



prostovoljstvo.org



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad

REVIJA SLOVENSKE MREŽE PROSTOVOLJSKIH ORGANIZACIJ

ODPRTA CONA



Številka 13, maj 2014
www.prostovoljstvo.org

ZAKAJ PROSTOVOLJSTVO V BOLNIŠNICAH?

Na Slovenski filantropiji smo že večkrat naleteli na vprašanje, zakaj pravzaprav spodbujamo delovanje prostovoljcev v bolnišnicah, ko pa so javni zavodi vendar dolžni zagotavljati pacientom poleg zdravljenja tudi vso oskrbo in nego, ki jo potrebujejo. Kaj naj bi torej v bolnišnici kot javnem zavodu počeli prostovoljci, če pa mora zaposleno osebje opravljati svoje obveznosti, plačane z javnimi sredstvi? Odgovor je zelo preprost. Prostovoljci namreč v bolnišnicah ne opravljajo dela zaposlenih, saj za to niso usposobljeni, ampak lahko prinašajo **dodano vrednost** v življenje bolnikov. Njihovo delo prispeva h **kakovosti bivanja v bolnišnici** , k **blaženju stisk pacientov** in **preprečuje malodušje** tistih, ki v ustanovah ostajajo dlje časa. Prostovoljci so tudi dragoceni **spremljevalci umirajočih in njihovih svojcev** , ki jim nudijo oporo v težkih trenutkih. Na mnoge oddelke bolnišnic prinašajo **veselje in smeh** , pri čemer prostovoljecem pogosto pomagajo tudi živalski prijatelji, posebej usposobljeni za terapijske stike z bolniki.

Prostovoljci lahko v bolnišnicah opravljajo le tiste naloge, ki so opredeljene v prostovoljskih programih bolnišnic in predstavljajo nadstandardne storitvam, ki jih zagotavljajo bolnišnice. Zakon

o prostovoljstvu postavlja okvire za delovanje prostovoljcev v javnih zavodih, s čimer smo zelo zadovoljni, saj ti okviri pomenijo zaščito zaposlenih na eni strani in zaščito prostovoljcev na drugi. **Prostovoljci tako ne smejo posegati na področje dela zaposlenih, zaposleni pa svojega dela ne smejo prelagati na prostovoljce.** V prispevkih prostovoljcev v nadaljevanju boste lahko našli vrsto opravil, s katerimi prostovoljci prinašajo dobro počutje med bolnike, pa tudi njihove svojce, pri čemer prožno dopolnjujejo profesionalno oskrbo zaposlenih, ne da bi posegali v njihove delovne obveznosti.

S tokratno Odprto cono si prizadevamo resnično **odpreti prostor za razvoj prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah** , ki se doslej še niso odločile za ta korak, in razširiti pogled na nove možnosti, ki jih prinaša sodobni način življenja in z njim povezane družbene spremembe. Vsem bolnišnicam, ki še tehtajo argumente in pomisleke za uvedbo prostovoljstva, namenjamo povabilo, da se z vsemi odprtimi vprašanji obrnejo neposredno na Slovensko filantropijo.

Prijazno vabljeni k branju in razvoju prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah!

Vsebina:

Zakaj prostovoljstvo v bolnišnicah	02
Forum o prostovoljstvu v bolnišnicah 2013	03
Prostovoljno delo v bolnišnicah v Sloveniji – preteklost	05
Prostovoljstvo v slovenskih bolnišnicah danes	07
Priložnosti razvoja prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah	09
Pravna podlaga za vzpostavitev prostovoljstva v bolnišnici	10
Prostovoljsko delo dijakov Srednje zdravstvene šole v Splošni bolnišnici Novo mesto	11
Grafični prikaz prostovoljstva v SB Novo mesto	12
Kaj mi pomeni prostovoljno delo – dve zgodbi dijakin iz Novega mesta	13
Prostovoljstvo v Slovenskem društvu hospic	14
Prostovoljstvo Zavoda za terapijo s pomočjo psov - PET	16
Utrinek	18
Zahvala družine prostovoljcem Zavoda PET	18
Prostovoljstvo Društva študentov medicine Maribor	19
Vzpostavitev in prenehanje prostovoljstva na Psihiatrični kliniki Ljubljana	21
Prostovoljstvo na Onkološkem inštitutu – zakaj se je včasih zatikalo	22
Zgodbe prostovoljcev na Onkološkem inštitutu	25
Pogled drugam – Irska	27
Pomoč bolnišnicam pri vzpostavljanju prostovoljstva	29
Pesem	31

FORUM O PROSTOVOLJSTVU V BOLNIŠNICAH 2013

Nevenka Alja Gerl

strokovna sodelavka za področje razvijanja prostovoljstva v javnih zavodih Slovenska filantropija

Izhodišča za Odprto cono o prostovoljstvu v bolnišnicah je postavil Forum o prostovoljstvu v bolnišnicah, ki ga je Slovenska filantropija v sodelovanju z Mestno občino Maribor organizirala 15. 11. 2013. Namenjen je bil spodbujanju in razvoju prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah, predstavitev uspešnih primerov prostovoljskih aktivnosti v zdravstvu, informiranju in ozaveščanju vodstvenih struktur v bolnišnicah o priložnostih, ki jih prinaša organizirano prostovoljstvo, podpori mentorjem in koordinatorjem prostovoljcev v bolnišnicah ter ozaveščanju širše javnosti o vlogi in pomenu prostovoljstva na tem področju.

K sodelovanju smo povabili prostovoljce in strokovne sodelavce bolnišnic, ki imajo organizirano prostovoljstvo, ter nevladne organizacije in strokovnjake na tem področju. Program foruma smo tako ustvarili skupaj z njimi, na dogodku samem pa so kot nosilci posameznih tem sodelovali: Zdenka Tičar z Ministrstva RS za zdravje, Carolyn Roe in Niamh Moore, koordinatorici prostovoljcev v Our Lady Hospice & Care Services (OLH) v Dublinu na Irskem,

Tatjana Samec, prostovoljka na Onkološkem inštitutu, Slavica Ravnik, nekdanja koordinatorica prostovoljcev na Psihiatrični kliniki Ljubljana, Mira Iskrač, Sonja Vrabl, Natalija Bračko in Irena Podjed iz Slovenskega društva hospic, Tadej Jalšovec in Suzana Bračič iz Društva študentov medicine Maribor ter Nevenka Alja Gerl in Primož Jamšek s Slovenske filantropije. Forumu se je poleg izvajalcev programa udeležilo 48 drugih udeležencev, kar pomeni, da se je na forumu, skupaj z dr. Andrejem Fištravcem, županom MO Maribor, ki je v imenu občine gostiteljice nagovoril udeležence, srečalo 62 udeležencev.

V plenarnem delu so se udeleženci seznanili s pregledom aktualnega stanja prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah, s priložnostmi za razvoj na tem področju, ki jih ustvarjajo spreminjajoče se družbene razmere, pa tudi s pomisleki in ovirami, ki se pojavljajo pri razvoju prostovoljstva v bolnišnicah in ga lahko tudi ogrozijo. Posebno pozornost udeležencev sta pritegnili gostji z Irske, ki sta predstavili široko paleto prostovoljskih aktivnosti v hospicu v Dublinu, kjer prostovoljci izvajajo tudi različne podporne programe za paciente izven bolnišničnega prostora.

Popoldanski program je potekal v tematskih skupinah, ki so predstavile pravne podlage za vzpostavitev prostovoljstva v bolnišnici, prostovoljske projekte in načrte Društva študentov medicine Maribor, prostovoljstvo v Slovenskem društvu hospic ter omogočile podrobnejši vpogled v izkušnje irskih koordinatoric iz OLH. V sklepnem delu so udeleženci foruma oblikovali nekaj skupnih ugotovitev.

- Prostovoljstvo v bolnišnicah je v veliki meri odvisno od navdušenja posameznikov oz. posameznic, zaposlenih v bolnišnicah, ki jim uspe prepričati vodstva bolnišnic za začetek organiziranega prostovoljstva.
- Vodstva bolnišnic večinoma malo poznajo prostovoljstvo in ne prepoznavajo priložnosti, ki jih prinaša prostovoljstvo v delovanje bolnišnice. Pomisleki se porajajo ob opredeljevanju vloge prostovoljcev v bolnišnici, ob ločevanju med delom zaposlenih in prostovoljcev, ob zagotavljanju koordiniranja, usposabljanju, ob formalnih



okvirih, kot so potreba po sprejemu prostovoljskega programa ali pravilnika, podpisovanje dogovorov s prostovoljci, zavarovanje itd.

- Trajnost prostovoljstva v bolnišnicah je odvisna večinoma od kadrovske podpore v bolnišnicah. Praksa kaže, da so upokojitve koordinatorjev prostovoljstva, spremembe njihovih delovnih nalog ali zaposlitve v drugih zavodih ponekod imele za posledico popolno prenehanje organiziranega prostovoljstva v bolnišnicah, drugod pa so povzročile velik osip prostovoljcev. Zaposleni v bolnišnicah, ki opravljajo delo koordinatorjev prostovoljstva, imajo praviloma velik obseg drugih delovnih nalog, kar pomeni, da imajo za ukvarjanje s prostovoljci na voljo malo časa.
- Sistemske podpore za razvoj prostovoljstva v bolnišnicah še ni, bila pa bi nadvse dobrodošla.
- Slovenska filantropija bo navezala dialog z Ministrstvom za zdravje in poskušala najti način za vzpostavitev podlag, ki bi bolnišnicam omogočile lažjo odločitev za uvedbo prostovoljstva ter jim dale pri tem potrebno podporo. Ključno je usposabljanje koordinatorjev prostovoljstva v bolnišnicah in zagotavljanje financiranja njihovega dela.
- Slovenska filantropija ponuja vodstvom bolnišnic pomoč pri pripravi programa prostovoljstva in drugih potrebnih dokumentov za začetek kakovostnega organiziranega prostovoljstva. Poleg tega ponuja usposabljanja prostovoljcev in mentorjev oziroma koordinatorjev prostovoljstva.
- Vse nevladne organizacije, ki skrbijo za prostovoljstvo v bolnišnicah, pri delu z ljudmi z zdravstvenimi težavami in z umirajočimi, opravljajo dragoceno delo. Prostovoljci so v sistemu zdravstva tisti, ki si lahko vzamejo čas za pacienta v stiski, pogosto pa tudi za

svojce. V Sloveniji je interes za prostovoljsko delo v bolnišnicah velik in prizadevali si bomo, da bi ta človeški potencial dobil priložnost za aktivno prostovoljsko delovanje v čim večjem številu slovenskih bolnišnic.

Zapis s povzetki foruma smo posredovali vsem udeležencem dogodka ter vsem slovenskim bolnišnicam, pa tudi Uradu Varuha človekovih pravic. Udeleženci so lahko prejeli tudi vsa gradiva in kontaktne podatke koordinatoric z Irske.

Pričujoča Odprta cona pomeni ohranjanje proaktivne usmeritve Slovenske filantropije pri razvoju prostovoljstva v bolnišnicah. Ministrstvo za zdravje smo že seznanili s pobudami foruma in predlagali sestanek, na katerem bi predstavili predloge za razvoj prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah. Konstruktivnega odziva Ministrstva bomo resnično veseli, vendar bomo aktivnosti za spodbujanje prostovoljstva v bolnišnicah nadaljevali v vsakem primeru, saj je prostovoljsko delovanje na tem področju preprosto preveč dragoceno, da bi ga pustili čakati na odobravanje pristojnih.



PROSTOVOLJSKO DELO V BOLNIŠNICAH V SLOVENIJI – PRETEKLOST

Anica Mikuš
Kos

Prostovoljsko delo v bolnišnicah v Sloveniji je prisotno že več kot stoletje. Sprva so ga opravljale sestre usmiljenke. Tako na primer na spletu najdemo podatek, da so leta 1899 v bolnišnici Slovenj Gradec za nego bolnikov skrbele usmiljene sestre iz reda sv. Vincenca Pavelskega. Poleg institucionalno registriranega delovanja prostovoljcev je vselej obstajalo »črno« prostovoljsko delo, katerega so opravljali ljudje kar tako iz prijaznosti, človekoljubnosti do bolnikov.

Prostovoljsko delo v sodobnem pojmovanju organiziranega prostovoljskega dela v bolnišnicah se je pričelo na Pediatrični kliniki v Ljubljani leta 1977. Projekt je bil izvajan v okviru akcijsko raziskovalnega projekta Inštituta za sociologijo in filozofijo pri Univerzi v Ljubljani.

Po prihodu iz Londona, kjer se je v bolnišnici Moorsfield takrat zdravil moj sin, sem organizirala prostovoljsko delo študentov na Pediatrični kliniki. V Londonu sem se prvič srečala z bolnišničnimi prostovoljci, ki so prihajali obiskovat bolne otroke, se z njimi igrali, jih nosili v naročju, da bi jih uspavali. Prepoznala sem vrednost prostovoljskega dela za dobrobit otrok v bolnišnici. V tedanjem času so bile okoliščine zdravljenja precej drugačne kot danes. Veliko več obolenj je bilo neozdravljivih, hospitalizacije so bile dolge, možnosti staršev iz oddaljenih krajev za obiskovanje otrok mnogo slabše kot danes. Navdahnjena z modelom londonske bolnišnice Moorsfield, v katero je vsako popoldne prihajala skupina mladih prostovoljcev, sem organizirala skupaj s kolegi zdravniki in Bernardom Strithom skupino študentov, ki so delovali kot prostovoljci. Enega otroka s kroničnim in smrtnim obolenjem sta izmenično obiskovala dva študenta, po možnosti moški in ženska. Otrok je tako imel zagotovljen obisk vsak dan. Otroku je študenta predstavil oddelčni zdravnik, po možnosti naj bi se seznanila tudi z otrokovimi starši. Starše smo vprašali za privolitev, da bi njihovega otroka obiskovali prostovoljci. Stik med študentoma in otrokom smo vzpostavili šele po privolitvi staršev. Študenti so dobili navodila, naj se z otrokom pogovarjajo, ga spodbujajo k izražanju, k izrekanju svojih stisk in težav, naj skušajo zmanjševati otrokovo tesnobo in strah, spodbujajo otrokove interese za običajna dogajanja, privlačna za otroke, ter naj vključujejo v

otrokovo življenje čim več interesnih in razvedrilnih dejavnosti in dogajanj iz normalnega življenja. Oddelčni zdravnik je dal študentoma informacijo o posameznem otroku, o otrokovi psihosocialni situaciji in posebnih problemih. Oddelčni zdravnik je študente predstavil oddelčnemu osebju in skrbel za odnose med študenti in medicinskimi sestrami na oddelku. S študenti smo se dogovorili, da so striktno spoštovali urnik obiskov. Če bi se pojavila kakšna nepredvidena zapreka in študent ne bi mogel obiskati otroka, je bil dolžan obvestiti otroka oziroma oddelek. Dogovorili smo se, da v času, ko je bil otrok v remisiji odpuščen domov, študenti vzdržujejo z njim pisne stike.

