Priredila Ana Jagrič po Pavla Rapoša Tajnšek, Lea Šugman Bohinc

**UPORABA EKO-ZEMLJEVIDA PRI RAZISKOVANJU ŽIVLJENJSKEGA SVETA UPORABNIKA**

Zemljevid življenjskega sveta (eko-zemljevid) uporabljamo kot pripomoček pri raziskovanju virov in sredstev v življenjskem svetu uporabnika. S pomočjo zemljevida uporabnik in socialni delavec (ali praktikant) prepoznavata in ocenjujeta sredstva in vire, ki bodo uporabniku pomagali doseči zastavljeni cilj.

Zemljevid življenjskega sveta uporabimo na tisti točki delovnega projekta, ko sta uporabnik in socialni delavec oz. delavka sprejela jasen dogovor o cilju njunega skupnega dela (delovnega odnosa) in ko se lotita raziskovanja in ocenjevanja potencialov in virov v življenjskem okolju, ki bodo uporabniku v pomoč na poti k zaželenemu cilju.

**Postopek in metoda dela pri izdelavi zemljevida življenjskega sveta uporabnika**

1. **Dogovor o skupnem delu in mandatih**: Ko socialni delavec (ali praktikant) oceni, da bi bila izdelava eko-zemljevida v pomoč uporabniku pri raziskovanju virov in sredstev v njegovem življenjskem svetu, ga povabi k sodelovanju in mu pojasni, kakšen je namen izdelave zemljevida življenjskega sveta.

2. **Način dela in pripomočki:** Kdo bo risal zemljevid, je stvar dogovora; lahko ga riše uporabnik sam, lahko socialni delavec, lahko oba skupaj, tako da na primer socialni delavec začne, nato risanje nadaljuje uporabnik, ki pa lahko kadarkoli nadaljevanje spet prepusti socialnemu delavcu – in obratno.

Za izdelavo zemljevida pripravimo večji list papirja in pisala v (najmanj) treh različnih barvah; pri sebi imejmo tudi opomnik za raziskovanje življenjskega sveta, ki pa ga uporabimo šele kasneje.

Začnemo tako, da v sredino predvidenega zemljevida napišemo uporabnikov cilj, ki bo podlaga za raziskovanje virov in sredstev v sogovornikovem življenjskem svetu.

Prepustimo uporabniku, da sam odkriva in prepoznava razpoložljive vire; šele ko izčrpa svoje ideje o razpoložljivih virih, mu po potrebi pomagamo z vprašanji, vezanimi na opomnik.

 3. **Ocena uresničljivosti ciljev in moči uporabnika**: Ko je zemljevid izdelan, udeleženca skupaj pogledata in ocenita prikazano situacijo. Z novo barvo označita pomembna sredstva in vire v življenjskem svetu uporabnika, nato pa uporabita še drugo kontrastno barvo, s katero označita ali na novo vrišeta neizkoriščene ali doslej neodkrite vire in alternativne možnosti.

 4. **Načrt akcije oz. ukrepov**: Naloge in korake, potrebne za uresničitev cilja, napišemo kar na izdelani zemljevid, če je na njem še dovolj prostora, sicer pa ga napišemo posebej in ga priložimo k zemljevidu.

 Načrt akcije mora za vsako posamezno nalogo določiti:

* kaj je treba narediti
* kdo bo to naredil
* kako bo opravil to nalogo
* kakšna sredstva ali spretnosti bo pri tem uporabil
* kdo mu bo (če bo treba) pri tem pomagal
* do kdaj bo naloga opravljena
* kdo, kdaj, kje in kako bo preverjal uresničevanje dogovorjenih aktivnosti

5. **Kopijo dogovorjenega načrta** za uresničevanje zastavljenih ciljev hranita oba, uporabnik in socialni delavec, ki je odgovoren za spremljanje in preverjanje izvajanja načrtovanih nalog. Izdelani zemljevid praviloma dobi in hrani uporabnik, razen če uporabnik želi, da zemljevid hrani socialni delavec. Socialni delavec lahko z dovoljenjem uporabnika naredi in hrani fotokopijo zemljevida in pri tem upošteva pravila varovanja osebnih podatkov. Če uporabnik socialnemu delavcu ne dovoli hraniti fotokopije ali originalnega zemljevida, si socialni delavec za lastno evidenco in za načrtovanje nadaljnjih korakov po spominu zapiše povzetek bistvenih ugotovitev zemljevida.

