



Wojewódzki Urząd Pracy
w Szczecinie



OPIEKUNKA DOMOWA

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Szczecinie

ul. A. Mickiewicza 41
70-383 Szczecin
tel. 0-91 42 56 126, 0-91 42 56 128
fax 0-91 42 56 125
e-mail: cipkz-szczecin@wup.pl

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Koszalinie

ul. Słowiańska 15A (IV piętro)
75-846 Koszalin
tel. 094 342 66 93, 346-25-37, 344-50-50
tel./fax 344-50-43
e-mail: cipkz-koszalin@wup.pl

Opiekunka domowa

Wykonywanie zawodu opiekunki domowej związane jest z zapewnieniem bezpieczeństwa i zaspokojenia podstawowych potrzeb osób lub środowiska powierzonego jej opiece. Opieka sprawowana jest na ogół nad osobami dorosłymi, cierpiącymi z powodu lekkiej niepełnosprawności, niezaradności, starości. Stroną zatrudniającą jest na ogół rodzina lub opiekun prawny, którzy sami nie są w stanie poświęcić odpowiedniego czasu na opiekę.

Zadania i czynności robocze

Opiekunka domowa wykonuje zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa i zaspokojenia podstawowych potrzeb osób lub środowiska powierzonego jej opiece (dzieciom, osobom niepełnosprawnym, niezaradnym lub rodzinom przeciążonym obowiązkami) z wykorzystaniem sprzętu stanowiącego własność pracodawcy. Zadania zawodowe:

- dbanie o higienę podopiecznych, pomoc przy myciu, kąpielach i ubieraniu;
- dbanie o higienę i estetykę otoczenia: sprzątanie pomieszczeń i wietrzenie, mycie naczyń itp.;
- zapewnianie czystości bielizny pościelowej i osobistej: pranie, prasowanie;
- robienie zakupów;
- przygotowywanie posiłków zgodnie z zaleceniami żywieniowymi i dietetycznymi, podawanie posiłków i karmienie (jeśli zachodzi taka potrzeba);
- sprawowanie opieki nad dziećmi w czasie nieobecności rodziców;
- zaprowadzanie dzieci do przedszkola i szkoły oraz ich przyprowadzanie, opiekowanie się dziećmi w czasie wycieczek, spacerów lub innych form rekreacji, organizowanie zabaw, czytanie książek, opowiadanie bajek, zapewnienie prawidłowych warunków snu i układanie do odpoczynku;
- opiekowanie się osobami niepełnosprawnymi i w podeszłym wieku, pomaganie przy wstawaniu, układaniu do snu, pomaganie przy ubieraniu;
- kontrolowanie prawidłowości przyjmowania leków, podawanie doustne leków zaleconych przez lekarza, organizowanie spacerów i zajęć rekreacyjnych (ruchowych) oraz opieka w tym zakresie nad podopiecznymi.

Dodatkowe zadania zawodowe: wykonywanie specjalnych poleceń pracodawcy, takich jak: dokonywanie opłat komunalnych (czynsz, telefon, energia elektryczna, gaz itp.), opiekowanie się zwierzętami i roślinami będącymi własnością pracodawcy, zapewnianie opieki i kontroli nad mieszkaniem pracodawców w czasie ich nieobecności.

Środowisko pracy

materialne środowisko pracy

Praca opiekunki domowej odbywa się w budynku (mieszkania prywatne) i na wolnym powietrzu. Wiele z wykonywanych zadań wymaga wyjścia poza teren domu, np. towarzyszenie podopiecznym podczas spacerów, wizyt u lekarza, robienie im zakupów. Podnoszenie podopiecznych, schylanie się do nich, pomoc przy codziennych czynnościach, stwarza predyspozycje do zmian dyskopatycznych po kilkunastu latach pracy.

społeczne środowisko pracy

Praca opiekunki, jak każda praca z ludźmi nie ma cech rutyny i należy zdecydowanie do indywidualnej. Kontakty z ludźmi są konieczne i bardzo częste, ponadto niosą duże ryzyko powstawania konfliktów. Są to konflikty wynikające z faktu, że ludzie starsi, chorzy lub upośledzeni często upierają się przy niemożliwych lub trudnych do spełnienia życzeniach.

Opiekunka rozmawia z podopiecznymi, odpowiada na ich pytania, stara się ich przekonać do zmiany zdania. Opiekunowie mogą być także narażeni na agresję fizyczną ze strony podopiecznych.

organizacyjne środowisko pracy

Godziny pracy opiekunek domowych są zwykle stałe i nie wymaga się pracy w dni wolne i świąteczne. Inaczej wygląda, gdy opiekunka domowa zatrudniona jest do opieki nad małym dzieckiem. Zatrudniający może oczekiwać pracy w dni wolne, i w godzinach popołudniowych oraz wieczornych.

Dzień pracy to zwykle 8 do 12 godzin dziennie. W pracy opiekunki domowej nadzorowane jest wykonanie głównych celów i zadań, bowiem szczegółowa organizacja dnia zależy w dużym stopniu od niej samej.

