

KATALOG USŁUG SPECJALISTY DS WIZERUNKU do pomysłu "Mobilny punkt wsparcia"

Oferuję usługi dające zmiany często na całe życie.

Korzyści jakie płyną ze zmian to:

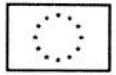
- poprawa wizerunku,
- wzrost atrakcyjności,
- poleśnienie samoczucia,
- odnalezienie własnego stylu.

Każdy odbiorca otrzyma narzędzie pomocne w kreowaniu własnego wizerunku, dzięki czemu ma też wpływ na to jak postrzegają go inni.

Stylizacja indywidualna

Czy zdajemy sobie sprawę ile pieniędzy, czasu i energii kosztują nas zakupy garderoby, w której później nie chodzimy?

Większość rzeczy w naszej szafie to wypełniacze przestrzeni. Pozbadźmy się tych, w których nie chodzimy. Naprawdę lepiej mieć kilka części garderoby dobrej jakości w ponadczasowych fasonach i dowolnie je ze sobą łączyć, niż sto przypadkowych – i ciągle nie mieć co na siebie włożyć. Dla znudzonych rutyną, dla poszukujących czegoś nowego, spragnionych powiewu świeżości a przede wszystkim dla tych, którzy pragną świadomie kreować swój wizerunek przeznaczona jest sesja stylizacyjna. Sesja stylizacyjna składa się z konsultacji w celu rozpoznania potrzeb odbiorcy, profesjonalnej analizy kolorystycznej, analizy sylwetki, doboru fasonów odpowiednich do figury, komponowania garderoby z szafy klienta, doboru dodatków, w przypadku kobiet doboru właściwego makijażu oraz pomocy w odnalezieniu własnego stylu.



Metamorfoza

Masz dość rutyny? Chcesz odmienić swój wygląd? Stać się wreszcie sobą? Nową osobą? Przemienić w motyla i rozwinąć skrzydła?

Jeśli na te pytania odpowiedziałas/ęś tak – jesteś gotowa/y na metamorfozę.

Podczas spotkań nauczysz się jak:

- pielęgnować cerę, włosy i paznokcie, dbać o swoje ciało
- wykonywać dla siebie makijaż (w przypadku kobiet)
- prawidłowo tąćzyć kolory, dobierać biżuterię i galanterię
- ubierać się, dopasować odpowiednią kolorystkę garderoby oraz jej fasony
- właściwie się odżywiać, by utrzymać dobrą formę i żyć w zdrowiu.

Indywidualna nauka makijażu

Twarz jest bardzo ważnym elementem naszego wyglądu. Ale czy każda z nas wie jak skutecznie ją upiększyć? Nauka makijażu krok po kroku jest właśnie skierowana do pań chcących się o tym przekonać.

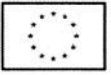
Instruktaż obejmuje analizę cery, dobór kosmetyków do jej pielęgnacji, analizę twarzy i jej elementów, podkreślenie atutów, korygowanie niedoskonałości, dobór kosmetyków do makijażu. Odbiorca jest szczegółowo instruowany po każdej czynności i powtarza ją naśladowując instruktorkę.

Usługi fryzjerskie

Dla podkreślenia profesjonalności usług współpracujemy z fryzjerem.

Proponujemy szeroki wybór usług:

- strzyżenie damskie,
- strzyżenie męskie,
- koloryzacja włosów,



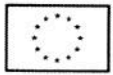
farbowanie włosów refleksem,

- pasemka na włosach,
- dekoloryzacja włosów
- koloryzacja flash,
- strzyżenie grzywki,
- modelowanie włosów,
- upięcie włosów,
- i inne – wg potrzeby klienta.

Osobisty rozwój pozwala na świadczenie usług na najwyższym poziomie, monitoruję obecne trendy, rozwiązania technologiczne i techniczne. Zaznaczyć trzeba, że odpowiedni dobór kosmetyków jest również bardzo istotny. Dopasowuję produkt do indywidualnych potrzeb klienta. Ich wysoka jakość wynika z optymalnego zestawienia naturalnych składników, wybieramy to co skuteczne i przyjazne dla zdrowia. Doskonała fryzura jest dla nas równie ważna, co zdrowie włosów czy późniejsze ich układanie. Kombinacja wyczucia smaku oraz profesjonalizmu, dzięki którym oferuję znacznie więcej. Już na pierwszym spotakniu zadbam o to aby ten czas był odprężający i uspokajający, jednocześnie uczestnicy będą mieli możliwość skonsultowania jakie zabiegi są im potrzebne, jak odpowiednio dobrać fryzurę, jak dbać codziennie o włosy i wiele innych.

Manicure

Manicure to zabieg kosetyczny, któremu poddawane są paznokcie u rąk. Manicure stosują osoby, które pragną mieć ładniejsze paznokcie. Zabiegi polegają nie tylko na malowaniu, ale też na wyrównywaniu skórki i pielęgnowaniu paznokci. Klasyczny manicure nie zajmuje wiele czasu. Wystarczy poświęcić kilkanaście minut na opiekę na paznokciem.



