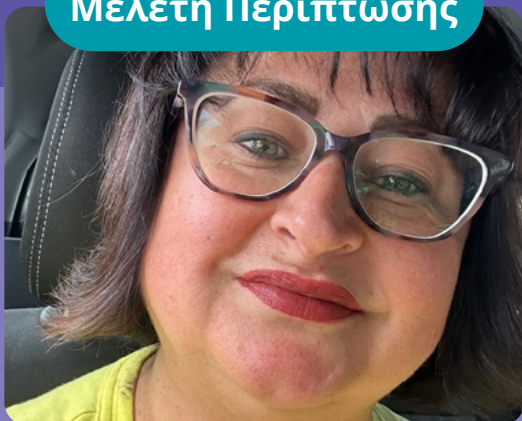


Μελέτη Περίπτωσης



Η εικόνα παρασχέθηκε από τη Σύλβια

Η Σύλβια και η κόρη της

Η Σύλβια φροντίζει την 21χρονη κόρη της που διαγνώστηκε με οριακή διαταραχή προσωπικότητας και διπολική διαταραχή στην ηλικία των 16 ετών. Η κόρη της Σύλβιας βασίζεται σε αυτήν για συναισθηματική υποστήριξη.

Η Σύλβια πρωτάκουσε για την Carer Gateway όταν αναζητούσε βοήθεια για να την υποστηρίξει στη φροντίδα της κόρης της. Ως μάνα, το επίκεντρό της ήταν πάντα η ευτυχία και ευημερία της κόρης της.

Ο τοπικός της δήμος την είχε τότε βοηθήσει να αποκτήσει πρόσβαση στην Carer Gateway για συμβουλές και υποστήριξη.

Όταν η κόρη της πρόσφατα βίωσε ένα επεισόδιο ψυχικής υγείας, η Σύλβια διαπίστωσε ότι μπορούσε να στηριχτεί στην Carer Gateway για συμπαράσταση με τη δική της ψυχική υγεία.

«Έκανα ό,τι μπορούσα για να την βοηθήσω να ξανασταθεί στα πόδια της. Την πήγα στα ιατρικά της ραντεβού και την υποστήριξα κατά τη διάρκεια της νοσηλείας της στο νοσοκομείο. Διάβασα για την οριακή διαταραχή προσωπικότητας και έκανα όσα μου έλεγαν τα βιβλία, όπως να προσφέρω στην κόρη μου συναισθηματική υποστήριξη και να της δώσω τα εργαλεία για να μπορεί να αντεπεξέλθει».

«Αλλά ήξερα ότι χρειαζόμουν βοήθεια και ότι ήταν εντάξει να το παραδεχτώ αυτό. Ποτέ δεν είδα τη μητέρα μου να ζητά βοήθεια και γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό να μπορώ να είμαι ένα θετικό παράδειγμα προς μίμηση για την κόρη μου, δείχνοντάς της ότι μπορείς να ζητήσεις και να λάβεις βοήθεια».

Το επαναλαμβανόμενο σύνθημα της Σύλβιας είναι «η αυτοφροντίδα είναι το κλειδί» και η Carer Gateway έπαιξε σημαντικό ρόλο στο να την βοηθήσει να το συνειδητοποιήσει αυτό. Η υπηρεσία καθοδήγησης που προσφέρεται μέσω της Carer Gateway παρείχε υποστήριξη στη Σύλβια.

«Δεν είναι εγωιστικό να φροντίζω τον εαυτό μου, επειδή πρέπει να μπορώ να βρω τον ρυθμό μου, να εξισορροπώ την αυτοφροντίδα μου, έτσι ώστε να μπορώ να είμαι πραγματικά σε θέση να βοηθώ την κόρη μου, ειδικά όταν είναι άρρωστη».

Η Σύλβια γράφτηκε επίσης σε μια διαδικτυακή ομάδα συζήτησης. Αν και δεν συναντιούνται αυτοπροσώπως, η ομαδική συζήτηση επιτρέπει στη Σύλβια να αισθάνεται ότι υποστηρίζεται και συνδέεται με άλλους που αντιμετωπίζουν παρόμοιες προκλήσεις.

Η Σύλβια διαπίστωσε ότι η Carer Gateway είναι μια φιλική, χρήσιμη και ενημερωτική πηγή.

«Συνιστώ ανεπιφύλακτα την Carer Gateway ως μια πηγή ποιοτικής στήριξης που προσφέρει εξαιρετικούς πόρους.

«Είναι εντάξει να ζητάς βοήθεια και η Carer Gateway είναι στη διάθεσή σου όταν την χρειάζεσαι».

Η Carer Gateway είναι στη διάθεσή σας για να σας βοηθήσει

Καλέστε την Carer Gateway στο **1800 422 737**
Δευτέρα έως Παρασκευή, **8πμ έως 5μμ**, ή πηγαίνετε
στο carergateway.gov.au για να μάθετε ποια υποστήριξη
είναι διαθέσιμη για να σας βοηθήσει.

Εάν μιλάτε γλώσσα εκτός της αγγλικής, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας (TIS). Η υπηρεσία TIS διατίθεται 24 ώρες το 24ωρο, 7 ημέρες την εβδομάδα, οπουδήποτε στην Αυστραλία με κόστος τοπικής κλήσης στο **131 450**. Η υποστήριξη που παρέχεται μέσω της Carer Gateway είναι προσαρμοσμένη στις ατομικές ανάγκες και περιστάσεις ενός φροντιστή.



An Australian Government Initiative