

# Peer-Beratung

Erfahrene mit Erfahrenen

# Das Psychenet Projekt:

- ◉ Begleitung durch Erfahrene
- ◉ In allen Hamburger Psychiatrien
- ◉ Für 6 Monate
- ◉ Als Insellösung, Schweigepflicht
- ◉ Supervision im UKE
- ◉ 3 Fragebögen
- ◉ Ausschluss für Menschen < 18 Jahre
- ◉ Ausschluss für Menschen mit Sucht als 1. Diagnose

# Betroffenen-Beratung

- In 23 Monaten im Albertinen Krankenhaus
  - > 19 Menschen hatten Gespräche bei mir
  - > 20 Betroffene sind in der Randomisierung in die Kontrollgruppe gekommen
  - > 17 Menschen waren außerhalb der Randomisierung in der Begleitung
- Insgesamt Begleitung von 36 Menschen
- Im Albertinen Krankenhaus = 56 Menschen für die Fragebögen erreicht!

# Meine persönliche Peer Begleitung

## Fakten:

- Begin 11.2011
- Aktueller Vertrag bis Ende 12.2013
- Meine Begleitung von 36 Betroffenen bis jetzt
- Psychisch chronisch diagnostiziert
- Alle Diagnosen außer Sucht
- Dauer: meistens für ½ Jahr
- 1 x wöchentlich ca. 60 Min.

# Themen:

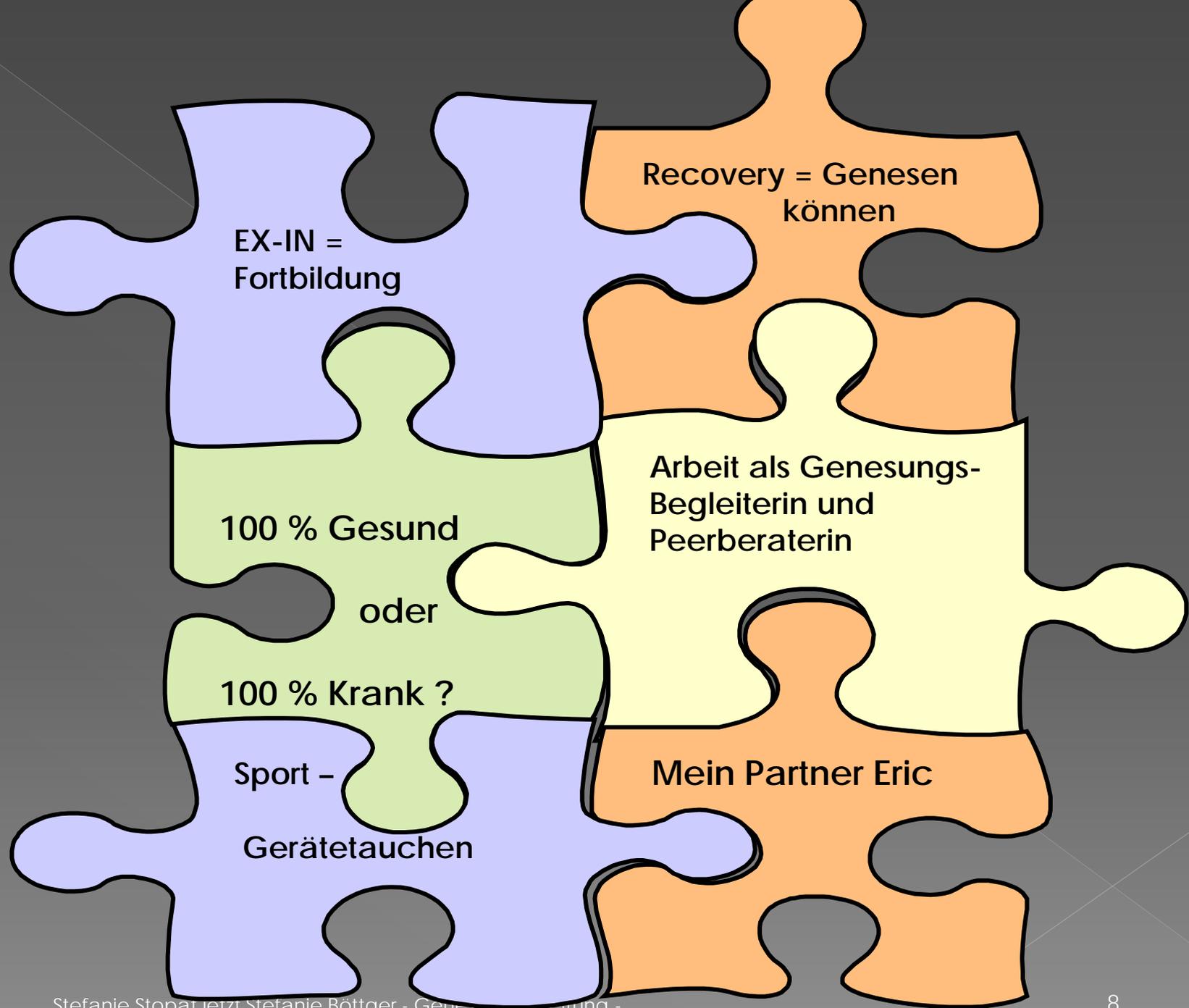
- Familie
- Partner
- Arbeit
- Tod eines nahen Angehörigen
- Angst vor erneuter Krise
- Medikamente
- Krankengeld
- EM Rente
- Selbsthilfe
- Entlastung

# Mein Erleben:

- ◉ Ich kann so sein, wie ich bin
- ◉ Auch wenn ich leicht depressiv bin, nimmt es mir keiner übel
- ◉ Im Gegenteil, es macht Krankheit menschlicher
- ◉ Nähe zu Betroffenen
- ◉ Gegenseitiges Verständnis

# Danke sagen

- ◉ Für den EX-IN Kurs 2009 – 2010 in Hamburg
  - > Das Erkennen meines Erfahrungsschatzes
- ◉ Wie bin ich zu EX-IN gekommen?
  - > Selbsthilfegruppe ->Einladung zur Vorstellung des Projekts
  - > Empfehlung durch 2 Frauen aus meiner Selbsthilfegruppe
  - > Erstgespräch mit Frau Sielaff
- ◉ Erkenntnis, ich werde auf jeden Fall vom Kurs profitieren!