Na zajęciach uczestnicy poznają zasady zrobienia manicure domowym sposobem oraz poznają jakie akcesoria używać do dbania o płytkę paznokcia.

Nauka dbania o wizerunek siebie

O dobry wizerunek powinni dbać wszyscy. Pierwsze wrażenie jest niezwykle ważne. Mamo tego wiele osób patrzy na nas kierując się naszym wyglądem i higieną osobistą. Wiele osób uważa również, że ważny jest odpowiedni ubiór jak i świeży oddech. Nie ważne kim jesteś, co robisz w życiu zawsze pokazuj się od jak najlepszej strony. Możesz tylko zyskać: lepszy nastrój, więcej energii i chęci do działania, większa pewność siebie, więcej możliwości.

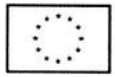
Możesz oczywiście upierać się i zostać przy swoim "naturalnym" wyglądzie, nie dbając absolutnie o to czy masz na sobie pomiętą koszulkę, przetłuszczone włosy czy zanieczyszczoną cerę. Masz pełne prawo nie dbać o siebie. Miej jednak świadomość, że tak jak wszędzie, także i tutaj, każdy wybór przez nas dokonany niesie za sobą jakieś rezultaty.

15 minut dziennie a wiele możesz zdziałać. W ten czas można np. Ułożyć włosy, wyprasować koszulkę, pomalować paznokcie czy nałożyć na twarz makijaż.

Zobaczysz jaka będzie różnica w Twoim samopoczuciu i nastawieniu do ludzi i siebie.

Każdy dzień stanowi okazję, aby świetnie wyglądać i świetnie się czuć. Po prostu zastępujesz na to, aby wyglądać i czuć się świetnie każdego dnia. I najważniejsze: wszystko co robisz, rób dla siebie.

Uczestnicy podczas cyklu spotkań będą mieli możliwość poznania podstawowych zasad dbania o swój własny wizerunek i poprawy samopoczucia.

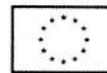


- farbowanie włosów reflekssem,
- pasemka na włosach,
- dekoloryzacja włosów
- koloryzacja flash,
- strzyżenie grzywki,
- modelowanie włosów,
- upięcie włosów,
- i inne – wg potrzeby klienta.

Osobisty rozwój pozwala na świadczenie usług na najwyższym poziomie, monitoruję obecne trendy, rozwiązania technologiczne i techniczne. Zaznaczyć trzeba, że odpowiedni dobór kosmetyków jest również bardzo istotny. Dopasowuję produkt do indywidualnych potrzeb klienta. Ich wysoka jakość wynika z optymalnego zestawienia naturalnych składników, wybieramy to co skuteczne i przyjazne dla zdrowia. Doskonała fryzura jest dla nas równie ważna, co zdrowie włosów czy późniejsze ich układanie. Kombinacja wyczucia smaku oraz profesjonalizmu, dzięki którym oferuję znacznie więcej. Już na pierwszym spotakniu zadbam o to aby ten czas był odprężający i uspokajający, jednocześnie uczestnicy będą mieli możliwość skonsultowania jakie zabiegi są im potrzebne, jak odpowiednio dobrać fryzurę, jak dbać codziennie o włosy i wiele innych.

Manicure

Manicure to zabieg kosetyczny, któremu poddawane są paznokcie u rąk. Manicure stosują osoby, które pragną mieć ładniejsze paznokcie. Zabiegi polegają nie tylko na malowaniu, ale też na wyrównywaniu skórki i pielęgnowaniu paznokci. Klasyczny manicure nie zajmuje wiele czasu. Wystarczy poświęcić kilkanaście minut na opiekę na paznokciem.



KATALOG USŁUG PSYCHOTERAPELTY SYSTEMOWEGO

Do sześć kilkanaście lat temu niewiele zapytanych osób umiałoby odpowiedzieć na pytanie, na czym polega psychoterapia i kiedy człowiek powinien skorzystać z tej formy pomocy.

Wydaje się jednak, że obecnie ta sytuacja się zmienia i coraz więcej osób ma świadomość, czym jest kontakt terapeutyczny - niektórzy doświadczyli go osobiście, inni wiedzą coś na temat z relacji bliskich albo z mediów. Istnieje jednak taka forma terapii, o której istnieniu większość z nas nie ma pojęcia: chodzi o systemową terapię rodzin. Terapeuta często nadal musi tłumaczyć zasadność takich metod pracy zaskoczonym rodzicom, którzy zgłosili na wizytę u psychologa swoje dziecko, a po jej zakończeniu usłyszeli, że na następne spotkanie dobrze byłoby przyjść całą rodziną. O co więc chodzi? Na czym polega systemowa terapia rodzin i kiedy należy ją zastosować?

