



# Peer-Beratung\*



## Was ist ein „Peer“?

Ein „Peer“ ist jemand, der oder die einen ähnlichen Erfahrungshintergrund hat. Hier im SPZ ist ein „Peer“ jemand, der oder die selbst auch Erfahrungen hat mit einer psychischen Erkrankung und deren Genesung.

## Was zeichnet „Peer-Beratung“ aus?

Auf der Basis des Erfahrungswissens kann der/die Peer-Berater\*in Ihnen als ratsuchender Person qualifizierte Hilfeleistung für den eigenen Genesungsweg anbieten. Das ermöglicht Ihnen, einen anderen Blickwinkel auf die eigene Situation einzunehmen.

## Was bieten wir als Peer-Berater\*in an?

- ◆ **Einzelgespräche**, in denen wir unsere eigene Erfahrung reflektiert einbringen. Bei der Beratung im gegenseitigem Dialog liegt der Schwerpunkt auf dem Umgang mit der psychischen Erkrankung, Bewältigungsstrategien und machbaren Lösungen.  
Das Ziel ist eine schrittweise Verbesserung Ihrer Lebenssituation, Ihrer Entscheidungsfindung und ein (Wieder-) Erleben von Selbstwirksamkeit, trotz Einschränkungen durch die Erkrankung.
- ◆ **Gemeinsame Gespräche im Tandem** mit einer Fachkraft der Sozialpsychiatrischen Ambulanz (SPA) - also Sie, eine Peer-Berater\*in und ein/e Mitarbeiter\*in der SPA.
- ◆ Eine „**Genesungsgruppe**“. Die Daten erfragen Sie bitte in der Sozialpsychiatrischen Ambulanz.
- ◆ Die Möglichkeit, uns im „**Meeting-Point**“, dem offenen Café, mittwochs, 15:00-16:30 Uhr, kennenzulernen und mit uns ins Gespräch zu kommen.

**Peer-Sprechstunde:** **jeden 2. und 4. Montag im Monat, 13:00 – 16:00 Uhr**

**Ort:** Sozialpsychiatrische Ambulanz

**Peer-Berater\*in:** Frau Grode

**Anmeldung:** Vereinbaren Sie bitte vorab einen Termin für die Peer-Sprechstunde in der Sozialpsychiatrischen Ambulanz, Tel.: 0214 8333-22

