



Informationsblatt über die Peer-Arbeit

Einleitung

Ein Wechsel in das selbständige Wohnen ist herausfordernd. Es gibt administrative Aufgaben, die Wohnung muss vielleicht noch eingerichtet und die Umgebung erkundet werden. Bei einem Wechsel in eine neue Wohnumgebung entstehen viele Fragen und oftmals auch Unsicherheiten. Dabei kann es hilfreich sein, sich mit jemanden mit eigenen Erfahrungen auszutauschen. Dieser Austausch zwischen Expert:innen aus Erfahrung nennt man Peer-Arbeit. Was diese Peer-Arbeit leisten und wie sie umgesetzt werden kann, wird im Folgenden beschrieben.

Was ist Peer-Arbeit?

Das Wort *peer* wird im Englischen für Kolleg:innen oder gleichwertige Fachkolleg:innen verwendet. Peers sind Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden und ähnliche Erfahrungen teilen. Wenn Peers ihre Erfahrungen austauschen und einander unterstützen, wird von Peer-Arbeit gesprochen. Wenn sich Menschen mit psychischer Beeinträchtigung zur Peer-Arbeit treffen, stehen meistens die gemeinsamen und verbindenden Erfahrungen, die Gesundheitsförderung und Selbständigkeit im Fokus. Dabei können auch Fragen rund um das selbständige Wohnen besprochen werden.

Die Peer-Arbeit ist ein wichtiger Bestandteil des Recovery-Ansatzes. Dabei geht es um den persönlichen Gesundungsweg und um die Förderung von Gesundheit, Wohlbefinden und Wertschätzung. Für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, die sich in der Peearbeit vertiefen möchten, stehen auch Weiterbildungen zur Verfügung¹.

Chancen

Die Peer-Arbeit hat einen positiven Einfluss auf die beteiligten Peers. Die folgenden Punkte zeigen, wie die Peer-Arbeit wirkt und wie sie den persönlichen Entwicklungsprozess unterstützen kann.²

- **Mut machen:** Peers stärken die Zuversicht. Sie können aufzeigen, dass ein sinnerfülltes und selbstbestimmtes Leben möglich ist.
- **Stärken hervorheben:** Durch den Austausch von Erfahrungen stärken die Peers ihre gesunden Seiten sowie ihre vorhandenen Fähigkeiten und Kompetenzen. Die lebensnahe Begleitung kann die persönlichen Lebensvorstellungen bestärken.
- **Brücken bauen:** In Gesprächen mit Vermietenden, Nachbarn, Hauswarpersonen oder beteiligten Fachpersonen können Peers brückenbauend wirken. Mit ihren persönlichen Erfahrungen erhöhen sie das Verständnis für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung. Vertrauen und Begegnungen auf Augenhöhe werden möglich.

¹ Stiftung Pro Mente Sana; Verein EX-In Schweiz

² Verein PRIKOP/Stiftung Pro Mente Sana/Verein EX-In Schweiz/Fachverband Peer+ 2020: 9



- **Dialog fördern:** Peers vereinfachen das Reden über schwierige Themen. Sie fördern den Dialog über Haltungen, Wertvorstellungen und Vorurteile. Barrieren können abgebaut und Lösungen können entdeckt werden.
- **Perspektiven erweitern:** Der Austausch mit Peers kann zu einem neuen Verständnis von Gesundheit und Krankheit verhelfen. Dadurch entsteht ein offener Umgang mit Krisen und guter Selbstfürsorge.
- **Hilfe in Krisensituationen:** In Krisensituationen können Menschen mit psychischer Beeinträchtigung von Peer-Unterstützungen profitieren.³

Formen

Peer-Arbeit kann in verschiedenen Formen stattfinden. Peers können unabhängig von einer Institution einander kontaktieren und selbständige Treffen durchführen. Peer-Arbeit kann aber auch eingesetzt werden, um soziale Institutionen und ihre Klientinnen und Klienten zu unterstützen. Die verschiedenen Formen werden im Folgenden vorgestellt.

Unabhängige Peer-Arbeit

Menschen mit psychischer Beeinträchtigung können Peers selbständig kontaktieren. Diese begleiten sie in der Regel für eine festgelegte Zeit. Die Peer-Arbeit kann entweder telefonisch, zuhause oder an einem anderen Ort stattfinden. Peers bieten ihr Angebot entweder ehrenamtlich oder für eine Gegenleistung an. Die Dauer und die Bedingungen werden bei der ersten Kontaktaufnahme geklärt. Fachstellen oder Institutionen helfen bei der Suche nach Peers.

