

i

உங்கள் நண்பர்
அல்லது உறவினரின்
அனுபவங்களையும், "Early
Intervention" சேவை என்ன
வழங்க வேண்டும் என்பதையும்
பரிந்துகொள்ள உங்களுக்கு
உதவுகின்ற ஒரு துண்டுப்
பிரசுரம்



அசாதாரண மற்றும் மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

அசாதாரண மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்கள் என்பதில் சித்தப்பிரமை, அல்லது யாராவது உங்களைப் பின்தொடர்கிறார்கள் அல்லது பின்தொடர் முயற்சிக்கிறார்கள் என்ற பயம், பிற விசித்திரமான அல்லது வருத்தமளிக்கும் எண்ணங்களைக் கொண்டிருத்தல், அல்லது மற்றவர்கள் செய்யாத விஷயங்களைப் பார்த்தல், கேட்டல், உணர்தல், நுகர்தல் அல்லது சுவைத்தல் ஆகியவை உள்ளடங்கும்.

மக்கள் பல்வேறுபட்ட காரணங்களுக்காக அசாதாரண மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்களைக் கொண்டிருக்கலாம். இந்த அனுபவங்களை ஆன்மீக அனுபவங்களுடன் இணைக்க முடியும். நீண்ட நேரம் உங்களுக்குத் தூக்கம் வராதபோது, போதைமருந்து எடுத்துக்கொண்டிருக்கும்போது, வலிப்புநோய் பாதிப்பு இருக்கும்போது, அல்லது நிறைய மன அழுத்தம் அல்லது உணர்வதிர்ச்சிக் கோளாறால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும்போது இவை ஏற்படலாம்.

இந்த அனுபவங்கள் மிகப் பொதுவானவை. அவை ஒருவருடைய பதினம் வயதிலோ அல்லது 20-களின் ஆரம்பத்திலோ தொடங்கலாம், இருந்தாலும் சில பேருக்கு இது மிகத் தாமதமாக ஏற்படக்கூடும்.

இந்த அனுபவங்கள் அச்சுறுத்துவதாக இருக்கும்போதும் ஒருவருடைய வாழ்க்கையில் பெரிய பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்போதும், இவை சில நேரங்களில் என psychosis அழைக்கப்படுகின்றன, ஆனால் மற்றவர்கள் இந்த அனுபவங்களை சாதாரண மன உலைவின் ஒரு பகுதியாகப் பார்க்கிறார்கள். Psychosis என்பது அனுபவங்களை விவரிக்கின்ற ஒரு சாதாரண வார்த்தையாகும்.

உங்கள் நண்பரோ அல்லது உறவினரோ பயந்திருந்தால், இந்த நேரத்தில் அது அச்சம் ஏற்படுத்தக்கூடியதாக இருக்கலாம், ஆனால் அவர்கள் அதிலிருந்து மீண்டு வர முடியும், ஒரு வாழ்க்கை, நல்ல வேலை, உறவு மற்றும் குடும்பம் ஆகியவற்றைப் பெற முடியும்.

அசாதாரண மனவேதனை ஏற்படுத்தும் அனுபவங்களின் இரண்டு முக்கியக் கட்டங்கள் உள்ளன. இந்த நெருக்கடியான காலகட்டத்தில், உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு சித்தப்பிரமை ஏற்படலாம், மற்றும் தடுமாற்றமான எண்ணங்கள் கொண்டிருக்கலாம், ஆனால் அதன் பின்னர் அவர்கள் மீண்டு வரத் தொடங்குகிறார்கள். மீட்டிக் கட்டத்தில், உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு அதே போன்ற உணர்வுகள் அல்லது அனுபவங்கள் இருக்கலாம், ஆனால் அதனால் அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட மனக்குழப்பமும், அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட பாதிப்பும் குறைவானதாக இருக்கலாம்.

அடுத்து நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமானது! உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் இந்த அனுபவங்களைப் பெற்றிருப்பதாக நீங்கள் கருதினால், "early intervention" சேவைகளுடன் இணைந்து செயல்படத் தேர்ந்தெடுப்பது உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் இந்த அனுபவங்களிலிருந்து மீண்டு வருவதை நோக்கி எடுத்து வைக்கின்ற மிக முக்கியமான அடியாக இருக்கும்.

