végezzen.	Kérdezzük meg, mi volt legutóbb az a feladat, amit úgy oldott meg, hogy az nem tartozott kifejezetten a munkaköri leírásába. Milyen gyakoriak ezek a feladatok? Ki kezdeményezi őket? Vannak-e ötletei a munka ésszerűbbé, korszerűvé tételére? Természetes élethelyzetben is megfigyelhető, pl. házimunka végzésénél: felajánlja-e, hogy beteg társa részét megcsinálja?	A kezdeményezőkézség függ a munkafolyamatok ismeretétől és azok átlátásának képességétől. A vezető vagy a munkatársak bíztathatják a személyt véleménye, ötletei közlésére. Fontos, hogy a személy megfelelően mérje fel, hogy saját feladatai mellett mit tud még elvégezni, illetve mi az, ami számára veszélyforrás, ezért nem végezheti.

Alapkészség/részképesség	Tartalom, magyarázat	Feladathelyzet leírása	Fejlesztési irányok, beavatkozások
Szívesen dolgozik csapatban	Képes és örömmel vállalkozik arra, hogy másokkal közösen, velük összhangban és együttműködve dolgozzon egy adott feladaton. Felismeri, hogy a csoportban mindenkinek van szerepe, és a közös munkában különböző tulajdonságaik, erősségeik kerülnek előtérbe.	Természetes élethelyzetekben is megfigyelhető, munkahelyen hosszabb időt vehet igénybe a csapatmunkába való beilleszkedés. Irányítottan is adhatunk feladatot, pl. évszagnak megfelelő dekoráció készítése csoportban. Figyeljük meg, hogy a kiosztott feladatokat mennyire fogadja el, figyeli-e a társait, igazodik-e hozzájuk, milyen szerepet vesz fel, mennyire együttműködő (pl. bevárja őket, segít az elakadóknak).	Fontos megismernie a személynek, hogy mely feladatokban lehet önálló, mely feladatokat kell csapatban végezni, kik a tagok, kinek milyen szerepe van, mi a közös cél.
Szívesen dolgozik önállóan	Képes és örömmel dolgozik önállóan egy adott feladaton, nincs szüksége támogatásra, segítségre. Képes átlátni, ha a feladat a képességeit meghaladja, ebben az esetben ezt jelzi a felettesének.	Természetes élethelyzetekben is megfigyelhető. Irányított feladatként adjunk olyan munkát, vagy új feladatot, amely a személy készségeinek magas szintű kihasználásával jár.	Biztosítsunk kellő időt ahhoz, hogy az önálló feladatokat begyakorolhassa, magabiztossá váljon.
A munkával kapcsolatos stresszt kezeli	Felismeri a munkahelyi stressz jeleit, ismer stresszkezelési technikákat. Igyekszik a feszültséggel járó helyzeteket megelőzni, megoldani. A konfliktusokat kezeli.	Beszélgetés keretében kérdezzünk rá, érezte-e már magát nyomás alatt, mik voltak ennek a körülményei. Hogyan próbálta kezelni a helyzetet (pl. kibeszélés, jelzés felettesnek, szabadság kérése stb.). Kérdezzük meg, hogy munkaidő közben és munka után hogyan pihen, kapcsolódik ki.	Tanítsuk relaxációs technikákat. Segítsük a személyt, hogy megtalálja a számára vonzó kikapcsolódási lehetőségeket. Adjunk javaslatot ne csak a konkrét helyzet kezelésére, de általában a stressz levezetésére: pl. sport, rendszeres idő saját magára, kedvelt időtöltésére.

