

HVORDAN KAN JEG HJÆLPE?

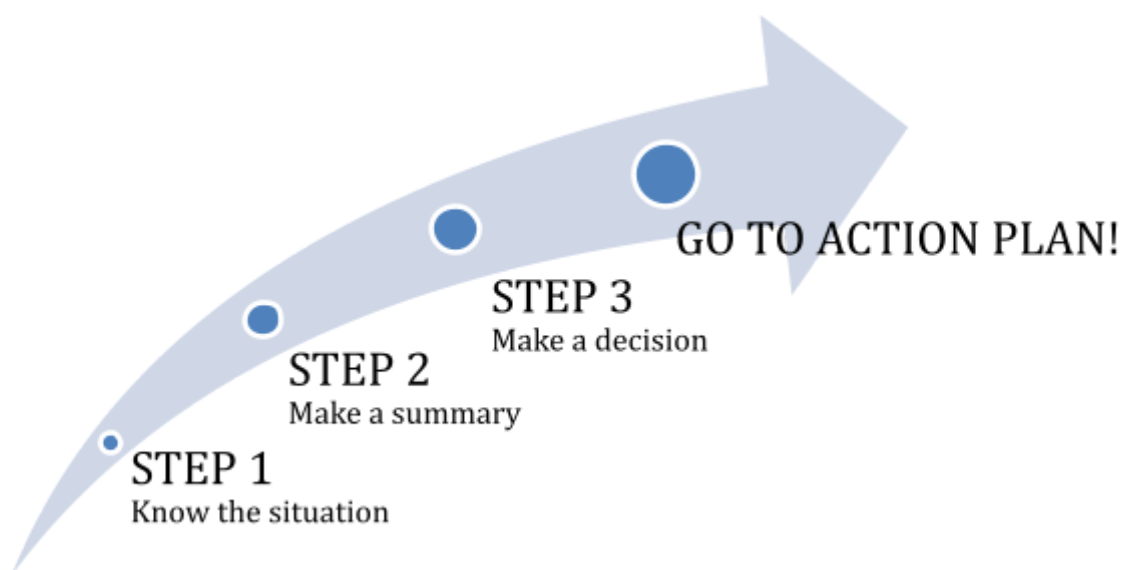
GUIDE TIL SMART HJÆLP METODEN

INDLEDNING

I vores online kursus, i Kapitel 2 i Enhed 3, præsenterer vi metoden Smart Hjælp, som hjælper dig med at undgå almindelige fejl og fejl, der finder sted, når vi forsøger at hjælpe nogen på den forkerte måde. De grundlæggende elementer i Smart Hjælp er:

- **En nuanceret vurdering af situationen** - når du følger reglerne for Smart Hjælp spørger du ind til begge sider af en situation: om problemet såvel som mål, styrker og drømme.
- **Store og ambitiøse mål** - Smart Hjælp handler også om at sætte langsigtede mål og forsøge at påvirke årsagerne til bestemte problemer og ikke kun deres symptomer. Vores mål er at give befolkningen magten og evnen til at hjælpe sig selv.
- **Omhyggelig handlingsplanlægning** - nogle gange har en person, som du ønsker at hjælpe brug for en "fisk" - noget der hjælper ham eller hende med at opfylde vedkommendes grundlæggende behov og give dem ressourcerne til at fortsætte. Nogle gange ved de godt, hvordan de fisker, men de har brug for en fiskestang. I dette tilfælde er vores opgave at levere passende værktøjer. Men nogle gange er den bedste måde at hjælpe nogen på ved at udfordre ham eller hende. Udfordringer kan vise os den kraft og de styrker vi besidder. De lader os udvikle nye færdigheder. De ændrer vores holdning. De lader os udvikle en "fiskers mentalitet".

Denne vejledning hjælper dig med at implementere Smart Hjælp metoden, når du udfører sociale inklusionsaktiviteter. Vi har udarbejdet et sæt spørgsmål, der giver dig mulighed for at gøre dig bekendt med modtagerens situation på en bredere og dybere måde. Derefter vil du være i stand til at bestemme, hvilken støtte der er nødvendig i en bestemt situation. Endelig kan du sætte passende mål for dine sociale aktiviteter.



TRIN 1 - KEND SITUATIONEN

I starten af dit arbejde skal du lære situationen at kende. Find ud af, hvilke udfordringer den person eller den gruppe, du vil hjælpe har. Undersøg årsagerne til disse problemer. Lær så meget som muligt for at forstå situationen. Fokuser ikke kun på vanskeligheder. Spørg ind til styrker, præstationer og drømme. På den måde viser du de folk, som du arbejder med, at der er nogle positive sider at fokusere på. Du bør være den, der giver dem magt og håb for fremtiden. Selvfølgelig er den bedste måde at kende nogen på at tale med ham eller hende. Organiser et møde og stil nedenstående spørgsmål.

Udfordringen og årsagen dertil

Kan du venligst beskrive din nuværende situation? Hvad er dine største udfordringer?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Efter din mening, hvad er årsagen til denne situation?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Hvordan håndterer du denne situation? Har du forsøgt at ændre på din situation?
Hvis ja, hvad har du gjort? Hvis ikke, hvorfor?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

STYRKERNE

Hvad kan du lide at lave? Har du en hobby eller passion?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Hvad er dine præstationer? Hvad er du mest stolt af? Hvorfor?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....

