



- EUFAMI och Prospect – kort bakgrund
- Vad innehåller Prospect-programmen?
- Hur gör man för att delta i en Prospect-studiecirkel?



EUFAMI

- ▶ Europeisk anhörigorganisation som bildades 1991 och samlar idag organisationer i 26 europeiska länder.
- ▶ I Sverige är Schizofreniförbundet medlem i EUFAMI.
- ▶ <https://www.eufami.org>

PROSPECT

- ▶ Ett studiecirkelmaterial utvecklades som ett samverkansprojekt inom ramen för EUFAMI och startade år 2000. Studiematerialet finns på 12 olika språk.
- ▶ www.schizofreniforbundet.se



schizofreniförbundet

Prospect

- Studiematerial utvecklat på Europeisk nivå för att stärka anhörigas ställning inom vård och omsorg.
- Ger inte färdiga svar eller lösningar utan vill bana väg för nya tankesätt och perspektiv.
- Bygger på en aktiv och jämlik kommunikation i kombination med praktiska övningar där deltagarnas egna erfarenheter och kunskaper tas tillvara.
- Genomgående tema - möjligheten till återhämtning



schizofreniförbundet



Prospect Sverige

Med oförändrat grundinnehåll har programmen anpassats till svenska förhållanden.

Två handledare med 10 – 15 deltagare i varje grupp.

- Familj och vänner
- Syskon
- Åldrande föräldrar
- Vuxna barn

- *Själverfarna*
- *Personal*



schizofreniförbundet



Prospect för anhöriga

Familj och vänner; målgruppen är anhöriga (familj, släkt, vänner) och vill ge redskap för att bättre hantera en många gånger svår situation.

- Den anhöriges egen situation ställs i fokus.
- Man utforskar tillsammans påfrestningar i anhörigskapet och vill att anhöriga upplever ett liv med bättre kontroll och kvalitet.
- Livskurvan är ett stående inslag i alla studieprogram där man som anhörig får en kronologisk bild av livet som anhörig.



Programmet Familj och vänner

- Att mötas (introduktion och presentation)
- Vad har vi lärt oss om psykisk sjukdom?
- Att inse och erkänna påfrestningar
- Att identifiera och känna igen stress
- Förlust och sorg
- Hanteringsfärdigheter
- Isolering och JAG - utrymme
- Kartläggning av stödnätverk
- Om vikten av förändring
- Slutsatser och framåtblickande



schizofreniförbundet



Övriga prospect-program för anhöriga

Syskon; målgruppen kan hamna i skuggan av sitt sjuka syskon. Programmet behandlar bla känslor som ilska, sorg och skam men även rädsla för att själv bli sjuk.

Åldrande föräldrar; vänder sig till äldre föräldrar med vårdansvar för vuxna barn och programmet innehåller både mentala och praktiska förberedelser inför den dag då föräldrarna inte längre orkar eller finns med.

Vuxna barn; Målgruppen är vuxna barn till föräldrar med svår psykisk sjukdom. Här läggs tonvikten på olika svårigheter i vuxen ålder som kan härledas till deltagarnas annorlunda uppväxtförhållande.



schizofreniförbundet



Hur hittar man en studiecirkel att delta i?

- Sök Prospect via schizofreniförbundets hemsida eller gå via den förening som finns i ditt område där du bor
- Annonser på andra hemsidor kan också förekomma
- Vid frågor kontakta oss så hjälper vi gärna till att ta fram information
- Förbundet erbjuder digitala Prospect studiecirkelklar – information om detta finns då på förbundets hemsida:
<https://schizofreniforbundet.se>



schizofreniförbundet



Hjärtligt välkommen med synpunkter och frågor till oss i Nationella Prospectgruppen!

Kontakt: prospect@schizofreniforbundet.se

<http://schizofreniforbundet.se>

Stort tack!

