

**ÖNÁLLÓ  
ÉLETVITEL-  
ÖNÁLLÓ  
DÖNTÉSHOZATAL A  
GYAKORLATBAN**

Kökényesi-Gerlach

Otília

2026. 04. 14.

# ALAPVETÉS

ENSZ Egyezmény a fogyatékossgal élők jogairól (2006. december 13.), New York,

amit az Országgyűlés a 2007. XCII. törvénnyel ismer el

kiemelt alapérték az egyén autonómiája és döntéshozatala

# KÜLFÖLDÖN ÉS ITTHON

USA (Oregon) Önérvényesítő Mozgalom 1973- intellektuális fogyatékossgal élő emberek megmozdulása, „people first”

EPSA (European Platform of Self Advocates)- 2 évente konferencia, KÉK, workshopok, téma: aminek számukra szubjektív jelentősége van (1. konferencia 1994, Németország)

Magyarország- ÉFOÉSZ-Önálló Életvitel Centrumok 2019-től, támogatott döntéshozatal

# MAGAS TÁMOGATÁSI SZÜKSÉGLETTTEL ÉLŐ EMBEREK

A MTSzÉ személyek a fogyatékossgal élő emberek legelhanyagoltabb, legsérülékenyebb csoportja.

Elfogadott szakmai alapelv, hogy a MTSzÉ emberek képesek megnyilvánulni, a környezetükkel kommunikálni és a velük kapcsolatba lépő személyekre hatást gyakorolni.

# SZEMLÉLETVÁLTÁS

Ahhoz, hogy valaki szubjektummá válhasson, olyan partnerek kelljenek, akik akként kezelik.

Azaz partnerként kezelés az alá-fölérendeltség helyett

# HONNAN JÖTT? HOVÁ MENT?

## 01

Nagy intézmények:  
központilag és  
bürokratikusán kielégített  
emberi szükségletek

## 02

Az önrendelkezés  
kibontakoztatását önmagában  
egyetlen lakhatási forma sem  
garantálja- támogatók  
szemlélete és  
szerepértelmezése, a lakókról  
alkotott képe

## 03

Az egyén elsődleges okozója  
és főszereplője lehet -e saját  
életeseményeinek. Ez  
összefüggésben áll az  
életminőségével.

# A „HELYETT”EK

- A „jóllakottan és tisztán” helyett egyénközpontú tervezés és aktív támogatás
- A „tanult igénytelenség” és „tanult tehetetlenség” leépítése, lehetőségek adásával a döntéshozási kompetenciák kialakítása, illetve gyakorlási lehetőség biztosítása
- A „tanult engedelmesség” (az intézményben élők életpasztalatai) helyett „tanult reményteliség”. Ehhez járul hozzá, ha számára szubjektíven jelentőségteljes tevékenységeket végezhet a személy.

**ÚJABB ÉRVEK AZ  
ÖNRENDELKEZÉSI  
DÖNTÉSEK  
BŐVÍTÉSE  
MELLETT**

Elnyomás, marginalizáció, hatalomnélküliség, erőszak ellen-ez nem csak ezt a csoportot érinti, ezért mikor ellene küzdünk, minden más hátrányos helyzetű csoportért küzdünk (más alacsonyabb támogatású csoportok: pl. gyerekek, betegek, etnikai csoportok, idősek...)

# AZ ÖNRENDELKEZÉS KORLÁTOZÁSA



Kizárólag negatív?

Nem, mert

figyelembe kell venni a környezeti feltételeket

bizonyos korlátoknak vannak szükséges és elkerülhetetlen funkciói.

# A KORLÁTOZÁS ESETEI



- amit az intézményi struktúra és kultúra von magával

- biológiai szükségletek kielégítéséhez kötődnek és az egészséget, testi épséget kockáztatják, ha nem figyelnek rájuk

- saját és mások testi épségének megőrzése (problémásnak ítélt viselkedés, önsértő vagy bántalmazó megnyilvánulások)

- a közösség szabályainak tiszteletben tartása

A kontroll szintje személyenként és helyzetenként változó.

---

Jelentőségteljes minden, ami az érintett emberek számára **szubjektív fontossággal** bír.

A MTSzÉ embereknél fontos ennek vizsgálata, hogy a részvétel ne pusztán fizikai jelenlétben merüljön ki.

---

Náluk a bazális helyzetek képviselik az önrendelkezés releváns területeit. Ezekben a helyzetekben a **támogató személyek szerepe** megnő. Az önrendelkezés megvalósulása jelentősen függ attól, hogy milyen emberkép dominál az életükben, ők miként értelmezik segítői szerepüket.





# A SEGÍTŐ SZEREPE- SZEREPEK ÉS FELADATOK

- A KLIENSSEL (képesé tevő, biográfiai munkát végző, tervező, élettérelemző, facilitátor, mobilizáló, bizalmi személy és tanácsadó)
- A KÖRNYEZETTEL (hálózati munkát végző-team, mediátor, érdekvédő)
- SAJÁT MAGÁVAL

## A HATÉKONY SEGÍTŐ BEAVATKOZÁS ALAPPILLÉREI:

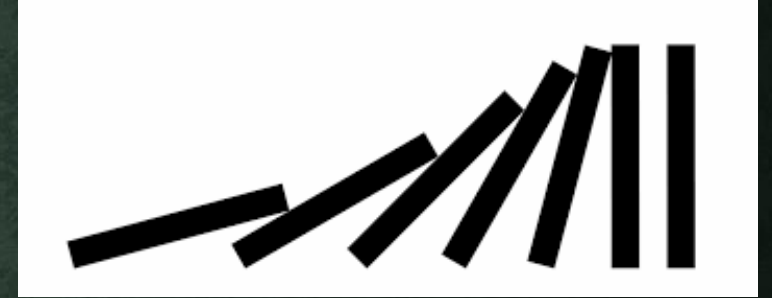
- tudomány (bizonyított, alátámasztott ismeretek)
- technika (módszerek, készségek)
- etika



## A BAZÁLIS ÖNRENDELKEZÉS ELMÉLETE



1. választás
2. önálló tevékenység
3. saját hatás megélése



Egy kutatás  
eredményei

---

szubjektív önrendelkezési  
területek:

---

-evés

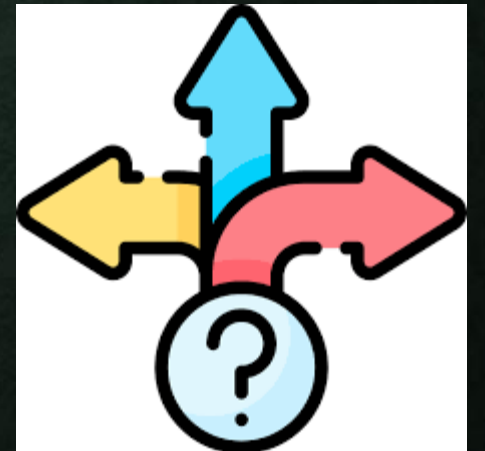
---

-zenehallgatás

---

-kapcsolattartás a családdal

Az önrendelkezés a mindennapos tevékenységek során alakul, hiszen a hétköznapok választási lehetőségei, döntési helyzetek alakítják.



# ÖNÁLLÓ ÉLETVITEL

Cél:

az önellátás szintjének emelése,

a személyi függőség és  
kiszolgáltatottság csökkentése,

az alapvető életmódbeli  
ismeretek elsajátítása

# AZ ÖNÁLLÓ ÉLETVITEL TERÜLETEI

- fizikai funkciók: felöltözés, mosdás, mosdóhasználat
- életviteli funkciók: főzés, étkezés, bevásárlás, takarítás, szabadidő
- mobilitás: közlekedés, házon belüli mozgás
- egészség

# A FOGLALKOZÁSOK KÖZÖS JELLEMZŐI

egy-egy foglalkozás a maga változatosságával szolgálja a figyelemfelkeltést, a figyelem összerendezésének fejlődését, a memóriafejlesztést, a kapcsolatteremtési készség fejlesztését és a szocializáció lehetőségek szélesítését, valamint a spontán ingernövelést

önkifejezés a különféle kommunikációs csatornák, eszközök, módszerek kipróbálása

közösségi, társadalmi szokások, szabályok megismerése és gyakorlása

élményszerzés

a közösség, a valahova tartozás élménye

# AMI MINDEN TEVÉKENYSÉGET MEGELŐZ

folyamatelemzés

kockázatelemzés

preferenciaelemzés

DINAMIKUS  
folyamatok

# FIZIKAI FUNKCIÓK

- öltözködés
- mosakodás/ kézmosás
- mosdóhasználat



# ÖLTÖZKÖDÉS



# MOSAKODÁS/ KÉZMOSÁS/ FOGMOSÁS



# ÉLETVITELI FUNKCIÓK

- sütés, főzés
- étkezés
- bevásárlás
- takarítás
- szabadidő

# SÜTÉS, FŐZÉS



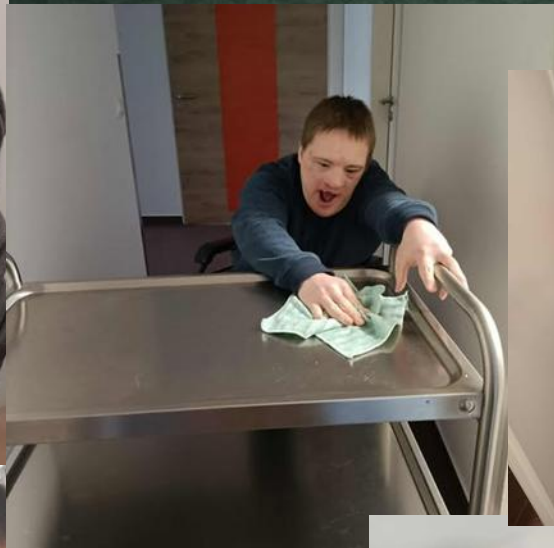
# ÉTKEZÉS



# BEVÁSÁRLÁS



# HÁZIMUNKA



# KERTÉSZKEDÉS BENT



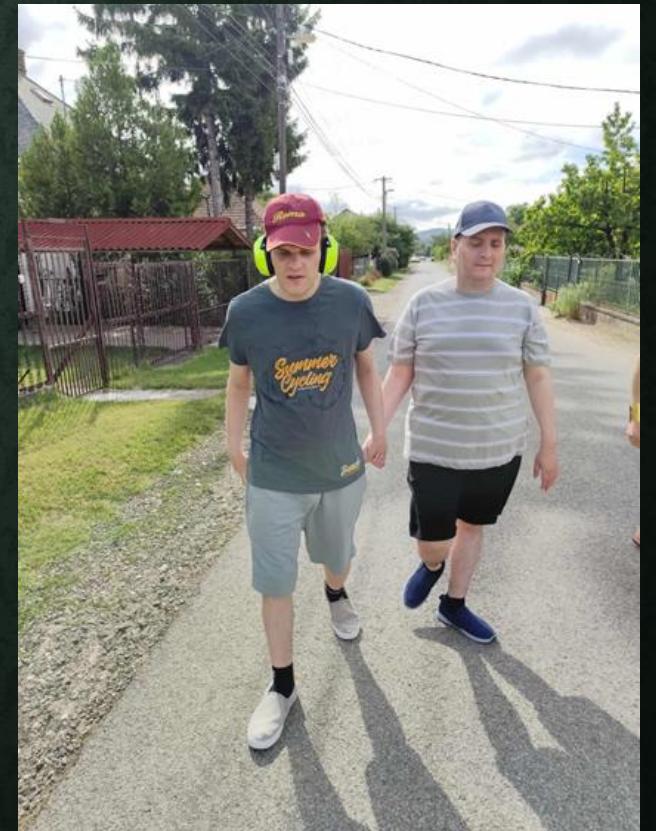
# KERTÉSZKEDÉS KINT



# MOBILITÁS

- közlekedés
- házon belüli mozgás

# KÖZLEKEDÉS, SÉTA, ÉLMÉNYEK



# EGÉSZSÉG

- gyógyszerbevitelben közreműködés
- egészségmegőrzés
- séta/ mozgás
- lelki egészség



Köszönöm a  
figyelmet!