

Peer Counseling

Beratung auf Augenhöhe durch Menschen mit eigener Genesungserfahrung

alpha e.v.
Soziale Dienstleistungen

Für wen sind wir da?

Peer Counseling richtet sich an Menschen mit psychischer Erkrankung, die sich Austausch, Orientierung oder Unterstützung wünschen.



Angesprochen sind Personen im Raum Burscheid, Leichlingen und Wermelskirchen, die sich in belastenden Lebensphasen befinden und neue Perspektiven für den Umgang mit ihren persönlichen Einschränkungen entwickeln möchten. Das Angebot eignet sich sowohl für Menschen in akuten Belastungssituationen als auch für diejenigen, die ihren bisherigen Weg reflektieren und weiterentwickeln wollen.

Was wir erreichen wollen:

Ziel des Peer Counselings ist es, Menschen durch gelebte Erfahrung Mut zu machen und Hoffnung zu stärken. Der Austausch mit jemandem, der selbst Krisen erlebt und Wege der Genesung gefunden hat, kann helfen, die eigene Situation neu zu betrachten und Handlungsspielräume zu erweitern. Peer Counseling eröffnet wertvolle Reflexionen eingefahrener Denkprozesse und fördert im gemeinsamen Gespräch Selbstvertrauen, Eigenverantwortung und die aktive Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenssituation.



Wo können wir helfen?

Peer Counseling – zu deutsch etwa »Beratung durch Gleichgestellte« hat seinen Ursprung in der Selbsthilfe-Bewegung und basiert auf der Überzeugung, dass Menschen mit eigener Krisen- und Genesungserfahrung andere wirksam unterstützen können. Statt der konventionellen Sicht eines Arztes auf einen Patienten sieht Peer Counseling eigene Krisen- und Genesungserfahrung nicht als Makel, sondern als Ressource, die anderen helfen kann. Insbesondere bei:

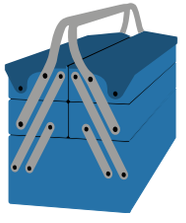


- der Reflexion persönlicher Erfahrungen und Belastungen
- der Suche nach neuen Perspektiven und Bewältigungsstrategien
- Fragen zu Genesung, Stabilisierung und Selbstfürsorge
- der Stärkung von Hoffnung, Motivation und Selbstvertrauen

Durch den Austausch mit Peers entsteht ein Raum, in dem Erfahrungen geteilt, verstanden und eingeordnet werden können – respektvoll, gleichwertig und ohne Bewertung.

Wie arbeiten wir?

Die Beratung basiert auf dem Prinzip »Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen«. Das bedeutet, dass persönliche Erfahrungswerte aus eigener Krankheits- und Genesungsgeschichte professionell reflektiert und weitergegeben werden. Die Beratung erfolgt durch EX-IN-Genesungsbegleiter*innen. EX-IN steht für Experienced Involvement – die Beteiligung von Menschen mit eigener psychischer Krisen- und Genesungserfahrung, die eine anerkannte Qualifizierung absolviert haben und ihr persönliches Erfahrungswissen professionell in die Beratung einbringen. Sie verbinden eigene Erlebnisse mit fachlichem Wissen und unterstützen andere Menschen auf ihrem individuellen Genesungsweg.



Zentrale Grundsätze der Arbeit sind:

- Beratung auf gleicher Ebene
- Empathie und gegenseitiger Respekt
- Freiwilligkeit und Vertraulichkeit
- Orientierung an den individuellen Anliegen der Ratsuchenden

Im regelmäßigen Gespräch wird der Fokus von den Defiziten auf die Potenziale gelenkt, um daraus Selbstbestimmung und Eigenverantwortung zu mobilisieren.

Organisatorisches

Peer Counseling ist ein ergänzendes Angebot für Menschen mit nachgewiesenen psychischen Einschränkungen und findet in unserem Sozialpsychiatrischen Zentrum statt:



Dabringhauser Str. 26,
42929 Wermelskirchen.

Die Teilnahme ist gebührenfrei, bitte vereinbaren Sie ein erstes Einzelgespräch; im Anschluss können wir gerne weitere Folgetermine vereinbaren.

Die Beteiligten vereinbaren Vertraulichkeit. Unsere Mitarbeiter*innen unterliegen der Schweigepflicht; ausgenommen sind Angaben gegenüber den behandelnden Fachärzt*innen und der Krankenkasse.

Kontakt

Wenn Sie Fragen haben, melden Sie sich einfach bei uns! Auf ein Gespräch freuen sich:

Antijana Luburic
+49 2196 7219-0
aluburic@alphaev.de



Horst Gottschalk
+49 2196 7219-0
peer@alphaev.de

Ein Angebot des alpha e.V.

Sozialpsychiatrisches Zentrum
Dabringhauser Str. 26
42929 Wermelskirchen
+49 2196 7263-0
info@alphaev.de
www.alphaev.de

Gefördert durch:
LVR Qualität für Menschen

Über uns

Der gemeinnützige und mildtätige Verein alpha e.V. ist Träger und Initiator zahlreicher Einrichtungen, Dienste und Initiativen im Raum Wuppertal, im Bergischen Land und in Herdecke. Seit 1972 verbindet uns ein großes, gemeinsames Ziel: Menschen, die besonderer Hilfe bedürfen, dabei zu unterstützen, ihren Platz im Leben zu finden. In den drei Fachbereichen

Zugelassen nach AZAV

- Sozialpsychiatrische, medizinische und pflegerische Angebote
- Kinder, Jugend und Schule
- Berufliche Förderung und Integration

engagieren sich rund 250 Mitarbeitende für die individuellen Belange von ca. 1.500 Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Verbandsmitglied bei:

DER PARITÄTISCHE Unser Spitzenverband
DVE Deutscher Verband Ergotherapie
TRÄGERKONFERENZ DER ERZIEHUNGSSTELLEN IM RHEINLAND e.V.
Dachverband Gemeindepsychiatrie
Bundesverband Soziotherapie
DGSP Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V.
Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch erkrankter Eltern
AGPR Arbeitsgemeinschaft Gemeindepsychiatrie Rheinland e.V.
IGFH Internationale Gesellschaft für erzieherische Hilfen