EX-IN =  
Fortbildung

Recovery = Genesen  
können

100 % Gesund

oder

100 % Krank ?

Arbeit als Genesungs-  
Begleiterin und  
Peerberaterin

Sport -  
Gerätetauchen

Mein Partner Eric

# Danke sagen

- ◉ Meinen 2. Beruf als Genesungsbegleiterin
  - > Forschungsprojekt über [www.psychenet.de](http://www.psychenet.de) als Peer Beraterin im Krankenhaus seit 11/2011
  - > Vorher Arbeit auf der Akutstation im Krankenhaus für 10 Monate seit 01/2011
  - > Moderation einer Recovery SHG seit 12.2010
  - > Aufbau der Betroffenen Sprechstunde in Pinneberg
  - > für Workshops und Vorträge

# Meine Sicht

- ◉ Intensive Arbeit
- ◉ Stabilität gewonnen
- ◉ Wertschätzung
- ◉ Dazu lernen
- ◉ Erfahrungsschatz nutzen
- ◉ Hilfreich sein können
- ◉ Meine Arbeit ist gewinnbringend
- ◉ **Meine Krankheit macht jetzt Sinn**

# Was mir die Peer Arbeit gebracht hat:

- ◉ Mehr Belastbarkeit
- ◉ Größere Konzentrationsfähigkeit
- ◉ Höheres Arbeitspensum bewältigen
- ◉ Ich traue mir mehr zu
- ◉ Positive Bestätigung von Klienten

# Rückmeldung von meinen Klienten

- Sehr hilfreiche Gespräche
- Wichtige Struktur in der Woche
- Andere Perspektive
- Macht Hoffnung
- Anderer Blickwinkel
- Gute Ergänzung zu Experten durch Beruf

# Betroffene berichten auch

- ◉ Wichtiger Austausch in schwierigen Situationen
- ◉ Sehr dankbar über das Angebot
- ◉ Große Hilfe und Entlastung
- ◉ Erfahren viel Verständnis
- ◉ Wir suchen gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten

# Inklusion

- ◉ Kontakt zu Experten durch Beruf
- ◉ Stabile „Kranke“
- ◉ Gleichwertiges Angebot
- ◉ 1. Arbeitsmarkt
- ◉ Für viele eine Möglichkeit mit Einschränkung zu arbeiten

# Unsere Arbeitskonditionen:

- ◉ Mini-Job auf 450 Euro
- ◉ 34 Stunden pro Monat
- ◉ 4 Stunden Supervision in UKE
- ◉ Dokumentation für Forschung
- ◉ Büroarbeit – Terminabsprachen, Erstgespräche, Fragebögen
- ◉ Vorstellungsrunden auf Stationen und TK
- ◉ => 6 Gespräche pro Woche sind möglich

# Mein großer Wunsch

- Mehr Menschen durch Gruppenangebote erreichen
  - › Stressbewältigungstraining nach Matthias Hammer im Krankenhaus anbieten zu können
- Recovery orientierte Gruppen

# Meine Bitte

- Ihre Unterstützung für Peer-Arbeit
- aus der Projektphase in (Hamburger Krankenhäusern) wird Peer Beratung als Selbstverständlichkeit etabliert
- Peers sind bei sozialen Dienstleistungen Normalität in der täglichen Arbeit

# Was uns umtreibt

- ◉ Wie immer geht's ums Geld
  - > Wir sind sicherlich nur Peanuts im Krankenhaus-Etat
- ◉ Wie sieht die Haltung der Krankenkassen nach Auswertung der Forschungsergebnisse aus?
  - > Mini Etat für Krankenkassen
- ◉ **Wer wird uns ab 2014 bezahlen???**

# Meine Bitte an Sie:

- Ihre Unterstützung für uns Peers, damit wir nahtlos in 2014 weiter als Genesungsbegleiter arbeiten können
- Ihr Engagement „gesunde“ Erfahrene mit in Krankenhäusern zu integrieren
- Kontakt von Profis, Betroffenen und Angehörigen zu Krankenkassen und Politikern

# Nützliche links

- [www.psychenet.de](http://www.psychenet.de)
  - Teilprojekt 5, Familien und Selbsthilfe, Betroffenen und Angehörigen Beratung
- [www.EX-IN.de](http://www.EX-IN.de)
- Filmtip:
  - „Wer, wenn nicht Wir“ von Ciné.ci
  - „Peerarbeit“ von Alexandra Pohlmeier ab 11.2013 erhältlich
- [www.Irremenschlich.de](http://www.Irremenschlich.de)
- Buch Tipp zur EX-IN Fortbildung:
  - „Vom Erfahrenen zum Experten Wie Peers die Psychiatrie verändern „ von Jörg Utschakowski, Gyöngyvér Sielaff, Thomas Bock

**Wir sind sehr dankbar für  
jegliche Unterstützung, die wir  
auf politischer Ebene von  
Ihnen bekommen können !!!**