A LAKÓ ADATAI

Személyes adatok		
Név		
Nem	<input type="checkbox"/> Nő <input type="checkbox"/> Férfi	
Születési hely		
Születési idő (év, hónap, nap)		
Anyja neve		
Jelenlegi lakcím (szolgáltatási cím)		
Telefonszám	+36-	
E-mail cím		
Mióta él intézményben? (év)		
Családi állapot	<input type="checkbox"/> Egyedülálló <input type="checkbox"/> Házas <input type="checkbox"/> Élettársi kapcsolatban él <input type="checkbox"/> Elvált <input type="checkbox"/> Özvegy <input type="checkbox"/> Tartós kapcsolatban él	
Gyermekek		
Van-e a lakónak gyermeke?	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem	
<i>Gyermek születési ideje</i>	<i>Gyermek elhelyezése</i>	<i>Személyes kapcsolattartás gyakorisága</i>
	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban
	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban
	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban
	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban
	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban

	<input type="checkbox"/> Intézményben szülővel <input type="checkbox"/> Családjával <input type="checkbox"/> Gyermekvédelmi/szociális ellátásban	<input type="checkbox"/> Hetente <input type="checkbox"/> Havonta <input type="checkbox"/> Ritkábban
Gondnokság, támogatás		
A lakó gondnokság alatt áll?	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem	
Gondnokság típusa	<input type="checkbox"/> Cselekvőképesség részleges korlátozása <input type="checkbox"/> Cselekvőképesség teljes korlátozása <input type="checkbox"/> Cselekvőképességet kizáró <input type="checkbox"/> Cselekvőképességet korlátozó	
A lakó rendelkezik támogatóval?	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem	
Gondnok/támogató neve		
Gondnok/támogató telefonszáma	+36-	
Gondnok/támogató kapcsolata a lakóval	<input type="checkbox"/> hivatásos gondnok/támogató <input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> egyéb, éspedig:	
Gondnokság következő felülvizsgálatának időpontja (év, hónap, nap)		
Természetes támogatók		
Támogató neve 1		
Támogató telefonszáma 1	+36-	
Támogató kapcsolata a lakóval 1	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb	
Támogató neve 2		
Támogató telefonszáma 2		
Támogató kapcsolata a lakóval 2	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb	

Támogató neve 3	
Támogató telefonszáma 3	+36-
Támogató kapcsolata a lakóval 3	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb
Támogató neve 4	
Támogató telefonszáma 4	+36-
Támogató kapcsolata a lakóval 4	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb
Támogató neve 5	
Támogató telefonszáma 5	+36-
Támogató kapcsolata a lakóval 5	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb
Támogató neve 6	
Támogató telefonszáma 6	+36-
Támogató kapcsolata a lakóval 6	<input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nevelőszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> házastárs/élettárs <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> munkatárs <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> egyéb

A lakó számára fontos egyéb személy	
Név	
Telefonszám	+36-
Kapcsolata a lakóval	<input type="checkbox"/> hivatasos gondnok/tamogato <input type="checkbox"/> szulo <input type="checkbox"/> neveloszulo <input type="checkbox"/> testver <input type="checkbox"/> hazastars/elettars <input type="checkbox"/> egyeb rokon <input type="checkbox"/> egyeb
Vészhelyzet esetén értesítendő személy	
Név	
Telefonszám	+36-
Kapcsolata a lakóval	<input type="checkbox"/> hivatasos gondnok/tamogato <input type="checkbox"/> szulo <input type="checkbox"/> neveloszulo <input type="checkbox"/> testver <input type="checkbox"/> hazastars/elettars <input type="checkbox"/> egyeb rokon <input type="checkbox"/> egyeb
Végzettség	
A lakó legmagasabb iskolai végzettsége	<input type="checkbox"/> 8 osztalynal kevesebb <input type="checkbox"/> 8 osztaly <input type="checkbox"/> szakiskola <input type="checkbox"/> erettségi <input type="checkbox"/> főiskola, egyetem <input type="checkbox"/> egyeb, espedig:
A lakó szakképzettsége(i)	Sorolja fel!
Lakó diagnózisa	
Értelmi fogyatékoság	<input type="checkbox"/> Enyhe értelmi fogyatékoság <input type="checkbox"/> Középsúlyos értelmi fogyatékoság <input type="checkbox"/> Súlyos értelmi fogyatékoság
Autizmus spektrum zavar	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem

Mozgássérülés	<input type="checkbox"/> Veleszületett vagy gyermekkorban szerzett 4 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság <input type="checkbox"/> Veleszületett vagy gyermekkorban szerzett 2 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság - felső végtag sérült <input type="checkbox"/> Veleszületett vagy gyermekkorban szerzett 2 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság - alsó végtag sérült <input type="checkbox"/> Veleszületett vagy gyermekkorban szerzett enyhe vagy középsúlyos fokú mozgássérülés <input type="checkbox"/> Későbbi életkorban baleset vagy betegség miatt szerzett 4 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság <input type="checkbox"/> Későbbi életkorban baleset vagy betegség miatt szerzett 2 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság - felső végtag sérült <input type="checkbox"/> Későbbi életkorban baleset vagy betegség miatt szerzett 2 végtagot érintő súlyos mozgáskorlátozottság - alsó végtag sérült <input type="checkbox"/> Későbbi életkorban baleset vagy betegség miatt szerzett enyhe vagy középsúlyos fokú mozgássérülés: <input type="checkbox"/> Nagymértékben romló tendenciát mutató mozgásállapot (pl. DMP, SM, stb.)
Látássérülés	<input type="checkbox"/> Vak <input type="checkbox"/> Aliglátó <input type="checkbox"/> Gyengénlátó
Hallássérülés	<input type="checkbox"/> Nagyothalló <input type="checkbox"/> Súlyos fokú hallássérülés, siket
Beszéd fogyatékoság	<input type="checkbox"/> Artikulációs-és hangképzési zavar <input type="checkbox"/> Beszédfolyamatosság zavara <input type="checkbox"/> Nyelvi zavar <input type="checkbox"/> Mutizmus
Pszichoszociális fogyatékoság	<input type="checkbox"/> Szkizofrénia <input type="checkbox"/> Perzisztáló deluzív zavarok <input type="checkbox"/> Szkizoaffektív zavarok <input type="checkbox"/> Nem organikus pszichózis <input type="checkbox"/> Hangulati élet zavarai / Affektív kórképek <input type="checkbox"/> Bipoláris I. zavar <input type="checkbox"/> Bipoláris II. zavar <input type="checkbox"/> Depressziós epizód <input type="checkbox"/> Recurrens, ismétlődő depresszió <input type="checkbox"/> Perzisztáló hangulati zavar <input type="checkbox"/> Egyéb hangulati affektív zavar <input type="checkbox"/> Egyéb, éspedig:

Szenvedélybetegség	<input type="checkbox"/> Alkohol okozta mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Ópiátok használata okozta mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Cannabis és származékai által okozott mentális és viselkedés zavarok <input type="checkbox"/> Nyugtató és altató használata által okozott mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Kokain használata által okozott mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Egyéb stimulánsok által okozott mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Hallucinogének által okozott mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Illékony oldószer által okozott mentális és viselkedészavarok <input type="checkbox"/> Többféle drog/egyéb pszichoaktív anyag használata által okozott mentális és viselkedés zavarok <input type="checkbox"/> Kóros szokások és impulzus-kontroll zavarok
Krónikus betegségek	Sorolja fel!
Egyéb	
A lakó olyan fogyatékosága, betegsége, állapota, amelyről nincs diagnózis, de kivizsgálást igényel	Sorolja fel!
További szakorvosi kivizsgálás indokolt	<input type="checkbox"/> pszichiáter <input type="checkbox"/> belgyógyász <input type="checkbox"/> addiktológus <input type="checkbox"/> fogorvos <input type="checkbox"/> szemészet <input type="checkbox"/> fül-orr-gégészet <input type="checkbox"/> audiológia <input type="checkbox"/> ortopédia <input type="checkbox"/> egyéb, éspedig:
A lakó segédeszköz szüksége	Sorolja fel!
Foglalkoztatás	
A lakó rendelkezik komplex minősítéssel?	<input type="checkbox"/> Nem <input type="checkbox"/> Igen, kategória:
Jelenlegi foglalkoztatás	
Jelenleg foglalkoztatásban részt vesz a lakó?	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem <input type="checkbox"/> Aktív korú <input type="checkbox"/> Inaktív korú (nyugdíjas)
Foglalkoztatás típusa	<input type="checkbox"/> Nyílt munkaerő-piaci munkáltató Fejlesztő foglalkoztatás <input type="checkbox"/> fejlesztési jogviszony <input type="checkbox"/> munkaviszony Akkreditált foglalkoztatás <input type="checkbox"/> tartós <input type="checkbox"/> tranzit <input type="checkbox"/> Közfoglalkoztatás <input type="checkbox"/> Egyéb
Munkáltató neve	

