



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



An innovative model for career counselling
services to mental health NEETs

IO3 Unit Descriptor: Informal Carers

Partner Organizations





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Non-Commercial-Share-Alike 4.0 International \(CC BY-NC-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Στοιχοι

1.1. Σε ποιόν απευθύνεται αυτό το πρόγραμμα;

Αυτό το πρόγραμμα απευθύνεται σε μέλη της οικογένειας (γονείς, παιδιά, αδέρφια, συζύγους ή συντρόφους, εκτεταμένες οικογένειες) καθώς και σε στενούς φίλους και άλλους που ενδιαφέρονται για το άτομο με ψυχικές διαταραχές όπως γείτονες, συνάδελφοι, προπονητές και δάσκαλοι. Με άλλα λόγια, σε άτομα που μπορούν να περιγραφούν ως άτυποι φροντιστές.

1.2. Σε ποιες επείγουσες ανάγκες ανταποκρίνεται;

Η συμμετοχή οικογενειών και άτυπων φροντιστών στο εκπαιδευτικό περιβάλλον στην οικοδόμηση σταδιοδρομίας και στη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας του ατόμου με ψυχικές διαταραχές είναι πολύτιμη. Είναι ένα έργο που απαιτεί αφοσίωση, θυσία και πολλή προσπάθεια. Ωστόσο, οι άτυποι φροντιστές συχνά δεν έχουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες για να υποστηρίξουν τα άτομα με ψυχικές διαταραχές στην επανένταξη στην εκπαίδευση και την εργασία [βλέπε: Εργαλειοθήκη Μέρος Β].

1.3. Πώς ενδυναμώνει τους ανειδίκευτους προς εύρεση εργασίας νέους με ψυχικές διαταραχές για την καλύτερη επίτευξη των στόχων τους;

Κατά συνέπεια, αυτό το πρόγραμμα θα καλύψει τα ακόλουθα θέματα: τη διαδικασία θεραπείας, το ρόλο της οικογένειας, την ενδυνάμωση και τον αυτοστιγματισμό. Το αποτέλεσμα θα είναι η αύξηση των γνωστικών, ρεαλιστικών/πρακτικών, συναισθηματικών και κοινωνικών ικανοτήτων – χρήσιμες ικανότητες για τους άτυπους φροντιστές στη διαδικασία υποστήριξης των ατόμων με ψυχικές διαταραχές στην επανένταξη στην εκπαίδευση και την εργασία.

2. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

2.1. Ποιες είναι οι εμπειρικά προσδιοριζόμενες ανάγκες της ομάδας-στόχου στις οποίες ανταποκρίνεται αυτό το πρόγραμμα όσον αφορά τις δεξιότητες σταδιοδρομίας;

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφική μας ανασκόπηση, φαίνεται ότι η συμμετοχή των άτυπων φροντιστών (που τις περισσότερες φορές είναι μέλη της οικογένειας) στη διαδικασία θεραπείας και επανένταξης των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές συχνά παραμελείται. Είναι εξαιρετικά σημαντικό να αντιμετωπιστούν οι ανάγκες αυτής της ομάδας, καθώς τα μέλη της βιώνουν σημαντικό άγχος και εμπόδια ακόμη και κατά το στάδιο της ανάρρωσης της ασθένειας του συγγενή τους, ειδικά όταν η ανάρρωση συνεπάγεται απασχόληση σε εργασία. Η έρευνα δείχνει επίσης ότι τα οικογενειακά δίκτυα μπορούν να είναι υποστηρικτικά και να έχουν πολύτιμους πόρους να προσφέρουν για την επιτυχία των προγραμμάτων αποκατάστασης, παρά τους περιορισμούς τους.

Έτσι, η κύρια πρόκληση για τους επαγγελματίες είναι να αναγνωρίσουν ότι οι οικογένειες και οι άτυποι φροντιστές δεν είναι πάντα απόλυτα αποτελεσματικοί και έχουν ζητήματα άγχους, του βάρους του φροντιστή και έλλειψη πόρων για την παροχή υποστήριξης, αλλά ταυτόχρονα είναι απαραίτητα συστατικά στοιχεία και πρέπει να συμμετέχουν στη διαδικασία ένταξης στην εργασία του ατόμου με προβλήματα ψυχικής υγείας.

