



Peerarbeit in der Persönlichen Assistenz für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Peerarbeit ist eine Form der Unterstützung und Beratung, bei der Einzelpersonen oder Gruppen, Hilfe und Anleitung von Menschen erhalten, welche ähnliche Erfahrungen teilen. Anstatt Hilfe von einem/einer professionellen Berater:in oder Therapeut:in zu suchen, suchen Personen in der Peerarbeit Unterstützung von Menschen, die ähnliche Herausforderungen oder Situationen durchgemacht haben.

Eckpfeiler der Peerarbeit sind:

- **Geteilte Erfahrungen:** Peerarbeit basiert auf der Idee, dass Personen, die ähnliche Probleme haben, sich gegenseitig effektiv unterstützen können, weil sie gemeinsame Erfahrungen teilen. Dies sind beispielsweise Erfahrungen im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen, der Genesung von Suchterkrankungen oder anderen persönlichen Herausforderungen.
- **Empathie und Verständnis:** Peers in einem Beratungskontext bieten Empathie und Verständnis, weil sie wahrscheinlich ähnliche Situationen selbst erlebt haben. Dies kann für die Person, die Unterstützung sucht, ein Gefühl des Vertrauens und der Sicherheit schaffen, da sie mit jemandem interagiert, der ihre Schwierigkeiten auf persönlicher Ebene nachvollziehen kann.
- **Geschützter Rahmen:** Peerarbeit findet in einer unvoreingenommenen und vertraulichen Umgebung statt, in der sich Personen sicher fühlen können, ihre Gedanken, Gefühle und Bedenken ohne Angst vor Stigmatisierung oder Kritik auszudrücken. Diese Umgebung fördert Offenheit und Ehrlichkeit, die für eine effektive Beratung wesentlich sind.
- **Zuhören und Unterstützung:** Peerarbeiter:innen hören den Anliegen ihrer Gleichgesinnten aufmerksam zu und bieten emotionale Unterstützung und Bewältigungsstrategien basierend auf ihren eigenen Erfahrungen an.
- **Grenzen:** Obwohl Peerarbeiter:innen wertvolle Unterstützung bieten können, ist es wichtig klarzustellen, dass sie keine professionellen Therapeut:innen oder Berater:innen sind. Peerarbeitsprogramme stellen oft klare Grenzen auf, um sicherzustellen, dass Personen angemessene Unterstützung und Weitervermittlungen zu Professionist:innen erhalten, wenn dies erforderlich ist.

Zusammenfassend bietet Peerarbeit eine wertvolle Möglichkeit für Einzelpersonen, Unterstützung von Gleichgesinnten zu erhalten, die ihre Erfahrungen teilen können, und fördert ein Gefühl von Gemeinschaft und Empowerment beim Überwinden persönlicher Herausforderungen.

Mögliche Angebote der Peerarbeit im Rahmen des Modellprojektes „Persönlichen Assistenz für Menschen mit psychischen Erkrankungen“:

- **Gespräche auf Augenhöhe** in Bezug auf psychische Erkrankungen und Persönliche Assistenz
- **Gespräche zur Abklärung und Entscheidung**, ob „Persönliche Assistenz“ für den Menschen mit psychischen Erkrankungen das Richtige ist
- Peerarbeiter:innen können bei der **Förderung und Wahrung der Selbstbestimmungsrechte** unterstützen. Ein/e Peerarbeiter:in kann Sie darüber informieren, welche Rechte Sie haben und wie Sie diese ausüben können. Beispielsweise wie Sie Entscheidungen über Ihr eigenes Leben treffen und Einfluss auf die betreffenden Entscheidungen nehmen, und so die größtmögliche **Autonomie, Selbstständigkeit und Lebensqualität** erhalten können.
- Peerarbeiter:innen können **Unterstützung bei Terminen oder Terminvereinbarungen** geben
- Peerarbeiter:innen unterstützen nach Wunsch bei der **Erarbeitung der Unterstützungsvereinbarung**
- Im Rahmen des Projektes werden **Peergruppentreffen** von Peerarbeiter:innen angeboten



Nähere Infos finden Sie auch auf unserer Website:

[Leuchtturmprojekt des Licht ins Dunkel - Innovationsfonds \(assistentz24.at\)](https://www.assistentz24.at)



Peerarbeit Verein Lichterkette

Vorsitzende Brigitte Heller

Mail: brigitte.heller@lichterkette.at

Telefon: +43 660 / 818 77 88