

2023.04.04.

# Szakmai előírás

Látássérültek Elemi Rehabilitációs  
Szolgáltatói számára

*Mindennapos tevékenységek és  
adaptációs technikák tanítására  
vonatkozóan*



# **A Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet Elemi Rehabilitációs Módszertani Központjának szakmai előírása a mindennapos tevékenységek és életvitelt segítő eszközök tanítására vonatkozóan**

A mindennapos tevékenységek és életvitelt segítő eszközök tanítása modul szabályozására az ERMK-nak a látássérült személyek számára biztosított elemi rehabilitációs szolgáltatásról szóló 490/2020. (XI. 11.) Korm. rendelet 8. § (5) bekezdésének c) pontja ad felhatalmazást.

## **A MINDENNAPOS TEVÉKENYSÉGEKRŐL**

### **A mindennapos tevékenységek meghatározása**

Tágabb értelemben a mindennapos tevékenységek tanításába beletartozik a látásfejlesztés, a kommunikációs technikák tanítása, a személyes szükségletek ellátása, a tájékozódás és közlekedés a mindennapos térben, háztartás és szabadidős tevékenységek tanítása.

Szűkebb értelemben a személyes szükségletek, a háztartási ismeretek és a szabadidős tevékenységek, az ehhez kapcsolódó életvitelt segítő segédeszközök biztonságos használatának megtanítását jelenti.

### **A mindennapos tevékenységek tanítás célja**

#### **Általános megfontolások a mindennapos tevékenységek tanítása esetében:**

- a kitűzött célok növelik-e a kliens életminőségét
- a kliens motivált-e a tanulásra
- van-e a kliensnek segítő családtagja, vagy egyedül él, alkalmi segítőkkal
- a család is támogatja-e a tevékenységek megtanulását
- a család számára elismert szükséglet-e a mindennapos tevékenységek ismerete
- a kliens biztonságát javítja-e a tevékenység ismerete
- ha nem tanulja meg a technikákat, van-e segítsége a tevékenység elvégzésében
- szükséges-e a tevékenység önálló végzése, vagy helyettesíthető más módon
- elősegíti-e a tevékenység a közösségbe (lakó, munkahelyi, stb.) való beilleszkedéshez
- a munkahelyi vagy lakóközösség könnyebben fogja-e elfogadni a mindennapos tevékenységek ismeretétől
- a tevékenység ismerete szükséges-e más tevékenységek megtanulásához, elvégzéséhez



- megvan-e a kliens intellektuális és fizikai képessége a tevékenység elsajátításához (a kliens egyéni képességei alapján)
- rendelkezésre állnak-e a tevékenységhez szükséges eszközök vagy van-e lehetősége ezek beszerzésére

A tanítás célja a személy önállóságának kialakítása/fejlesztése a személyes szükségletek, a háztartási feladatok ellátásában és szabadidős tevékenységek terén. Feladata az ezekhez a tevékenységekhez szükséges speciális és adaptált technikák megtanítása. További feladat a jól alkalmazható eszközök kiválasztása, és biztonságos használatuk megtanítása.

### **Tanítás folyamata:**

A tanítási folyamat szakaszokra bontható. Minden szakasznak megvan a saját jelentősége, egyik sem elhagyható. Ezek a következők: moduláris felmérés, egyéni rehabilitációs terv, óratervezés, technikák tanítása, gyakorlás összetett tevékenységek elvégzése során, a folyamat végén záróértékelés.

#### *Moduláris felmérés:*

A felmérés egyaránt szükséges a jelenlegi állapot rögzítésére, a célok kitűzéséhez, az egyéni rehabilitációs terv elkészítéséhez és majd az eredményesség ellenőrzéséhez.

Meg kell ismernünk az adott személy képességeit, ismereteit és meglévő készségeit, a készségek, technikák adekvátságát, gyakorlottságát, biztonságosságát, illetve természetesen a személyes szükségleteit és igényeit. A későbbiekben a felmérés eredményeit saját tapasztalataink során ellenőrizni kell, és szükség esetén felül kell bírálni. A felméréshez általános tevékenységlistát szükséges összeállítani, melyből a szakember a fent felsoroltakat igazolni képes.

