



Socialstyrelsen

Til dig, der søger støtte i
socialpsykiatrien

Viden til gavn

Til dig, der søger støtte i socialpsykiatrien

Denne pjece er til dig, der søger støtte i socialpsykiatrien, fordi du har brug for hjælp på grund af dine psykiske vanskeligheder. Pjecen forklarer, hvad det vil sige, at vi arbejder recovery-orienteret, og hvad du kan forvente i dit møde med kommunen.

Vores fokus er, at du støttes bedst muligt til at få et meningsfuldt og selvstændigt liv. Vi arbejder for at tilbyde dig hurtig hjælp og på at støtte dig bedst muligt i at komme dig. For nogle betyder det 'at komme sig', at alle symptomer forsvinder, mens det for andre betyder, at man kan leve et selvstændigt liv sammen med andre, selvom man har psykiske vanskeligheder.

Pjecen er en del af et samlet koncept for udvikling og omlægning af socialpsykiatrien mod recovery-orienteret rehabilitering. Du kan læse mere på Socialstyrelsens hjemmeside:

socialstyrelsen.dk/recovery-orienteret-rehabilitering

Vi fokuserer på det, der er vigtigt for dig

Dine håb, ønsker og drømme for fremtiden og dine behov sætter retning for den støtte, du tilbydes. De mål vi sætter sammen med dig vil tage udgangspunkt i det, du gerne vil. I dit møde med kommunen kan du derfor opleve at blive spurgt til, hvad du motiveres af, hvad der er vigtigt for dig i din hverdag, og hvad det er for et liv, du drømmer om at få i fremtiden.

Det er ikke sikkert, du lige ved, hvad det er for et liv, du drømmer om at få. Det kan for nogle virke lidt uoverskueligt at skulle forholde sig til sine drømme, når man har det svært. Derfor kan du med fordel starte i din hverdag med at overveje, hvad du godt kunne tænke dig, hvad der gerne måtte være anderledes, og hvor du ser dig selv, når du ikke har brug for en indsats mere.

Vi møder dig med åbenhed, tillid og respekt

Det er vigtigt, at du er med til at bestemme, hvad der skal ske, så støtten bedst imødekommer dine ønsker og behov. Det er også vigtigt, at du går så aktivt ind i samarbejdet, som du kan, selvfølgelig med den støtte og de hensyn du har behov for. Når du er åben omkring dine ønsker og behov, får vi den bedste mulighed for at hjælpe dig.

Det er ikke altid, at samarbejde bare er nemt. Det er derfor vigtigt, at du siger til, hvis der er noget i samarbejdet, du er utilfreds med, eller du ikke forstår. Det kan være, du er usikker på formålet med et møde, eller hvem der deltager i mødet. Det er en stor hjælp for os, at du siger til, hvis der er noget, du er usikker på.



Vi tager udgangspunkt i dine styrker og det, du er god til

Alle mennesker har ressourcer. Sammen kigger vi på, hvad du er god til, hvad der interesserer dig, og hvad der giver dig energi. Du vil måske også opleve, at du bliver opmærksom på nogle styrker hos dig selv, som du ikke har været opmærksom på tidligere. Dine styrker kan fx være dine erfaringer, evner, interesser og netværk. Der er også plads til at tale om de ting, du synes er svære. Vi forsøger at skabe et helt billede af, hvem du er som menneske. Jo bedre vi kender dine styrker, jo bedre kan vi støtte dig.

”Da vi snakkede lidt om det, fandt jeg ud af, at der faktisk er mange ting, jeg godt kan lide og er god til.”

Borger



Vi inddrager din familie og dine venner

Alle mennesker har brug for at være sammen med andre. Det kan være med familie og venner, i en idrætsforening eller boligforening, eller på en arbejdsplads eller en uddannelsesinstitution.

Vi interesserer os for, hvilke mennesker der betyder noget for dig, og hvilke fællesskaber du har med andre. Vi interesserer os også for, hvilke fællesskaber du ønsker at være en del af, og hvad der skal til, for at du kan deltage i dem.

Det kan virke overvældende at skulle møde nye mennesker eller tage del i fællesskaber, man ikke tidligere har været en del af. Vi kan hjælpe dig med at føle dig tryk i mødet med det nye, og sammen finder vi måder at støtte dig på i starten.

”Kommunen kan godt virke lidt uoverskuelig og stor. Det er virkelig rart, at jeg ikke har skulle fortælle om mit misbrug til gud og hver mand.”

Borger

Vi taler sammen på tværs

Det kan være, du har behov for støtte fra flere steder i kommunen – og måske også uden for kommunen. Det kan være fra jobcenteret, tilbud til alkohol- eller stofbehandling, hjemmeplejen, din læge eller den regionale psykiatri. Vi deler viden og taler sammen på tværs efter aftale med dig. Det gør vi for at sikre, at støtten er sammenhængende og giver mening for dig.

Vi vil tilstræbe, at du har faste kontaktpersoner, som du føler dig tryk ved, så du ikke behøver fortælle det samme mange gange, og så du oplever, at vi har den nødvendige viden for at kunne støtte dig bedst muligt.

Vi følger løbende op sammen med dig

Den støtte, du tilbydes, vil tage udgangspunkt i dine ønsker og behov, og den vil derfor blive justeret, hvis dine ønsker og behov ændrer sig. Vi vil løbende følge op på den hjælp du får, og vurdere om den fortsat er den rette i forhold til at hjælpe dig, eller om den skal nedsættes, ophøre eller ændres.

Vi taler derfor løbende med dig om, hvordan det går. Ved at følge op kan vi sikre, at indsatsen er den bedst mulige for dig og hjælper dig bedst muligt til at komme dig. Samtidigt giver opfølgningen mulighed for, at du kan fortælle, hvis der er noget, du synes skal ændres.

Det betyder, at vi løbende holder møder, hvor vi taler om, hvordan det er gået, og om du er tættere på at nå derhen, hvor du gerne vil. Hvis der er behov for det, sætter vi sammen nye mål for dig.

Det er ikke et krav, at du skal have udviklet dig. Formålet med opfølgningen er at sikre, at du får den rette støtte til dine behov.

Rammen for støtten

Den støtte du tilbydes fra socialpsykiatrien gives primært efter serviceloven, der danner rammen for den støtte, der kan tilbydes. Støtten tilrettelægges i samarbejde med dig, med afsæt i dine ønsker og på baggrund af en konkret og individuel vurdering af dine behov og forudsætninger.

Forud for mødet med kommunen kan du overveje:

Hvad er vigtigt for mig? _____

Hvilke drømme har jeg for fremtiden? _____

Hvad er jeg god til? _____

Hvad har jeg svært ved i dagligdagen? _____

Hvilke personer er vigtige i min hverdag? _____

Er der en fra mit netværk, jeg kan tage med til mødet? _____

Hvad vil jeg gerne opnå med mødet? _____



Socialstyrelsen

Socialstyrelsen

Edisonsvej 1

5000 Odense C

Tlf.: 72 42 37 00

www.socialstyrelsen.dk

2023