2.2. Ποιες είναι οι ειδικές μαθησιακές ανάγκες της ομάδας-στόχου;

Μια σύνοψη των αναγκών των άτυπων φροντιστών και οι προτάσεις για τη συμμετοχή και την υποστήριξή τους, όπως προτείνεται στη βιβλιογραφία, είναι οι ακόλουθες:

- Αναγνώριση ζητημάτων υπερπροστατευτικών και επικριτικών και παρεμβατικών συμπεριφορών από άτυπους φροντιστές και εργασία πάνω σε αυτά
- Παροχή εκπαίδευσης για σημαντικά θέματα, όπως:
 - Η ικανότητα του ατόμου να εργάζεται
 - Τα οφέλη εάν το άτομο εργάζεται
 - Τι να πείτε στους εργοδότες, εάν χρειάζεται, όταν το άτομο είναι άρρωστο
 - Αναγνωρίστε σημάδια άγχους και υποτροπής και επικοινωνήστε με τον επαγγελματία νωρίς για να αποτρέψετε την απώλεια θέσεων εργασίας
- Παροχή υποστήριξης για την ανακούφιση του άγχους σχετικά με:
 - Υποτροπή και απώλεια εισοδήματος
 - Περιοδική ανάπαυλα από το βάρος της φροντίδας

Εμπειρικές πληροφορίες από την έρευνά μας που διεξήχθη μεταξύ της άτυπης ομάδας φροντιστών επεσήμαναν μερικές από τις πιο άμεσες ανάγκες, μεταξύ των οποίων μπορούν να διακριθούν:

1. υποστήριξη για να είναι πιο βοηθητικοί για τους ανειδίκευτους προς εύρεση εργασίας νέους με ψυχικές διαταραχές- η ανάγκη ενός επαγγελματία να τους καθοδηγήσει μέσα στο σύστημα, η αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών, οι αμοιβές, ο χρόνος παροχής συμβουλών, το εξειδικευμένο προσωπικό σε δημόσιους οργανισμούς,
2. επαγγελματική συμβουλευτική και καθοδήγηση - ειδική καθοδήγηση από το τέλος της εφηβείας και του σχολείου, μια καλύτερη διαδικασία συμβουλευτικής που αντιστοιχεί την εργασία με τις ικανότητες και τις δυνατότητες και επικεντρώνεται στην ανακάλυψη ταλέντων, συνεχιζόμενη υποστήριξη και πρόωρες παρεμβάσεις και παροχή επαγγελματικών συμβουλών με γνώμονα τις ανάγκες των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές,
3. Αλλαγή παραδείγματος - κατάλληλες εγκαταστάσεις όπου οι νέοι θα μπορούσαν να βιώσουν αυτονομία, υποστήριξη στον χώρο εργασίας, ιδίως στην αρχή παρέχοντας κίνητρα, δημιουργώντας χώρους εργασίας μόνο για άτομα με ειδικές ανάγκες, καλώντας άτομα με ψυχικές παθήσεις ως εμπειρογνώμονες της κατάστασης και της ζωής τους με το οι εργοδότες να είναι πιο προσεκτικοί με τους ανειδίκευτους προς εύρεση εργασίας νέους με

ψυχικές διαταραχές, υποστήριξη των εργοδοτών ώστε να μπορούν οι νέοι να δοκιμάζουν πράγματα και γενικά μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση για την ψυχική υγεία.

3.1. Ποια είναι η εμπειρική και θεωρητική θεμελίωση για την επιλογή των διδακτικών μεθόδων που εφαρμόζονται σε αυτό το πρόγραμμα;

Η εμπειρική και θεωρητική αιτιολόγηση και η θεμελίωση για την επιλογή των μεθόδων διδασκαλίας που χρησιμοποιούνται στο πρόγραμμα αυτό παρουσιάζονται και συζητούνται στην Εργαλειοθήκη Μέρος Β και Εργαλειοθήκη Μέρος Γ.

3. ΕΠΙΔΙΩΚΟΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

3.1. Θέμα- διαδικασία θεραπείας. Γνωστικές ικανότητες

- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν στάδια της διαδικασίας θεραπείας των ατόμων με θέματα ψυχικής υγείας και τους παράγοντες που την επηρεάζουν.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να διαχωρίζουν τους παράγοντες που σχετίζονται θετικά και αρνητικά με την επιτυχημένη πορεία της διαδικασίας θεραπείας.

3.2. Θέμα- διαδικασία θεραπείας. Ρεαλιστικές/πρακτικές ικανότητες

- Οι μαθητές είναι σε θέση να εντοπίσουν και να αναγνωρίσουν τους καθολικούς και ατομικούς παράγοντες που επηρεάζουν θετικά τη διαδικασία θεραπείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να παρέχουν ενημερωτική υποστήριξη σε άτομα με ψυχικές διαταραχές κατά τη διάρκεια της διαδικασίας θεραπείας.
- Οι μαθητές γνωρίζουν πού να αναζητήσουν πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο υποστήριξης της διαδικασίας αποκατάστασης και θεραπείας ενός ατόμου με ψυχικές διαταραχές.

3.3. Θέμα- διαδικασία θεραπείας. Συναισθηματικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να παρέχουν συναισθηματική υποστήριξη σε άτομα με ψυχικές διαταραχές κατά τη διάρκεια της διαδικασίας θεραπείας τους.