Po določenem času zemljevid življenjskega sveta po potrebi skupaj pregledamo, označimo in ocenimo dosežene spremembe ter dopolnimo načrt ukrepov.

**Sheme za risanje zemljevida življenjskega sveta**

Življenjski prostor uporabnika lahko obravnavamo kot celoto, če želimo imeti boljši pregled nad posameznimi segmenti, pa lahko zemljevid rišemo po delih oziroma segmentih, ki vključujejo pomembna življenjska področja. Pri tem lahko posameznemu življenjskemu sektorju po potrebi posvetimo večjo pozornost kot drugim, vendar ne smemo izgubiti pregleda nad celotno življenjsko sfero. Možni sektorji življenjskega sveta, ki jih razčlenjujemo v našem opomniku, so:

* Osnovni materialni viri
* Socialne vloge, statusi in spretnosti
* Socialne mreže (lahko ločite formalne in neformalne mreže)
* Dostopnost do pravic, sredstev in storitev
* Življenjski dogodki in vzorci ravnanja, vizija

Ne glede na to, ali začnemo hkrati risati celotni zemljevid ali le posamezne sektorje zemljevida (ki jih nato sestavimo v celoto), v sredino zamišljenega zemljevida najprej vpišemo cilj uporabnika, okrog katerega nato razporedimo vire in sredstva, ki jih odkrivamo.

Zemljevid v obliki miselnega vzorca:

Zemljevid življenjskega sveta lahko rišemo kot neke vrste miselni vzorec, tako kot obema udeležencema najbolj ustreza.

Zemljevid, razdeljen na (vrisane ali zamišljene) koncentrične kroge:

Zemljevid življenjskega sveta lahko prikažemo s pomočjo koncentričnih krogov, ki označujejo večjo ali manjšo bližino med uporabnikom in drugimi osebami ali viri v njegovem okolju ter njihov pomen za uporabnika. Osebe in sredstva razporedimo po koncentričnih krogih glede na pomen, ali intenziteto odnosa, ali dostopnost vira. Notranji, najožji krog vključuje najbolj pomembne osebe in vire, zunanji pa najmanj pomembne.

Koncentrične kroge lahko razdelimo tudi na več delov (sektorjev), v katere vpisujemo posamezne osebe, vire, sredstva in odnose med njimi glede na specifično področje življenjskega sveta.

Za končno oceno moči in oceno uresničljivosti zastavljenih ciljev uporabimo novo barvo, s katero označimo najpomembnejše vire moči, na katere se bomo opirali pri dogovarjanju o posameznih korakih oz. nalogah, ki vodijo k cilju. Z drugo različno barvo pa označimo še neodkrite ali neizkoriščene alternativne vire in sredstva, ki jih bo treba aktivirati.

**Legenda za začetno označevanje odnosov oz. razpoložljivosti virov v življenjskem svetu:**

Odnose med uporabnikom in osebami, sredstvi, viri, storitvami, službami, skupinami v njegovem življenjskem okolju oziroma razpoložljivost in dostop do virov in sredstev lahko označujemo z naslednjimi simboli, ki jim po potrebi s puščico dodamo še oznako smeri, kamor cilja uporabnikova opredelitev odnosa do vira (enosmerne puščice oz. naravnanosti, če je interes za odnos z virom izkazan zgolj s strani uporabnika, in dvosmerne, če je interes obojestranski, je torej zanj zainteresiran tudi vir):

–– –– –– –– –– –– manj pomemben odnos, sredstvo ali vir pomoči za uporabnika

––––––––––––––– pomemben odnos oz. pomemben, dostopen in koristen vir

 stresen, obremenilen, konflikten odnos ali dostop do službe,

 storitve, sredstva, vira pomoči

Zemljevid življenjskega sveta uporabnika lahko izdelamo na več različnih načinov. Pri samem delu uporabimo tisti način, ki nam je najbližji oz. se nam v danem trenutku zdi najbolj smiseln. Socialni delavec (ali praktikant) in uporabnik sta pri risanju eko-zemljevida lahko zelo kreativna. Pomembno je, da zemljevid izdelata na sebi pregleden in razumljiv način.

