

18. MÓJ TRÓJKĄT ŚWIATA

i. Działanie dotyczy:

Rodziny i nieformalni opiekunowie MH NEETS

ii. Cel działania

Ćwiczenie to pomaga rodzinom i nieformalnym opiekunom osób z MH zidentyfikować systemy wsparcia, jakie mają wokół siebie. Bardzo często czują się oni odizolowani i nie widzą zasobów, które posiadają blisko siebie. Mogą to być inni członkowie rodziny, przyjaciele, organizacje lokalne, rówieśnicy lub inny system wsparcia, który mogą wykorzystać w celu ułatwienia powrotu do edukacji lub zatrudnienia osoby z MH. Użycie trójkąta świata jest użytecznym narzędziem, aby skłonić rodziny i nieformalnych opiekunów osób z MH do zwizualizowania sobie, kogo mają w swoim życiu lub gdzie potrzebują największego wsparcia.

"Mój trójkąt świata" pomaga również w nawiązaniu rozmowy pomiędzy rodzinami i nieformalnymi opiekunami osób z MH a doradcami zawodowymi osób z MH i może być stosowany w połączeniu z innymi działaniami.

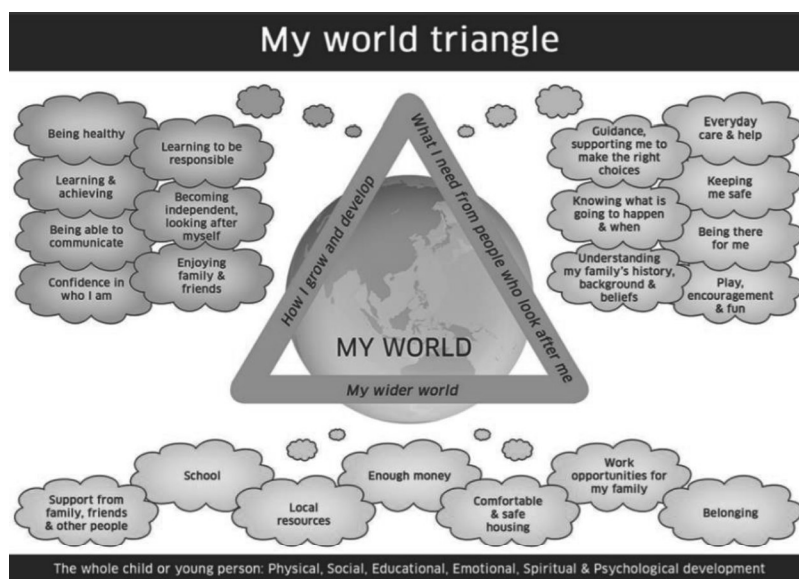
iii. Ramy teoretyczne

"Mój trójkąt świata" zapewnia doradcom zawodowym dla osoby MH ramy, które uwzględniają każdy aspekt życia rodziny i nieformalnych opiekunów. Identyfikuje mocne strony lub problemy związane z dobrostanem w ich świecie; może to obejmować informacje o szczególnych potrzebach osoby z MH, pochodzeniu fizycznym/społecznym/emocjonalnym/edukacyjnym członków ich rodzin lub wszelkich kwestiach wpływających na ich codzienne życie, które wpływają na ich zdolność do zapewnienia opieki i wsparcia osobie MH.

"Mój trójkąt świata" bierze pod uwagę potrzeby i zagrożenia rodzin lub opiekunów nieformalnych, a także pozytywne cechy ich życia. W wielu przypadkach może nie być konieczne zbieranie szczegółowych informacji ze wszystkich stron trójkąta, jeśli nie jest to proporcjonalne do problemu.

"Mój trójkąt świata" to doskonałe narzędzie, które pozwala ludziom odkrywać:

- Jak radzą sobie z opieką nad osobą z MH.
- Czego potrzebują od osób/organizacji, które już wspierają ich w opiece nad osobą z MH.
- Jakich potencjalnych systemów wsparcia są dla nich dostępne - kogo mają w kategoriach przyjaciół, społeczności, wsparcia nieformalnego lub strukturalnego.



iv. Opis

Wskazówki

- Przedstaw "Trójkąt mojego świata" członkowi rodziny lub nieformalnemu opiekunowi (wyjaśnij, co to jest i dlaczego go używasz).
- Korzystaj z pozycji wskazanych na mapie, może się okazać, że nie będzie konieczne objęcie ich wszystkich.
 - *Jak wzrastam i rozwijam się* - przedstawia czynniki występujące u osoby MH odnoszące się do różnych aspektów rozwoju fizycznego, poznawczego, społecznego i psychicznego.
 - *Czego potrzebuję od ludzi, którzy się mną opiekują* - uwzględnia krytyczny wpływ innych ludzi w życiu osoby MH.
 - *Mój szerszy świat* - społeczności, w których mieszka osoba z chorobą psychiczną, mogą mieć znaczący wpływ na samopoczucie osób z chorobą psychiczną, ich rodzin i opiekunów nieformalnych.
- Zachęć ich do wykorzystania zdjęć jako mapy, aby określić, jakie bariery lub obawy mogą mieć w różnych obszarach wskazanych na mapie.
- Zachęć do przyjrzenia się, jakie bezpośrednie wsparcie mają wokół siebie i jak mogliby je wykorzystać, gdyby osoba MH miała podjąć naukę lub zatrudnienie.
- Na koniec sesji zbierz informacje, które podali, powtórz i potwierdź, że informacje są poprawne.
- Wykorzystaj zebrane informacje, aby udzielić im dalszej pomocy i wsparcia.

Wymagane materiały

- Cichy, czysty pokój dobrze oświetlony/wentylowany
- Ulotka „Mój trójkąt świata”: <https://www.careandlearningalliance.co.uk/wp-content/uploads/2016/09/my-world-triangle.pdf>

- Stół i krzesła
- Długopis i papier
- Urządzenia nagrywające są użytecznym narzędziem na wypadek, gdyby osoby miały problemy z czytaniem i pisanem. Przed nagraniem należy zawsze uzyskać od nich zgodę.

v. Porady

Dla praktyka:

- Praktykujący nie powinien czuć, że musi szczegółowo uzupełniać informacje na temat całego trójkąta. Ważne jest, aby pamiętać, że to, co dzieje się w jednym obszarze, może mieć znaczący wpływ na inny obszar.
- Różne wymiary mogą zachodzić na siebie. Ważne jest, aby rejestrować mocne strony. Mniej ważne jest, gdzie są one zapisane.