Skupina študentov se je sestajala na 14 dni. Besede supervizija nisem nikoli marala, zlasti ne v zvezi s prostovoljci. Zdelo se mi je, da označuje superiorni položaj strokovnjaka do prostovoljcev. Zato smo srečanja imenovali kar »sestanki«. Študenti so poročali o svojem delovanju, doživljanju, zadovoljstvih in težavah. V kolegialnem svetovanju smo poskušali reševati težave. Praviloma smo vključili v sestanke tudi informacije, ki so bogatile znanje študentov o bolnih otrocih, delovanju institucije, odnosih, pomoč študentom ob njihovih osebnih stiskah ... Sestanki prostovoljcev in strokovnega tima, katerim so prisostvovali psihologi, zdravniki oddelkov, na katerih so delali prostovoljci, bolnišnični psihologi in jaz, so zagotavljali trajnost projekta, zaščito otrok in staršev pred morebitnimi neugodnimi intervencijami prostovoljcev in psihosocialno zaščito prostovoljcev.

Študenti so imeli možnost individualnega posveta med sestankoma pri oddelčnem zdravniku ali pri kliničnem psihologu.

Glavne teme, ki smo jih obravnavali s študenti prostovoljci na sestankih, so bile:

- kako vzpostaviti stik z otrokom;
- odnos med ukvarjanjem s posameznim otrokom in ukvarjanjem z drugimi otroki v sobi;
- problem obveščanja;
- odnos študentov do staršev bolnih otrok;
- kaj storiti, če otrok odklanja študenta;
- ali se imamo sploh pravico vsiljevati nekomu s svojo družbo in svojimi uslugami – tudi z najboljšim namenom;
- kaj ve otrok o svoji bolezn;
- razočaranje otrok ob neizpolnjeni obljubi, da

- bodo šli domov;
- premik v dinamiki odnosov – identifikacija študentov z otroki;
- vprašanje daril;
- delovanje bolnišnične institucije;
- odnos medicinskih sester do dela študentov;
- smrt otroka.

Program je trajal dve leti. Izkazalo se je, da je za uspešno izvedbo programa zelo pomembna priprava prostovoljcev na delo. Vključevala je seznanjanje z organizacijsko shemo bolnišnice, z značilnostmi bolnih otrok in njihovih staršev, o odnosih z zdravstvenim osebjem, možnih problemih, kako delovati, ne da bi škodoval in kako zavarovati samega sebe pred čustveno prizadetostjo.

Drugi pogoj za izvedbo je bila dobra organizacija dela in dobra informiranost ter priprava bolnišničnega osebja na prihod prostovoljcev. Zagrešili smo na primer napako, ko nismo dovolj dobro poskrbeli za informiranje vseh vratarjev o sodelovanju prostovoljcev. Zgodilo se je, da prostovoljcev niso spustili v bolnišnico. V tistem času so bili namreč obiski v bolnišnici zelo omejeni in zlepa nisi mogel priti do otroka zunaj časa za obiske.

Pomembna je bila tudi priprava oddelčnega osebja na prihod prostovoljcev. Potrebno je bilo pridobiti sestre in seveda oddelčne zdravnike za sodelovanje s prostovoljci.

Pri delu so se pojavljali problemi. Po koncu projekta sem zapisala: »Medosebne težave so sestavni del sleherne dejavnosti medčloveškega sodelovanja. Prostovoljsko delo je v začetni fazi inovativna dejavnost, ki jo lahko spremljajo mnogi nepredvideni zapleti. Težave lahko nastopijo pri prostovoljcu, ki je morda razočaran nad delom ali ima občutek, da se ni obnesel in je razočaran nad samim seboj. Lahko pride do motenj v odnosu prostovoljec–bolnik ali njegovi svojci. Lahko pride do motenj med prostovoljci in delavci bolnišnice. Zgodilo se je, da so delavci bolnišnice začutili prostovoljce kot tekmece za naklonjenost bolnega otroka. Vendar je glavni problem uvajanja prostovoljskega dela v tem, da so prostovoljni delavci tujci, ki imajo vpogled v delovanje ustanove. Delavci bolnišnice lahko v začetnem obdobju doživljajo prostovoljne delavce kot motnjo. Podobno so tudi v začetnem obdobju prisotnosti staršev ob hospitaliziranem otroku na otroški

kirurgiji doživljali prisotnost staršev kot motnjo (»imela sem občutek, da mi gleda pod prste«, »bilo mi je nerodno pogovarjati se o privatnih stvarih s kolegico v sobi«, »ves čas sem imela občutek, da sem kontrolirana«). Prostovoljci so opazovalci, ki niso odvisni od ustanove. Morda bodo prostovoljci tu in tam neupravičeno kritizirali delovanje zdravstvenih delavcev, ker ne bodo razumeli nujnosti neke odločitve, delovnih in časovnih obremenitev zdravstvenih delavcev in drugih objektivnih okoliščin, zaradi katerih se oblikuje nek odnos ali vedenje do pacienta. Na drugi strani pa bodo morda nekatere pripombe prostovoljcev koristna povratna informacija zdravstvenim delavcem. Prostovoljsko delo v bolnišnici lahko torej nekoliko zamaje utečeni red bolnišnice in povzroči v začetni fazi motnje, napetosti in odpore. Zelo pomembno je takšne napetosti in konflikte sproti reševati ter tudi ob morebitnih težavah znati videti in ceniti prispevek prostovoljnih delavcev k izboljšanju življenja bolnikov v bolnišnici in k humanizaciji bolnišnic.«

Po koncu tega projekta se je prostovoljsko delo nadaljevalo v manj intenzivnih oblikah (npr. srednješolci so delali v sprejemni ambulanti).

V devetdesetih letih se je prostovoljsko delo pričelo razvijati tudi v drugih zdravstvenih ustanovah, zdraviliščih oz. bolnišnicah: v Topolšici, Slovenj Gradcu, Novem mestu, Murski Soboti, na Stari Gori, Jesenicah, Onkološkem inštitutu v Ljubljani, Psihiatrični kliniki, v Zavodu za rehabilitacijo invalidov v Ljubljani in drugod. Ob sodelovanju Slovenske filantropije (SF) so se postopno povezali med seboj in skupaj omogočali izobraževanje oz. usposabljanje tako prostovoljcev iz šol in od drugod, kot tudi organizatorjev in koordinatorjev prostovoljstva v bolnišnicah.

V letu 1996 sta bila tako organizirana dva seminarja o prostovoljskem delu v bolnišnicah in socialnih zavodih. Dvodnevno delavnico je vodil gospod R. Watkins, specialist za organizacijo prostovoljskega dela v bolnišnici iz Charity Aid Foundation. Vključenih je bilo 36 medicinskih delavcev in zdravnikov.

Tema »Prostovoljsko delo pri promociji zdravja v zdravstvenih zavodih« je bila obravnavana tudi na Prvem kongresu o prostovoljstvu leta 1996 v Ljubljani.

V letu 2001 se je v okviru SF začel izvajati projekt »Uvajanje prostovoljskega dela v slovenskih bolnišnicah«, v katerega je bilo vključenih najprej šest stacionarnih zdravstvenih ustanov. V letih, ki so sledila, je SF v okviru nadaljevanja tega projekta za potrebe zdravstvenih ustanov širom po Sloveniji povezovala posamezne bolnišnice in poleg strokovnih osnov za delo prostovoljcev ter koordinatorjev ponudila tudi enotne osnutke vseh potrebnih dokumentov (pravil, dogovorov, sporazumov) za organiziran pristop k izvajanju prostovoljstva v bolnišnicah. Organizirala je medbolnišnična družabna srečanja prostovoljcev, strokovne obiske bližnjih bolnišnic čez mejo in tako omogočala učinkovito izmenjavo izkušenj.

Pri razvijanju prostovoljskega dela je SF sodelovala s Socialno zbornico Slovenije, z Zbornico zdravstvene nege Slovenije, z Ministrstvom za zdravje in z Zavodom za zdravstveno zavarovanje.

Za pričetek in nadaljevanje delovanja prostovoljcev gre zasluga predvsem zdravstvenim delavcem – zdravnikom in sestram, ko so imeli voljo in pogum uvesti ali sprejeti inovacijo na svoje oddelke, in seveda prostovoljcem.

Poleg delovanja prostovoljcev v stacionarnih zdravstvenih zavodih so mnoge nevladne organizacije aktivirale množico bolnikov, nekdanjih bolnikov in svojcev za društveno delovanje v korist zdravju. Prav ti prostovoljci, nekdanji bolniki, povezani v skupine za samopomoč v različnih društvih bolnikov, so marsikje po Sloveniji prvi odpirali vrata bolnišnic in so prav z lastnim zgledom ter v spodbudo novo obolelim bolnikom predstavljali začetek organiziranega prostovoljstva v naših bolnišnicah. Število teh v promocijo zdravja usmerjenih nevladnih organizacij je iz leta v leto raslo.

Posebej velja poudariti prostovoljstvo v Hospicu (društvo, ustanovljeno leta 1995), za katerega je bilo potrebno obsežno in poglobljeno usposabljanje prostovoljcev za pomoč umirajočim. Pri uvajanju delovanja prostovoljcev v stacionarne zdravstvene ustanove so se angažirale mnoge medicinske sestre in drugi strokovnjaki. Uvajanje inovacije v institucijo je vselej težavna naloga in terja energijo in pogum inovatorjev. S prostovoljci so si medicinske sestre v začetni fazi

povečale obseg dela in odgovornost.

Slovenska filantropija (tedaj še Slovenska fundacija) je v letu 1997 izdala tudi publikacijo Prostovoljno delo pri varovanju zdravja (Anica Mikuš Kos s skupino soavtorjev, uredila T. Samec; 180 str.).

Zaključna misel: V obdobju, katerega

LITERATURA

Mikuš Kos, A. in Pogačnik, D. *Prispevek nepoklicnih prostovoljnih delavcev za varstvo duševnega zdravja otrok*. V: Sodobno znanje v pediatriji, 1. del, 1977, str. 267–276.

Mikuš Kos, A., Jakša, I., Ota-Vrba, L. *Študenti medicine – laični psihoterapevti otrok s kroničnimi in smrtnimi obolenji*. V: Prostovoljno delo na področju socialnih dejavnosti, 1984, str. 171–175.

Mikuš Kos, A. *Prostovoljno delo – možnost za izboljšanje počutja otrok v bolnišnicah*. V: Zdravstveni obzornik, letn. 19, št. 3–4, 1985, str. 242–261.

Mikuš Kos, A. *La participation d'étudiants bénévoles dans une institution de protection de santé mentale des enfants*. V: Volontariat au présent, letn. 47, 1989, str. 8–9.

Mikuš Kos, A. *Prostovoljno delo v bolnišnicah in socialnih zavodih*. V: Obzornik zdravstvene nege, letn. 30, 1996, št. 3–4, str. 89–96.

predstavlja članek, je prostovoljstvo doživljalo vzpona in padca. Oblike bolnišničnega prostovoljstva so bile zelo različne, odvisne od okoliščin delovanja bolnišnic, odločitev vodstva bolnišnic in organizatorjev. Živahna dinamika razvoja prostovoljskega dela v bolnišnicah se nadaljuje in Slovenska filantropija ima v tem gibanju kar pomembno vlogo.

Mikuš Kos, A. *Seminar o prostovoljnem delu v bolnišnicah in socialnih zavodih*. V: ISIS, letn. 5, št. 5, 1996, str. 66.

Mikuš Kos, A. *Ponovno seminar o prostovoljnem delu v bolnišnicah*. V: ISIS, letn. 5, št. 6, 1996, str. 10.

Mikuš Kos, A. in sod. Uredila T. Samec. *Prostovoljno delo pri varovanju zdravja in v zdravstvu*. Združenje Slovenska fundacija, Ljubljana, 1997.

Mikuš Kos, A. *Mentalno higiensko delo z bolnimi otroki na otroški kliniki : študenti medicine – neprofesionalni terapevti otrok s kroničnimi in smrtnimi obolenji*. V: Nepoklicno prostovoljno preventivno in socialno – terapevtsko delo z otroki in mladino : II. Inštitut za sociologijo in filozofijo pri Univerzi v Ljubljani, Ljubljana, 1979, str. 183–191.

ZUPAN, Z. *Potreba po bolj poglobljeni socialni in psihološki pomoči bolnim otrokom: diplomatska naloga*. Z. Zora, 1980.

PROSTOVOLJSTVO V SLOVENSКИH BOLNIŠNICAH DANES

Nevenka Alja Gerl

Prvi koraki k vzpostavljanju prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah so bili narejeni že pred desetletji, vendar se z razvitostjo na tem področju še vedno ne moremo pohvaliti. V oktobru 2013 smo v pripravah na Forum o prostovoljstvu v bolnišnicah na Slovenski filantropiji želeli oblikovati pregled trenutnega stanja, zato smo pozvali vse slovenske bolnišnice k posredovanju kratke informacije o stanju organiziranega prostovoljstva.

V Sloveniji v javnem sektorju kot bolnišnice delujejo: 2 univerzitetna klinična centra (UKC), 10 splošnih bolnišnic (SB), 6 specializiranih bolnišnic, 5 psihiatričnih bolnišnic in 2 porodnišnici.

V zgoraj naštetih 25 javnih zavodih je bilo – na osnovi posredovanih podatkov bolnišnic – oktobra 2013 prostovoljstvo organizirano samo v osmih: v UKC Ljubljana, v splošnih bolnišnicah Novo mesto, Jesenice, Slovenj Gradec, Murska Sobota, Nova Gorica, na Onkološkem inštitutu in v KOPA Golnik.

V celotni državi je takrat delalo nekaj več kot 200 prostovoljcev, od tega 99 v UKC Ljubljana.

V UKC Ljubljana prostovoljci delajo na polikliniki, nevrološki kliniki, očesni kliniki, na internem oddelku, pediatriji, kirurgiji, v negovalni bolnišnici in na dermato-venerološki kliniki. Za prostovoljce skrbi koordinatorica, ki pa ima tudi druge delovne naloge. Prostovoljci, ki želijo delati v UKC, se morajo najprej udeležiti dvodnevnega uvodnega usposabljanja prostovoljcev, nato pa še enodnevnega usposabljanja za delo v bolnišnici. Zanje je organizirana supervizija.

V **UKC Maribor** še nimajo vzpostavljenega prostovoljstva, zaznali pa so potrebe za to. Interes se je najprej izoblikoval v Enoti za neakutno bolnišnično obravnavo, kjer ležijo pacienti dlje časa.

V SB **Novo mesto** je prostovoljstvo organizirano že deseto leto. Trenutno dela 60 prostovoljcev, večinoma dijakov srednje zdravstvene šole. Delajo v partnerstvu s šolo, koordiniranje prostovoljcev pa izvaja bolnišnica. Koordinatorica prostovoljcev ima tudi druge delovne naloge.

V SB **Slovenj Gradec** poteka prostovoljstvo od leta 1991. Trenutno imajo 8 prostovoljcev, ki delajo na kirurškem oddelku in pri delu z bolnicami z rakom dojke ter z bolniki s stomo. Delajo v bolnišnici in tudi na domu. Delo prostovoljcev je organizirano v okviru Društva onkoloških bolnikov Koroške.

V SB **Jesenice** je v šolskem letu 2012/2013 delalo 16 prostovoljcev. V šolskem letu 2013/2014 dela trenutno ena prostovoljka. Prostovoljstvo je bilo vzpostavljeno na kirurškem, internem in negovalnem oddelku, prostovoljci pa opravljajo druženje z bolniki in spremstvo znotraj bolnišnice. Za prostovoljce skrbi koordinatorica, ki ima tudi druge delovne naloge.