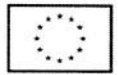
Terapeuci zaczęli zauważać, że bardzo często osoba przychodząca na terapię czy, jak ma to miejsce w przypadku dzieci i stosunkowo często także adolescentów, zgłaszana do niej, ma objawy, które mogą sugerować, że jej problemy mają coś wspólnego ze środowiskiem, w jakim żyje. Mówiąc inaczej, czasem jest tak, że nawet niewielkie trudności związane ze sposobem funkcjonowania danej rodziny mogą w konsekwencji prowadzić do wyraźnych, a często nawet masywnych problemów jednego z jej członków. W takich wypadkach praca terapeutyczna jedynie z osobą zidentyfikowaną jako pacjent nie przyniesie pełnego efektu, gdyż objawy będą nadal podtrzymywane przez określony sposób funkcjonowania tej rodziny.

Konkretne zachowania mogą bowiem odbiegać od przyjętych społecznie norm i z tego powodu działać destrukcyjnie w życiu ujawniającej je osoby, ale z drugiej strony te same zachowania w niektórych sytuacjach stają się nie tylko całkowicie zrozumiałe, ale wręcz konieczne w kontekście funkcjonowania określonej rodziny.

W psychoterapii systemowej rodzinę traktuje się jako system, dla którego znajdują zastosowanie wszystkie prawa ogólnej teorii systemów, wykorzystywanej w wielu dyscyplinach nauki. Jeśli więc w jakimkolwiek punkcie systemu pojawiają się problemy, to zakłada się, że dotyczą one całego systemu. Jeśli pragniemy zmienić jakiś element systemu, zmianie ulegną wszystkie pozostałe, itd.

Najprostszym przykładem obrazującym takie zjawisko jest sytuacja, w której jedno z dzieci sprawia duże trudności wychowawcze, np. wagaruje, jest agresywne, próbuje substancji odurzających. W takiej rodzinie uwaga wszystkich jej pozostałych członków zostaje w znacznej mierze zaprzętnięta problemami wychowanka. Większość prowadzonych rozmów w domu zaczyna stopniowo dotyczyć przede wszystkim ostatnich wyczynów podopiecznego. Rodzice zdają sobie wzajemnie relacji z tego, co powiedział wychowawca w szkole, w jakim podejrzanym miejscu dziecko było ostatnio widziane przez sąsiadkę itd. Jeśli w tej rodzinie wychowuje się więcej dzieci i na nie często rodzice delegują część odpowiedzialności za pilnowanie sprawiającego kłopoty. W konsekwencji więc cała rodzina jednoczy się wokół wspólnego problemu, co daje poczucie pewnego rodzaju bliskości, a także wzmacnia poczucie przynależności i wzajemnej zależności.

Jeśli w tej sytuacji obok dziecka bądź nastolatka w gabinecie terapeutycznym pojawią się wraz z nim wszyscy jego bliscy, to pomoc psychoterapeutyczna będzie znacznie bardziej



efektywna. Prawdopodobnie w toku terapii okaże się, że jego zachowanie było niejako potrzebne tej rodzinie, by mogła ona jako określony system przetrwać kryzys. Może się na przykład okazać, że problemy dziecka maskowały występujące w tej rodzinie duże trudności z okazywaniem sobie bliskości i przywiązania. W takiej sytuacji wspólne koncentrowanie się na problemie „złego zachowania” dało możliwość prowadzenia jakichkolwiek rozmów, wymiany poglądów, okazywanie sobie troski. Jeśli popatrzymy na zachowanie dziecka z tej perspektywy, to okazało się ono niezwykle funkcjonalne: z jednej strony dało rodzinie szansę na jakąkolwiek formę bliskości, z drugiej, finalnie, przywiodło ją do gabinetu psychoterapeutycznego, w którym możliwe jest wypracowanie trwałej zmiany funkcjonowania tego systemu rodzinnego, a w konsekwencji wygaśnięcie niepotrzebnych już wówczas niepokojących zachowań dziecka .

W jaki sposób więc możliwe jest zaistnienie takiej zmiany? Jakimi metodami pracuje się w terapii systemowej rodzin?

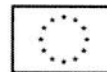
Psychoterapeuci (z rodziną bowiem na sesjach zawsze powinno pracować dwoje terapeutów) próbują określić, w jakim momencie cyklu życia rodzinnego znajduje się dana rodzina i czy przypadkiem kryzys dotykający ją nie jest czymś całkowicie prawidłowym na danym etapie jej rozwoju.

Terapeuci określają także strukturę rodziny, role – często wcale nie tak oczywiste- odgrywane w danym systemie przez poszczególnych jej członków. Wspólnie poznaje się także związki rodziców ze swoimi rodzinami pochodzenia, wzorce rodzinne wniesione przez nich do nowej rodziny i funkcjonujące w ich umysłach rodzinne mity. Często już na tym etapie rodzina zaczyna zauważać, że nękające ją problemy są spójne z doświadczeniami wcześniejszych pokoleń i w jakiś sposób przez nie warunkowane. Taką refleksja wielokrotnie wystarcza do zmiany funkcjonowania rodziny i dodatkowo silnie ją do niej motywuje.

inną przyczyną trudności może okazać się określony, używany przez rodzinę wzorec komunikacji, przy czym za komunikat uznaje się także objawy członka rodziny zgłaszanego do terapii oraz zachowania i nawyki wszystkich pozostałych członków rodziny. W toku terapii psychoterapeuta stara się wtedy nauczyć rodzinę innego, bardziej funkcjonalnego sposobu przekazywania sobie informacji.