Telefonische Peer-Beratungen

Organisationen wie *Pro Mente Sana*⁴ bieten für Betroffene und Angehörige telefonische Peer-Beratungen an⁵. Diese Beratungen von Peers für können Menschen mit psychischer Beeinträchtigung beim Übergang in das selbständige Wohnen eine wichtige Unterstützung sein.

Peer-Arbeit in Institutionen

Peers werden in Institution angestellt, um Menschen mit psychischer Beeinträchtigung bei der Wohnungssuche und im selbständigen Wohnen zu unterstützen. Insbesondere Institutionen mit Wohn-Angeboten und Wohn-Begleitung schätzen die wertvolle Unterstützungsleistungen der Peers. Informationen und Empfehlungen zur Anstellung von Peers in Institutionen sind beim Fachverband peerplus.ch abgelegt.

Peer-Arbeit in der psychiatrischen Spitex

Psychiatrische Spitexdienste haben teilweise die Peer-Arbeit im Angebot. Diese findet meist in Gruppentreffen beispielsweise als «Recovery-Gruppe» statt. Je nach Kanton und Spitexdienst wird ein kleiner Kostenbeitrag pro Sitzung verlangt.

³ Pro Mente Sana o.J.

⁴ <https://promentesana.ch/>

⁵ Pro Mente Sana o.J.



Peer-Arbeit im Quartier

Noch wenig verbreitet sind regelmässige Peer-Treffen in Wohnquartieren. In diesen Treffs könnten Menschen mit psychischer Beeinträchtigung Kontakte knüpfen, Themen des Quartiers und des Wohnens im Quartier besprechen und Angebote für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung ausgebaut werden.

Fazit

Die Peer-Arbeit kann einen wichtigen Beitrag für das selbständige Wohnen leisten. Peers können Mut machen und Stärken hervorheben. In persönlichen Krisensituationen können sie unterstützend und beratend beiseite stehen. Peers werden von sozialen oder gesundheitlichen Institutionen beschäftigt, um Menschen mit psychischer Beeinträchtigung zu unterstützen. Sie können den Dialog über Vorurteile fördern und dadurch Barrieren abbauen. In Gesprächen mit Fachkräften können sie zu einer professionellen Nähe beitragen.



Herausgeber

INSOS

Zieglerstrasse 53, 3007 Bern

Autorinnen

Dalia Schipper, Katharina Eiler, René Rüegg

Unter der Mitarbeit von: Jürg Fassbind, Fabienne Schüpbach, Tatiana Hostettler

Zitierweise

INSOS (2022), Informationsblatt über die Peer-Arbeit. Hrsg.: Insos. Online: insos.ch

Literaturangaben

EX-IN Schweiz Experten durch Erfahrung in der Psychiatrie (o.J.), Weiterbildung EX-IN Schweiz. Hrsg.: EX-IN Schweiz. Online: <https://www.ex-in-schweiz.ch/weiterbildung/>

Peer+ Fachverband der Expertinnen und Experten durch Erfahrung in psychischer Erschütterung und Genesung (2018), Peer-Arbeit. Hrsg.: Peer+. Online: <https://www.peerplus.ch/Joomla/peer-arbeit>

Peer+ Fachverband der Expertinnen und Experten durch Erfahrung in psychischer Erschütterung und Genesung (2016), Positionspapier von Peer+ - Qualitätskriterien und Richtlinien der Peer-Arbeit. Hrsg.: Peer+. Online: <https://www.peerplus.ch/Joomla/projekte>

Verein PRIKOP, Stiftung Pro Mente Sana, Verein EX-In Schweiz, Fachverband Peer+ (2020), Praxis-empfehlung zur Anstellung von Peers in Institutionen. Hrsg.: Verein PRIKOP, Stiftung Pro Mente Sana, Verein EX-In Schweiz, Fachverband Peer+. Brüggl Medien: Romanshorn.

Pro Mente Sana (o.J.), Psychische Gesundheit stärken. Peer-Angebote. Hrsg.: Pro Mente Sana. Online: <https://www.promentesana.ch/selbstbestimmt-genesen/angebote-zur-genesung/peer-angebote>

Pro Mente Sana (o.J.), Weiterbildung. Hrsg.: Pro Mente Sana. Online: <https://promentesana.ch/angebote/weiterbildung>

Auskünfte/Informationen

Sandra Picceni, Fachmitarbeiterin INSOS

E-Mail: info@insos.ch

© INSOS, 01.08.2022