

Peer-Arbeit Gewinn und Nutzen

Forum SELF 7.11.2023

Selbstmanagement Förderung

Martin Stucky, Sibylle Glauser (Betroffenen-Angehörigen-Rat SELF)

Fokus Betroffenen-Peer

Martin Stucky

- Selbständigerwerbender Genesungsbegleiter/Peer in eigenem Unternehmen
- Teilzeitangestellter Genesungsbegleiter/Peer in der Telefonberatungshotline der Schweizerischen Stiftung Pro Mente Sana
- Selbstbetroffener mit/in Diagnose Persönlichkeitsstörung Typus Borderline
- Mitglied im Betroffenen-Angehörigen-Rat SELF

Fokus Angehörigen-Peer

Sibylle Glauser

- lic. phil. Sibylle Glauser, Psychologin, Notfallpsychologin
- Leiterin der Angehörigenberatung der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern UPD
- Co-Präsidentin Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie NAP
- Angehörige, Bruder an Schizophrenie erkrankt
- Mitglied im Betroffenen-Angehörigen-Rat SELF

Thema des Workshops

- Überblick verschaffen über Peer-Arbeit (in welchen Bereichen werden Peers eingesetzt?)
- Herausforderungen der Peer-Arbeit
- Handlungsmöglichkeiten für zukünftige Peer-Arbeit

Empowerment, Recovery

Empowerment

- Betroffene Menschen stärken, damit sie den Einfluss auf ihr eigenes Leben zurückgewinnen und sich emanzipieren
- selbstbestimmt an der Gesellschaft teilhaben

Recovery

- Genesung (auch ohne völlige Symptombefreiheit)
- Ziel ist ein selbstbestimmtes, sinnerfülltes und aktives Leben
- Pat Deegan («Recovery from mental disorders», Youtube)

Was ist ein Peer?

- Expertin/Experte aus Erfahrung, Genesungsbegleiterin, Genesungsbegleiter
- eigene Erfahrungen mit der Erkrankung reflektiert
- Bindeglied zwischen Fachperson und Betroffenen
- Austausch auf Augenhöhe mit Betroffenen
- Hoffnungsträger, HoffungsvermittlerIn für Betroffene
- vertraut mit dem Empowerment – und Recoveryansatz
- Erfahrungswissen in die Gesundheitsversorgung einbringen

Peer-Arbeit

- Vermittlung von Wissen, Werten, sozialen Normen, Problemlösestrategien
- Reflexion von eigenen Haltungen oder Vorurteilen (Einstellungsänderungen)
- Motivation für Verhaltensänderungen

Fokus Betroffenen-Peer



Fokus Angehörige

Unterstützungsangebote für Angehörige

Angehörigen-Selbsthilfe

- VASK (Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker)

Angehörigenberatung (Beratung durch Fachpersonen)

- Beratungsstellen für Angehörige unter dem Dach des Netzwerks Angehörigenarbeit Psychiatrie NAP, finanziert durch die jeweiligen Kliniken

Ex-In Angehörigenbegleitung (Angehörigen-Peers)

Angehörigenberatung UPD

- Wichtig: Das Angebot steht auch Angehörigen von Personen offen, die nicht in den UPD als Patienten erfasst sind.
- Beratungen meist in einem persönlichen Gespräch, auch telefonische Beratungen oder Beratungen via E-Mail möglich
- In Einzelgesprächen können Fragen zur Erkrankung, zum Umgang mit schwierigen Situationen und über mögliche Hilfsangebote geklärt werden.
- Beratungen sind kostenlos und unterstehen der Schweigepflicht.
- Beratungen sind auch in englischer, französischer und spanischer Sprache möglich.

Beratungsgespräche

- Erklärungen zur Psychiatrie im Allgemeinen
- Aufklärung über Krankheitsbilder (PE)
- Umgang mit der Erkrankung
- Was tun bei akuten Krisen? (Inselnotfall, Notfallpsychiater, Gefährdungsmeldung KESB..)
- Verständnis fördern für krankheitsbedingte Einschränkungen

- Raum geben für Gefühle, auch «schwierige» Gefühle
- Reduzierung von Hilflosigkeit, Schuldgefühlen, übertriebenem Verantwortungsgefühl
- Erfassen von Ressourcen
- Erarbeiten von Bewältigungsstrategien
- Vernetzung
- weiterführende Kontakte vermitteln
-

Angehörigen Peers

Angehörigenbegleitung «Experienced Involvement» (EX-IN)

- Die EX-IN-Weiterbildung für Angehörige befähigt Angehörige, andere Angehörige professionell zu begleiten und gerade auch in Krisenzeiten zu unterstützen.
- Angehörigenbegleiterinnen und Angehörigenbegleiter können als begleitende Betroffene in der Gesundheitsversorgung arbeiten oder bringen ihre Kenntnisse im Rahmen einer bestehenden beruflichen Tätigkeit ein.

Tätigkeitsfelder, Finanzierung?

- ✓ Pool von AngehörigenbegleiterInnen

Argumente für Peer-Arbeit

- Arbeitsform mit echter Partizipation
- beteiligte Personen können nicht nur teilhaben, sondern mitreden, mitwirken und mitentscheiden
- Glaubwürdigkeit von Peers, besserer Zugang
- „Wir-Gefühl“ – Gruppenzusammenhalt in einem System mit gemeinsamen Normen und Werten
- Bessere Voraussetzungen für Wissenserwerb, Einstellungs- und Verhaltensänderungen

Wichtig

- Gute Grundausbildung, regelmässige Weiterbildungen und Supervision
- Peer-Arbeit als Teil eines komplementären Ansatzes, Peer ersetzt nicht die Arbeit von Fachpersonen

Diskussion

- In welchen Bereichen gibt es Peer-Arbeit?
- Gewinn und Nutzen der Peer-Arbeit?
- Grenzen der Peer-Arbeit?
- Herausforderungen und Handlungsmöglichkeiten für die Zukunft bezüglich Peer-Arbeit?





„Hindernisse überwinden ist der Vollgenuss des Daseins.“ (Arthur Schopenhauer)

„Praxisempfehlungen zur Anstellung von Peers in Institutionen, Kooperation Verein PRIKOP, Stiftung Pro Mente Sana, Verein EX-IN Schweiz, Dachverband Peer+“ (auf der Homepage von PMS)