SUGERENCIAS: Para manejar los desafíos en la planificación

paso 6 – SUGERENCIAS: Para manejar los desafíos en la planificación

Vea este video: ¿Qué obstáculos o desafíos afrontó usted con el NDIS?

Encontrará una transcripción del video aquí: Transcripción-Obstáculos

El NDIS todavía está acumulando conocimientos acerca de los problemas de salud mental y la discapacidad psicosocial; por lo tanto es posible que usted afronte desafíos en la planificación del NDIS. El NDIA colaborará con usted para seguir perfeccionando el NDIS sobre la base de sus comentarios y los de otras personas.

Los siguientes son algunos de los posibles desafíos que afrontarán con el NDIS las personas con una dolencia de salud mental y algunas sugerencias para manejarlos.

¿Cuánto tiempo debería llevar conseguir mi plan una vez aprobada mi solicitud del NDIS?

Cada plan es diferente y por lo tanto no existe un marco temporal específico. Si su plan es más detallado y contiene arreglos de apoyo complejos, puede llevar más tiempo. Será necesario que usted acepte los sistemas de apoyo de su plan antes de que éste se pueda poner en marcha. Esto se debe a que es importante estar preparado para el NDIS. Si tiene sistemas de apoyo actualmente, estos deberían continuar hasta su transición al NDIS.

Me siento confuso, ansioso y estresado acerca del proceso de planificación

La planificación del NDIS puede ser estresante. También puede recordarle experiencias pasadas que fueron angustiantes. Es importante que cuide de su salud y bienestar durante los procesos del NDIS. Vea sugerencias en el “Centro de atención personal”:

Self Care Hub

Para evitar un plan que no se adapte a sus necesidades y tener que pasar por un trámite de revisión, es importante prepararse lo mejor posible antes de la primera reunión de planificación del NDIS.

Algunas cosas para recordar:

(¡Podrá usar el cuaderno y la app de reimagine.today como ayuda!)

- Esté preparado. Reúna mucha información sobre sus necesidades y los sistemas de apoyo que desea, de modo que pueda conversarlos en su reunión de planificación

- Piense en sus aspiraciones y metas y en los sistemas de apoyo que necesitará para ayudarle en el proceso de planificación
- Elija una persona que pueda apoyarle o abogar por usted y ayudarle con la reunión de planificación
- No se quede callado, haga preguntas y exprese sus opiniones y preocupaciones
- Si usted no está de acuerdo con una decisión de planificación del NDIS puede pedir una revisión.

¿Cómo puedo compartir mi plan del NDIS con las personas que me prestan apoyo?

La única manera de compartir su plan del NDIS con otras personas es que usted lo haga. Podría darles copias de su plan a las personas importantes de su vida, por ejemplo:

- Su familia y sus amigos, las personas que le brindan apoyo cotidiano (sus cuidadores) o aquellas que le prestan apoyo cuando no puede manejarse por sí solo
- Su médico clínico y otros profesionales de atención de la salud o de la salud mental
- Organizaciones o personas que usted paga para que le brinden servicios del NDIS.

Compartir su plan significa que es más probable que usted reciba apoyo coordinado de tratamiento de salud y apoyo social. Pero usted elige y tiene el control en sus manos; no es necesario que comparta su plan con otras personas.

¿Cómo puedo conseguir ayuda rápidamente cuando la necesito?

Algunos de sus servicios financiados por el NDIS pueden ser combinados y utilizados de forma flexible. Esto significa que si su situación cambiara o si usted se enfermara podrá tener acceso a más apoyo sin pedir al NDIA una revisión del plan. Usted deberá asegurarse de los proveedores de sus servicios sepan que usted tiene servicios combinados, y darles preaviso si desea cambiar sus sistemas de apoyo (el tiempo de preaviso que tiene que dar está indicado en su Acuerdo de servicio).

Este arreglo puede estar incluido en su plan. Si usted autogestiona sus fondos, tiene más opciones y control sobre la forma y el momento en que recibe los servicios.

¿Prestará el NDIS apoyo a mi familia y a los amigos que me ayudan?

Usted puede usar sus fondos del NDIS para comprar los servicios que le brindan su cuidador, su familia y sus amigos. Como ejemplos de lo que podrían pagar sus fondos podemos citar los siguientes:

- Clases para su pareja, sus hijos o padres para enseñarles sobre las dolencias de salud mental y la discapacidad psicosocial. Esto podrá darles una oportunidad de conocer a otras familias, amigos y cuidadores y recibir apoyo valioso de sus semejantes
- Información sobre el NDIS y su plan
- Descanso de cuidadores – esto significa que usted puede pasar tiempo fuera de casa en alojamiento de corta duración, y con apoyo.

El cambio es abrumador y me pregunto si vale la pena

El NDIS es la mayor reforma social desde la introducción de Medicare hace más de 30 años. Llevará tiempo que todo funcione bien para las personas con problemas de salud mental. Las personas con problemas de salud mental que tienen acceso al NDIS se beneficiarán con los mayores niveles de apoyo. El aumento del

apoyo tiene por objeto aumentar la salud y el bienestar. ¡Es por esto que vale la pena!

Es posible que las personas que reciben servicios de apoyo a la discapacidad financiados por los estados o territorios no hayan notado su transición inicial al NDIS. Para otras, incluso los clientes del programa federal de salud mental y otras personas con problemas de salud mental, el trámite de solicitud puede resultar un desafío.

Si le parece que no vale la pena participar en el NDIS, hable con una persona de confianza. Puede que no sea lo que usted quiere ahora, o puede que haya apoyo extra disponible para ayudarle a explorar el NDIS y otros servicios. Le aconsejamos que mantenga el optimismo con respecto al NDIS y otras reformas de salud mental, ya que así podrá recibir apoyo para su recuperación.

Me resulta difícil hablar con gente nueva y tener diferencias de opinión con la gente

Puede resultar difícil interactuar con personas que parecen tener más capacidades o poder que uno mismo. Esto es especialmente válido si otras personas le han tratado mal en el pasado. Como ejemplos de tratarle mal podemos citar el matonismo, hostigamiento, maltrato y abandono. NO es aceptable que estas cosas le sucedan a usted. Si le han tratado mal es posible que tema hablar con la gente o que le asusten las diferencias de opinión.

Tenga presente que:

- Cuando solicite el NDIS habrá apoyo disponible
- Si usted reúne las condiciones para recibir apoyo del NDIS, podría conseguir apoyo para aumentar su confianza, conocer gente nueva o resolver las diferencias de opinión (esto se suele denominar resolución de conflictos)
- Si usted no reúne las condiciones para el NDIS, es importante que mantenga la esperanza y el optimismo con respecto a su recuperación y que busque la ayuda que necesita y desea para apoyarle en esta trayectoria.

no results