Wreszcie uwaga terapeuty i rodziny skupia się także na stosowanych w rodzinnym systemie strategiach. Często bowiem to właśnie brak elastyczności w ich repertuarze jest odpowiedzialny za zaistniałe problemy. Sztywność używanych strategii przy jednoczesnej zmianie zaistniałej w środowisku funkcjonowania rodziny, bądź też w niej samej na przykład na skutek pojawienia się lub odejścia poszczególnych członków albo wówczas, gdy wchodzi ona w inny moment cyklu rozwojowego powoduje najczęściej, że okazują się one całkowicie zawodne. Praca terapeutyczna skupia się w takim wypadku na wypracowaniu nowych, dostosowanych do zaistniałej zmiany, technik rozwiązywania problemów i układania rodzinnej codzienności.

Terapia systemowa pozwala nie tylko uporać się z nękającym rodzinę problemem, ale często jest dla jej członków bardzo ciekawym doświadczeniem, które pozwala każdemu z nich funkcjonować znacznie lepiej i czerpać z życia więcej satysfakcji. Dla rodziny terapia stanowi doświadczenie pogłębiające lub umożliwiająca wzajemne zrozumienie i wzmacniające więzi w sposób niezagrażający autonomii osób ją tworzących. Często w czasie terapii rodzina po raz pierwszy zaczyna odczuwać satysfakcję z możliwości funkcjonowania właśnie w takim



składzie, a poszczególne osoby tworzące ją, zaczynają w rodzinie widzieć swoją siłę a nie przeszkodę w rozwoju osobistym.

Psychoterapia systemowa

Psychoterapia systemowa to grupa szkół terapeutycznych inspirowanych psychologią systemową oraz ogólną teorią systemów. Nurt w psychoterapii, zwany także interakcyjnym, jego rozwój przypada na lata 40. i 50. w USA.

Przyczynowość w teorii systemów ma charakter cyrkularny, a nie liniowy (przyczynowo-skutkowy). Cyrkularny oznacza, że "a" powoduje "b", które wpływa na "c", które zwrótnie oddziałuje na "a".

W ramach psychoterapii systemowej dokonuje się różnych podziałów. Kurt Ludewig (1995) proponuje podział na trzy szkoły terapii systemowej:

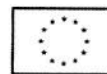
- strukturalną,
- strategiczną,
- systemową;

natomiast Nichols (1984):

- komunikacyjną,
- strukturalną,
- strategiczną.

Spis treści

- 1 Teoria Systemów Rodzinnych Murraya Bowena
 - 1.1 Założenia teoretyczne
 - 1.2 Cele terapii
 - 1.3 Techniki terapeutyczne
- 2 Strukturalna Terapia Rodzin S. Minuchina
 - 2.1 Założenia teoretyczne
 - 2.2 Cele terapii
 - 2.3 Techniki terapeutyczne
- 3 Strategiczna Terapia Rodzin (Jay Haley, Cloe Madanes)
 - 3.1 Założenia teoretyczne
 - 3.2 Cele terapii
 - 3.3 Techniki terapeutyczne
- 4 Systemowo komunikacyjna terapia rodzin
 - 4.1 Założenia teoretyczne
 - 4.2 Aksjomaty komunikacji – Watzlawick
 - 4.3 Typy komunikowania się według Watzlawick
- 5 Bibliografia



Teoria Systemów Rodzinnych Murraya Bowena

Założenia teoretyczne

- System może funkcjonować na różnych poziomach efektywności – od poziomu optymalnego po dysfunkcjonalny.

Najistotniejsze mechanizmy i pojęcia tego ujęcia to:

- **Poziom zróżnicowania ja** każdego człowieka można opisać na kontinuum od fuzji (z systemem rodziny pochodzenia) do zróżnicowania.

twale-ja pseudo-ja nie-ja
(*solid self*) (*pseudo self*) (*no self*)

Tendencje symbiotyczne można traktować jako przejaw przewlekłego zaburzenia równowagi sił w relacjach rodzinnych. Związki partnerskie są zazwyczaj zawierane z osobami o podobnych poziomach zróżnicowania ja.

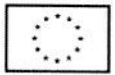
- **System emocjonalny rodziny nuklearnej** czyli taki, w którym partnerów charakteryzuje stopień zróżnicowania ja w drugim przedziale skali, podjęli wysiłek, aby funkcjonować bardziej autonomicznie od rodziców, mogli funkcjonować dostatecznie dobrze, dopóki ich relacje pozostawały powierzchowne dokonali fuzji swoich niepełnych ja – posługują się mechanizmem emocjonalnego dystansu dla utrzymywania stabilności.
- Im mniejszy stopień zróżnicowania ja, tym większa tendencja, by, przy wzroście napięcia, niepokoju wciągać osobę trzecią do relacji by zneutralizować lęk – jest to tendencja tworzenia trójkątów .
- **Proces projekcji rodzinnej** to przenoszenie na dzieci niezróżnicowanego ja; tzw. transmisja wielopokoleniowa.