நெருக்கடியான தொடக்க மாதங்கள் மற்றும் ஆண்டுகளின் போது இந்த அனுபவங்களுக்கு உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் பெறுகின்ற ஆதரவு குறிப்பாக முக்கியமானது என சான்றுகள் தெரிவிக்கின்றன.

Early Intervention சேவைகள் என்பவை யாவை? அவை என்ன செய்கின்றன?

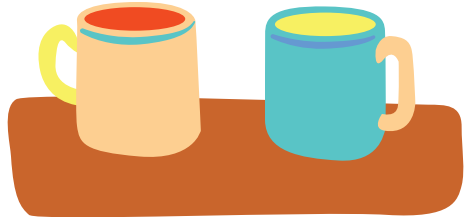
Early intervention (EI) சேவைகள் குறிப்பாக உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் அவருடைய அசாதாரணமான மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்களைச் சமாளித்து அதிலிருந்து மீண்டு வருவதற்கு, அதிக நேர்மறையானவராக உணர்வதற்கு, இயல்பான வாழ்க்கையைத் தொடர்வதற்கு, மற்றும் இது மீண்டும் நிகழ்வதற்கான வாய்ப்புகளைக் குறைப்பதற்கு ஆதரவளிப்பதற்கென்றே வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன.

EI சேவைகள் மன மற்றும் உடல் நலத்தின் அனைத்து அம்சங்களிலும் கவனம் செலுத்துகின்றன மற்றும் மருத்துவம், உளவியல், சமூகம் மற்றும் உடல்

சார்ந்தது என பல்வேறு வழிகளில் அவை செயல்படுகின்றன, வேலை, பள்ளி மற்றும் கல்லூரி, குடும்பம் மற்றும் நண்பர்கள், உறவுமுறை வீட்டுவசதி, பணம், மருந்துகள், மதுப்பழக்கம் மற்றும் உடல்நலம் ஆகியவற்றில் உதவுகின்றன. இது உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் ஆன்மீக, மத, கலாச்சார அல்லது குடும்ப பின்னணிக்கும் பொருந்துகின்ற பயனுள்ள சிகிச்சைகளும், பரந்த அளவிலான முழுமையான ஆதரவும் வழங்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

EI பல்வேறு வகையான வழிகளில் செயல்படுவதால், சேவையில் பல்வேறு வகையான மக்கள் பணிபுரிகிறார்கள். அவர்கள் வழக்கமாக இத்தகைய அனுபவங்களைக் கொண்ட மக்களுடன் இணைந்து பணிபுரிகிறார்கள். நலம்பேணல் ஒருங்கிணைப்பாளர்கள், மனநல மருத்துவர்கள், உளவியலறிஞர்கள், மருந்துத் தயாரிப்பாளர்கள், செவிலியர்கள், தொழில்முறைச் சிகிச்சையாளர்கள், சமூகப் பணியாளர்கள் மற்றும் ஆதரவு நேர மற்றும் மீட்பு ஊழியர்கள் ஆகியோர் இதில் உள்ளடங்குவர். இந்தக் குறிப்பிட்ட நபர்களைப் பற்றியும், அவர்கள் என்ன சேவை வழங்க முடியும் என்பதைப் பற்றியும் கூடுதல் தகவல்களை எங்கள் இணையதளத்தில் நீங்கள் அறியலாம்: likemind.nhs.uk.

சில வாரங்களில் விஷயங்கள் இயல்பான நிலைக்குத் திரும்பினாலும் கூட EI சேவைகள் மூன்று ஆண்டுகள் வரை ஆதரவு வழங்குகின்றன. ஏனெனில், நீண்ட காலத்திற்கு இத்தகைய அசாதாரண மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்களால் போராடக்கூடிய ஒரு சில நபர்கள் இருக்கிறார்கள். உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு மீண்டு வருவதற்கான சிறப்பான வாய்ப்பு அளிப்பதற்கு சரியான ஆதரவைப் பெறுவது உண்மையில் முக்கியமானதாகும்.



Early Intervention சேவைகள் நண்பர்களுடனும் குடும்பத்துடனும் எவ்வாறு இணைந்து வேலை செய்கிறது?

EI சாதாரணமாக குடும்பத்துடனும் நண்பர்களுடனும் இணைந்து செயல்படுகின்றன, எனவே அவர்கள் உங்களுக்கும் கூட ஆதரவளிக்க முடியும். ஏனெனில், மனவேதனையுடன் இருக்கும் நேரங்களில் ஒரு குடும்ப உறுப்பினருக்கு அல்லது நண்பருக்கு ஆதரவளிப்பது கடினமானது என்பதை அவர்கள் புரிந்துகொள்கிறார்கள், மற்றும் உங்களுக்கும் கூட தடுமாற்றம் இருக்கலாம். மக்களுக்கு அவர்களைச் சுற்றி ஆதரவான குடும்பமும் நண்பர்களும் இருந்தால் அவர்கள் மிக விரைவில் மன வேதனையிலிருந்து மீண்டு வருவதற்கு அதிக வாய்ப்புள்ளது என்பதும் ஒரு காரணம்.

நீங்கள் பின்வருவனவற்றிற்கு ஒரு EI சேவையை எதிர்பார்க்கலாம்:

- மன நலன், EI சேவையின் பணி, சேவையில் பணிபுரியும் நபர்கள் மற்றும் வழங்கப்படும் சிகிச்சைகள் ஆகியவற்றைப் பற்றி பொதுவாக உங்களிடம் பேசுகிறது.
- உங்கள் பிரச்சனைகளை செவிமடுத்துக் கேட்கிறது மற்றும் நீங்கள் செய்ய முடிகின்ற உதவிகரமான விஷயங்களைப் பற்றி பொதுவாக உங்களிடம் பேசுகிறது.
- ஒரு உறவினர் அல்லது நண்பராக உங்கள் பணியில் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கிறது. உங்களுடன் தொலைபேசியில் பேசுதல், உங்களைச் சந்தித்தல், பராமரிப்பாளர்கள் குழுவிற்கு உங்களை அழைத்தல் அல்லது உங்கள் தேவைகளுக்கு உங்களுக்கு ஆதரவளிக்க உங்களுக்கு பராமரிப்பாளர்கள் மதிப்பீட்டை வழங்குதல் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியதாக இது இருக்கும்.

உங்களுடன் தகவல் பகிரப்படுவதற்கு உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் மகிழ்ச்சியடைந்தால், EI சேவை பின்வருவனவற்றையும் செய்ய முடியும்:

- உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் அனுபவிக்கின்ற குறிப்பிட்ட பிரச்சனைகள் பற்றியும், உதவுவதற்கு அவர்கள் அளிக்கும் குறிப்பிட்ட ஆதரவு மற்றும் சிகிச்சைகள் பற்றியும் உங்களுடன் பேச முடியும்

- பராமரிப்புத் திட்டம் மற்றும் மீளாய்வுக் கூட்டங்களுக்கு உங்களை அழைக்க முடியும்

- இது கிடைக்கும் இடங்களில் குடும்பத் தலையீட்டை அளிக்க முடியும் மற்றும் இது உதவிகரமானதாக இருக்கலாம்.

கலாச்சாரம், பாலினம், மதம், இன மனப்பான்மை, பாலுணர்வு ஆகியவற்றைப் பொறுத்து ஒவ்வொருவரும் மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடுகிறார்கள். மனநலச் சேவைகளைப் பயன்படுத்துகின்ற பெரும்பாலான நபர்கள் தங்கள் மனநலப் பிரச்சனைகளை நிர்வகிப்பதில் மதம் அல்லது ஆன்மீகம் உதவிகரமாக இருப்பதாக சொல்லியிருக்கிறார்கள் - ஆனால் சில நேரங்களில் இதைப் பற்றி சுகாதார நலம்பேணல் வல்லுநர்களிடம் பேசுவதை அவர்கள் சிரம்மானதாகக் கருதுகிறார்கள்.

உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் அனுபவங்கள் எங்கிருந்து வந்தன என்பதைப் பற்றியும், அவற்றைக் கையாளுவதற்கான சிறந்த வழிகள் பற்றியும் வெவ்வேறு நபர்கள் வெவ்வேறு கருத்துக்களைக் கொண்டிருப்பதை நீங்கள் காணலாம். உதாரணமாக, நீங்கள், உங்கள் உறவினர் அல்லது மதத் தலைவர் அவர்கள் அனுபவங்களை ஆன்மீக ரீதியில் பார்க்கலாம், மற்றும் பிரார்த்தனை, அல்லது குடும்ப ஆதரவு அவற்றைச் சமாளிப்பதற்கான சிறந்த வழியாக இருப்பதாக நீங்கள் கருதலாம், அதே நேரம் ஒரு உளவியலாளர் மருந்துகளைப் பரிந்துரைக்கலாம்.

சில நேரங்களில் கொடுக்கப்படும் அறிவுரைகள் உங்கள் சொந்த மதிப்புகளுடன் முரண்படுவதையும் நீங்கள் காணலாம். உதாரணமாக, உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் மீது ஒரு கண் வைத்திருப்பதற்கும், அவர்கள் பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதிசெய்வதற்கும் எல்லா நேரங்களிலும் அவருடன் இருப்பது சிறந்தது என நீங்கள் சில நேரங்களில் கருதக்கூடும், ஆயினும் உங்கள் உறவினர் அதிக சுதந்திரமானவராக இருக்கலாம் என NHS அணி தெரிவிக்கலாம்.

உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட தகவல்கள் பற்றி உங்களுக்குக் குழப்பம் இருந்தாலோ, அல்லது உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு கலாச்சார அல்லது மத சம்பந்தமான பிரச்சனைகள் இருந்தாலோ உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் நலம்பேணல் ஒருங்கிணைப்பாளரிடம் பேசவும். உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் நலம்பேணல் ஒருங்கிணைப்பாளருக்கு உங்களுடைய, அல்லது உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருடைய, கலாச்சார அல்லது ஆன்மீக பின்னணி பற்றிய தகவல்கள் முழுமையாகத் தெரியாமல் இருக்கலாம், ஆனால் அவர்கள் உங்கள் கண்ணோட்டங்களை, அல்லது உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருடைய கண்ணோட்டங்களை கவனிக்க, புரிந்துகொள்ள மற்றும் மதிப்பளிக்க முடிவெடுப்பார்கள். மிகவும் உதவக்கூடிய சிகிச்சைகளைக் கண்டறிய அவர்கள் உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு உதவுவார்கள் மற்றும் குறிப்பிட்ட சூழ்நிலைக்கேற்ப அவர்கள் தங்கள் அணுகுமுறையை மாற்றியமைத்துக் கொள்ள முடியும். உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு ஆதரவளிப்பதில் ஆன்மீக நம்பிக்கைகளின் அல்லது மத / ஆன்மீக வட்டாரங்களைச் சேர்ந்த நபர்களின் அம்சங்களை அவர்கள் எப்படிச் சேர்க்க முடியும் என நீங்கள் அவர்களிடம் கேட்க முடியும்.

NHS அணி மொழித் தடைகளுக்கு உதவுவதற்கும் முயற்சிக்கும், மற்றும் மொழிபெயர்ப்பாளரை ஈடுபடுத்துவது உதவிகரமாக இருக்கும் என நீங்கள் கருதினால் அதற்கும் ஏற்பாடு செய்யலாம். El சேவைகள் ஒவ்வொருவருடைய தனியுரிமைக்கும் மதிப்பளிக்கும் மற்றும் உங்களால் மற்றும் உங்கள் உறவினரின் நண்பரால் தகவல்கள் கேட்கப்படும்போது அவை இரகசியமாக வைக்கப்படும். El சேவை உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு ஆதரவளிப்பதில் கவனம் செலுத்தும். சில நேரங்களில், தனிநபரோ அல்லது அவர்களுடைய குடும்பத்தினரோ பகிர்ந்துகொள்ள விரும்பாத விஷயங்களை இரகசியமாக வைத்துக்கொள்ளுமாறு அவர்களிடம் கேட்கப்படும், அல்லது குடும்பத்துடனும் நண்பர்களுடனும் பேச வேண்டாம் என எப்போதாவது அவர்கள் கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள், ஆனால் அந்த நபருக்கு ஆதரவளிப்பதில் நண்பர்களையும் உறவினர்களையும் ஈடுபடுத்துவதா என்று கேட்பதை விட, எவ்வாறு ஈடுபடுத்துவது என El சேவைகள் சாதாரணமாக கேட்கும்.

Early Intervention சேவைகள் செயல்படுகின்றனவா?

நிலையான சமூக சுகாதாரச் சேவைகளை விட EI சேவைகள் அசாதாரண மற்றும் மனவேதனையளிக்கும் அனுபவங்களை சிறப்பாக குறைக்கும் திறன் பெற்றிருப்பதாகவும், இந்த அனுபவங்கள் மீண்டும் ஏற்படாமல் தடுப்பதில் சிறந்து விளங்குவதாகவும் ஆராய்ச்சிகள் காண்பித்துள்ளன.

EI சேவைகளைப் பயன்படுத்தும் மக்கள் அதிக ஈடுபாடும் திருப்தியும் காண்பிக்க முயற்சிக்கிறார்கள் மற்றும் மிகவும் பழமையான சமுதாயச் சேவைகளைப் பயன்படுத்துபவர்களை விட சிறப்பான வாழ்க்கைத் தரத்தைக் கொண்டிருக்க விரும்புகிறார்கள்.

EI சேவைகள் சிறந்த முடிவுகளுக்கு வழிவகுக்கின்றன, ஏனெனில் அவை அனுபவங்களைப் பற்றிப் பேசுதல் மற்றும் புரிந்துகொள்ளுதல் (உம்., அறிவாற்றல் நடத்தை சிகிச்சை மற்றும் குடும்ப சிகிச்சை), தொழில்சார் ஆதரவு (உம்., வேலை பெறுவதிலும் அதைத் தக்கவைப்பதிலும் ஆதரவு), மற்றும் தொடர்புடைய உடல்நலப் பிரச்சனைகள் மற்றும் பொது நலவாழ்விற்கான ஆதரவு (உம்., உணவு, உடற்பயிற்சி, சுக தோழர்களிடமிருந்து ஆதரவு, வெளிப்புற பசுமை இடங்களுக்கான அணுகல்) ஆகியவற்றை உள்ளடக்கிய மருந்து மற்றும் உளவியல் சிகிச்சைகளை உள்ளடக்கிய பரந்த அளவிலான ஆதரவை வழங்குகின்றன. நிச்சயமாக, "psychosis"-க்கான முக்கியமான சிகிச்சைகளில் ஒன்று மருந்து சிகிச்சை ஆகும், ஆனால் பொதுவாக உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் முற்றிலும் மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியதில்லை, மற்றும் உதவக்கூடிய பிற சிகிச்சைகளும் உள்ளன - EI சேவைகள் மக்களை மருத்துவமனையில் வைத்திருக்க விரும்பவில்லை. உண்மையில், மருத்துவமனைச் சிகிச்சை தேவைப்படுகின்ற மக்களின் எண்ணிக்கையைக் குறைக்கும் விதமாக அவை அமைக்கப்பட்டிருந்தன. எங்களது 'சிகிச்சைத் தெரிவுகள்' சிற்றேடு மற்றும் இணையதளம் likemind.nhs.uk உதவிகரமாக உள்ள அனைத்து வகையான விஷயங்களைப் பற்றியும் கூடுதல் தகவல்களை உங்களுக்குத் தெரிவிக்கிறது.

அவர்களுடைய கலாச்சார, மத அல்லது ஆன்மீக நம்பிக்கைகள் மற்றும் நடைமுறைகளுக்குப் பொருத்தமான சிகிச்சைகள் மற்றும் ஆதரவைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கும் ஏற்றுக்கொள்ளவும் உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் நலம்பேணல் ஒருங்கிணைப்பாளர் அவர்களுக்கு உதவ முடியும்.



எனது நண்பர் அல்லது உறவினர் மீண்டு வர நான் வேறு என்ன செய்ய முடியும்?

மக்கள் மனநலப் பிரச்சனைகளால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும்போது, குடும்பத்திடமும் நண்பர்களிடமும் இருந்து உண்மையிலேயே சிறந்த சமூக ஆதரவைப் பெற்றிருப்பது ஒரு பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இந்த சமூக ஆதரவைப் பெற்றிருப்பது மக்கள் மிக விரைவாகவும் முழுமையாகவும் மீண்டு வர உதவுகிறது. அவர்களுடைய நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு எது உதவியாக இருக்கும் என்பதைப் பற்றி நண்பர்கள், குடும்பம் மற்றும் சுகாதாரச் சேவைகள் பொதுவான ஒப்பந்தத்தைக் கொண்டிருப்பதும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் தன்னை சிறப்பானவராக உணர உதவக்கூடிய விஷயங்களுக்கான சில ஆலோசனைகள் இவற்றை உள்ளடக்குகின்றன:

- உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் உங்களிடம் என்ன சொல்ல முயற்சிக்கிறார் என்பதையும், அவர்கள் செய்யும் வழியை அவர்கள் ஏன் நினைக்கிறார்கள் என்பதையும் செவிமடுத்துக் கேட்டல் மற்றும் புரிந்துகொள்ள முயற்சித்தல்
- உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் தனது வாழ்க்கையில் முன்னதாக அனுபவித்த விஷயங்களை மீண்டும் பெறுவதற்கு, அல்லது புதிய பொழுதுபோக்குகள், சமூகச் செயல்பாடுகள், கல்லூரிப் படிப்புகள் அல்லது வேலைவாய்ப்புகளைப் பெறுவதற்கு ஊக்குவித்தல்
- உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினரின் சுதந்திரத்தை மேம்படுத்துதல்
- வாழ்க்கையில் உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் செய்ய விரும்பும் விஷயங்களைப் பற்றி நேர்மறையாகச் சிந்தித்தல் மற்றும் நன்னம்பிக்கையுள்ளவராக இருத்தல்
- அமைதியாக இருத்தல் மற்றும் உங்களுக்காக நேரம் ஒதுக்குதல்

• அவர்களுடனான உங்கள் உறவில் கருத்து வேறுபாடுகளும் அழுத்தமும் ஏற்படுவதைத் தவிர்க்க முயற்சித்தல்

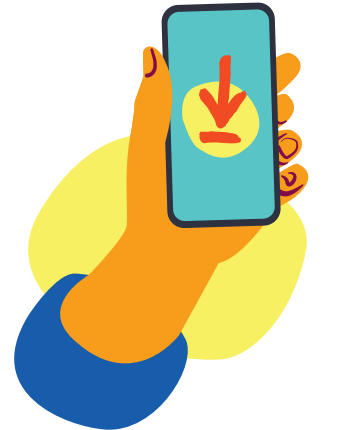
• யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புகளைப் பெற்றிருத்தல் மற்றும் உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினர் அவருடைய சுய வேகத்தில் மீண்டு வர அனுமதித்தல்

• வழங்கப்படுகின்ற சிகிச்சைகளைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கும் பயன்படுத்துவதற்கும் உங்கள் நண்பர் அல்லது உறவினருக்கு ஆதரவளித்தல்

கூடுதல் தகவல்களை நான் எங்கு அறிந்துகொள்ள முடியும்?

இந்த துண்டுப் பிரசுரத்தில் உள்ள உள்ளடக்கம் “Early intervention in psychosis” மற்றும் “நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பம்” ஆகியவற்றின் சிற்றேடுகளின் அடிப்படையில் அமைந்ததாகும். இது EI சேவைகளைப் பயன்படுத்துகின்ற இளைஞர்களிடமிருந்து (14-35 வயதுடையவர்கள்) பெறப்பட்ட பின்னூட்டங்களின் அடிப்படையில் உருவாக்கப்பட்டது.

இந்தச் சிற்றேடுகள் மற்றும் இதர சிற்றேடுகளின் நகல்கள், உதவி பெறுவதற்கான இடங்கள் பற்றிய தகவல்கள், மற்றும் இதே போன்ற அனுபவங்களைப் பெற்றிருந்த பிற நபர்களிடமிருந்து பின்னூட்டம் மற்றும் ஆலோசனை ஆகியவை உள்ளிட்ட கூடுதல் தகவல்கள் பெறுவதற்கு, எங்கள் இணையதளம் likemind.nhs.uk -ஐப் பார்வையிடவும். மொழிபெயர்ப்புகள் துல்லியமாக இல்லாவிட்டாலும் கூட, இடதுபக்கத்தில் உள்ள “மொழி” பிரிவில் உங்கள் மொழியை கிளிக் செய்வதன் மூலம் இணையதளத்தின் உள்ளடக்கங்கள் உங்கள் மொழியில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டிருப்பதை நீங்கள் காண முடியும்.



இந்த துண்டுப் பிரசுரம் பற்றிய பின்னூட்டம்

தயவுசெய்து இங்கே கிழிக்கவும்

பின்வரும் கேள்விகளைப் பூர்த்தி செய்வதன் மூலம் இந்தத் தகவலை உங்கள் சொந்த மொழியில் பெறுவது உங்களுக்குப் பயனுள்ளதாக இருக்கிறதா என்பதை தயவுசெய்து எங்களுக்குத் தெரியப்படுத்தவும். உங்கள் பின்னூட்டம் அநாமதேயமானதாக இருக்கும் மற்றும் அது உங்களுக்காக புதிய மற்றும் சிறந்த வளங்களை உருவாக்குவதற்கும், early intervention சேவைகளை மேம்படுத்துவதற்கும் நமக்கு உதவியாக இருக்கும்.

1. நான் (தயவுசெய்து 1 தெரிவை வட்டமிடவும்)

a) early intervention சேவைகளைப் பயன்படுத்துகின்ற ஒரு நபர்

b) early intervention சேவைகளைப் பயன்படுத்துகின்ற ஒருவரின் நண்பர் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்

2. வயது ஆண்டுகளில்: _____ ஆண்டுகள்

3. பாலினம்: ஆண் / பெண் / சொல்ல விரும்பவில்லை / மற்றவை (தயவுசெய்து குறிப்பிடவும்) _____

4. கீழே 1 (சிறிது கூட உதவியாக இல்லை) முதல் 5 (மிகவும் உதவியாக உள்ளது) வரையிலான அளவுகோலில் ஓர் எண்ணை வட்டமிடுவதன் மூலம், இந்த துண்டுப் பிரசுரத்தை உங்கள் மொழியில் பெறுவது எந்த அளவிற்கு உதவியாக இருக்கிறது என்பதைக் குறிப்பிடவும்:

1	2	3	4	5
சிறிது கூட உதவியாக இல்லை	ஓரளவு உதவியாக இல்லை	உதவியாகவும் இல்லை உதவி இல்லாமலும் இல்லை	ஓரளவு உதவியாக உள்ளது	மிகவும் உதவியாக உள்ளது

5. தயவுசெய்து ஏதேனும் கூடுதல் கருத்துக்கள் இருந்தால் இங்கே எழுதவும், உதாரணமாக, எந்தத் தகவல் உங்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக இருந்தது மற்றும் நீங்கள் எதைப் பற்றி அதிகம் தெரிந்துகொள்ள விரும்புகிறீர்கள் போன்றவை:

இந்தக் கேள்விகளை முடித்ததற்கு நன்றி. தயவுசெய்து துண்டுப் பிரசுரத்தின் இந்தப் பகுதியைக் கிழித்து இதை EI ஊழியரிடம் கொடுக்கவும். சுய முகவரி எழுதப்பட்டு அஞ்சல் வில்லை ஒட்டப்பட்ட உறையில் வைத்து இதை எங்களுக்கு தபால் மூலமும் நீங்கள் திருப்பி அனுப்பலாம்.