3.4. Θέμα- διαδικασία θεραπείας. Κοινωνικές ικανότητες.

- Οι μαθητές μπορούν να προτείνουν δραστηριότητες που αποσκοπούν στην ενδυνάμωση και υποστήριξη μιας θετικής πορείας της διαδικασίας θεραπείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές γνωρίζουν πού να αναζητήσουν επαγγελματική βοήθεια με στόχο την υποστήριξη μιας θετικής πορείας της διαδικασίας θεραπείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές.

3.5. Θέμα- ενδυνάμωση. Γνωστικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν τον συγκεκριμένο ρόλο της ενδυνάμωσης.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν το ρόλο των άτυπων φροντιστών στην ενδυνάμωση ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας των νέων με ψυχικές διαταραχές.

3.6. Θέμα- ενδυνάμωση. Ρεαλιστικές/πρακτικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να βοηθήσουν τους ανθρώπους με ψυχικές διαταραχές να εντοπίσουν τα ταλέντα και τις δεξιότητες ή τους περιορισμούς τους.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να ακούσουν προσεκτικά το άτομο με ψυχικές διαταραχές για τις ανησυχίες του σχετικά με την εκπαίδευση και την εργασία.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να δώσουν μερικές συμβουλές για το πώς να αναπτύξουν τα δυνατά τους χαρακτηριστικά.

3.7. Θέμα- ενδυνάμωση. Συναισθηματικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να αποδείξουν ότι κατανοούν τις ελπίδες και τις ανησυχίες των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές που σχετίζονται με την εκπαίδευση και την εργασία.

3.8. Θέμα- ενδυνάμωση. Κοινωνικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να υποδείξουν χώρους (ιδρύματα και οργανισμούς) όπου τα άτομα με ψυχικές διαταραχές μπορούν να λάβουν υποστήριξη σχετικά με την ανάπτυξη εκπαιδευτικών και επαγγελματικών ικανοτήτων.

3.9. Θέμα- ρόλος της οικογένειας. Γνωστικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν το ρόλο της οικογένειας στη διαδικασία θεραπείας των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν το ρόλο της οικογένειας στην επανένταξη στην εκπαίδευση και την εργασία.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν τον ορισμό της σταδιοδρομίας, ως το σύνολο των αμειβόμενων και μη αμειβόμενων ρόλων εργασίας, μάθησης που αναλαμβάνονται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής.

3.10. Θέμα- ρόλος της οικογένειας. Ρεαλιστικές/πρακτικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να συμμετάσχουν στην επανένταξη των νέων με ψυχικές διαταραχές στην εκπαίδευση και την εργασία.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να εξερευνήσουν τα ενδιαφέροντα των ατόμων με ψυχικές διαταραχές και πώς αυτά θα μπορούσαν να συνδεθούν με διαφορετικές σταδιοδρομίες.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να υποστηρίξουν ένα άτομο με ψυχική διαταραχή για να αναπτύξει τις δικές του φιλοδοξίες και να κάνει τις δικές του επιλογές σταδιοδρομίας.

3.11. Θέμα- ρόλος της οικογένειας. Συναισθηματικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να επιδείξουν την ενεργό συμμετοχή τους στην εκπαίδευση και την επαγγελματική σταδιοδρομία των ατόμων με ψυχικές διαταραχές.

3.12. Θέμα- ρόλος της οικογένειας. Κοινωνικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι εξοικειωμένοι με το φάσμα της σταδιοδρομίας και της υποστήριξης που διατίθενται στους ανθρώπους με ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές γνωρίζουν σε ποιον να μιλήσουν σχετικά με τις υπηρεσίες υποστήριξης για άτομα με ψυχικές διαταραχές και πού είναι σε θέση να βρουν πληροφορίες σχετικά με τη διαθέσιμη βοήθεια για άτομα με ψυχικές διαταραχές.

3.13. Θέμα- αυτοστιγματισμός. Γνωστικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν το νόημα και τις αρνητικές επιπτώσεις του στιγματισμού και του αυτο-στιγματισμού στους ανειδίκευτους προς εύρεση εργασίας νέους με ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να περιγράψουν το ρόλο των άτυπων φροντιστών στην καταπολέμηση του στίγματος.

3.14. Θέμα- αυτοστιγματισμός. Ρεαλιστικές/πρακτικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να προτείνουν δραστηριότητες που αποσκοπούν στην αλλαγή της στάσης της κοινωνίας απέναντι στους ανθρώπους με θέματα ψυχικής υγείας.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να προτείνουν κάποιες δράσεις που αποσκοπούν στη μείωση του αυτο-στιγματισμού.
- Οι μαθητές μπορούν να επιλέξουν και να προτείνουν κατάλληλες ασκήσεις από την εργαλειοθήκη μέρος Γ.