Cele terapii

- inicjowanie i obserwacja eksternalizacji,
- różnicowanie ja.

Techniki terapeutyczne

Genogram , sięganie do poprzednich generacji.



Strukturalna Terapia Rodzin S. Minuchina

Założenia teoretyczne

Najistotniejsze mechanizmy i pojęcia tego podejścia to:

- *Rodzina* jest otwartym systemem społeczno-kulturowym, do optymalnego funkcjonowania niezbędna jest równowaga między poczuciem ja a przynależnością do rodziny.
- Nacisk kładzie się na *strukturę*, czyli sieć wymagań funkcjonalnych (o stałych cechach), które warunkują interakcje.
- Konieczne jest utrzymanie pewnej hierarchii, zaburzenie następuje wówczas, gdy struktura rodziny jest za mało elastyczna, uniemożliwiająca jej przystosowanie się do zmian rozwojowych lub wymogów otoczenia.
- Symbol zdrowia stanowią możliwości adaptacyjne jednostki i systemu.
- Granice, koalicje, podsystemy – różnicują i rozwijają system.

Cele terapii

Zmiana struktury rodziny (w sytuacji kryzysu), zmiana granic (zbyt płynnych lub zbyt sztywnych).

Techniki terapeutyczne

Przewartościowanie, wprowadzenie nowych informacji (uzyskanie odmiennej perspektywy poznawczej ułatwiający rodzinie nowy sposób odnoszenia się), odtwarzanie interakcji, restrukturyzacja – zakreślenie granic – wyjaśnianie i modyfikacja interakcji.

Strategiczna Terapia Rodzin (Jay Haley, Cloe Madanes)

Założenia teoretyczne

W ujęciu tym najistotniejsze jest odejście od tradycyjnej terminologii.

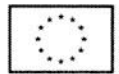
Patologia

- *trudności* to niepożądane stany rzeczy
- *objawy zaburzeń psychicznych* są wyrazem tendencji homeostatycznych
- *problemy* powstają w wyniku niewłaściwego radzenia sobie z trudnościami
- *zmiana* jednego z członków systemu zależy od zmiany systemu
- wgląd nie jest potrzebny do zmiany
- *problemy* są rozumiane w kontekście, w którym występują i poprzez funkcję jaką pełnią.

Za zgodność

Zożyłatam

2018-02-28



Sposoby stwarzania sobie problemów

- zaprzeczanie istnieniu trudności,
- usiłowanie rozwiązania tego, czego nie da się rozwiązać,
- fiksacja na złym rozwiązaniu

Perwersyjny trójkąt

- Pojęcie wprowadzone, aby oznaczyć koalicja dwóch osób z różnych generacji przeciw trzeciej osobie. Przy takiej koalicji negowane jest jej istnienie.

Cele terapii

Cel terapii określa się według możliwości jego osiągnięcia; powinien być konkretny, osiągalny, realny, ograniczony.

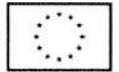
Techniki terapeutyczne

4 kroki rozwiązywania problemu:

1. zdefiniowanie problemu w konkretnych kategoriach
2. zbadanie dotychczasowych rozwiązań
3. zdefiniowanie celu dla każdego z członków rodziny
4. zbudowanie i propozycja interwencji

W efektywnie dyrektywy nie powinny być podawane w formie prostych rad, ponieważ pacjenci mają małą kontrolę racjonalną nad własnymi zachowaniami. Po to, aby zadanie dla rodziny było dobrze sformułowane, terapeuta powinien wiedzieć: co ma być zmienione i w jakim kierunku oraz jakich prób, które ostatecznie okazały się nieskuteczne dokonywała rodzina w celu rozwiązania trudności.

Terapia strategiczna jest terapią krótkoterminową, czasem trwającą 2 sesje. Jest nastawiona pragmatycznie, a terapeuta koncentruje się na objawach. Opór w trakcie terapii jest omijany, lub wykorzystywany. Terapeuta powinien być aktywny, zaangażowany, odpowiedzialny za wprowadzane zmiany i kreatywny.



Systemowo komunikacyjna terapia rodzin

Podejście systemowo – komunikacyjne rozwijano w Mental Research Institute (MRI) w Palo Alto w Kalifornii w latach 50. XX wieku w zespole: Don Jackson, Jules Riskin, Virginia Satir, Jay Haley, John Weakland, Paul Watzlawick, Gregory Bateson. Stworzyli podstawy teoretyczne dla wszystkich "podejść systemowych".

Założenia teoretyczne

Rodzina, według podejścia systemowo – komunikacyjnego to system otwarty, zdolny do homeostazy. W terapii pomijane są procesy intrapsychiczne poszczególnych członków, natomiast istotna jest komunikacja w systemie.