V SB **Murska Sobota** so vzpostavili prostovoljstvo jeseni 2013. Pred tem so pripravili pravne podlage in na usposabljanja poslali koordinatorje in mentorje prostovoljstva ter se povezali s Srednjo zdravstveno šolo Murska Sobota. Z delom je začelo 40 prostovoljcev, večinoma dijakov srednje zdravstvene šole, pa tudi nekaj upokojencev, ki so se uvodnih usposabljanj za prostovoljce v izvedbi Slovenske filantropije udeležili novembra 2013.

Prostovoljci so prisotni tudi v SB Šempeter pri Novi Gorici. Iz bolnišnice so sporočili, da trenutno sodeluje do 5 prostovoljcev, ki delajo različna opravila na različnih oddelkih.

V SB **Trbovlje** še nimajo organiziranega prostovoljstva, hkrati pa sodelujejo z Društvom upokojencev Trbovlje, ki prihajajo kot prostovoljci v bolnišnico ob različnih priložnostih. Sodelovanje poteka priložnostno, ne stalno.

V SB **Izola** so imeli v letu 2011 štiri prostovoljke, ki so prihajale k bolnikom. Ker delo ni bilo formalno organizirano, je zamrlo, vendar ideja o prostovoljstvu v tej bolnišnici še vedno živi.

Med specializiranimi bolnišnicami je prostovoljstvo najbolj razvito na **Onkološkem inštitutu**. Poteka od leta 2006, trenutno dela v tej ustanovi 31 prostovoljcev različnih starosti. Za prostovoljce skupaj skrbita Onkološki inštitut in Slovenska filantropija, vsaka od obeh organizacij zagotavlja del koordinacije in mentorstva. Prostovoljci imajo mesečno supervizijo dopolnjeno s koordinacijskimi sestanki. Usposabljanje za prostovoljstvo in uvajanje v delo traja vsaj tri mesece in obsega več obveznih izobraževanj.

V **Bolnišnici Golnik – Klinični oddelek za pljučne bolezni in alergijo** trenutno dela pet prostovoljcev z Gimnazije Kranj, ena študentka medicine ter ena upokojenka, ki dela na oddelku za paliativno nego. Za prostovoljce skrbi koordinatorica, ki ima tudi druge delovne naloge.

V **Psihiatrični bolnišnici Idrija** prostovoljstvo še ni organizirano. K pacientom prihaja ena prostovoljka, vendar dejavnost še ne poteka načrtno. V prostovoljstvu vidijo dobro možnost za razvoj novega pristopa in so zainteresirani za začetek. Potrebo po prostovoljcih so zaznali predvsem na gerontopsihiatričnem oddelku in oddelku za podaljšano zdravljenje.

V obdobju 2002–2006 je prostovoljstvo potekalo tudi na **Psihiatrični kliniki Ljubljana**, kjer pa trenutno prostovoljcev ni. Interes za prostovoljsko delo na kliniki je izrazilo več potencialnih prostovoljcev, tudi nekateri zaposleni idejo o ponovni uvedbi tega programa podpirajo, vendar do odločitve o ponovni vzpostavitvi še ni prišlo.

Interes za začetek organiziranega prostovoljstva je izrazilo več bolnišnic, ki pa so hkrati sporočile, da potrebujejo za vzpostavitev prostovoljstva pomoč tako na formalni ravni kot pri usposabljanju kadrov. Informacije o želji za vzpostavitev prostovoljstva so nam posredovali iz SB Celje, Inštituta za rehabilitacijo Soča, Ortopedske bolnišnice Valdoltra, Psihiatrične bolnišnice Ormož in Negovalne bolnišnice Sežana.

Iz splošnih bolnišnic Ptuj in Brežice so sporočili, da organiziranega prostovoljstva še nimajo, isto sporočilo smo prejeli od porodnišnic v Kranju in Postojni. Ostale bolnišnice niso posredovale podatkov o stanju prostovoljstva ali interesu za razvoj na tem področju.

PRILOŽNOSTI RAZVOJA PROSTOVOLJSTVA V SLOVENSКИH BOLNIŠNICAH

Primož Jamšek

Za razvoj prostovoljstva v bolnišnicah je v Sloveniji veliko priložnosti. Priložnosti ne ustvarjajo varčevalni ukrepi, ki v bolnišnicah krčijo število zaposlenih ali povečujejo obseg posameznih zdravstvenih delavcev. Priložnosti ustvarjajo potrebe, ki jih imajo bolniki: od potrebe po druženju, sprostitvi, zabavi, pa do potreb po vrednotenju življenja, iskanju alternativnih rešitev, ki jim bodo še naprej omogočale dostojno in kvalitetno življenje.

Razvoj prostovoljstva v bolnišnici prinese največ posameznemu bolniku, posredno pa vpliva tudi na bolnišnično klimo, ki se lahko v določenih segmentih sprosti in postane še bolj humana. Vzpostavljane novih prostovoljskih programov mora temeljiti na enakovrednosti in spoštovanju različnih akterjev. Prostovoljci v bolnišnico ne smejo vstopati zato, ker so prepričani, da bolnišnica ne deluje pravilno, ampak ker se zavedajo, da vseh potreb bolnikov in njihovih svojcev ne more zadovoljiti zaposleni kader. Že s samim Zakonom o prostovoljstvu je prepovedana vključitev prostovoljcev v dela, ki jih morajo opraviti zaposleni, torej v vse naloge, ki jih dobi zdravstvena ustanova po javnem pooblastilu.

Prostovoljci se vključujejo v bolnišnice in v skrb za zdravje ljudi na različnih ravneh: na primarni, sekundarni in terciarni preventivi zunaj bolnišnice, pri konkretnem delu z bolniki v bolnišnici, ravno tako pa tudi na sistemski ravni, kjer skrbijo za ohranjanje ali večanje pravic bolnikov.

Potrebe po prostovoljcih se v bolnišnici pojavijo že ob bolnikovem prihodu. Prijaznega osebnega sprejema nikoli ne more nadomestiti tabla, napis. Prostovoljci lahko podajo obiskovalcu dodatne informacije, ki niso nujno potrebne za izvedbo procesa zdravljenja, a pozitivno vplivajo na bolnike. Med takšne informacije uvrščam predvsem informacije o razpoložljivih časopisih, mestih, kjer si lahko nabavijo pijačo, hrano ... Zavedati se moramo, da je vsak posameznik, ki ni vznemirjen, sposoben sprejeti več informacij in lažje sledi navodilom in usmeritvam, ki jih sprejema. Ravno

prostovoljci lahko s tem osebnim sprejemom sprostijo bolnike, saj ti pridobijo občutek, da niso obravnavani kot številke, temveč kot dragoceni posamezniki.

Opažamo posebno potrebo po vzpostavljanju prostovoljstva na urgentnih oddelkih, saj so posamezniki na prihod nepripravljeni, prvi šok, ki se zgodi ob nenadni nesreči, boleznih, pa med čakanjem popušča in prične se obdobje velikih skrbi.

Čakalnice so mesto, ki so lahko prostor izmenjave informacij, nasvetov in medsebojne tolažbe ali pa prostor negodovanja in pritoževanja. Prostovoljci so lahko primerni animatorji, preusmerjajo klimo na pozitivno razmišljanje, še posebej pa se izkazuje potreba po vključitvi prostovoljcev pri čakanju bolnikov na prevoz domov, kjer je čakalna doba lahko zelo dolga.

Individualni obiski na oddelkih pomagajo predvsem pri premagovanju osamljenosti. Imeti obiske še ne pomeni biti »neosamljen«. Nekateri posamezniki s svojo mrežo nimajo vzpostavljenih pozitivnih vezi, velikokrat pa bolniki s svojimi strahovi in težavami ne želijo obremenjevati svojcev. Socialna stiska in novodobne zaposlitve povečujejo nezmožnost obiska bolnih družinskih članov, nekatere specialistične bolnišnice pa so lahko za bolnike oddaljene tudi več kot tri ure vožnje.

Mnogokrat bolniki potrebujejo tudi dodatno spremstvo do kioska s časopisom ali zunanega prostora za kajenje ali pa samo nekoga, ki bo opravil nakup namesto njih. Že samo spremstvo je dandanes v bolnišnicah usmerjeno samo v bolnike, ki se ne morejo sami premikati, kar pa še ne pomeni, da bodo bolniki enostavno in hitro našli ordinacijo, v katero so bili poslani.

Paliativna oskrba ni samo trend, dobra praksa, ampak nuja. Prostovoljci so ustvarjalci mehkih povezav med zdravstvenim, socialnim in duhovnim področjem, prehodom iz bolnišnice do doma in uresničevalci malih zadnjih želja. Ne gre samo za bolnike, ki so v oskrbi v zaključni fazi življenja, ampak tudi za ljudi, ki po odpustu iz bolnišnice doma nimajo nikogar, ki bi lahko zanje ustrezno

poskrbel.

Pomemben je tudi preplet stroke in prostovoljcev. Prostovoljci dragoceno dopolnjujejo delo zdravstvenega osebja tudi v društvih bivših in kroničnih bolnikov, s skupinami za samopomoč, glasili. Z neformalnim združevanjem pomagajo stroki pri po-bolnišnični obravnavi in skrbi za življenjski slog, diete, informiranje. Bolniki lahko druge bolnike, prostovoljce, povprašajo o marsikateri praktični izkušnji življenja z boleznijo, na kar jim ne more odgovoriti zdravstveni kader, ali pa je njihov odgovor neprepričljiv. Zdravstvena stroka prihaja do novih spoznanj, novih rešitev, ki jih lahko prostovoljci razširijo med bolnike, ki

že dolgo časa niso vključeni v proces zdravljenja, vendar jim bodo olajšale vsakodnevno življenje. Takšna združenja so pomembna tudi pri ozaveščanju drugih prebivalcev in svojcev bolnikov o specifičnih potrebah posameznih bolnikov, in kako se praktično odzivati na njih.

Ker je priložnosti in potreb za nadaljnji obstoj in razvoj prostovoljstva na tem področju veliko, je razmišljanje o nujnosti prostovoljstva nepotrebno. Potrebno je razmišljati o prioritetah in medsebojnem sodelovanju bolnišnic, različnih prostovoljskih organizacij in posameznikov, ki so se pripravljene vključiti v tovrstne procese.

PРАВNA PODLAGA ZA VZPOSTAVITEV PROSTOVOLJSTVA V BOLNIŠNICI

Nina Lukasevich,
vodja projekta
Slovenska mreža
prostovoljskih
organizacij

Slovenska
filantropija

Bolnišnice, ki so zainteresirane za razvoj prostovoljstva, se po odločitvi za ta korak lahko za pomoč pri konkretnem vzpostavljanju prostovoljstva obrnejo na Slovensko filantropijo. Koristne informacije lahko dobijo tudi od bolnišnic, ki imajo dobro razvito prostovoljstvo in lahko pomagajo z lastnimi izkušnjami.

Pravno podlago organiziranemu prostovoljstvu predstavlja Zakon o prostovoljstvu ((ZProst) Ur.l. RS, št. 10/2011, 16/2011 popr.). Na njegovi osnovi vsak javni zavod, ki uvaja prostovoljstvo, najprej sprejme prostovoljski program ali pravilnik, ki je nadgradnja rednih storitev zavoda. V njem opredeli področje prostovoljskega dela v zavodu in jasno postavi mejo med profesionalnim delom, ki ga opravljajo zaposleni, in med prostovoljskim delom, ki v delovanje javnega zavoda prinaša dodano vrednot. Prostovoljstvo v javnih zavodih namreč ne sme nadomeščati dela zaposlenih, ampak ga nadgrajuje in bogati delovanje v zavodu na področju, kjer je to za ciljne skupine uporabnikov najbolj dobrodošlo in potrebno.

Pripravi in sprejemu temeljnega akta o prostovoljstvu v javnem zavodu sledi podpis

dogovora o medsebojnem sodelovanju na področju prostovoljstva s prostovoljsko organizacijo (seznam je objavljen na spletni strani AJPES-a). V dogovoru se opredeli način medsebojnega poročanja in izvrševanje pravic in obveznosti do prostovoljca ter še več drugih korakov, tako vsebinskih in organizacijskih kot formalnih.

Več o organiziranju prostovoljstva kot tudi dokumente, ki urejajo pravno podlago za razvoj prostovoljstva v bolnišnicah, lahko zainteresirani najdejo na portalu www.prostovoljstvo.org.

Med E-dokumenti so na portalu na voljo:

- Zakon o prostovoljstvu;
- Etični kodeks organiziranega prostovoljstva;
- vzorec pravilnika o prostovoljstvu;
- vzorec dogovora med javnim zavodom in prostovoljsko organizacijo;
- vzorec dogovora med prostovoljcem in organizacijo.

Poleg e-dokumentov so pri vzpostavljanju prostovoljstva v bolnišnicah na voljo tudi izobraževanja za prostovoljce, mentorje in koordinatorje oz. organizatorje prostovoljstva, ki jih izvaja Slovenska filantropija.

PROSTOVOLJSKO DELO DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE V SPLOŠNI BOLNIŠNICI NOVO MESTO



Gloria Šepec,
mentorica
prostovoljcev v
SZKŠ

Jožica Rešetič,
koordinatorica
prostovoljcev v
SB NM

Všolskem letu 2013/2014 teče deset let od začetka prostovoljskega dela dijakov Srednje zdravstvene šole v Splošni bolnišnici Novo mesto. Začetki segajo v leto 2004, ko smo dobili prijazno vabilo iz Splošne bolnišnice Novo Mesto s strani takratne glavne medicinske sestre, Slavice Naumov, in naše sedanje koordinatorice, Jožice Rešetič.

Kot na vsakem uradnem začetku smo tudi mi pripravili potrebno dokumentacijo, kot so pogodbe med prostovoljci in bolnišnico, napisali pravila obnašanja prostovoljcev, njihove dolžnosti in pravice. Osnovno vodilo je bil seveda Etični kodeks organiziranega prostovoljstva.

Vsako leto na začetku šolskega leta naredimo uvodno izobraževanje za nove dijake – prostovoljce, kar je tudi osnovni pogoj, da dijak lahko sploh opravlja prostovoljsko delo. Uvodno izobraževanje je vedno organizirano s pomočjo Slovenske filantropije. Do sedaj smo usposobili že preko 300 dijakov. Povprečno opravlja prostovoljsko delo v enem šolskem letu okoli 60 dijakov, ki vsakodnevno obiskujejo bolnike. V letošnjem šolskem letu jih je v skupini Sončki 50, v skupini Pikapolonice 10. Prostovoljno delo poteka na petih oddelkih Splošne bolnišnice Novo mesto, in sicer na kirurškem, infekcijskem in pljučnem, nevrološkem, internem in otroškem oddelku. Dijaki so znotraj bolnišnice razdeljeni v dve skupinici: Pikapolonice, ki obiskujejo samo otroški oddelek, in Sončki, ki obiskujejo vse ostale oddelke.

Delo prostovoljcev spremljamo in vodimo mentorice v šoli in na oddelku pod okriljem koordinatorice prostovoljnega dela. V šoli imamo redne mesečne sestanke, mentorici sva vedno dosegljivi po telefonu ali preko maila. Prostovoljci poleg tega, da prinašajo svojo mladost in razigranost med štiri stene bolniške sobe, nudijo predvsem urico ali več druženja, branja knjig, družabništvo in drobna dela. Lahko so tudi »vezni člen« med bolnikom in osebjem.

Poleg svojega osnovnega dela pa prostovoljci s svojimi mentoricama na šoli aktivno sodelujejo v vseh projektih pod okriljem Slovenske filantropije in projektih, ki potekajo v širši lokalni skupnosti z namenom širiti temelje prostovoljstva med ljudi, predvsem mladino. Vsako leto sodelujemo na natečaju Naj prostovoljec, Naj prostovoljski projekt, na Festivalu prostovoljstva v Ljubljani s stojnico. Oktobra 2008 smo se predstavili na Študentski areni, vsako leto organiziramo izobraževanje za nove prostovoljce in hkrati za mentorje prostovoljskega dela, predstavili smo se tudi s stojnico na Tednu vseživljenjskega učenja. Vsako leto se udeležimo srečanja ob mednarodnem dnevu prostovoljstva, ki ga organizira Dolenjsko društvo za prostovoljno dejavnost. Za prostovoljce pripravimo slavnostno novoletno in zaključno srečanje. Obeležimo tudi nekatere pomembne praznike, kot sta 8. marec (s čestitkami za bolnice) in novo leto (poskrbimo za okrasitev nekaterih oddelkov v bolnišnici in novoletne voščilnice

za bolnike). Prostovoljci na otroškem oddelku pripravijo skupaj z mentorico štiri tematske delavnice za male bolnike, po navadi dve spomladi, eno za novoletne praznike in eno na temo jeseni.

V letošnjem šolskem letu smo praznovali tudi 10-letnico. V sklopu proslave, ker je naša šola praznovala tudi 50-letnico svojega obstoja, smo naredili razstavo in imeli prireditev. Razstava se je potem preselila še v prostore Splošne bolnišnice Novo mesto ter kasneje tudi v prostore Zdravstvenega doma Novo mesto.

Vso dejavnost predstavimo v internem glasilu novomeške bolnišnice »Vizita«, na spletni strani Srednje zdravstvene in kemijske šole, na oglasni deski Splošne bolnišnice Novo mesto pa s plakati.

V okviru prostovoljskega dela pa nismo aktivni le v bolnišnici, ampak tudi v Domu starejših občanov Novo mesto in od septembra 2008 tudi v nekaterih domovih starejših občanov na Dolenjskem – Impoljca, Trebnje, Krško, Brežice. Dijakom želimo ponuditi vsako leto nekaj novega in jim približati dobrobit prostovoljskega dela.

Veseli smo, da nas v različnih socialnih zavodih in bolnišnici sprejmejo z odprtimi rokami, saj se vsi zavedamo, da lahko prav mladi prostovoljci z nesebičnim čutom za sočloveka, s svojo neposrednostjo, veseljem, vedrino in spontanostjo bolnikom in varovancem krajšajo dolge ure, dneve in tedne bivanja v različnih ustanovah.

KAJ MI POMENI PROSTOVOLJSKO DELO?

Jana Žura,
dijakinja Srednje
zdravstvene in
kemijske šole
Novo mesto,
prostovoljka v
Splošni bolnišnici
Novo mesto

Prostovoljsko delo me duhovno zelo bogati. Rada se predajam drugim ljudem, pogovarjam, spodbujam, pristopim na pomoč, predvsem pa sem jim ob strani, ko so v stiski. Vemo, da je bolnišnica prostor, ki ni ljub nikomur od nas. To je prostor joka, strahov, trpljenja. In zato smo tukaj mi, prostovoljci, da pacientom lajšamo grenke, temne dneve. Da jih spodbujamo, ko jim gre vse narobe, ko jim besede: »Vse bo dobro, jaz vam stojim ob strani,« polepšajo dan in vzbudijo občutek, da nekdo verjame vanje.

Meni prostovoljstvo pomeni veliko, ena mojih največjih vrednot je, da se počutim dobro, ko vidim, da sem s svojo energijo, s svojimi besedami človeku polepšala dan, da se mu z mojim prihodom nariše velik nasmeh na obraz. Srečna sem, ko vidim, da s svojo srečo osrečujem druge. Spodbujam jih k pozitivnosti, dnevi v bolnišnici pa so zaradi obiskov vseh nas, prostovoljcev, krajši.

Biti prostovoljec pomeni, da imaš dušo in srce, da imaš empatijo, čut, da se vživiš v bolnika in razumeš, kaj doživlja. Kot prostovoljka sem obiskala že veliko pacientov, doživela sem veliko prijetnih in sladkih trenutkov. Veliko smo se skupaj

nasmejali, se pogovarjali o tem, kako je bilo nekoč in kako je danes. Veliko sem se naučila, ko sem se pogovarjala s pacienti, sprejemala njihovo zrelost, izkušnost, ravnanje v določenih situacijah, oni pa so se od prostovoljcev nalezli mladostniške navihanosti.

V sklopu prostovoljstva smo organizirali tudi nekaj akcij, s katerimi smo opozorili druge ljudi na prostovoljstvo. Zadnja akcija, ki smo jo z ostalimi prostovoljkami izvedle, je bila akcija Kdaj ste nazadnje kje pustili srce? Magnetne srčke smo lepile na kljuke osebnih avtomobilov, s čemer smo opozarjale ljudi, da se vključijo v prostovoljstvo. Veliko je takih, ki sploh ne vedo, kaj je prostovoljstvo, in da lahko že z enim iskrenim nasmehom nekemu polepšamo dan. Naša naloga je, da usmerjamo druge ljudi in jih spodbujamo, da tudi oni postanejo prostovoljci – več nas je, boljše bo.

Mene čas nikoli ni oviral pri prostovoljstvu. Vedno sem se organizirala tako, da sem imela čas enkrat tedensko obiskati naše bolnike. Želim si več takih kot sem jaz, da bi uživali v tem, kar počnejo, krajšali čas pacientom, znali razporediti čas in s tem tudi sebe duhovno bogatiti.

Za mene je prostovoljstvo že tri leta nekaj, kar zelo rada počnem. Kot prostovoljka poskušam pomagati ljudem, ko vem, da jim lahko.

PROSTOVOLJSTVO V BOLNIŠNICI

Urška Kristan,
dijakinja Srednje
zdravstvene in
kemijske šole
Novo mesto,
prostovoljka v
Splošni bolnišnici
Novo mesto

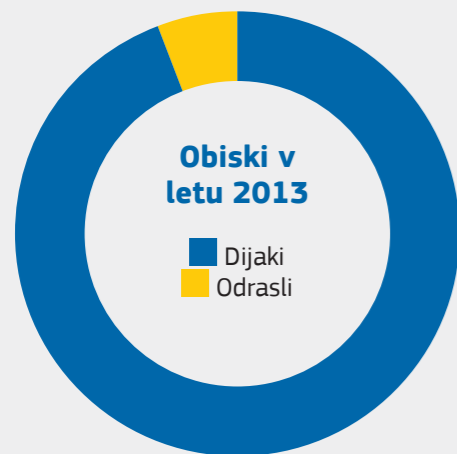
Vrline, kot so samozavest, dobrsrčnost in pomoč ljudem, izžarevajo skozi delo prostovoljke. Sposobnost sočutja in empatije ob pomoči drugim odkriva lastne talente in sposobnosti ter opravlja cenjeno delo – prostovoljstvo.

Sem Urška Kristan in sem dijakinja srednje zdravstvene šole v Novem mestu. Za prostovoljstvo sem se odločila v prvem letniku, ker imam rada ljudi in jim hočem pomagati in želim nekaj časa in energije nameniti v dobro drugim. S prostovoljskim delom sem spoznala mnogo novega, predvsem pa to, da v sebi nosim izjemen občutek, da lahko nekemu pomagam, npr. se pogovorim z njim.

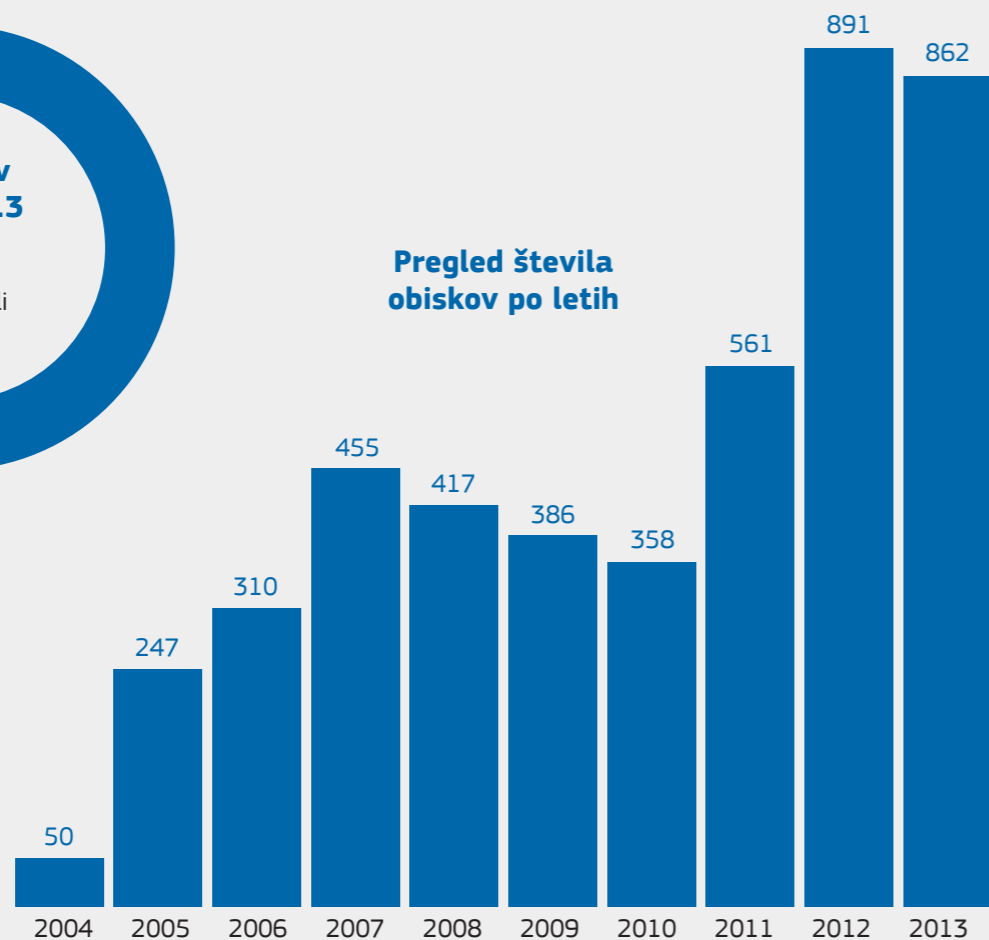
Prostovoljstvo je pomembna vrednota, ki

ustvarja plemenite odnose med ljudmi. Kaj je lepšega, pomembnejšega od nesebične pomoči sočloveku? Kaj nas lahko izpolnjuje bolj kot zavest, da nekemu pomagamo, ne da bi pričakovali plačilo? Prostovoljsko delo nam daje priložnosti, da razvijamo nova znanja, spoštovanje, in da pridobivamo življenjske izkušnje. Kdo je lahko prostovoljec? Prostovoljec je lahko vsak, ki si vzame čas za sočloveka in mu ga namenimo preko igre in/ali pogovora – z mladimi ali starejšimi. Prostovoljstvo je priložnost, da mladi in starejši s tem, ko pomagajo drug drugemu, razvijajo medsebojne vezi in tkejo prijateljstva.

Prostovoljsko delo ima velik pomen za razvoj in za prihodnost, saj prispeva k razvijanju vrednot in solidarnosti, zato ga je potrebno negovati in vrednotiti.



Pregled števila obiskov po letih



PROSTOVOLJSTVO V SLOVENSKEM DRUŠTVU HOSPIC



Mira Iskrač,
vodja programa
prostovoljstvo
v Slovenskem
društvu hospic

deja o hospicu ni nova, saj so bili ustanovljeni že v srednjem veku, od leta 1995 deluje tudi v Sloveniji. Nekoč so dajali zavetje popotnikom, danes pa je naše poslanstvo sočutna, celostna oskrba umirajočih in njihovih svojcev, ki se po smrti nadaljuje s podporo žalujočim, tako starejšim kot mladini in otrokom.

Posebno veličino in dragocenost v hospicu prinašamo prostovoljci, ki smo srce hospica in služitelji ljudem, saj opravljamo zelo pomembno delo za dobrobit bolnikov in njihovih svojcev. Prostovoljci v hospicu gradimo mostove med svojci, delimo stisko in izgubo z drugimi, smo svetilnik, ki prinaša luč ljubezni v domove, znamo se soočiti z vprašanji življenja in smrti in imamo sočutje, ki je odlika dobrega srca.

Pred začetnim usposabljanjem za prostovoljce vstopamo v vse medije s povabilom k sodelovanju, ki je namenjeno vsem državljanom, starejšim od 18 let. Na uvodnem seminarju Minljivost uči živeti predstavimo društvo in program prostovoljstva. Po osebni odločitvi z vsakim posameznikom opravimo individualni pogovor, preverimo motive in skozi deset izkustvenih delavnic približamo delo

prostovoljca v hospicu. Po zaključku izobraževanja ponovno opravimo osebne individualne pogovore, sledita podpis pogodbe in svečan sprejem med prostovoljce.

Prostovoljci hospica nikoli nismo prepuščeni sami sebi, ves čas imamo podporo. Nudijo jo: mentor - prostovoljec z daljšim stažem, koordinator prostovoljcev in koordinator družine in oskrbe v vsakem odboru ter vodja programa prostovoljstva. V podporo so nam tudi mesečne intervizije, supervizije, mesečna srečanja, nacionalno letno srečanje (povabimo tudi gosta iz tujine), strokovne ekskurzije in delavnice z različno tematiko. Po letu prostovoljskega dela opravimo »motive«, kjer preverimo pri sebi, kaj nam je leto prineslo, kaj želimo narediti za širšo skupnost in se podpremo, da lučka v vsakem ponovno zagori.

Vrste našega prostovoljnega dela: spremljanje umirajočih na njihovem domu in v hiši hospica, podpora žalujočim starejšim, mladini in otrokom, sodelovanje na taboru žalujočih otrok, program detabuizacija, bibliotekarstvo, kreativna in tehnično-administrativna dela (stojnice, pisanje prispevkov, čiščenje, vrtnarjenje ...).

Trenutno je v hospicu v osmih odborih po

Sloveniji v vseh regijah skupaj 101 prostovoljec. V lanskem letu smo opravili skoraj 20 tisoč prostovoljskih ur na vseh programih. Veliko nenapisanih prostovoljskih ur opravijo naši člani, podporniki in ambasadorji hospica.

Prostovoljci smo del plemenitega gibanja hospica in kar je najpomembnejše, poslanstvo udejanjamo skozi konkretno delo (darujemo svoj čas, energijo, ideje ...). Sledimo viziji in smo ves čas na poti učenja, kako ustvarjati boljše medčloveške odnose (biti, poslušati, slišati ...), gojimo radost in

stopamo po poti minljivosti (izpuščanja). Posledično s svojim zgledom v svoje okolje prinašamo dobrosrčnost in gradimo enotnost v različnosti.

Najpomembnejše je, da gojimo preprostost in zavedanje, da konkretno opravljamo prostovoljsko delo (za kar smo se svobodno odločili) in si nismo naredili nove obleke »sem prostovoljec«. Prostovoljci hospica potujemo po tej poti z namenom, da pridemo do točke, kjer umre nevednost in se rodi modrost.



PROSTOVOLJSTVO ZAVODA ZA TERAPIJO S POMOČJO PSOV — PET



**Monika
Rijavec,**
predsednica
sveta Zavoda
PET

Vdanašnji družbi, ko se vse bolj oddaljujemo od sočloveka, ne le skrbniki psov, temveč tudi stroka ugotavlja vse večji pomen stika z živaljo in terapevtski učinek živali na ljudi. Zavedamo se, kako ključnega pomena za preživetje družbe je sožitje človeka z živalmi oz. z naravo nasploh, zato želimo to modrost prenašati tudi na mlajše generacije.

Zavod PET je oktobra 2011 ustanovljena neprofitna in humanitarna organizacija. Je zasebni zavod, ki deluje z namenom dvigovanja kakovosti življenja posameznika s posredovanjem s pomočjo psa. Ob ustanovitvi smo si poleg kvalitetnega in strokovnega izvajanja dejavnosti za cilj zastavili tudi razvoja ter napredek te dejavnosti v Sloveniji. Želeli smo si in naše moči še vedno usmerjamo v to, da se zakonsko in sistemsko uredi področje posredovanja s pomočjo psa, in da dejavnost v Sloveniji dobi mesto, ki ji pripada.

Trenutno v zavodu deluje 14 terapevtskih parov, praktični del izobraževanja za pridobitev licence terapevtskega para pa opravlja še 17 pripravnikov s svojimi psi. Poleg vodnikov s psi v zavodu delujejo tudi strokovne osebe in člani brez psov, ki

pomagajo pri organizacijskih in administrativnih zadevah. Ta vrsta prostovoljskega dela zahteva celega človeka in prav posebno osebnost. Vodniki morajo biti poleg tega, da so pripravljeni razdajati svoj čas in znanje, fizično in psihično zdravi, osebno zreli, spoštovati morajo ljudi in živali, biti odgovorni, imeti smisel za delo z ljudmi in psi, biti sposobni empatije, imeti dar opazovanja, biti iznajdljivi in kreativni, samostojni in odločni. Svoje znanje morajo redno obnavljati in nadgrajevati, skrbeti morajo za psihofizično kondicijo psa in pri delu delovati v dobrobit psa.

Ne more pa čisto vsak postati terapevtski par. Po uspešno opravljenem testiranju psa sledi 4-dnevno splošno izobraževanje, ki poteka v obliki predavanj in praktičnih delavnic s področja kinologije, veterine in vključevanja posredovanja s pomočjo psov v različne institucije. Po pridobitvi veterinarskega spričevala, da je pes popolnoma zdrav, negovan in sposoben dela, lahko pričnejo opravljati 25-urno prakso, ki pod budnim očesom mentorja poteka v različnih inštitucijah. Vsi obiski se beležijo v posebne obrazce, kjer se zavede, kaj in kdaj se je izvajalo, število uporabnikov, kakšni so bili uporabniki, kako se je obnašal vodnik in kako pes. Po predaji dokumentacije lahko vodnik pridobi možnost pristopa k zaključnem izpitu in po uspešno opravljenem izpitu pridobita vodnik in pes licenco Zavoda PET za opravljanje posredovanja s pomočjo psa in s tem naziv »terapevtski par«. Navadno celotno izobraževanje traja eno leto, licenco pa morata obnavljati vsaki dve leti. Poleg tega morata posredovanje s pomočjo psa izvajati vsaj enkrat na mesec, na pol leta opravljati veterinarski pregled ter znanje redno obnavljati in nadgrajevati, za kar nudimo veliko možnosti tudi v okviru Zavoda.

Redno sodelujemo s naslednjimi inštitucijami: Pediatrično kliniko Ljubljana, Kliniko za pediatrijo Maribor, otroško kirurgijo Maribor, Univerzitetnim rehabilitacijskim inštitutom Soča, Psihiatrično bolnišnico Idrinja, ZUDV Dornava, prav tako pa izvajamo posredovanje tudi v domovih starejših občanov, VDC-jih, vrtcih in osnovnih šolah. V institucijah pomagamo otrokom, mladostnikom, odraslim in starejšim osebam, ki se v življenju



srečujejo z boleznijo, raznimi težavami in omejitvami. Pomagamo jim pri premagovanju osebnih izzivov in pri lažjem vključevanju v družbo, v pomoč pa smo tudi strokovnim delavcem (zdravnikom, delovnim terapevtom, fizioterapevtom, specialnim pedagogom, socialnim pedagogom, psihologom, psihiatrom, profesorjem v šolah, vzgojiteljem v vrtcih), ki naše delo vključujejo v svoje programe.

Posredovanje s pomočjo psa postaja pomemben del mozaika celostne obravnave uporabnikov, pri katerih na ta način pospešujemo izboljšanje njihovega fizičnega, socialnega, čustvenega in miselnega delovanja. Naši uporabniki, pa naj bodo to otroci, odrasli ali starejši, se obiskov zelo razveselijo in pse z navdušenjem sprejmejo. Ravno tako se jih v večini primerov razveselijo tudi starši oz. skrbniki in sorodniki, še toliko bolj, ko vidijo, kako pozitivno psi vplivajo na počutje njihovih bližnjih. Opažamo tudi, da psi v inštitucijah, ki jih obiskujemo, na splošno pripomorejo k dobri volji in počutju ne le uporabnikov, temveč tudi zaposlenih. *Pes prinese v institucionalno okolje zunanji svet, nekaj živega, mehkega in toplega, potrpežljivo poslušča, ne graja in ljudi sprejme takšne, kot so. Ustvari čustveno varno ozračje, ljudi sprosti in motivira, zato tudi z veliko večjo vnemo kot sicer sodelujejo*

pri aktivnostih ali terapiji. Pozitivni učinki pa se kažejo tudi kasneje, ko pes ni več prisoten, po hodnikih se še dolgo govori o obisku. Raziskave kažejo, pes ni le odlični družabnik, temveč tudi prvovrsten terapevt. Da pa je posredovanje s pomočjo psa učinkovito, mora uporabnik psa sprejeti.

Posredovanje s pomočjo psa (AAI – Animal Assisted Interventions)

namensko vključuje psa kot del terapevtskega procesa ali izboljšanja kakovosti človekovega življenja na kateremkoli področju. Izvaja se lahko kot terapija ali aktivnost s posameznim uporabnikom ali s skupino uporabnikov.

Terapija s pomočjo psa (AAT – Animal Assisted Therapy)

je ciljno usmerjeno posredovanje, v katerem je pes, ki ustreza določenim merilom, sestavni del procesa. AAT je dejavnost, ki poteka pod vodstvom strokovne osebe ob navzočnosti terapevtskega para (posebej usposobljenega vodnika s svojim psom, ki ustreza določenim merilom). Ključne značilnosti so: točno določeni cilji za vsakega posameznika in beleženje napredka.

Aktivnost s pomočjo psa (AAA – Animal Assisted Activity) je posredovanje, ki zagotavlja možnosti za motivacijske, izobraževalne,

rekreacijske in/ali terapevtske koristi, s katerimi izboljšamo kakovost življenja. AAA izvajajo terapevtski pari (posebej usposobljeni vodniki s svojimi psi, ki ustrezajo določenim merilom). Prisotnost strokovne osebe ni obvezna, je pa zaželena. Ključne značilnosti: prisotnost strokovnega delavca ni nujna, cilji niso točno določeni, beleženje napredka ni obvezno, vsebina obiska je spontana.

Branje s pomočjo psa – R.E.A.D.® (Reading Education Assistance Dogs)

je licenčni program organizacije Intermountain Therapy Animals iz ZDA, katerega izvajamo tudi v okviru našega zavoda in smo ga poimenovali »**Berem za PET**«. Cilj programa je izboljšati bralno pismenost otrok, povečati motivacijo, interes ter pozitiven odnos do knjig in branja na specifičen način: OTROK BERE PSU.

S programi, ki jih izvajamo, skušamo odgovoriti na vse večjo potrebo po tovrstni pomoči ljudem in jim omogočiti lažje vključevanje v vsakdanje življenje ter posledično bolj kakovostno preživljanje aktivnega in prostega časa. Hkrati pa s pomočjo terapevtskih psov spodbujamo tudi k medsebojnemu sodelovanju in nesebični pomoči sočloveku.



UTRINEK

Za otroka, ki dlje časa leži v bolnišnici, je dan, ko pride kužek na obisk, dan radostnega pričakovanja. Nenavadno je videti kužka v bolnišnici, saj spominja na domače okolje. Že ob misli na srečanje s kosmatincem se v otrocih vzbudi veliko spominov na najrazličnejše izkušnje, ki jih imajo s psi, saj je v nemalo družinah kuža celo družinski član. Tako se že v pogovoru o kužku oziroma najavi, da pride na obisk, v otroku poraja veliko prijetnih občutij, ki so pri njegovem zdravljenju v veliko pomoč. V pomoč so tudi zdravniškemu osebju, ki si v procesu zdravljenja vsekakor najbolj želi otrokovega sodelovanja. Pri tem igra vlogo celoten vpliv kužka na otrokovo psihično počutje; otrok lahko namreč skozi tovrstni obisk pridobi določeno mero zaupanja in celo bližine prav tako do zdravniškega osebja, saj bližnje srečanje s psom tudi v zdravniku in medicinski sestri vzbudi občutke, ki jih v svojem delovnem okolju sicer ne izrazijo. Otroku se lahko ob takšni izkušnji znebi strahu pred belo haljo ali modro delovno obleko, saj ima možnost doživeti zdravnika ali sestro drugače. Otroci se ob bližini kužka raznežijo, pozabijo na strah pred zdravljenjem in doživljajo veliko občutkov ugodja in radosti. Tako pač je, kuža v bližino otroka prinese veselje!

Valda Janjanin,
vzgoja predšolskih otrok na Kliničnem oddelku za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo



ZAHVALA DRUŽINE PROSTOVOLJCEM ZAVODA PET

Radi bi se zahvalili in pohvalili gospo Nino in psičko Avšo, ker vsak teden najini hčerki polepšata en popoldan. Najina hčerka je tetraplegik, vendar ko onidve prideta na obisk, hčerka kljub vsem bolečinam želi v voziček in sodelovati. Rada bi še pohvalila gospo Nino, ker se je na hčerkino željo potrudila in k njej pripeljala še maltežanko Lili in kraljevo španjelko Fiono. Najini hčerki ni ostalo več veliko življenja in ji to resnično veliko pomeni.

Najlepša hvala!

Družina Sigmund - Glavač

PROSTOVOLJSTVO DRUŠTVA ŠTUDENTOV MEDICINE MARIBOR

Društvo študentov medicine Maribor

Tadej Jalšovec,
Društvo študentov medicine Maribor

Društvo študentov medicine Maribor (DŠMM) je bilo ustanovljeno leta 2005 in je nosilec občudijske dejavnosti na eni izmed najmanjših članic Univerze v Mariboru. Naša dejavnost je hitro presegla okvire Medicinske fakultete, saj so naši projekti že od začetkov prisotni tudi v lokalnem okolju. Smo nepolitično in prostovoljno društvo vseh študentov, ki želijo svoj študij dopolniti z dodatnim udejstvovanjem v prostem času.

Društvo ima 610 članov, ki opravljajo dejavnosti v sklopu devetnajstih trenutno aktivnih projektov. Naša področja delovanja so zelo široka, projekti so pretežno javnozdravstveni in se ukvarjajo s preventivo raka na dojki, duševnim zdravjem in drugim. Velik pomen posvečamo tudi najmlajšim in sicer tako, da jim pomagamo premagati strah pred zdravniki in jim krajšamo čas bivanja v bolnišnici. Prepoznavni smo pa tudi po našem pevskem zboru in študentski reviji Presnovnik.

Projekt **Za življenje** organizira tečaje in promocije prve pomoči za laike, ki potekajo po šolah, podjetjih, nakupovalnih centrih, drugih ustanovah in dogodkih širom Slovenije. S projektom želimo izobraziti ljudi o postopkih prve pomoči, predstaviti prvo pomoč kot moralno dolžnost posameznika, povečati odziv mimoidočih v primeru nesreče in razširiti obstoječo mrežo avtomatskih defibrilatorjev (AED) v Sloveniji. V preteklem letu smo organizirali več kot 40 tečajev in promocij, pretežno v SV Sloveniji.

Člani projekta **Ljubezen in spolnost** se že leta ukvarjajo z ozaveščanjem javnosti o varni spolnosti, pri čemer so glavna ciljna skupina mladi. Večkrat tedensko po številnih osnovnih in srednjih šolah organizirajo prostovoljne delavnice, na katerih dve šolski uri predavajo o različnih temah, kot so puberteta, odraščanje, uporaba kontracepcije, splav, spolna usmerjenost in prvi spolni odnos. Ponosni so na to, da so se v preteklem letu lahko srečali z več kot 2000 učenci in dijaki.

Pedilandija temelji na druženju študentov z otroki in mladostniki v Pediatrični kliniki UKC Maribor. Osnovna ideja projekta je organiziranje tematskih delavnic. S projektom želijo študenti medicine otrokom, predvsem tistim dolgo hospitaliziranim, popestriti bivanje v bolnišnici. Tematske delavnice potekajo ob posebnih dnevih, kot sta valentinovo in svetovni dan knjige. Vseh je bilo lani 12.

V okviru projekta **Epruvetka** so organizirana predavanja, ki nudijo kopico osnovnih informacij, kot so kdaj je potrebna transplantacija kostnega mozga, kdo vse je lahko darovalec, kako se vpisati v register Slovenija Donor, kako poteka odvzem krvotvornih matičnih celic (KMC). V preteklem letu je projekt svojo osnovno dejavnost usmeril h krvodajalstvu in njegovi promociji. Predavanja so izvedli lani na večini fakultet Univerze v Mariboru in srednjih šolah v mariborski občini.





Prostovoljno delo našim študentom veliko pomeni. O tem največ pove dejstvo, da je več kot tretjina naših članov aktivnih vsaj v enem projektu. Vse delo, ki ga opravljamo, je prostovoljno in sledi načelom prostovoljstva. Za sodelovanje se študentje odločijo, ker želijo pomagati sočloveku in ker jim dejavnosti Društva predstavljajo dopolnitev študija. Aktivnosti našim članom prinesejo veliko t.i. mehkih veščin, kot so organizacija dela, timsko delo in učenje dela z mladimi.

Naši načrti za prihodnost so veliki in verjamemo, da bomo svoje delo nadaljevali in projekte razvijali še naprej. Pri tem pa bomo stremeli k temu, da bodo ti še naprej ostali prostovoljski.

Vstopna točka do Društva je naša spletna stran www.medicinec.si. Lahko pa nam napišete sporočilo na naslov info@medicinec.si.



VZPOSTAVITEV IN PRENEHANJE PROSTOVOLJSTVA NA PSIHIATRIČNI KLINIKI LJUBLJANA

Slavica Ravnik,
prof. soc.
ped. in spec.
psihoterapije,

koordinatorica
prostovoljcev na
Psihiatrični kliniki
Ljubljana
v obdobju
2002–2006

Prostovoljno delo se je na Psihiatrični kliniki Ljubljana začelo v letu 2002. Projekt smo skrbno načrtovali, pri čemer je pomagala tudi koristna literatura, ki jo je prispevala dr. Anica Mikuš Kos.