Hvad er dine drømme?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

BEHOVET

Hvis du kunne ændre noget i dit liv, hvad ville det være?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Hvilken form for støtte vil hjælpe dig mest lige nu?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Hvordan forestiller du dig fremtiden? Hvad har du brug for at ændre din situation til det bedre?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TRIN 2 - SAMMENFATNING

Lad os opsummere alt, hvad du ved om personen eller gruppen du arbejder med. Tænk på deres situation. Hvad skal der gøres for at løse deres problem? Hvad har de brug for for at få deres styrke og motivation tilbage? Hvad skal de selv gøre for at løse deres problemer? Hvad har de brug for, for at gøre deres drømme til virkelighed? Hvad er deres styrker og hvilket potentiale har de?

STYRKERNE

Lad os starte med det der er godt og smukt. Overvej nu: *Hvad kan du bedst lide ved denne person eller gruppe? Hvad er det mest rørende i deres historie? Hvad - efter din mening - er deres styrker og deres potentiale? Hvad gør dig imponeret? Hvad beundrer du dem for?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

SITUATIONEN

Tænk nu på deres situation og deres problemer: *Hvad - efter din mening - er det største problem for den pågældende person / gruppe? Hvad er hovedårsagerne til dette problem? Hvad er de største hindringer? Hvorfor kan de ikke løse dette problem af sig selv lige nu? Hvordan deres styrker og deres potentiale kan hjælpe dem med at forbedre deres situation?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

BEHOVET

Nu skal du tænke på, hvordan man ændrer denne situation. Hvad er de vigtigste behov hos personen eller den gruppe, du arbejder med?

Har de brug for en "fisk"? Nogle gange, før vi foreslår avanceret hjælp eller langsigtede mål, skal vi yde grundlæggende støtte. Noget der ville opfylde de grundlæggende behov: De fysiske og psykologiske behov, følelse af sikkerhed, følelse af værdighed. Når vi arbejder med mennesker, der er ofre for vold, der lider af ekstrem fattigdom, der i meget lang tid har levet i en frygtelig situation, er den grundlæggende støtte som materiel, juridisk eller psykologisk hjælp nødvendig for at arbejde videre. *Hvordan er det i dit tilfælde? Har de brug for nogen "fisk"? Hvis ja, hvad ville fisken være? Hvilken grundlæggende støtte har de brug for?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

HAR DE BRUG FOR EN "FISKESTANG"? Nogle gange kan folk selv løse deres problem, hvis de får passende værktøjer. Ved at tage nye værktøjer i brug har du en chance for at udvikle de muligheder og færdigheder, som du allerede har. *Hvordan er det i dit tilfælde? Har de brug for en "fiskestang"? Hvis ja, hvad ville være fiskestangen være? Hvilke værktøjer har de brug for? Husk - det kunne være en maskine eller en teknisk enhed, men også en slags licens eller ny kompetence!*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ER DE KLAR TIL EN UDFORDRING? Nogle gange er den bedste måde at hjælpe nogen på ved at udfordre dem. Udfordringer viser os vores evner og vores styrker. De ændrer vores holdning. De lader os udvikle en "fiskers mentalitet"! Husk - når du har et alvorligt problem, eller når du ikke tror på dig selv, kan selv en lille ting være en reel udfordring. For eksempel - at læse et brev fra kommunen, ændre noget i din daglige opførsel, sende en jobansøgning, tilmelde dig et kursus eller prøve noget nyt. *Hvordan er det i dit tilfælde? Er de klar til en udfordring? Har de brug for det? Hvis ja, hvad ville være den passende udfordring være for personen?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TRIN 3 - TRÆF EN BESLUTNING

Du kender situation og behovene hos de mennesker, du vil hjælpe. Tænk nu på dine ressourcer, dine evner og din motivation.

<i>Hvilken slags hjælp kan du give i denne situation?</i>	
<i>Hvilken slags hjælp vil du give?</i>	
<i>Endelig, hvilken form for hjælp vil du give?</i>	
<i>Hvad bliver hovedmålet?</i>	
<i>Hvad vil du ændre i denne situation?</i>	
<i>Hvad er hovedhandlingen?</i>	

Smart Hjælp er et komplekst sæt understøttende handlinger, der kan udfylde alle behov og løse problemerne på en effektiv måde. Men husk - du behøver ikke gøre alt selv. Tænk på, hvem der ellers kan være nyttig i situationen. Hvilken institution eller organisationer skal involveres for at støtte op om processen? Er der andre du kan kontakte eller samarbejde med?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....

BEMÆRK: Hvis du har brug for flere oplysninger om Smart Hjælp metoden, se kapitel 2 i enhed 3: **"Smart Hjælp som en metode til social inklusion"**. Hvis du vil forberede en samtale om problemer og behov, skal du se vores andre vejledning **FØRSTE MØDE**. Hvis du vil lære mere om at vurdere behovene, skal du se kapitel 1, 2 og 3 i enhed 2 **"Identifikation og vurdering af behov hos enkeltpersoner og grupper, der lider eller er i fare for social udstødelse"**. Hvis du er klar til handling, skal du vælge en af vores **handlingsplaner** og planlægge detaljerne i dit projekt.