Natomiast praca opiekunki domowej zatrudnionej do małego dziecka wiąże się z odpowiedzialnością za zdrowie i bezpieczeństwo powierzonego maleństwa. Ma też miejsce odpowiedzialność społeczno-moralna, gdyż opiekunka kształtuje postawę dziecka wobec życia w społeczeństwie.

Wymagania psychologiczne

Aby móc dobrze opiekować się innymi trzeba zdobyć ich sympatię i zaufanie, dlatego najistotniejsze cechy to umiejętność nawiązywania kontaktów, życzliwość, uprzejmość.

Stały kontakt z ludźmi w podeszłym wieku, często schorowanymi i samotnymi, z osobami pokrzywdzonymi przez los, wymaga od opiekunki zdolności do wczuwania się w cudzą sytuację oraz wrażliwość. Trzeba umieć dotrzeć i ocenić problemy innych ludzi, aby efektywnie im pomagać, bądź też tylko ulżyć w cierpieniu. Opiekunka domowa powinna także umieć panować nad własnymi emocjami, nie ujawniać złości, gniewu, zniecierpliwienia, nawet jeśli podopieczny jest osobą uciążliwą i upartą. Ludzkie zachowania są często nieprzewidywalne i zaskakujące. Opiekunka domowa musi więc umieć przerzucać się z jednej czynności na drugą, łatwo przystosowywać się do zmieniającej się sytuacji. Pomocne są w tym takie cechy jak: szybki refleks, spostrzegawczość, podzielność uwagi.

Opiekunka zatrudniona do opieki nad małym dzieckiem powinna się cechować umiejętnością spontanicznego nawiązywania z nim kontaktów. Aby dobrze porozumieć się z dzieckiem, powinna jasno i poprawnie formułować oraz wypowiadać swe myśli. Każde dziecko jest indywidualną i niepowtarzalną jednostką, indywidualne są też jego potrzeby. Opiekunka powinna akceptować swojego podopiecznego, aktywnie i wrażliwie reagować na wyrażane potrzeby. Nie może okazywać swoich negatywnych emocji, takich jak gniew czy złość, nawet gdyby została sprowokowana sytuacją. W kontaktach z dzieckiem konieczne jest zrównoważenie emocjonalne. Pożądane cechy osobowości to: równowaga emocjonalna, duża szybkość reakcji, mała podatność na zmęczenie i odporność na stres. Niezależnie od okoliczności opiekunka musi wykonywać swoją pracę cierpliwie, wytrwale i dokładnie.

Wymagania fizyczne i zdrowotne

Podstawowym wymogiem jest pełna psychiczna i fizyczna sprawność opiekunki domowej. Nie zatrudnia się w tym zawodzie osób niepełnosprawnych, o widocznych zniekształceniach twarzy i ciała, z wadami mowy i słuchu, wadami narządów ruchu, a także chorych na cukrzycę, padaczkę, o silnej krótkowzroczności. Z kolei niedające się wyrównać wady serca, niewydolność układu oddechowego uniemożliwiają pracę w ruchu. Opiekunka nie może być otyła ani rażąco wątła. Wszelkie wady wymowy są bezwzględnymi przeciwwskazaniami do wykonywania zawodu. Przeciwwskazaniem bezwzględnym jest też nosicielstwo chorób zakaźnych i pasożytniczych. Ważna jest też sprawność układu mięśniowego i kostno-stawowego, szczególnie tam, gdzie może zdarzyć się konieczność dźwigania chorego.

Warunki podjęcia pracy w zawodzie

Podstawowym warunkiem otrzymania pracy w tym zawodzie jest posiadanie co najmniej średniego wykształcenia, zwykle bez określonej specjalizacji. Zazwyczaj najchętniej zatrudniane są osoby posiadające wyuczony zawód pielęgniarki lub opiekunki dziecięcej. Wiąże się to w przypadku opieki nad osobami starszymi, chorymi z umiejętnością udzielenia pomocy i prawidłowego zaopatrzenia ran w przypadku osób leżących.

Możliwości zatrudnienia oraz płace

Miejsцем pracy jest dom prywatny. W ramach obowiązków opiekunka domowa zaopatruje podopiecznych w produkty żywnościowe i środki higieny osobistej, dba o estetykę pomieszczenia: sprząta i wietrzy pomieszczenia, myje naczynia, podłogi, odkurza dywany, meble. W swojej pracy posługuje się narzędziami i sprzętem będącym na wyposażeniu domu.

Zarobki są trudne do ustalenia. Osoby zatrudniane często wykonują tę pracę jako dodatkowe zajęcie i wynagrodzenie umawiają indywidualnie z osobą zatrudniającą. Zazwyczaj ustalane są stawki godzinowe i zależą one w dużej mierze od złożoności i ilości zadań powierzonych do wykonania oraz od pory w jakiej sprawowana jest opieka.

Zawody pokrewne

Inne nazwy zawodu: nie występują

opiekunka dziecięca
pielęgniarka
opiekunka w domu pomocy społecznej
terenowy opiekun społeczny
specjalista pracy socjalnej
pomoc domowa

Źródła:

Przewodnik po zawodach, wydanie II; www.psz.praca.gov.pl;
www.stat.gov.pl; www.pracuj.pl; www.wynagrodzenia.pl

Materiał opracowany przez Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Filii WUP w Koszalinie