#### *Egyéni rehabilitációs terv készítése:*

Hosszú és rövidtávú célokat kell meghatározni a felmérés eredményei alapján. A kliens képességeit és készségeit mérlegelve szükséges a képzési időtartamot, óraszámot és gyakoriságát tervezni, továbbá feltüntetni a felmérés eredményeit. A szakember és a kliens aláírásával igazolja, hogy az abban foglaltakban megállapodnak.

#### *Óratervezés:*

A következő szempontok tervezése feltétlenül szükséges:

- cél, feladat meghatározása
- megfelelő helyszín (ambuláns vagy otthontanítás) és helyiség kiválasztása
- adott tevékenységhez szükséges eszközök
- feladat elvégzéséhez szükséges előzetes ismeretek ellenőrzése
- biztonsági szempontok
- tevékenység lépései
- tevékenység elvégzéséhez szükséges speciális és adaptált technikák
- megfigyelési, ellenőrzési szempontok
- értékelési, visszajelzési szakasz, illetve további feladatok kijelölése, önálló gyakorlási lehetőségek átbeszélése

### **A modulba tartozó témakörök:**

- Személyi higiéné



- WC használat, testápolás, fogápolás, körömápolás, női higiéné, hajápolás (frizurakészítés), sminkelés, szőrtelenítés
- Egészségügyi ismeretek  
Gyógyszer használat, vérnyomás-, vércukorszint-, lázmérő, inzulinpen használat, szemcsepp használat, műszem tisztítás, sebtisztítás/kezelés
- Ruhagondozás  
Ruhaneműk felvétele, megkülönböztetése, rendszerezése, szétválogatás, hajtogatás, cipőápolás, cipőkötés
- Mosás  
Kézi mosás, folttisztítás, gépi mosás, teregetés
- Varrás, vasalás  
Tűbefűzés, gombfelvarrás, kézi varrás, varrógép használat, vasaló felület előkészítése, vasaló/gőzölő használat
- Takarítás  
Mosogatás, letörlés, söprés, portörlés, felmosás, porszívózás, ablakpucolás, fürdőszoba takarítás (WC, mosdó, kád, csempe, zuhanyfülke), konyhai takarítás (tűzhely, sütő, hűtőszekrény), ágynemű használat, törött üveg feltakarítása
- Jelölések  
Ruhaneműk, tisztítószeres, élelmiszerek, elektrotechnikai eszközök, kulcsok, CD-k, stb.
- Mérés, adagolás  
Időmérés, hosszúságmérés, súlymérés, folyékony és szilárd halmazállapotú anyagok adagolása
- Pénzkezelés  
Fém- és papírpénz felismerése, rendszerezése, bankkártya és bankautomata használat
- Ügyintézés, iratrendezés
- Telekommunikációs eszközök  
Diktafon használat, illetve a mindennapos tevékenységekhez szorosan kapcsolódó applikációk használata
- Elektrotechnikai eszközök  
Háztartási gépek, speciális és adaptált eszközök használata és tisztán tartása
- Étkezés  
Terítés, tálalás, evőeszköz használat
- Bevásárlás  
Bevásárló lista készítése, üzletkiválasztás, cipelő eszköz kiválasztás, vásárlás, fizetés, elpakolás
- Konyhai alaptermék-technológiák  
Szeletelés (kenyér, hús, sajt), kenés, hámozás, pucolás, vágás, aprítás, reszelés, folyadékfeltöltés, konzervnyitás, tojás feltörés és szétválasztás, tűzhely- és sütőhasználat, forralás, párolás, sűrítés (habarás, rántás stb.), pürésítés, panírozás, olajban sütés, főzés, leszűrés, ízesítés, süteménykészítés (tészta összeállítás), étel elkészültének megállapítása
- Növény- és állatgondozás
- Babaápolás
- Aláírás
- Szabadidős tevékenységek



Záróértékelés készítése:

A folyamat zárásaként záróértékelés készítése szükséges, melyben fel kell tüntetni a rehabilitációs tervben kitűzött célokat, a megvalósult eredményeket, javaslatokat, továbbá a felhasznált órakeretet. A szakember és a kliens aláírásával igazolja a folyamat zárását.