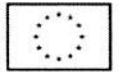
Patologia jest rozumiana jako zaburzenie całego układu rodzinnego.

Pojęcie systemu nie jest jednoznaczne z sumą jego elementów. Charakteryzuje go:

- **ekwifinalność** – ten sam stan końcowy, może zostać osiągnięty różnymi drogami i metodami przy różnych warunkach wyjściowych,
- **ekwipotencjalność** – różne stany końcowe mogą być osiągnięte przy takich samych warunkach początkowych.

Aksjomaty komunikacji – Watzlawick

1. Każde zachowanie jest komunikatem: w grupie dwóch osób, które zachowują świadomość zawsze zachodzi komunikacja.
2. Każdy komunikat posiada dwa aspekty: treści i relacji.
 - KOMUNIKAT = TREŚĆ + ASPEKT RELACYJNY
 - Aspekt treści – przekazuje treść; w rodzinach zdrowych przeważa nad aspektem relacyjnym;
 - Aspekt relacji – określa charakter relacji pomiędzy osobami; rządzą nim reguły nie do końca świadome, określające: Kto? Kiedy? Do kogo? Co? może powiedzieć; przeważa nad aspektem treściowym w rodzinach zaburzonych.
3. Istotą relacji jest subiektywnie widziana przyczynowość. Interakcja nie ma obiektywnego początku, ani przyczyny. To, co się za taką przyczynę uważa, to subiektywna punktacja sekwencji zdarzeń (komunikatów).
4. Interakcje mają charakter:
 - komplementarny – jedna osoba wymaga, poucza, kontroluje, itd., druga – podporządkowuje się (relacja typu pacjent lekarz)
 - symetryczny – pozycja równości osób, dążenie do wzajemnego odzwierciedlenia zachowań (relacja osób o tym samym poziomie wiedzy wymieniających się doświadczeniami, np. relacja zegarmistrz-zegarmistrz).



Typy komunikowania się według Watzlawick

Analogowy

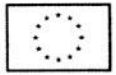
- Język zmiany
- Komunikacja niewerbalna
- Lepiej informuje o ustosunkowaniu, ale w niejednoznaczny sposób
- Dotyczy symboli i fantazji
- Półkula odpowiedzialna: prawa

Cyfrowy

- Język logiki i racji
- Komunikacja werbalna
- Półkula odpowiedzialna: lewa
- Typowy dla tradycyjnej terapii

Teoria systemowo – komunikacyjna wprowadziła pojęcie **podwójnego wiązania** (double bind). Zjawisko podwójnego wiązania występuje w rodzinie, gdzie jedna z osób otrzymuje dwie sprzeczne komunikaty – komunikat na poziomie werbalnym różni się od niewerbalnego, np. „Miło Cię widzieć” i brak uśmiechu. Wybranie jakiegokolwiek komunikatu grozi karą, a brak miłości, gniewem lub złością. „Ofiara” podwójnego wiązania, często jest to dziecko, nie może się wycofać z relacji.

Za zgodność z oryginałem
2018-07-28



KATALOG USŁUG PRAWNIKA

Spotkania z prawnikiem będą się odbywały zarówno w grupach, jak i będą obejmowały spotkania indywidualne. Efektem spotkań grupowych ma być zaznajomienie uczestników z zagadnieniami dotyczącymi prawnej strony związanej z ich niepełnosprawnością oraz nauczenie praktycznego stosowania zdobytej wiedzy, zaś celem spotkań indywidualnych będzie pomoc w rozwiązaniu indywidualnych problemów prawnych – będzie to rodzaj porady prawnej, w trakcie której :

- uczestnik będzie mógł przedstawić swój problem oraz oczekiwania rozwiązania problemu
- uczestnik zostanie poinformowany o obowiązującym stanie prawnym, przysługujących mu uprawnieniach lub o spoczywających na nim obowiązkach
- wskazany zostanie sposób rozwiązania problemu prawnego
- udzielona zostanie pomoc w ewentualnym sporządzeniu projektu pisma , z wyłączeniem jednak pism w już trwających postępowaniach sądowych lub postępowaniu sądownoadministracyjnym
- udzielona zostanie pomoc w sporządzeniu projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowych lub sądownoadministracyjnym

Dziedziny prawa, w których prawnik pomoże w rozwiązaniu indywidualnych problemów prawnych:

a/ prawo cywilne, w tym:

- prawo rzeczowe
- prawo spadkowe

b/ prawo rodzinne, w tym:

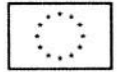
- sprawy związane z rozwodem
- sprawy związane z separacją
- sprawy związane z alimentami

c/ prawo pracy

d/ sprawy związane z rozpoczęciem działalności gospodarczej

Za zgodność
z oryginałem

2018-02-26



Czas pracy osoby niepełnosprawnej zależy od orzeczenia stopnia niepełnosprawności.

- przy lekkim stopniu czas pracy nie może przekraczać 8 godzin na dobę 40 godzin tygodniowo
- przy znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności czas pracy nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo.