Munkáltató címe	
Munkakör megnevezése	
Heti munkaidő (óra/hét)	
Munkaviszony kezdete (év)	
Főbb munkatevékenységek	
Munkahelyi kapcsolattartó neve	
Munkahelyi kapcsolattartó telefonszáma	+36
Munkahelyi kapcsolattartó e-mail címe	
Korábbi foglalkoztatás	
Korábban foglalkoztatásban részt vett a lakó?	<input type="checkbox"/> Igen <input type="checkbox"/> Nem
Foglalkoztatás típusa	<input type="checkbox"/> Nyílt munkaerő-piaci munkáltató <input type="checkbox"/> Védett munkaerő-piaci munkáltató Szociális foglalkoztatás <input type="checkbox"/> munkarehabilitáció <input type="checkbox"/> fejlesztő-felkészítő foglalkoztatás Fejlesztő foglalkoztatás <input type="checkbox"/> fejlesztési jogviszony <input type="checkbox"/> munkaviszony Akkreditált foglalkoztatás <input type="checkbox"/> tartós <input type="checkbox"/> tranzit <input type="checkbox"/> Közfoglalkoztatás <input type="checkbox"/> Egyéb
Utolsó munkakör	
Kockázatok	
Egészségügyi kockázatok, támogatási szükségletek	<input type="checkbox"/> Epilepsziás rohamok <input type="checkbox"/> Táplálkozási zavarok <input type="checkbox"/> Súlyos allergia <input type="checkbox"/> Mozgáskoordinációs zavar miatt fokozott balesetveszély <input type="checkbox"/> Ájulással, eszméletvesztéssel járó állapot <input type="checkbox"/> Fokozott decubitus kockázat <input type="checkbox"/> Egészségügyi probléma, rosszullet esetén nem jelez <input type="checkbox"/> Krónikus betegségből, egészségi állapotból adódó egyéb támogatási szükséglet, éspedig:

<p>Rendszeres járóbeteg szakellátásra van szüksége?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nem Igen, <input type="checkbox"/> Pszichiátria <input type="checkbox"/> Neurológia <input type="checkbox"/> Kardiológia <input type="checkbox"/> Endokrinológia <input type="checkbox"/> Diabetológia <input type="checkbox"/> Gastroenterológia <input type="checkbox"/> Bőrgyógyászat <input type="checkbox"/> Angiológia <input type="checkbox"/> Nefrológia <input type="checkbox"/> Fül-orr-gégészet <input type="checkbox"/> Nőgyógyászat <input type="checkbox"/> Sebészet <input type="checkbox"/> Egyéb, éspedig:
<p>Viselkedési kockázatok</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Lopás <input type="checkbox"/> Önbántalmazás <input type="checkbox"/> Dührohamok <input type="checkbox"/> Destruktív magatartás (tárgy ellen irányuló), heteroagresszió <input type="checkbox"/> Más személyekre irányuló veszélyes viselkedés <input type="checkbox"/> Konfliktuskezelés <input type="checkbox"/> Szerhasználat (alkohol, droghasználat) <input type="checkbox"/> Dohányzás <input type="checkbox"/> Szuicid kockázat <input type="checkbox"/> Szökés, csavargás <input type="checkbox"/> Félelem, szorongás <input type="checkbox"/> Inadekvát szexuális viselkedés <input type="checkbox"/> Közösségi részvételt nehezítő aszociális jegyek (pl.: higiénia, szabály-, illetve egészségkövetés hiánya) <input type="checkbox"/> Veszélyérzet hiánya, saját képességeinek túlbecslése <input type="checkbox"/> Képességeinek alulbecslése, kezdeményezőkézség hiánya <input type="checkbox"/> Társadalmi normák, együttélési szabályok be nem tartása <input type="checkbox"/> Krónikus betegség miatti viselkedés problémák – Állapotromlás következtében, átmenetileg jelentkező viselkedésprobléma, amely az alapbetegségből, és nem az alapszemélyiség jegyeiből eredeztethető <input type="checkbox"/> Szenzoros túlérzékenység és/vagy ingerkeresés <input type="checkbox"/> Új helyzetekre/emberekre/ismeretlen tárgyakra félelemmel, szorongással vagy elutasítással reagál <input type="checkbox"/> Rögeszmés ragaszkodás tárgyakhoz, szokásokhoz <input type="checkbox"/> Egyéb viselkedési probléma
<p>Megjegyzések</p>	
<p></p>	

FELHASZNÁLT IRODALOM

2007. évi XCII. törvény a Fogyatékossgal élő személyek jogairól szóló egyezmény és az ahhoz kapcsolódó Fakultatív Jegyzőkönyv kihirdetéséről
<https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0700092.tv>

Bartókné Luthár Barbara, Cseri Tímea, Dr. Kálmán Zsófia, Királyhidi Dorottya, Kollár Zoltán (2009) Pár-beszéd. Kiegészítő jegyzet a súlyosan, halmozottan sérült személyek kommunikációs segítőit felkészítő tanfolyam anyagához. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány.

Kasik László (2007) A szociális kompetencia fejlesztésének elmélete és gyakorlata. Iskolakultúra, 2017/11-12.
http://www.epa.hu/00000/00011/00118/pdf/iskolakultura_EPA00011_2007_11_12_021-037.pdf

Menich Nóra (2016) Kit támogat a támogató technológia? A fogyatékossgal élő emberek segédeszközökhöz való hozzáférésének kérdései Magyarországon. Esély, 2016/5.
http://www.esely.org/kiadvanyok/2016_5/Esely_2016-5_3-1_Menich_Kit_tamogat.pdf

Pál-Horváth Rita (é.n.) Olvasni? Egy más felfogásban... (Középsúlyos értelmi fogyatékos tanulók olvasástanítása). Mérei Ferenc Fővárosi Pedagógiai Intézet.
<http://www.mfpi.hu/data/cms42145/olvasni.pdf>

Tóth Beatrix (2006) A szövegértés fejlesztésének elmélete és gyakorlata. Nyelvőr, 2006/4.
<http://epa.oszk.hu/00100/00188/00045/pdf/130406.pdf>

Tóth Melinda, Mischinger Gábor (2012) Támogatóeszköz-, támogatótechnológiai, gyógyászatisegédeszköz-adatbázisok a mozgáskorlátozott emberek rehabilitációjának szolgálatában. TIOP-3.3.2-12/1-2013-0001 Guruló projekt, Budapest, MEREK.
http://gurulo.hu/sites/default/files/tanulmanyok/fuzet_3_toth_mischinger.pdf

Zalabai Péterné (2009) Önálló életvitelt segítő eszközök, munkahelyi akadálymentesítés és munkaeszközök adaptációja. Eötvös Loránd Tudományegyetem Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest, 10. <http://www.etikk.hu/wp-content/uploads/2013/05/munkahely-zalabai.pdf>

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE