

USAMODZIELNIENIE - DROGA, KTÓRĄ IDĘ ...



Poradnik dla usamodzielniających się wychowanków pieczy zastępczej

► Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie



Sopot 2020

„Droga, którą idę
jest jak pierwszy własny wiersz,
Uczę się dopiero widzieć świat jaki jest...

Droga, którą idę
biegnie śladem ludzkich spraw,
Szukam swego czasu,
jasnych słów, prostych prawd ...”.

(Janusz Kondratowicz)



Drodzy Wychowankowie,

czytając „Poradnik dla usamodzielniających się wychowanków pieczy zastępczej” wróciłem wspomnieniami do czasów kiedy pełniłem funkcję dyrektora Domu Dziecka „Na Wzgórzu” w Sopocie. Byłem blisko Was, byłem i nieprzerwanie jestem z Wami. Z sentymentem wspominam wspólnie spędzone chwile.

Niedawno spotkałem wychowanka, który 5 lat temu opuścił placówkę. Pomimo swoich niełatwych przeżyć wykształcił silną osobowość i do życia podchodzi z optymizmem. Ten młody człowiek realizuje swoje cele życiowe oraz zawodowe. Ukończył szkołę, podjął pracę i układa swoje życie osobiste. Uświadomiłem sobie, że często trudne i bolesne doświadczenia wzmacniają nas i pozwalają stawiać czoła nowym wyzwaniom.

Życzę Wam moi Drodzy, aby proces usamodzielnienia stał się dla Was drogowskazem do zdrowego, szczęśliwego i satysfakcjonującego życia!

Andrzej Czekał

dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sopocie

Proces usamodzielnienia to ważny etap w życiu młodego człowieka opuszczającego pieczę zastępczą, który może trwać nawet osiem lat. To czas podejmowania decyzji dotyczących swojej przyszłości, przygotowania do podjęcia samodzielnego życia.

Wraz z dojrzewaniem, dorastaniem kształtują się potrzeby młodego człowieka, następuje rozwój umiejętności myślenia i zainteresowań. Jest to czas poszukiwania własnej tożsamości, dokonywania swoich wyborów, zwłaszcza dotyczących edukacji czy wyboru ścieżki zawodowej. Ale to również czas ponoszenia porażek i popełniania błędów.

Często dorastające osoby mają trudności w postrzeganiu m.in. sensu własnego życia. Nie mając z kim dzielić swoich myśli i uczuć, wymagają wsparcia i profesjonalnej pomocy, zarówno w sferze emocjonalnej, jak i wsparcia w załatwianiu spraw formalnych i urzędowych. Taką wszechstronną pomoc w usamodzielnieniu, wychowankowie pieczy zastępczej, mają zagwarantowaną na podstawie ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.

Niniejsza publikacja, przedstawiająca krok po kroku proces usamodzielnienia, napisana została na podstawie autentycznych wypowiedzi wychowanków pieczy zastępczej usamodzielnianych przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie. Refleksje Kingi, która idzie drogą w kierunku samodzielności, stanowią kompendium wiedzy w zakresie usamodzielnienia.

„Droga, którą idę ...” jest formą poradnika, który ma pomóc wychowankom pieczy zastępczej w podejmowaniu działań, w okresie od wyboru opiekuna usamodzielnienia, przez realizację indywidualnego programu usamodzielnienia, aż do jego zakończenia. Publikacja opracowana została przez pracowników Działu Pieczy Zastępczej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sopocie, który organizuje pomoc dla osób usamodzielnianych.

Mamy nadzieję, że treści zawarte w tym poradniku pomogą młodym ludziom w przezwyciężeniu trudności z jakimi mogą się spotkać w drodze do samodzielności oraz odpowiedzą na najczęściej stawiane przez nich pytanie: „Czy poradzę sobie, po opuszczeniu rodziny zastępczej / placówki opiekuńczo-wychowawczej?”...

**Jesteśmy z Tobą
i pomożemy Ci w starcie w dorosłe życie!
Życzymy powodzenia!**



● Cześć, mam na imię Kinga

Chciałabym Ci opowiedzieć, jaką drogę pokonałam do mojej samodzielności. Wiem, że zanim wkroczysz w dorosłość, zmierzysz się z trudnymi życiowymi decyzjami. Mam nadzieję, że moje doświadczenia choć trochę ułatwią Ci podjęcie tych właściwych. Na swojej drodze poznałam wiele osób, które pomogły mi zrozumieć, co to jest usamodzielnienie. Teraz kiedy zbliżam się do zakończenia tego procesu, wiem że bardzo ważne są spotkania z osobami, na których wsparcie i pomoc można liczyć, z którymi można podzielić się zarówno swoją radością, jak i problemami. Ważne, by mieć miejsce, do którego zawsze można wrócić i czuć się bezpiecznie.

Pierwszym ważnym krokiem na drodze do usamodzielnienia był wybór **opiekuna usamodzielnienia**¹. Kiedy dowiedziałam się, że opiekun ten pełni funkcję osoby towarzyszącej i wspierającej, pomyślałam – nie będę sama. Usamodzielnienie jest procesem, trwającym kilka lat, do 25 - 26 roku życia. To czas kiedy mogę naprawdę wydorosnąć i stać się samodzielną osobą. Teraz wiem na pewno, że wszystkie okresy w życiu człowieka mają swój uzasadniony czas trwania. Droga przebyta w procesie usamodzielnienia ukształtowała mój światopogląd. Dziś już znam swoje zasoby, na których mogę budować dorosłe życie. Ty również w procesie usamodzielnienia rozpoznasz swoje możliwości.



¹Osoba usamodzielniana co najmniej rok przed osiągnięciem przez nią pełnoletności wskazuje osobę, która podejmuje się pełnienia funkcji opiekuna usamodzielnienia oraz przedstawia pisemną zgodę tej osoby.

Opiekunem usamodzielnienia może być osoba tworząca rodzinę zastępczą, prowadząca rodzinny dom dziecka, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej, pracownik socjalny powiatowego centrum pomocy rodzinie, osoba będąca w placówce opiekuńczo-wychowawczej albo regionalnej placówce opiekuńczo-terapeutycznej wychowawcą lub psychologiem, lub inna osoba wskazana przez osobę usamodzielnianą i zaakceptowana przez kierownika powiatowego centrum pomocy rodzinie powiatu właściwego do ponoszenia wydatków na finansowanie pomocy na kontynuowanie nauki i usamodzielnienie.



Indywidualny program usamodzielnienia opracowywany jest przez osobę usamodzielnianą wspólnie z opiekunem usamodzielnienia.

Na opiekuna usamodzielnienia wybrałam ciocię - osobę, która była dla mnie rodziną zastępczą. Wspólnie z opiekunem usamodzielnienia, przy wsparciu pracownika socjalnego, miesiąc przed osiągnięciem pełnoletności napisałam **indywidualny program usamodzielnienia**². Po raz pierwszy zaplanowałam swoje życie na okres 6 - 7 lat, tj. na czas trwania procesu usamodzielnienia. Przedstawiłam swój plan kontynuowania nauki, możliwości uzyskania mieszkania, mieszkania chronionego,

ubezpieczenia zdrowotnego i podjęcia pracy zawodowej. Zostałam poinformowana o swoich prawach, obowiązkach i świadczeniach, którymi objęta jest osoba usamodzielniana. Dowiedziałam się też, że koordynatora pieczy zastępczej zastąpi pracownik socjalny współpracujący z osobami usamodzielnianymi.

Po osiągnięciu pełnoletności stałam przed kolejnym wyborem, pozostać w rodzinie zastępczej czy ją opuścić?³



²Indywidualny program usamodzielnienia jest opracowywany przez osobę usamodzielnianą wspólnie z opiekunem usamodzielnienia co najmniej na miesiąc przed osiągnięciem przez osobę usamodzielnianą pełnoletności, a następnie jest zatwierdzany przez kierownika powiatowego centrum pomocy rodzinie powiatu właściwego do ponoszenia wydatków na finansowanie pomocy na kontynuowanie nauki i usamodzielnienie.

³Osoba, która osiągnęła pełnoletność przebywając w pieczy zastępczej, może przebywać w dotychczasowej rodzinie zastępczej, rodzinnym domu dziecka albo placówce opiekuńczo-wychowawczej, za zgodą odpowiednio rodziny zastępczej, prowadzącego rodzinny dom dziecka albo dyrektora placówki opiekuńczo-wychowawczej, nie dłużej jednak niż do ukończenia 25. roku życia, jeżeli:

- 1) uczy się:
 - a) w szkole, b) w uczelni, c) u pracodawcy w celu przygotowania zawodowego lub
- 2) legitymuje się orzeczeniem o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności i uczy się:
 - a) w szkole, b) w uczelni, c) na kursach, jeśli ich ukończenie jest zgodne z indywidualnym programem usamodzielnienia, d) u pracodawcy w celu przygotowania zawodowego.

Bardzo niepewnie podjęłam decyzję o zakończeniu pobytu w rodzinie zastępczej. Rozpoczęty, na rok przed osiągnięciem pełnoletności proces, wprowadzający mnie w dorosłość, spodobał mi się. Opuściłam rodzinę zastępczą w wieku „magicznej osiemnastki”. To była szybka decyzja, ale nieodwracalna. Zaczęłam życie, w którym nie było już cioci i wujka. Właściwie byli, tylko z boku przyglądali się moim działaniom, bo to ja stałam się odpowiedzialna za każdą podjętą przeze mnie decyzję. Wtedy przypominałam sobie słowa pracownika socjalnego Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej (MOPS) w Sopocie, w obecności którego planowałam swoje usamodzielnienie: „jestem po to, żeby wspierać i pomagać”. Zatem jest ktoś, kto podpowie mi co mam robić.

Zastanawiałam się, gdzie będę mieszkać. Moi rodzice zostali eksmitowani z mieszkania. Nie wiem, gdzie jest matka, ojciec przebywa w schronisku dla bezdomnych, bałam się, że i ja tam trafię. Na szczęście w zasobach MOPS znajduje się mieszkanie dla usamodzielniających się wychowanków. Od razu po opuszczeniu rodziny zastępczej, wystąpiłam z wnioskiem o umieszczenie mnie **w mieszkaniu chronionym**⁴. I tak rozpoczęło się moje samodzielnie gospodarowanie. Otrzymałam klucz do swojego pokoju, w którym mam kanapę, szafę, biurko, lodówkę, pralkę, telewizor i komputer.

Tak dużo zmieniło się w moim życiu – to ja o nim decyduję. MOPS w Sopocie udzielił mi **pomocy na kontynuowanie nauki**⁵.



⁴Osobie opuszczającej pieczę zastępczą może być przyznany pobyt w mieszkaniu chronionym. Mieszkanie chronione jest formą pomocy społecznej przygotowującą osoby tam przebywające, pod opieką specjalistów, do prowadzenia samodzielnego życia. Mieszkanie chronione zapewnia warunki samodzielnego funkcjonowania w środowisku, integracji ze społecznością lokalną.

⁵Pomoc na kontynuowanie nauki, przyznaje się na wniosek osoby usamodzielnianej, na czas nauki, nie dłużej jednak niż do ukończenia przez osobę usamodzielnianą 25. roku życia. Wysokość pomocy wynosi 526 zł miesięcznie.

Muszę się sama utrzymać. Zaczęłam dorywczo pracować, opiekując się dzieckiem znajomej. Pracownik socjalny przedstawił mi różne formy pomocy, z których mogę korzystać, a które znacząco wpłyną na poprawę mojej sytuacji finansowej⁶.

Prawnik⁷ MOPS pomógł mi napisać pozew o alimenty od rodziców. Wykonałam przy tym trochę pracy. Pozew złożyłam w Sądzie Rodzinnym, gdzie zostały przyznane mi alimenty od rodziców. Wyrok alimentacyjny złożyłam u komornika, a następnie w Dziale Świadczeń Rodzinnych i Funduszu Alimentacyjnego. Wydłużyło to czas oczekiwania na potrzebne pieniądze, ale opłacało się. Teraz mogę spokojnie uczyć się, a nauki mam dużo – przecież jestem licealistką (pierwsza w rodzinie będę miała średnie wykształcenie!). Ale co się stanie, gdy zachoruję? Zgodnie z info-

rmacją uzyskaną od pracownika socjalnego, złożyłam wniosek o objęcie mnie ubezpieczeniem zdrowotnym w szkole⁸.

Czy mogę już spać spokojnie? Chciałabym, ale jest inaczej. Przyszedł czas na rozmyślania. Coraz częściej myślę o swoim życiu, o swoich rodzicach. Pytam siebie, dlaczego mając rodziców, przebywałam w rodzinie zastępczej? Targają mną różne emocje – kocham mamę i tatę, i nienawidzę... W trudnych chwilach pracownik socjalny zawsze gotowy był udzielić mi wsparcia. Zaproponował też pomoc psychologa. Przyjęłam to bardzo nieufnie. Pracownik nie nalegał, ale co pewien czas wracałyśmy do tego tematu. W końcu zgodziłam się i spotkałam się z psychologiem Działu Pieczy Zastępczej. Ta pomoc jest mi naprawdę potrzebna – czuję się lepiej, wzrasta poczucie mojej wartości.



⁶Zakład Ubezpieczeń Społecznych przyznaje osobie uprawnionej rentę rodzinną lub rentę socjalną. Dział Świadczeń Rodzinnych i Funduszu Alimentacyjnego udziela świadczenia rodzinne i opiekuńcze.

⁷MOPS w Sopocie osobom usamodzielnianym zapewnia pomoc prawną i psychologiczną.

⁸Zgodnie z ustawą o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych obowiązku ubezpieczenia zdrowotnego podlegają uczniowie, słuchacze zakładów kształcenia nauczycieli, studenci.



**Mieszkanie Chronione
dla usamodzielnianych wychowanków
pieczy zastępczej, znajdujące się w zasobach
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sopocie.**

Gdyby ktoś kiedyś zapytał mnie, w jaki sposób można pozyskać mieszkanie, odpowiedziałabym po prostu – kupuje się. Ale kto może zrealizować swoje mieszkaniowe marzenia? Na pewno nie ja! I znowu w sopockim MOPS-ie otrzymałam odpowiedź. Mogę złożyć w Wydziale Lokalowym Urzędu Miasta Sopotu wniosek o przydzielenie mi lokalu socjalnego. I tak znalazłam się na liście wychowanków oczekujących

na **lokal socjalny**⁹. Kasia, moja koleżanka, w ubiegłym miesiącu podpisała umowę najmu na mieszkanie socjalne. Zamieszkała tam razem ze swoją córeczką. Z otrzymanej **pomocy na usamodzielnienie i pomocy na zagospodarowanie**¹⁰ urządziła mieszkanie. Pomagałam jej kupować meble i niezbędny sprzęt gospodarstwa domowego. Myślę, że wkrótce i ja będę cieszyła się samodzielnym mieszkaniem.



⁹Na mocy porozumienia, MOPS w Sopocie z Wydziałem Lokalowym Urzędu Miasta Sopotu utworzona została lista wychowanków pieczy zastępczej, oczekujących na lokal socjalny.

¹⁰Wysokość pomocy na usamodzielnienie wynosi:

- 1) w przypadku osoby usamodzielnianej opuszczającej rodzinę zastępczą spokrewnioną - nie mniej niż 3470 zł, jeżeli przebywała w pieczy zastępczej przez okres co najmniej 3 lat;
- 2) w przypadku osoby usamodzielnianej opuszczającej rodzinę zastępczą niezawodową, rodzinę zastępczą zawodową, rodzinny dom dziecka, placówkę opiekuńczo-wychowawczą lub regionalną placówkę opiekuńczo-terapeutyczną:
 - a) nie mniej niż 6939 zł - jeżeli przebywała w pieczy zastępczej przez okres powyżej 3 lat,
 - b) nie mniej niż 3470 zł - jeżeli przebywała w pieczy zastępczej przez okres od 2 do 3 lat,
 - c) nie mniej niż 1735 zł - jeżeli przebywała w pieczy zastępczej przez okres poniżej 2 lat, nie krócej jednak niż przez okres roku.

Pomoc na usamodzielnienie może zostać wypłacona, w zależności od ustaleń indywidualnego programu usamodzielniania, jednorazowo lub w ratach, nie później jednak niż do ukończenia przez osobę usamodzielnianą 26. roku życia.

Pomoc na zagospodarowanie jest wypłacana jednorazowo, nie później niż do ukończenia przez osobę usamodzielnianą 26. roku życia, w wysokości nie niższej niż 1577 zł, a w przypadku osoby legitymującej się orzeczeniem o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności w wysokości nie niższej niż 3154 zł.



**Nauka w szkole to nie tylko zdobywanie wiedzy,
ale również czas nawiązywania
nowych znajomości i przyjaźni.**

Kasia również znajduje się w procesie usamodzielnienia. Ona opuściła placówkę opiekuńczo – wychowawczą. Obie uczymy się w Liceum Ogólnokształcącym i uczęszczamy do jednej klasy. Mamy dużo wspólnych tematów – podobne dzieciństwo, podobne dorastanie i takie same tęsknoty. Spotykam się z moją rodziną zastępczą, Kasia – z wychowawcami placówki. Przecież, to oni zastępowali nam rodziców. Umieszczone zostałyśmy w pieczy zastępczej, bo rodzice nadużywali alkoholu. Może oni nie spotkali na swojej drodze osoby, która wskazałaby im możliwości pomocy, a może – po prostu nie chcieli się leczyć?¹¹

W ciągu całego procesu usamodzielnienia jestem w regularnym kontakcie z pracownikiem socjalnym, rozmawiamy o różnych życiowych sytuacjach. Teraz już nie stronię od trudnych tematów, nawet lubię takie rozmowy, chcę nauczyć się rozwiązywać problemy. Ale i radościami chętnie się dzielę. O zaliczonym w szkole semestrze pierwszy dowiaduje się pracownik socjalny. Nie tylko dlatego, że otrzymuję pomoc na kontynuowanie nauki, ale przede wszystkim dlatego, że we mnie wierzy. Ta wiara w moje możliwości dodaje mi sił, by iść do przodu.

Może tak jak mój **mentor**¹² zdobędę kiedyś wyższe wykształcenie? Będę pedagogiem albo psychologiem, a może pracownikiem socjalnym?



¹¹Ośrodek Promocji Zdrowia i Uzależnień w Sopocie udziela pomocy osobom zagrożonym uzależnieniem od alkoholu i substancji psychoaktywnych; osobom uzależnionym; osobom funkcjonującym w rodzinie z problemem uzależnień i Dorosłym Dzieciom Alkoholików.

¹²Mentor – osoba wspierająca wychowanków w procesie usamodzielnienia, pełniąca rolę doradczą. Współpracuje z wychowankiem w celu uruchomienia jego własnych możliwości i umiejętności życiowych.

Moim mentorem jest Ania - starsza ode mnie koleżanka, która zakończyła proces usamodzielnienia osiem lat temu. Wychowywała się również w rodzinie zastępczej. Impонуje mi jej postawa i odpowiedzialność. Ukończyła studia, pracuje, realizuje swoje pasje, pięknie tańczy i śpiewa. Fajnie jest mieć blisko kogoś, przy kim można wymazać z pamięci smutne dni. Ania nigdy się nie poddała. Pokonuje trudności, które w swoim życiu napotyka, i jak Scarlet O'hara, mawia: „jutro też jest dzień!”. Chcę tak jak Ania, kształcić się, rozwijać i zdobywać nowe umiejętności.

Do podjęcia zatrudnienia mam jeszcze długą drogę przed sobą. A Kasia? Po ukończeniu szkoły średniej zamierza pracować zawodowo. Teraz pocucie ogromnego szczęścia daje jej macierzyństwo. Ale przeżywa też rozterki i stres. Bardzo boi się, że ktoś może odebrać jej dziecko i umieścić je w pieczy zastępczej. Kasia jest super mamą, malutka Zosia jest

w centrum jej uwagi, a mimo to Kasi często towarzyszy uczucie niepokoju i lęku o dziecko. Zaczęła uczęszczać na **grupę wsparcia dla młodych matek**, gdzie przy udziale psychologa i pracownika socjalnego, mamy dzielą się swoimi wychowawczymi doświadczeniami. Dzięki tym spotkaniom poczuła się lepiej i pewniej. Uczestnictwo w grupie pozwala jej wierzyć we własne możliwości i umiejętności wychowawcze.

Wolny czas poświęcam na swoje hobby, na spacer z Kasią i jej córeczką, a najczęściej kibicuję drużynie rugby. Może dlatego, że gra tam Jurek - kolega Kasi z domu dziecka?!

Dobrze, że usamodzielnienie jest procesem trwającym kilka lat¹³. To czas nauki i pracy nad sobą, czas prób i popełniania błędów (przecież popełniają je nawet najlepsi). Ważne jest, aby nie popełniać ich w kółko i wyciągać z nich wnioski.



¹³Po zakończeniu realizacji indywidualnego programu usamodzielnienia osoba usamodzielniana wraz z opiekunem usamodzielnienia i kierownikiem powiatowego centrum pomocy rodzinie powiatu właściwego do ponoszenia wydatków na finansowanie pomocy na kontynuowanie nauki i usamodzielnienie dokonują oceny końcowej procesu usamodzielnienia.



**Koleżanko, kolego „nigdy, nigdy,
nigdy się nie poddawaj”.
W starcie w dorosłość możesz
liczyć na pomoc wielu życzliwych osób.
Pamiętaj, nie jesteś sam!
Warto skorzystać z pomocy!**

● WAŻNE ADRESY I NUMERY TELEFONÓW

● **URZĄD MIASTA SOPOTU**

ul. Kościuszki 25/27, 81-704 Sopot
tel. 58 52-13-751

● **MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ**

ul. Kolejowa 14, 81-835 Sopot
tel. 58 551-17-10; 551-44-19

● **DZIAŁ PIECZY ZASTĘPCZEJ MOPS SOPOT**

al. Niepodległości 759A, 81-838 Sopot
tel. 58 555-10-22

● **DZIAŁ ŚWIADCZEŃ RODZINNYCH I FUNDUSZU ALIMENTACYJNEGO MOPS SOPOT**

al. Niepodległości 876, 81-876 Sopot
tel. 58 551-61-63

● **PUNKT INTERWENCJI KRYZYSOWEJ MOPS SOPOT**

al. Niepodległości 759A (I p.), 81 – 838 Sopot
tel. 58 550-14-14

● **OŚRODEK PROMOCJI ZDROWIA I TERAPII UZALEŻNIEŃ SPZOZ **Uzdrowisko Sopot****

ul. 3 Maja 67-69, 81-850 Sopot
tel./fax: 58 551-48-75

● **MŁODZIEŻOWY OŚRODEK TERAPEUTYCZNY „MROWISKO” W SOPOCIE**

al. Niepodległości 817a, 81-850 Sopot
tel./fax 58 550-26-69

● **ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH**

al. Niepodległości 796, 81-805 Sopot
tel. 22 560-16-00

● **SĄD REJONOWY W SOPOCIE**

ul. 1 Maja 10, 81-828 Sopot
tel. 58 554-98-00

● **POWIATOWY URZĄD PRACY W GDYNI**

ul. Kołłątaja 8, 81-332 Gdynia
tel. 58 620-49-54

● NOTATKI

[illegible]



Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie
Dział Pieczy Zastępczej

🏠 al. Niepodległości 759a, 81-838 Sopot

☎ tel. 58 555-10-22

✉ e-mail: dpz@mopssopot.pl