**Opomnik o raziskovanju virov v življenjskem svetu uporabnika**

*Pomni:*Opomnika ne uporabljamo na način anketnih vprašanj oziroma vnaprej pripravljenih vprašanj za intervju! Uporabnico povabimo in spodbudimo, da sama navede in razišče vire in sredstva v svojem življenjskem okolju. Z opomnikom si pomagamo šele proti koncu, ko se sprašujemo, ali smo morda še kaj spregledali, kaj še lahko upoštevamo ipd.

Osnovni materialni viri: kje, od česa in kako uporabnik živi, kaj dela:

* stanovanjske razmere
* dohodek – denar, s katerim razpolaga, in viri tega dohodka: zaposlitev, neformalno delo, pokojnina, štipendija, invalidnina, denarna socialna pomoč, dodatek za pomoč in postrežbo…
* prehrana (kdaj, kje, kaj je) in obleka
* delo in zaposlitev; možnosti dela izven doma ali dela doma
* prostorska mobilnost (možnosti obvladovanja prostora, transporta)
* različni predmeti in pripomočki, ki jih rabi za življenje, tudi pripomočki za transport, študij, delo, prosti čas…

Socialne vloge, statusi in spretnosti:

* izobrazba
* interesi (kakšne hobije ima, kaj ga/jo zanima, na kaj je ponosen/a, kaj mu/ji je v zadovoljstvo)
* znanja, veščine in spretnosti, ki jih ima oz. si jih želi pridobiti
* osebne in socialne spretnosti:
* ravnanje s časom, s stresom, sposobnost prositi za pomoč, samokontrola;
* povezovanje z drugimi, natančno in občutljivo sporazumevanje
* sposobnost za zabavo in humor
* občutek lastne vrednosti (samopodoba, samospoštovanje, samoocenjevanje)
* značilni dosedanji vzorci ravnanja s problemom in rešitvijo

Pomoč in podpora v okviru socialnih mrež

*Neformalne socialne mreže*: s kom uporabnik živi in se druži; kdaj, ob kakšnih priložnostih se srečujejo; kako se ob teh stikih počuti; kaj mu ti stiki nudijo (denar, materialne dobrine, nasvete, sprostitev, čustva); kaj on/ona nudi v teh stikih; ali se počuti ob teh stikih kakorkoli utesnjenega

* stiki v okviru gospodinjstva ali družine
* v okviru širšega sorodstva
* prijateljska mreža
* sosedje
* druženje s sodelavci na delovnem mestu
* s sostanovalci v ustanovah ali stanovanjskih skupinah
* mreža stikov po internetu
* mreža znancev
* drugi pomembni stiki (poštar, šofer avtobusa, frizerka, trgovka…)

*Formalne in polformalne mreže*:

* javne in privatne službe, ki nudijo storitve (socialno varstvo, zdravstvo, šolstvo in drugi sektorji)
* NVO in druge formalne organizacije, s katerimi je povezan uporabnik
* Polformalne skupine za samopomoč ipd.

Dostopnost do pravic, sredstev in storitev (v kontekstu družbenega, političnega, ekonomskega, organizacijskega in kulturnega okolja):

* kontekst človekovih splošnih pravic
* pravice, dajatve in storitve socialnega varstva in drugi s predpisi zagotovljeni viri
* značilnosti organizacijskega okolja: organiziranost služb, dostopnost in prilagojenost služb uporabnikom, organizacijske vrednote in kultura, postopki, pooblastila, dostopnost in kakovost obstoječih storitev (organizacijsko okolje bistveno določa dobro prakso, dostop do pravic in storitev ter uresničevanje zagotovljenih pravic uporabnikov)
* kontekst kulturnega okolja: vrednote, tradicije, običaji, norme v družbenem okolju, problemi stigme…)

Življenjski dogodki in vzorci ravnanja, vizija:

* kaj mu/ji je v življenju pomembno, kaj si želi
* kako si predstavlja svoje življenje čez določeno vrsto let (eno, tri, pet, deset….)
* življenjska zgodba
* pozitivne in negativne izkušnje v preteklosti: kaj ga/jo veseli, osrečuje, boli, žalosti