Projekt smo razvijali po fazah. Najprej smo pripravili vprašalnik o tem, kako vidijo vključitev prostovoljcev v delo s psihiatričnimi pacienti v bolnišnici zaposleni. Vprašalnik je bil poslan vsem strokovnim profilom po slovenskih psihiatričnih bolnišnicah. V 90 % so bili odgovori pozitivni in temu naklonjeni, seveda z določenimi pogoji, ki naj bi bili upoštevani v posebnem pravilniku. Na psihiatrični kliniki v Ljubljani smo storili enako, rezultati ostalih anket pa so doprinesli k lažji odločitvi psihiatrov v tej ustanovi, da projekt podprejo.

Ključna za začetek je bila podpora takratne strokovne direktorice. Pozitivno je bilo tudi to, da je projekt sovpadal z razvojem rehabilitacijskega principa dela pri obravnavi psihiatričnih pacientov, ki ga je vodila psihiatrinja.

Oblikovali smo pravilnik s pravicami in dolžnostmi prostovoljcev in bolnišnice. Prostovoljce smo pridobivali na ljubljanskih fakultetah preko osebnega kontakta s študenti. Z vsakim kandidatom smo opravili še individualni pogovor po tem, ko je izpolnil motivacijski vprašalnik. Organizirali smo štiridnevno izobraževanje, kjer so sodelovali vsi strokovni profili Psihiatrične klinike Ljubljana.

Prostovoljci so bili vključeni v supervizijske skupine enkrat mesečno. V začetni fazi smo jih vključevali samo na oddelke, kjer se je rehabilitacijski princip obravnave že uveljavil. Kasneje smo na željo posameznikov nekatere prostovoljce vključili tudi na intenzivni oddelki. Na oddelku so bili prostovoljci vključeni v tim in imeli so svojega mentorja (medicinska sestra, delovni terapevt, socialna delavka). Vsi mentorji so bili vključeni v uvajalne delavnice in v supervizijsko skupino enkrat mesečno.

V štirih letih smo izobrazili 40 prostovoljcev, ki so bili vsi vključeni v delo s pacienti. Prostovoljci so pisali dnevnik dela. V vsem času, ko je prostovoljsko delo potekalo (to je štiri leta), ni bilo nobenega incidenta. Prostovoljci so redno obiskovali supervizijske skupine. V vsem tem času sta samo dva prostovoljca predčasno zaključila sodelovanje, ker nista zmogla odnosa s pacientom. Mislim, da smo imeli dobro izdelan projekt, kjer smo upoštevali ključne varovalke v procesu priprave in samega poteka dela.

Zakaj se je delo prostovoljcev na kliniki ustavilo?

Ena od možnih napak je bila, da smo preveč na široko vključevali prostovoljce tudi na oddelkih, kjer še ni bil razvit rehabilitacijski princip dela. Tam je bilo manj podpore tima, čeprav ne namenoma – preprosto niso še usvojili novejših doktrin v obravnavi psihiatričnega pacienta.

Kot šibkost v sistemu se je začela kazati timska obravnava oziroma povezanost posameznih strokovnih profilov. Na kliniki je zelo prisotna enosmerna komunikacija: sestra–psihiater, delovni terapevt–psihiater, socialni delavec–psihiater. Na oddelku za rehabilitacijo so poskušali postaviti pacienta v središče obravnave celotnega tima z izdelavo individualnih načrtov dela za vsakega pacienta posebej, vendar delo ni steklo optimalno. Prostovoljci so bili pomembni člani timov in so prevzemali točno določene naloge, o katerih so se lahko pogovorili z vsakim članom tima, če je bilo potrebno. Zaradi različnih razlogov pa mentorji na oddelkih niso dobili dovolj podpore v lastnem timu. Mislim, da so psihiatri sicer sprejeli prisotnost prostovoljcev na oddelku, niso pa podprli individualnih načrtov obravnave pacientov, pri čemer bi prostovoljci lahko največ prispevali.

Opazila sem, da je motivacija mentorjev za delo s prostovoljci začela upadati, zato so le-ti včasih ostali brez potrebne podpore in usmeritve. O tem smo razpravljali na supervizijah. Večina prostovoljcev je kljub temu vztrajala pri delu, saj so se navezali na svoje varovanje in so prepoznali, da poleg tega, da dajejo, v tem odnosu tudi sami veliko dobijo. Problem z motivacijo mentorjev sem kot koordinatorka prepoznala in sem načrtovala

intenziviranje dela z njimi. Nikakor pa nisem mogla vplivati na organizacijo obravnave prostovoljcev na oddelkih, česar sem se dobro zavedala.

Žal se je zgodilo še to, da je psihiatrinja, ki je ključno prispevala k razvoju rehabilitacijskega principa dela v psihiatrični bolnišnici, na destruktiven način posegla v potek prostovoljnega dela na kliniki in končno tudi uspela, da se je projekt povsem ustavil. Njena intervencija je bila usmerjena na najšibkejši člen – to so bili slabo motivirani mentorji s šibko podporo tima. Postavila se je v vlogo njihovega zagovornika z argumentom, da ne zmorejo dodatnih nalog, kar je predstavila tudi vodstvu klinike.

Kljub temu da so na kliniki obstajale možnosti nadaljnega razvoja prostovoljstva, ni prišlo do dialoga o tem problemu in skupnega iskanja rešitev. Kjer je volja, je tudi pot in kjer so dobri nameni, je možnega veliko dobrega. V prostovoljnem delu in v angažiranju mladih prostovoljcev sem videla velik človeški potencial, ki je prispeval k humanejši obravnavi psihiatričnih pacientov, uspešnejši rehabilitacijski obravnavi, pomagal v procesu destigmatizacije psihiatričnih bolezni ter razblinjal strah strokovnega kadra pred vstopom laičnega osebja v obravnavo psihiatričnega pacienta. Vse to je bilo že zaznati v teh štirih letih dela. Toda ves ta pozitiven naboj ni bil imun na nedobronamernost, rivalstvo in še kaj.

PROSTOVOLJSTVO NA ONKOLOŠKEM INŠTITUTU – ZAKAJ SE JE VČASIH ZATIKALO

Tatjana Samec,
prostovoljka na
Onkološkem
inštitutu

Organizirano prostovoljstvo na Onkološkem inštitutu (OI) je bilo že kar dobro utečeno, ko sem se mu poleti 2007 pridružila tudi sama kot prostovoljka.

Priprave na začetek dela prostovoljcev so bile zelo skrbno načrtovane in tudi še nekaj prvih let mojega aktivnega sodelovanja v projektu je bilo veliko energije usmerjene v osveščanje ter v spodbujanje osebja bolnišnice, da bi bilo pomislekov o »pripustitvi« zunanjih sodelavcev – laikov (tako vidijo prostovoljce v institucijah) k skrbi za bolnike čim manj. Koordinatorica je sodelovala na sestankih z njimi, na kolegijih različnih strokovnih profilov, pripravljala je različne manjše ankete za osebje (in tudi za bolnike oz. njihove svojce) ipd. – vse to predvsem zato, da bi po različnih poteh pridobila njihovo zaupanje ter hkrati mnenja in predloge za izboljšanje medsebojnega sodelovanja. Bali so se npr. našega nadzora nad njihovim delom, morebitne konkurence ali celo prevzema kakšnih nalog, bali so se naših spodrseljavev v odnosih z bolniki, skrbela jih je po eni strani naša premajhna seznanjenost z

boleznijo in osebno zgodovino bolnikov, pa hkrati po drugi strani resnost problema naše sposobnosti varovanja osebnih podatkov bolnikov ... Počasi, res zelo počasi so se pomisleki razblinjali, zadrege so bile vse redkejše, nesporazumov skoraj ni bilo več (vsaj v primerjavi z obsegom opravljenega dela in številčnostjo skupine prostovoljcev).

V najboljšem obdobju od 2009 do 2011 nas je bilo celo do 45, v začetku leta 2013 pa nas je ostalo le še 12, ki smo redno, po dogovorjenem urniku, v glavnem med 7. in 16. uro opravljali dežurstvo in pomagali bolnikom z informacijami, s spremljanjem in druženjem, s krajšimi ali tudi poglobljenimi pogovori ob informacijskem pultu oz. v garderobi, v avli in čakalnicah specialističnih ambulant ter preiskovalnih in obsevalnih aparatov, torej z bolniki v dnevni oskrbi na OI, pa tudi na oddelkih hospitaliziranih bolnikov.

Koordinatorica na OI je od vsega začetka zadolžena predvsem za delo na paliativnem oddelku, **le deloma tudi za delo z nami.** Glede na obsežnost in pomembnost obeh področij je bila to zanjo seveda huda obremenitev, še posebej,

ker smo imeli poleg občasnih zadreg pri delu prepogosto težave sami med seboj in še najmanj pravzaprav z osebjem, kaj šele z bolniki. Trenja med nami so bila včasih preveč očitna – bili smo si preveč različni, z zelo različnimi značajji, različnimi življenjskimi zgodbami in poklicnimi usmeritvami, z zelo različnimi pričakovanji glede dela in motivacije zanj, pa z zelo različnimi sposobnostmi sodelovanja v skupini, prilagajanja. Zato bi bilo potrebno veliko več energije in časa vložiti v skrbno izbiro pred vključitvijo v neposredno delo, pa tudi v sprotno spremljanje našega dela. Ob najhujših konfliktih smo se skupaj z vodstvom odločali za prekinitve sporazuma s posamezno prostovoljko oz. prostovoljcem, nekateri pa so seveda tudi sami dali odpoved, ko se jim je iz zelo različnih razlogov zdelo nadaljevanje sodelovanja med nami nemogoče...

Precej časa in energije smo porabili tudi za **protno usposabljanje in uvajanje vedno novih prostovoljcev, ki so nadomeščali izpade tistih, ki so nas zapuščali** – najbolj pogosto iz povsem običajnih razlogov (začasno nezaposleni so dobili spet zaposlitev, študentje so se posvetili izpitu in diplomu, novopečene babice pa varovanju vnukov, nekateri so našli nova področja zanimanja ipd.). Nekateri so opustili svoje sodelovanje tudi že kmalu po začetku, ker so spoznali, da je delo zanje prezahtevno, da niso vselej kos situacijam ob bolnikih, kar je sicer pomenilo, da jih nismo dovolj dobro spoznali in pripravili na delo, da smo torej spregledali kakšne podrobnosti, ki bi nas morale opozoriti na nezanesljivost oz. kakšen drugačen razlog za neprimernost kandidata. To se dogaja

in tega ni mogoče preprečiti. Tudi pri kadrovanju zaposlenih se dogaja, da izbereš nepravega. Nekateri ljudje pač niso ustrezni za delo, katerega želijo opravljati.

Dokaj hitro so zaključili svoje sodelovanje tudi **prostovoljci – srednješolci**, ki jim je bila večinoma najpomembnejša opravljena praksa oz. dosežen obvezen obseg opravljenih ur za prostovoljstvo, le malokdo od njih je vztrajal dlje, kot je bilo nujno potrebno za šolo ... Mogoče je temu tako tudi zato, ker pri nudenju predvsem fizične pomoči bolnikom in ob nenehni menjavi dnevnih bolnikov večinoma ni dovolj priložnosti za graditev bolj osebnega odnosa z njimi, da bi lahko postal trajnejši ...

Težavo predstavlja tudi dejstvo, da nismo imeli in še vedno **nimamo na razpolago niti simboličnih namenskih sredstev za svoje delovanje.** Prostovoljci seveda nimamo plačila za svoje delo, niti denarnih nagrad ne, pa vendar je nujno kritje vsaj nekaterih neizogibnih stroškov, za katere nismo našli virov. Npr. plačilo nagrade za delo supervizorja (enkrat mesečno po dve uri), pa povrnitev potnih stroškov tistim posameznikom med nami, ki so se redno vozili iz precej oddaljenih krajev. Seveda potrebujemo za svoje delo redno tudi nekaj papirja, tiskarske barve za tiskalnik, pisal in zvezkov za razne evidence, urnike, sezname, dopise ipd. Za vse to bi redno letno potrebovali po oceni do 10.000 EUR in občasno za kakšen del opreme (kot so knjižne police v knjižnici za bolnike) mogoče še kak tisočak ali dva več.

Naša ekipa je vmes kopnela, preostali pa smo bili včasih res izjemno pretirano obremenjeni, če smo hoteli **ohranjati kontinuiteto naše prisotnosti in tako zagotavljati zanesljivost naše pomoči in podpore**, na katero so se že davno navadili bolniki in njihovi svojci, pa tudi sestre v ambulantah in na oddelkih ...

Tudi **brez primerne povezovanja skupina ne more biti učinkovita in ne nudi zadostnega zadovoljstva**, to dvoje pa je nujno za uspešno opravljanje našega osnovnega poslanstva – biti v neposredno pomoč, pa v trdno oporo, biti v optimistično spodbudo ali zgolj v človeško toplo in razumevajočo tolažbo bolnikom in njihovim svojcem ter vsaj deloma razbremenjevati tudi delo osebja. Zato se trudimo z različnimi pristopi utrjevati vezi med celotno skupino, razbito sicer na delo ob posameznih dnevih v tednu, pa vendar povezano z rednimi mesečnimi sestanki in supervizijami, s sprotim obveščanjem o novostih, z občasnimi medsebojnimi družabnimi stiki ipd.

Pa še nekaj smo pogrešali – občutek vsaj minimalnega partnerstva, ne le podrejenosti. Skupaj se dogovarjati za aktivnosti, za novosti v pristopu do dela in do organizacije dela, večkrat biti vprašani za mnenje, imeti občutek, da res sodelujemo pri odločanju o vsaj drobnih zadevah, ki se nanašajo na naše naloge, pristojnosti, omejitve, potrebe ... Skupaj oblikovati krajše



© foto Vojko Haviček



predstavitvene tekste, članke, vsebino promocije za naše delo ... **Medsebojni pretok informacij in sprejemanje nas kot vsaj stranskih partnerjev** pri projektu prostovoljstva v bolnišnici sta nujna pogoja za njegov uspeh!

Zakon o prostovoljstvu iz leta 2011 nam je omogočil oz. pravzaprav zahteval od nas, da smo si končno poiskali svojo novo streho nad glavo, saj je za prostovoljsko delo v bolnišnicah treba vzpostaviti dogovor o sodelovanju med bolnišnico in prostovoljsko nevladno organizacijo.

Zelo smo si oddahnili, ko **so nas bili končno spomladi 2013 pripravljeni sprejeti na Slovenski filantropiji!** Po marčevskem podpisu sporazuma med SF in OI ter junijskem podpisu dogovora posameznikov s SF smo še pred iztekom leta dobili po uspešno opravljenem uvodnem usposabljanju tudi okrepitev – pridružila se nam je skupina kar 20 novih prostovoljcev!

Ključnega pomena za uspešno uvedbo in izvedbo projekta prostovoljstva v bolnišnicah je, da:

- se bolnišnice za pridobitev in usposobitev primernih prostovoljcev povežejo z ustreznimi prostovoljskimi nevladnimi organizacijami,
- zadožijo v svojih vrstah za organizacijo oz. koordinacijo prostovoljstva osebe z dovolj posluha za to poslanstvo in predvsem z dovolj časa ter pooblastil, da se stvari ne bi nenehno zatikale.