3.15. Θέμα- αυτοστιγματισμός. Συναισθηματικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να αποδείξουν ότι κατανοούν τις ανησυχίες των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές σχετικά με την κοινωνική στάση απέναντι στους ανθρώπους αυτούς και τον αυτοστιγματισμό.

3.16. Θέμα- αυτοστιγματισμός. Κοινωνικές ικανότητες.

- Οι μαθητές είναι σε θέση να προτείνουν δραστηριότητες που αποσκοπούν στην αλλαγή της στάσης της κοινωνίας.
- Οι μαθητές είναι σε θέση να πείσουν τους ανθρώπους που κάνουν διακρίσεις εις βάρος των ανθρώπων με ψυχικές διαταραχές να σταματήσουν να το κάνουν.

4. ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΔΟΜΗΣ

Το μάθημα αποτελείται από 18 διδακτικές ώρες (18x45 λεπτά) χωρισμένες σε οκτώ μαθήματα 90 λεπτών και σε μια εισαγωγή και περίληψη 45 λεπτών.

Διάρκεια	Θέμα	Όνομα/Μέθοδος Άσκησης
45 λεπτά	Καλωσόρισμα/εισαγωγή	Καλωσόρισμα
90 λεπτά	Στάδια της διαδικασίας θεραπείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές και οι παράγοντες που την επηρεάζουν θετικά και αρνητικά.	Μίνι διάλεξη, Παρουσίαση PowerPoint - PPP, συζήτηση, ανταλλαγή ιδεών.
90 λεπτά	Διαδικασία Θεραπείας: Δραστηριότητες και Ασκήσεις Παιχνιδιού Ρόλων	Συζήτηση, PPP, δοκιμή των εργαλείων και των δραστηριοτήτων, παιχνίδι ρόλων ομάδων/ζευγών.
90 λεπτά	Ο ειδικός ρόλος της ενδυνάμωσης και ο ρόλος των άτυπων φροντιστών στην ενδυνάμωση των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές.	Μίνι διάλεξη, Παρουσίαση PowerPoint - PPP, συζήτηση, ανταλλαγή ιδεών.
90 λεπτά	Ενδυνάμωση: Δραστηριότητες και Ασκήσεις Παιχνιδιού Ρόλων.	Συζήτηση, PPP, δοκιμή των εργαλείων και των δραστηριοτήτων, παιχνίδι ρόλων ομάδων/ζευγών.
90 λεπτά	Ο ρόλος της οικογένειας στη διαδικασία θεραπείας των ανειδίκευτων προς εύρεση εργασίας νέων με ψυχικές διαταραχές και επανένταξης στην εκπαίδευση και την εργασία.	Μίνι διάλεξη, Παρουσίαση PowerPoint - PPP, συζήτηση, ανταλλαγή ιδεών.
90 λεπτά	Ρόλος της οικογένειας: Δραστηριότητες και Ασκήσεις Παιχνιδιού Ρόλων.	Συζήτηση, PPP, δοκιμή των εργαλείων και των δραστηριοτήτων, παιχνίδι ρόλων ομάδων/ζευγών.
90 λεπτά	Σημασία και ο αρνητικός αντίκτυπος του στιγματισμού και του αυτο-στιγματισμού στους ανειδίκευτους προς εύρεση εργασίας νέους με ψυχικές διαταραχές. Ο ρόλος της οικογένειας στην καταπολέμηση του στίγματος.	Μίνι διάλεξη, Παρουσίαση PowerPoint - PPP, συζήτηση, ανταλλαγή ιδεών.

90 λεπτά	Καταπολέμηση του στίγματος: Δραστηριότητες και ασκήσεις παιχνιδιού ρόλων.	Συζήτηση, PPP, δοκιμή των εργαλείων και των δραστηριοτήτων, παιχνίδι ρόλων ομάδων/ζευγών.
45 λεπτά	Αναστοχασμός σχετικά με τα παιχνίδια ρόλων, ανακεφαλαιοποίηση περιεχομένου, κλείσιμο.	Συζήτηση

5. ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΙ ΠΩΡΟΙ ΚΑΙ ΥΛΙΚΟ

Ένας πλήρης κατάλογος υλικών και πόρων που απαιτούνται για το μάθημα.

- Παρουσίαση του PowerPoint (κατάλληλη για το πρόγραμμα)
- Προβολέας φορητών υπολογιστών και πολυμέσων
- Προαιρετικά εκτυπωμένες παρουσιάσεις PowerPoint για τους συμμετέχοντες
- Στυλό και χαρτί για τους συμμετέχοντες
- Απαραίτητα υλικά για τις δραστηριότητες (τα απαραίτητα υλικά περιγράφονται στην Εργαλειοθήκη Γ).