Wskazany wymiar czasu pracy musi być stosowany od następnego dnia po przedstawieniu pracodawcy orzeczenia o niepełnosprawności.

Osoba niepełnosprawna nie może być zatrudniona w porze nocnej i w godzinach nadliczbowych. Zakazu tego nie stosuje się w dwóch przypadkach:

- w stosunku do osób zatrudnionych przy pilnowaniu,
- w przypadku gdy na wniosek osoby zatrudnionej lekarz przeprowadzający badanie profilaktyczne lub z powodu jego nieobecności lekarz sprawujący opiekę nad daną osobą wyrazi na to zgodę. Koszt tych badań ponosi pracodawca.

Osoba niepełnosprawna ma prawo do dodatkowej przerwy w pracy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek. Czas dodatkowej przerwy wynosi 15 minut i jest wliczany do czasu pracy (dodatkowa przerwa 15 minut + 15 minut przerwy, wynikające z Kodeksu pracy = 30 minut przerwy).

2. DODATKOWY URLOP

Osobie mającej znaczny i umiarkowany stopień niepełnosprawności przysługuje dodatkowy urlop wypoczynkowy - 10 dni roboczych w roku kalendarzowym.

Urlop ten nie będzie przysługiwał, gdy pracownik ma prawo do urlopu wypoczynkowego w wymiarze przekraczającym 26 dni roboczych (np. nauczyciele) lub do urlopu dodatkowego na podstawie odrębnych przepisów (np. urlopy dla sędziów).

Gdy wymiar takiego urlopu jest niższy niż 10 dni roboczych, zamiast niego przysługuje urlop dodatkowy w wymiarze wskazanym w ustawie, czyli 10 dni roboczych.

Prawa do pierwszego dodatkowego urlopu pracownik niepełnosprawny nabywa po przepracowaniu roku po dniu orzeczenia znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności.

Podstawa

Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych z 27 sierpnia 1997 r. (tekst jedn. Dz. U. z 2008 r. nr 14 poz. 92) i Rozporządzenie Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z 22 maja 2003 r. w sprawie szczegółowych zasad udzielania zwolnień od pracy osobom o znacznym i umiarkowanym stopniu niepełnosprawności w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym (Dz. U. z dnia 5 czerwca 2003 r. Nr 100, poz. 927).

prawna:

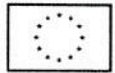
3. PŁATNE ZWOLNIENIA Z PRACY

Pracownicy o znacznym i umiarkowanym stopniu niepełnosprawności mają prawo do zwolnienia od pracy z zachowaniem wynagrodzenia, które oblicza się jak ekwiwalent pieniężny za urlop wypoczynkowy:

- w celu wykonania badań specjalistycznych, zabiegów leczniczych lub usprawniających, a także w celu uzyskania zaopatrzenia ortopedycznego lub jego naprawy, jeżeli czynności te nie mogą być wykonane poza godzinami pracy (np. ze względu na godziny funkcjonowania zakładu opieki zdrowotnej),
- w wymiarze do 21 dni roboczych w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym, nie częściej jednak niż raz do roku.

Szczególnym prawem osób niepełnosprawnych w pracy jest prawo do ochrony przed dyskryminacją. Zgodnie z art. 113 Kodeksu pracy, niedopuszczalna jest jakakolwiek

Za zgodność
z oryginałem



dyskryminacja w stosunkach pracy, w szczególności ze względu na płeć, wiek, niepełnosprawność, rasę, narodowość, orientację seksualną, przekonania, zwłaszcza polityczne lub religijne, oraz przynależność związkową.

IV Omówienie zasad związanych z zawieszeniem rent z tytułu niezdolności do pracy i emerytur w przypadku osiągnięcia innych dochodów

Podstawa prawna:

Art. 103 i 104 Ustawy z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 39, poz. 353.).

Ustawy z 27 czerwca 2003 r. o rencie socjalnej (Dz.U. z 2003 r. Nr 135 poz. 1268)

V Omówienie sposobów znalezienia pracy przez osoby niepełnosprawne:

- otwarty rynek pracy
- chroniony rynek pracy – zatrudnienie w warsztatach pracy chronionej
- zakłady aktywności zawodowej
- warsztaty terapii zajęciowej
- szkolenie osób niepełnosprawnych

Milena Cicho - Sybca

Za zgodność
z oryginałem

2018-02-26



**Zestawienie ankiet początkowych
testowania innowacji „Mobilny punkt wsparcia”
nr umowy ZS-II-42.16.9.2017**

Czy kiedykolwiek uczestniczyli Państwo w podobnym pomysle?

Ilość i możliwe odpowiedzi

0 – tak, 10 – nie

Czy czuje potrzebę uczestnictwa w pomysle?

Ilość i możliwe odpowiedzi

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że zaproponowane usługi są wystarczające?

Ilość i możliwe odpowiedzi

7 – tak, 3 - nie

Czy uważają Państwo, że zaproponowany czas dla każdego z uczestników jest wystarczający?