Pred štirimi leti smo že na takratnem kongresu slovenskih prostovoljcev v posebni delovni skupini oblikovali **osnutek pravilnika za koordinatorje prostovoljstva v slovenskih bolnišnicah**, ki bi lahko (če bi ga v kakorkoli prirejeni obliki sprejelo Ministrstvo za zdravje) omogočal razporeditev posameznih zdravstvenih delavcev oz. sodelavcev v bolnišnicah za del delovnih obveznosti in časa tudi tem vsebinam oz. nalogam posebnega delovnega mesta – trenutni čas krize in čas zdravstvenih reform pa najbrž nista najprimernejša za uresničitev teh pobud v bližnji prihodnosti ...

Lahko bi pisal o sreči, žalosti ali banalnih trenutkih prostovoljstva, vendar ne bom. Nisem tu, da bi užival, niti da bi trpel, še najmanj pa sem tukaj, da bi si krajšal čas. Tukaj sem, da pomagam osebi, ki se izgublja v labirintu hodnikov, da peljem človeka, ki se sam ne more, in da namenim lepo besedo tistemu, ki jo potrebuje. Kaj imam od tega? To, da sem koristen, mi je dovolj.

Adrijan

Moja prvotna pričakovanja so bila nekoliko deljena. Zelo rada sem preizkusila nekaj novega, spoznala ljudi, ki imajo podobne interese. Želela sem si tudi nuditi pomoč drugim, ki bi jo potrebovali. Po drugi strani pa sem o prostovoljstvu slišala tudi nekaj kritik na račun neorganiziranosti, odvečnosti prostovoljskega dela znotraj bolnišnic. Vendar naj omenim, da sem doživela le pozitivne izkušnje. Delo poteka zelo organizirano in nikakor ne morem reči, da je odvečno. Presenetilo me je tudi pozitivno sprejemanje prostovoljcev s strani medicinskega, strokovnega osebja. Skratka, ko vidiš, da se pacient ob tvoji družbi pomiri, vsaj za trenutek odmisli tiste strahove, temne misli in mu nekoliko skrajšaš dan, je to najlepše plačilo za delo, ki ga opravljamo. Tudi ko imam jaz slab dan, se rada spomnim na te trenutke, kajti na svet skozi očala prostovoljstva gledaš drugače. Vidiš, kako smo si v resnici z ljudmi, s katerimi prihajamo v stik, lahko drug drugemu v pomoč, živimo v sožitju, in kako je pomemben vsak dan, ki ga lahko izkoristimo. Prostovoljstvo se mi zdi pomembna izkušnja v mojem življenju. Edinstvena, pozitivna in nepozabna.

Simona

ZGODBE PROSTOVOLJCEV NA ONKOLOŠKEM INŠTITUTU

Meni največ povedo hvaležne, rahlo orošene oči starejših bolnikov, ki pridejo od daleč. Prijetno so presenečeni, ko ugotovijo, da le niso sami v tej veliki hiši. To mi vedno znova potrdi, da sem na pravem mestu. V teh trenutkih so besede odveč.

Tomislava

Živimo v času, ko je pomen vrednot zbledel. Prebivalci tega planeta smo odgovorni za ustvarjanje boljše prihodnosti, ki pa ni mogoča brez Sočutja. Živimo kot Razvajenci, ki nam preprosto «vse pripada» in smo v nenehnem iskanju in pričakovanju, kaj bomo dobili. Menim, da je skrajni čas, da si zastavimo enostavno vprašanje: Kaj lahko dam jaz? Brez pričakovanja povračila, seveda :).

Majda L.

Drugi teden zimske olimpijade v Sočiju. Klic iz ambulante, naj prostovoljci prevzamemo bolnika, ki je na vozičku, in ga odpeljemo do reševalcev. Pridem v čakalnico, kjer me pričaka neobičajna gneča. Naši hokejisti igrajo pomembno tekmo. Pred televizijskim ekranom se drenjajo bolniki, njihovi svojci in reševalci, ki čakajo svoje prevoze. „Moj“ bolnik me prosi, da z njim še malo počakam, saj noče zamuditi prvega gola. Z veseljem mu ustrezem. Med čakanjem mi pove, da tudi pri njem doma gotovo vsi navijajo. „Malo prej sem govoril s sinom, ki mi je povedal, da v službi spremljajo radijski prenos. Naši fantje so res od sile!“ Lica in oči mu žarijo. „Še bolj resno nas bodo jemali, če bomo uspeh ponovili tudi na prihodnji olimpijadi,“ se oglasi nekdo od gledalcev. „Kdo bi zdaj mislil na to, kaj bo čez štiri leta?“ reče moj bolnik in čez obraz mu zleti senca. A se takoj razvedri, saj je dočakal gol, ki so ga zabili naši hokejisti. „Ali ste videli, kako igrajo? Tudi zaradi njih bi res rad dočakal to prihodnjo olimpijado, čeprav je zelo težko prenašati vse to,“ mi pove ob slovesu.

Prijatelji, ki vedo, da sem se pridružila prostovoljcem, se večkrat čudijo, kaj me je pripravilo do tega, in pri tem nekateri še poudarijo, da sami že ne bi prostovoljno zahajali na „tak oddelek“. Običajno na take pripombe ne odgovarjam, tistim pa, ki so mi blizu, vendar skušam razložiti, da je eden od razlogov za mojo odločitev prav to, da me je od nekdaj strah bolezni, zdravnikov in bolnišnic. Doslej sem imela srečo, a kdo ve, kaj mene in moje bližnje še čaka? S tem, ko zdaj pomagam drugim, premagujem tudi svoj lasten strah. Spoznavam, da se mnogi bolniki pogumno spoprimejo s svojo boleznijo, da celo ob nespodbudnih diagnozah in napomih terapij ohranijo neverjeten optimizem in vedrino. To je tudi pravi odgovor na vprašanje, kaj mi daje prostovoljstvo.

Jasna

Gospa prihaja že več let na Onkološki inštitut. Prinese zelo lepo narejene majhne angelčke iz makaronov. Pravi, da jih izdeluje doma, zato da ne misli na bolezen. Pohvalim jo, drugič pa jih prinese kar celo škatlo in reče, naj si jih prostovoljci razdelimo med seboj, ker bi nam rada nekaj podarila ...

Kot prostovoljka se počutim res zadovoljno in srečno, da lahko pomagam. Ljudje so tako hvaležni za vsako, tudi najmanjšo pomoč in svojo zahvalo izrazijo tako topla. Spet se počutim kot človek.

Milena

PROSTOVOLJSTVO V OUR LADY HOSPICE & CARE SERVICES V DUBLINU NA IRSKEM

... Največkrat gre zgolj za preprosto pomoč pri orientaciji v hiši, za spremljanje od vrat do vrat, za pomoč težje pokretnim s prevozom po hodnikih na vozičku, včasih le za kozarec vode, za ponujeno kakšno koristno informativno zloženko ali časopis, skok zanje do bližnje lekarne ali trgovine ... Da jim po svojih močeh vsaj delno ublažimo občutke nemoči, nebolgljenosti, strahu, osamljenosti, prikrajšanosti za običajno življenje, za samostojnost ...

Tatjana

Pacientka v hudi stiski mi je zadnjič med pogovorom rekla: Kako je mogoče, da vam to pripovedujem, še nikomur nisem povedala ... A boste imeli še kaj časa zame? Vas bom počakala. Tako dobro se zdaj počutim, kar odleglo mi je.

Takrat vem, da je tam moje mesto, pa četudi za vožnjo od doma do bolnišnice porabim na leto več kot pol mesečne pokojnine.

Marta

Bolniki se veselijo vsakega trenutka, ki jim polepša dan. Osredotočijo se na majhne stvari. V ospredju niso veliki dogodki. Hvaležno sprejemajo vsak na novo podarjeni dan. Tu se mi pokaže lep dokaz, da človeštvo na ravni medsebojnih odnosov in ljubezni ni odpovedalo. Kjer smo prostovoljci, zasije sonce na obraz.

Mirjana

Pomagam pri spremljanju ležečega pacienta na oddelek. S sestro iz reševalne postaje ga peljeva gor. Sestra odda dokumentacijo za sprejem in hiti naprej, čakajo drugi pacienti. Počakati bo treba na prsto posteljo.

S pacientom ostaneva sama na praznem hodniku. Gledam tega utrujenega in bolnega moža. Nič ne vem o njem. Oči ima zaprte, v roki nameščeno infuzijo. Nemiren je. Poskuša se premakniti, pa ne gre. Na pol je pokrit z belo tanko rjuho. Nikogar ni z njim, morda ima koga svojih, pa nimajo časa, morda ... Pokrijem ga, vprašam: Kako je? Ni odgovora. Vas zebe? Zopet nič. Narahlo ga pobožam po roki, pa še enkrat, pa še enkrat. Odpre oči. Na ustnicah se mu zariše komaj opazen nasmeh. Kaj si misli, ne vem. Potem pa mi čisto tiho pove, da so ga pripeljali iz negovalne bolnišnice.

Z oddelka prihaja sestra. Namestili ga bodo v sobo številka ... Obiskala sem ga ta ponedeljek, še je na oddelku. Pomagajo mu. Prejema terapije. Vedno ostaja upanje na boljše. Toplo mi je pri srcu.

Majda H.

Starejša gospa s štajerskega podeželja je prišla prvič na Onkološki inštitut. Prestrašena, nebolgljena. Nevešča jezika, postopkov, orientacije. Tudi lačna, kot sem kasneje ugotovila. Iz ambulante, kjer je opravila sprejemni pregled, me je poklicala sestra in prosila, naj gospo pospremim na vse preiskave, ki jih mora opraviti. Torej sem bila z njo nadaljnji dve uri, ker je morala opraviti pregled krvi, slikanje na rentgenu in pregled pri zdravniku v drugi stavbi. Ves čas sem ji poudarjala, da je tu v dobrih rokah, da bodo tu zanj storili vse, kar je v njihovi moči, da so tu sami strokovnjaki, da je lahko mirna in skrb za svoje zdravje prepusti zdravnikom, saj dobro vedo, kaj delajo ... Pa še marsikaj drugega sva predelali – vzgajali otroke, opravljali sosedo, kuhali, vrtnarili, pospravljali ... Preden sem jo pospremila do reševalnega vozila, pa sem ji še vsilita sok in zavitek piškotov. Čeprav je zadnjič jedla prejšnji večer, je zelo težko sprejela ponujeno ... Čez dva tedna je prišla na razgovor pred operacijo. Poiskala me je in se mi zahvalila, da sem bila z njo, da sem jo zelo pomirila, in da tokrat prihaja z velikim zaupanjem in upanjem. In da ima načrte!

To so tiste neprecenljive priložnosti, za katere sem hvaležna. Ob njih dobim občutek, da sem opravila svoje delo. Dobro. Zato sem tu.

Prostovoljci razumemo. Ne tolažimo, ne pomilujemo. Samo poslušamo. In razumemo. Zato smo skupaj z njimi razočarani nad preizkušnjami, pred katere jih postavlja življenje, skupaj z njimi se jezimo nad nepredvidljivo usodo, ki jih je položila v posteljo, jokamo z njimi, ker jih ne bo na hčerkinem maturitetnem plesu, se smejemo novim pričeskam, ki jih oblikuje kemoterapija. Občudujemo tehniko in materiale novih prsnih protez, se navdušujemo nad osebnimi podvigi, ki vsem tegobam navkljub niso izostali, predvsem pa občudujemo njihov pogum. In vsi vemo, kako dobro dene, če nas nekdo občuduje.

Majda G.

... Postojim in se usedem poleg nje. Drži me za roke in zgodba prihaja na plan. Poslušam.

Oh, zdaj mi je odleglo. Hvala vam! Saj veste, domačim ne ... Ste še lahko z menoj?

Seveda gospa!

Bova spili kavico, bi spili kavico z menoj?

Seveda, z veseljem!

Potem prideva na lažje teme, se tudi nasmejiva. Pridružijo se ostali, ki so ravno prišli. Počutijo se sproščeno in so veseli, da sem jih povabila v klepet. Govorimo o muckah, kužkih, kaj nam govorijo, kako nas razveselijo. O vnukih, o otrocih, ki so dobri, samo preveč zaposleni ...

Drugače je z mladimi bolniki. O boleznih vedo veliko.

Saj poznate to, gospa, kajne? Poznam!

Veste, lažje mi je govoriti, če poznate to bolezen, kot nekomu, ki ne ve.

Fant pri štirinajstih ve popolnoma vse o svoji bolezni, kakšno zdravljenje ima, kakšna zdravila. Ne ve pa, kako bo naprej?

Saj boš videl in čutil, mu rečem, rešitev, kako in kaj, bo prišla kar sama. Takrat jo zagrabi, in ko boš začutil, da moraš komu kaj pojamrati in povedati, to naredi. Ni treba staršem, če je to težko, poišči koga ... lahko tudi mene, samo povej, ne drži v sebi. To ni dobro.

Pride babi in reče mladenič: Povejte, gospa, vse to še moji mami, kot ste meni. Prosim ...

Silva

Carolyn Roe in Niamh Moore, koordinatrici prostovoljcev v OLH Dublin

Zapisala Tjaša Arko, vodja projektov na Slovenski filantropiji

Na Forumu o prostovoljstvu v bolnišnicah 2013 sta izjemno dobro in široko zastavljeno prostovoljstvo v dublinskem hospicu, ki deluje tudi na širšem področju pomoči različnim skupinam pacientov, predstavili njihovi koordinatrici prostovoljcev, Carolyn Roe in Niamh Moore. Povzemamo najpomembnejše informacije iz njune predstavitve, vsa gradiva, ki sta jih predstavili, pa hranimo na Slovenski filantropiji in jih lahko posredujemo zainteresirani strokovni javnosti.

Bolnišnica Our Lady Hospice & Care services v Dublinu deluje na različnih področjih. Približno 60 % njihovih postelj je namenjenih paliativnim bolnikom. Bolnišnica deluje tudi na terenu in s prostovoljstvom omogoča bolj kakovostno življenje svojim bolnikom, pa tudi njihovim svojcem – v letu 2012 so prostovoljci opravili približno 11.000 obiskov na domovih.

V bolnišnični **bivanjski enoti** skrbijo za stare ljudi, zraven umirajočih so tam tudi ljudje s kroničnimi boleznimi.

V bolnišnični **rehabilitacijski enoti** prostovoljci opravljajo tudi prevoze – domov gredo iskat ljudi, ki imajo zdravstvene težave in v bolnišnici obiskujejo terapije. Rehabilitacijska enota ima tudi možnost namestitve, bolniki lahko pri njih ostanejo do šest tednov.

V **enoti za revmatološka in mišično-kostna obolenja** pacienti ostanejo do šest dni, obravnavajo pa tudi mlajše paciente.

Bolnišnica je bila ustanovljena z verskim ozadjem, katerega vrednote so pomenile tudi temelje delovanja, kar pa se je časoma spremenilo. V zadnjih letih se v prostovoljstvo vključuje manj nun in duhovnikov kot na začetku, zato pa vse več drugih prostovoljcev.

V letu 1992 so se osebju pridružili prvi

organizirani prostovoljci, bilo jih je šest. Trenutno (novembra 2013, v času Forumu o prostovoljstvu v bolnišnicah) imajo **280 prostovoljcev in 130 študentov oz. dijakov**. Študentje oz. dijaki pri njih opravljajo prakso, mnogi pa se po koncu le-te odločijo za nadaljnje sodelovanje v vlogi prostovoljca. Mladi prinašajo novo energijo v bolnišnico in pacienti uživajo v njihovi družbi.