## **A mindennapos tevékenységek és adaptációs technikák tanítását végző szakember kompetenciája**

A rehabilitációs tanár tevékenysége sokrétű, beletartozik a kliensek érdeklődésének felkeltése, megerősítése. Támogatja és inspirálja a klienst abban, hogy maga mondja ki a szükségleteit, és tervezze meg, hogyan lesz képes azokat megvalósítani. Része a hibás beidegződések leépítése, a hibák javítása, illetve új, szakszerű technikák megtanítása és begyakoroltatása. Figyel a kliens saját rutinjának megtartható elemeire, és azok modifikációját sokféle választási, alkalmazási lehetőséggel kínálja fel.

A mindennapos tevékenységek és adaptációs technikák tanítását a 490/2020. (XI. 11.) Korm. rendelet 3. számú melléklete alapján a következő végzettséggel végezhetik:

- Elemi rehabilitációs szakember / Tiflopedagógus 3 éves elemi rehabilitációs szakmai tapasztalattal
- Tiflopedagógus 1 éves tapasztalattal
- Tiflopedagógus kezdő, amennyiben a modulra vonatkozó képzést megkezdte
- 120 órás MT tanúsítvánnyal rendelkező szakember

### **Mindenkinek, aki mindennapos tevékenységeket tanít, értenie kell:**

- A funkcionális látás optimális használatát támogató eszközök, környezeti adaptációs eszközök ismerete,
- A szükséges technikák tanításához, a személy ismereteinek, képességeinek és készségeinek felméréséhez.
- Tudnia kell tervezni a személyre szabott tanulási folyamatot, azt írásban rögzíteni, valamint az idővel és a szükséges anyagokkal, eszközökkel bántani.
- A tanítási folyamatban részben azokat a pedagógiai készségeket kell alkalmaznia a tanárnak, amelyek minden tanítási helyzetben szükségesek, ugyanakkor nagyon sok intim feladat és szituáció adódik, amelyek merőben eltérő készségeket is megkívánnak.
- Az individuális tanítási helyzetet az is indokolja, hogy szinte lehetetlen egyszerre több különböző látásteljesítményű személy számára ideális környezetet kialakítani.
- Szükséges a személyes figyelem, irányítás, segítség, a biztonságuk feletti őrködés.
- Minden kliens esetében az egyéni, a személyre szóló megoldás, technika alkalmazására, megtanítására kell törekedni, ezt sem lehet csoportosan megoldani.



## ELSZÁMOLHATÓ SZOLGÁLTATÁSI ÓRÁK AZ E-LSER RENDSZERBEN ÉS A DOKUMENTÁCIÓ

A modul esetében maximum 3 szolgáltatási óra rögzíthető egy alkalommal egy kliensnél.

Témakörönként maximálisan a következő óraszámok ajánlottak egy kliens esetében:

- Személyi higiéné: 20-25 óra
- Egészségügyi ismeretek: 10-15 óra
- Ruhagondozás: 15-20 óra
- Mosás: 10-15 óra
- Varrás, vasalás: 25-30 óra
- Takarítás: 35-40 óra
- Jelölések: 4-6 óra
- Mérés, adagolás: 4-6 óra
- Pénzkezelés: 5-10 óra
- Ügyintézés, iratrendezés: 5-10 óra
- Telekommunikációs eszközök: 15-30 óra
- Elektrotechnikai eszközök: eszközönként 2-4 óra
- Étkezés: 4-6 óra
- Bevásárlás: 8-10 óra
- Konyhai alaptermék, ételkészítés: 40-60 óra
- Növény- és állatgondozás: 10-30 óra
- Babaápolás: 30-40 óra
- Aláírás: 15-20 óra
- Szabadidős tevékenységek: 30-40 óra

Jóváhagyta:

Szilaj Zsolt  
Pályázati igazgató  
módszertani vezető