Ilość i możliwe odpowiedzi

7 – tak, 3 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z psychoterapeutą pozwolą na przełamanie barier psychologicznych, niechęci?

10 – tak, 0 – nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z opiekunem personalnym zwiększą samodzielność i umiejętność radzenia sobie z własnymi ograniczeniami?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z prawnikiem pozwolą Państwu poznać zagadnienia związane z niepełnosprawnością?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z osobą do spraw wizerunku pozwolą Państwu poznać zagadnienia związane z dbałością o swój wygląd?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że wyjazd do instytucji zajmującej się osobami niepełnosprawnymi wzmocni chęć do dalszych działań?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że fotograf uchwyci Państwa zmianę po zastosowanych działaniach?

10 – tak, 0 - nie

2018-07-25



Interpretując ankiety początkowe:

Grupę docelową stanowi 10 osób niepełnosprawnych z orzeczeniem o niepełnosprawności, w tym 2 kobiety i 8 mężczyzn.
6 osób mieszka na wsi, a 4 w mieście.

Nikt wcześniej nie uczestniczył w podobnym pomysle/w testowaniu innowacji. Wszyscy czują potrzebę uczestnictwa i uważają, że spotkania ze specjalistami (psychoterapeutą opiekunem personalnym, prawnikiem oraz osobą ds. wizerunku) przyniosą im określone korzyści.

10 osób uważa, że spotkania z psychoterapeutą pozwoli im na przełamanie barier psychologicznych, niechęci.

10 osób uważa, że spotkania z opiekunem personalnym zwiększy samodzielność i umiejętność radzenia sobie z własnymi ograniczeniami.

10 osób uważa, że spotkania z prawnikiem pozwoli im poznać zagadnienia związane z niepełnosprawnością.

10 osób uważa, że spotkania z osobą do spraw wizerunku pozwoli im poznać zagadnienia związane z dbałością o swój wygląd.

Wszyscy uczestnicy uważają również, że wyjazd do instytucji zajmującej się osobami niepełnosprawnymi wzmocni chęć do ich dalszych działań, a fotograf uchwyci ich zmianę po zastosowanych działaniach.

Za zgodność
z oryginałem



**Zestawienie ankiet początkowych
testowania innowacji „Mobilny punkt wsparcia”
nr umowy ZS-II-42.16.9.2017**

Czy kiedykolwiek uczestniczyli Państwo w podobnym pomysle?

Ilość i możliwe odpowiedzi

0 – tak, 10 – nie

Czy czuje potrzebę uczestnictwa w pomysle?

Ilość i możliwe odpowiedzi

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że zaproponowane usługi są wystarczające?

Ilość i możliwe odpowiedzi

7 – tak, 3 - nie

Czy uważają Państwo, że zaproponowany czas dla każdego z uczestników jest wystarczający?

Ilość i możliwe odpowiedzi

7 – tak, 3 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z psychoterapeutą pozwolą na przełamanie barier psychologicznych, niechęci?

10 – tak, 0 – nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z opiekunem personalnym zwiększą samodzielność i umiejętność radzenia sobie z własnymi ograniczeniami?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z prawnikiem pozwolą Państwu poznać zagadnienia związane z niepełnosprawnością?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że spotkania z osobą do spraw wizerunku pozwolą Państwu poznać zagadnienia związane z dbałością o swój wygląd?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że wyjazd do instytucji zajmującej się osobami niepełnosprawnymi wzmocni chęć do dalszych działań?

10 – tak, 0 - nie

Czy uważają Państwo, że fotograf uchwyci Państwa zmianę po zastosowanych działaniach?

10 – tak, 0 - nie

Za zgodność
z oryginałem 2018-02-26



Interpretując ankiety początkowe:

Grupę docelową stanowi 10 osób niepełnosprawnych z orzeczeniem o niepełnosprawności, w tym 2 kobiety i 8 mężczyzn.
6 osób mieszka na wsi, a 4 w mieście.

Nikt wcześniej nie uczestniczył w podobnym pomysłach/w testowaniu innowacji. Wszyscy czują potrzebę uczestnictwa i uważają, że spotkania ze specjalistami (psychoterapeutą opiekunem personalnym, prawnikiem oraz osobą ds. wizerunku) przyniosą im określone korzyści.

10 osób uważa, że spotkania z psychoterapeutą pozwolą im na przełamanie barier psychologicznych, niechęci.

10 osób uważa, że spotkania z opiekunem personalnym zwiększą samodzielność i umiejętność radzenia sobie z własnymi ograniczeniami.

10 osób uważa, że spotkania z prawnikiem pozwolą im poznać zagadnienia związane z niepełnosprawnością.

10 osób uważa, że spotkania z osobą ds. spraw wizerunku pozwolą im poznać zagadnienia związane z dbałością o swój wygląd.

Wszyscy uczestnicy uważają również, że wyjazd do instytucji zajmującej się osobami niepełnosprawnymi wzmocni chęć do ich dalszych działań, a fotograf uchwyci ich zmianę po zastosowanych działaniach.

Za zgodność
z oryginałem

2018-07-26