Za koordinacijo prostovoljstva in podporo prostovoljcem skrbijo **trije koordinatori**, dva za poln delovni čas in eden za polovičnega. Prostovoljcem so na voljo sedem dni v tednu, delovni čas imajo razporejen tako, da je eden vedno na voljo.

Prostovoljci so cenjeni enako kot vse ostalo osebje v bolnišnici. Pravil in postopkov, ki veljajo v bolnišnici, se morajo držati tudi prostovoljci. Inšpekcijski nadzor v bolnišnici vključuje poleg zaposlenih tudi prostovoljce. Prostovoljci ne nosijo uniform, imajo pa priponke. Prostovoljec ni strokovni zdravstveni delavec, profesionalac, in ni družinski član. To je pomembno, saj se želijo bolniki o svojih težavah največkrat pogovarjati z nekom, ki ne sodi med osebje in tudi ni družinski član. Prostovoljcem zaupajo težave, ki so povezane tudi z družino, in v kolikor gre za težke stvari, bolnišnica v obravnavo vključuje socialnega delavca.

Pogosto so med prostovoljci prijatelji ali sorodniki osebe, ki je umrla v njihovi bolnišnici. Na tak način želijo povrniti uslugo. V OLH imajo načelo, da vsaj eno leto po smrti bližnje osebe še ne delajo kot prostovoljci, ampak se lahko pridružijo kasneje.

Prostovoljci morajo **dopolnjevati delo zdravstvenega osebja in ga ne nadomeščati**. To morajo vedeti tudi sami. Na vseh oddelkih delajo multidisciplinarni teami (zdravstveni delavci, terapevti in prostovoljci). Zelo dobro sodelujejo in ekipa strokovnjakov se pogosto obrne na prostovoljce in koordinatore po pomoč.

Imajo štiri različne skupine prostovoljcev. Ena skupina se ukvarja z **zbiranjem sredstev**, druga so **strokovnjaki**, ki so tudi edini prostovoljci, ki imajo vpogled v zdravstveno kartoteko pacientov. Tretja skupina so prostovoljci, ki delajo pri bolnikih

v bolnišnici kot **družabniki, sogovorniki** ipd. Četrta skupina so prostovoljci, ki delajo izven bolnišnice, **na terenu**, na domovih.

Cilj prostovoljstva je, da pomaga pri bogatenju življenja bolnikov. Pogosto so samo prisotni ob bolniku, ne morejo pa dajati nasvetov. Prostovoljci so tam, da poslušajo, potolažijo, dajo podporo, primerno glasbo, ko jih prevažajo ...

Skoraj vsak dan prejemajo klice **zainteresiranih novih prostovoljcev**. Zainteresirani izpolnijo prijavitni obrazec in priložijo tri priporočila oseb ali organizacij, s katerimi niso v sorodu ali prijateljskih odnosih. V OLH imajo čakalno listo zainteresiranih prostovoljcev, in ko potrebujejo koga novega, pogledajo, kdo je na razpolago. Povabijo jih na razgovor in potem, ko osebo izberejo, morajo pridobiti še potrdilo o nekaznovanosti. Postopek preverjanja nekaznovanosti lahko traja tudi eno leto.

Vsi prostovoljci podpišejo poseben **dogovor** o zaupnosti, s katerem se zavežejo, da ne bodo izdajali nobenih osebnih informacij o bolnikih, dogovor o dostojanstvu bolnikov ter poseben dogovor o prostovoljstvu, kjer je zelo jasno postavljeno, da je njihovo delo resnično prostovoljno, in da bolnišnica nima nobenih obveznosti, da bi prostovoljca zaposlila. Skrbijo za diskretnost obravnave bolnikov, prostovoljci poznajo samo njihova imena, ne pa tudi drugih podatkov. V kolikor pride do težav, jih rešujejo znotraj bolnišnice, najprej se obrnejo na koordinatorje.

Vsi prostovoljci morajo iti skozi obvezno **usposabljanje**, kjer pomagajo tudi strokovnjaki. Vsebine obsegajo vlogo prostovoljca, komunikacijo, delo s starejšimi, požarno varnost, varnost pri delu ... Imajo tudi dodatna usposabljanja (alzheimerjeva bolezen, demenca ...). Preko usposabljanj prostovoljci dobijo znanja in veščine, na podlagi katerih pridobijo usposobljenost za delo. Novinci se v prostovoljstvo pri njih uvajajo tudi s t.i. shadowing metodo, to pomeni, da novinci spremljajo izkušene prostovoljce pri njihovem delu in s tem postopno spoznavajo njihovo področje dela.

Prostovoljci pomagajo tudi pacientom, ki potrebujejo pomoč pri prehranjevanju. To je edino področje nege, ki ga lahko opravljajo prostovoljci. Prostovoljci spremljajo paciente v cerkev, na sprehode, berejo, gredo z njimi na kavo, učijo jih računalniških spretnosti (in potem se pacienti povežejo preko Skypa z domačimi), pripravljajo kulturne dogodke. Imajo kavarno, ki jo upravljajo prostovoljci. Enkrat na teden prostovoljci poskrbijo

tudi za možnost alkoholnih pijač za paciente – v bolnišnici po oddelkih odpeljejo alkoholni postrežni voziček. Delajo tudi v knjižnici, na recepciji, izvajajo nego rok in različne umetnostne terapije.

Izjemno pomembni prostovoljci so **vozniki**, ki prevažajo bolnike na preiskave in terapije. V OLH si ne predstavljajo, kako bi hospic deloval brez njih. Prostovoljcev – voznikov je 18, v letu 2013 pa so prejeli že več kot 1000 prošenj za prevoz. Ti prostovoljci v skladu s politiko bolnišnice ne smejo prijateljevati z bolniki. Imajo jasen opis dela, ni jim dovoljeno vstopati v domove. Dvakrat letno imajo posebna svetovanja, kjer jim psiholog predstavi, kako se odzvati ob smrti in kako lahko odložijo psihična bremena. Ti prevozi so varen prostor za posameznike, ki jih potrebujejo. Pomenijo pomoč ne samo za bolne in ostarele, ampak tudi za njihove družine, saj družinski člani zaradi zaposlenosti pogosto ne morejo poskrbeti za prevažanje svojcev na terapije in preiskave. Prostovoljci – vozniki so zavarovani, zavarovalnice enačijo vožnjo bolnikov kot vožnjo tretje osebe; bolnišnica obvesti zavarovalnice o voznikih, ki prevažajo bolnike kot prostovoljci. Povrnejo jim stroške goriva, ne pa tudi drugih stroškov. Osebnih telefonskih števil prostovoljci ne dajejo, ravno tako ne dobijo telefonske številke bolnikov. Vse ostaja pri koordinatorjih v bolnišnici.

Vsako leto v OLH pripravijo strateško poročilo. **Sodelujejo** z drugimi irskimi in britanskimi hospici in prenašajo izkušnje drugih v svoje delo. Ugotovili so, da potrebujejo skupen okvir dela, da imajo tako osebe kot prostovoljci razjasnjeno, kaj je delo prostovoljcev. Postavljeni so njihovi kratkoročni in dolgoročni cilji, njihov odbor pa v rednih obdobjih preverja delo in doseganje ciljev. Imajo Dan prostovoljcev, kjer osvetlijo delo prostovoljcev tudi med zaposlenimi.

Prostovoljcem se **zahvalijo** na različne načine. Praksa je, da se jim zahvalijo ob koncu dneva. Vsak dan imajo odmor za kavo in ne glede na to, kako so koordinatorji in drugo osebje zaposleni, se v odmoru pridružijo prostovoljcem. Na ta način se ustvarja socialno omrežje. Organizirajo tudi božično zabavo za prostovoljce, razne koncerte, včasih gredo prostovoljci skupaj v kino in se družijo tudi izven ustanove.

Bolnišnica je financirana kot **javna bolnišnica**, ob zmanjšanju proračunskih sredstev države so povečali iskanje iz drugih virov in bili pri tem uspešni. V lanskem letu so **prostovoljci prihranili njihovi bolnišnici 2,5 milijona evrov**. Prostovoljci lahko k njim pridejo tudi iz drugih držav – gre za prostovoljce, ki navadno pridejo k njim preko fakultet, na katerih študirajo.

POMOČ BOLNIŠNICAM PRI VZPOSTAVLJANJU PROSTOVOLJSTVA

Pomoč v obliki informacij, svetovanja in vzorcev gradiv je namenjena bolnišnicam, ki začinjajo z razvojem prostovoljstva, in vsem tistim sodelavcem v bolnišnicah, ki so vpleteni v uvajanje in izvajanje aktivnosti v zvezi s prostovoljstvom (direktor, pravna služba, pomočnik direktorja za zdravstveno nego, glavne medicinske sestre na oddelkih ali klinikah, socialna služba ...).

Delovno srečanje je priporočljivo pred začetkom vzpostavljanja prostovoljstva, saj je faza priprav v marsičem odločilna za vse nadaljnje korake. Teme, ki jih obravnavamo v okviru priprav na začetek prostovoljstva v bolnišnici:

- Kaj je in kaj ni prostovoljstvo,
- pravice in odgovornosti prostovoljcev in bolnišnice v prostovoljstvu,
- kako začeti,
- pravne podlage za uvajanje prostovoljstva v bolnišnico.

Pred srečanjem po elektronski pošti bolnišnici posredujemo gradivo, ki je v pomoč pri oblikovanju izhodišč, vodi pa tudi k iskanju odgovorov na odprta vprašanja.



USPOSABLJANJA PROSTOVOLJCEV, KOORDINATORJEV IN MENTORJEV PROSTOVOLJCEV V BOLNIŠNICAH

Slovenska filantropija redno izvaja usposabljanja za prostovoljce, mentorje in organizatorje prostovoljstva. Za potrebe prostovoljstva v bolnišnicah usposabljanja ustrezno vsebinsko prilagodimo.

Prostovoljci, koordinatorji in mentorji se lahko kot posamezniki prijavijo na termine usposabljanj, ki so objavljeni na www.prostovoljstvo.org.

Izobraževalci Slovenske filantropije pa lahko usposabljanja izvedejo povsod, kjer je dovolj zainteresiranih prostovoljcev ali mentorjev, se pravi v kateri koli bolnišnici ali regiji, ki izrazi interes za to. Minimalno število udeležencev je osem. Ponudba izvedb usposabljanj na terenu je objavljena na www.prostovoljstvo.org.

USPOSABLJANJE ZA KOORDINATORJE IN MENTORJE PROSTOVOLJSTVA V BOLNIŠNICAH

8 pedagoških ur

Usposabljanje je namenjeno koordinatorjem in mentorjem prostovoljstva v bolnišnicah, ki to delo že opravljajo ali pa se zanj pripravljajo. Obsega naslednje teme:

- Definicija in opredelitev področja prostovoljskega dela,
- proces uvajanja prostovoljstva v bolnišnico,
- možnosti sodelovanja z nevladnimi in drugimi organizacijami v skupnosti,
- pridobivanje in izbor prostovoljcev,
- usposabljanje prostovoljcev in sklepanje dogovora,
- vodenje evidenc in podpora prostovoljcem,
- motivacija za prostovoljsko delo in nagrajevanje prostovoljcev,
- zakon o prostovoljstvu in druge pravne podlage za uvajanje prostovoljstva v bolnišnici.

DVODNEVNO UVODNO USPOSABLJANJE PROSTOVOLJCEV

16 pedagoških ur

Za vse, ki se podajajo v organizirano prostovoljstvo. Za prostovoljce v bolnišnicah priporočamo opravljeno dvodnevno usposabljanje kot pogoj za nadaljnja usposabljanja in uvajanja v delo še pred sklepanjem dogovorov o prostovoljstvu. Usposabljanje obsega teme:

- Kaj je prostovoljsko delo in kakšen vpliv ima na naše življenje,
- motivacija za prostovoljsko delo,
- odnos med prostovoljcem in uporabnikom,
- postavljanje meja v odnosih,
- načini dobrega komuniciranja,
- vzpostavljanje prvega stika z uporabnikom,
- predsodki in stigmatiziranje družbenih skupin,
- pravice in odgovornosti v organiziranem prostovoljstvu,
- etična načela prostovoljskega dela.

Možnost: Če je za udeležence ali bolnišnico dvodnevno usposabljanje neizvedljivo, je lahko strnjeno v enodnevno oz. 8-urno, pri čemer so izpuščene predvsem izkustvene delavnice.

ENODNEVNO TEMATSKO USPOSABLJANJE PROSTOVOLJCEV: KOMUNIKACIJA Z UPORABNIKOM

8 pedagoških ur

Za prostovoljce, ki so opravili uvodno usposabljanje in že delajo z ljudmi, pri tem pa želijo razvijati svojo komunikacijo ter negovati kakovostne odnose z uporabniki. Usposabljanje zajema:

- Odnos med prostovoljcem in uporabnikom,
- osnovne človekove potrebe,
- povezovalne in razdiralne navade v komunikaciji,
- spoznavanje in trening dobrega komuniciranja,
- raziskovanje meja pri prostovoljskem delu,
- nenasilno komuniciranje.

Kontakt: Nevenka Alja Gerl, tel. 01 433 40 24, e-naslov nevenka.alja.gerl@filantropija.org



PROSTOVOLJNO DELO - POMAĞATI SOČLOVEKU

Berta Rupčič

pacientka v Bolnišnici Topolšica 1994/95

Da nit življenja
našega je trud,
da neuspeh nam je sopotnik krut,
to mladi fantje in dekleta
so spoznali,
zato v prostovoljno delo
so se podali

Čeprav je denar sveta vladar,
njim to ni mar.
Z veseljem pomagajo,
kjer ljudje pomoči potrebni so.
V šolah, vrtcih, po domovih in bolnišnicah
pomagati sočloveku, to njihovo je geslo.
In za plačilo: nasmeš in zadovoljstvo
prinašati veselje,
to njihove so želje.

V sobi šest ležimo bolnice tri,
vse obiskov si želimo,
a danes res se razveselimo,
kot sončni žarek
obiskali nas sta prostovoljki mladi dve,
Sandra in Alenka
in razveselili nam srce.

Smo se pogovarjale,
mojim rožicam vodo sta dolili,
me težko hodiš, te v vozičku bi vozili,
gospe Mariji sta nakupiti šli.

Tretjo gospo, ki solze so jo oblike,
sta tolažili, jo objeli; že dotik podane roke
ti razveseli srce.

Prostovoljno delo res humano je,
v rokah nosijo sonce, v sebi zlato srce.



Odporna cona je revija Slovenske mreže prostovoljskih organizacij.

Izdajatelj:
Slovenska filantropija, Združenje za promocijo prostovoljstva
Poljanska cesta 12
1000 Ljubljana
www.filantropija.org
www.prostovoljstvo.org
e-naslov info@filantropija.org
tel. 01 430 12 88

Odgovorna oseba: Tereza Novak, izvršna direktorica
Uredila: Nevenka Alja Gerl
Lektoriranje: Neja Šmid
Oblikovanje: Tadej Trkman

Ljubljana, maj 2014

Operacijo delno financira Evropska unija, in sicer iz Evropskega socialnega sklada. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov 2007-2013, razvojne prioritete »Institucionalna in administrativna usposobljenost«; prednostne usmeritve »Spodbujanje razvoja nevladnih organizacij, civilnega in socialnega dialoga«.