

Peerbegleitung für psychische Gesundheit

Neu im Angebot der Psychiatrischen Dienste:

- *Offene Recovery Gruppe für psychische Gesundheit*
- *Peerunterstützung im Auftrag des Fachpersonals*
- *Peerbegleitung in Adhärenz mit dem Fachpersonal*

Was genau ist ein Peer?

Peers sind «Experten aus eigener Erfahrung». Dank ihrer eigenen Krankheitsgeschichte, Persönlichkeit und spezieller Weiterbildung haben sie die Fähigkeit betroffenen Menschen emotionale, soziale und praktische Unterstützung anzubieten.

Die Peerbegleitung bietet Hilfe zur Selbsthilfe an,

- a) durch die Unterstützung mit dem Austausch von Erfahrungswissen zum alltäglichen Umgang mit einer Belastung
- b) oder bei der Peearbeit zusätzlich mit einer Genesungsbegleitung nach dem sogenannten Recovery und Empowerment Ansatz

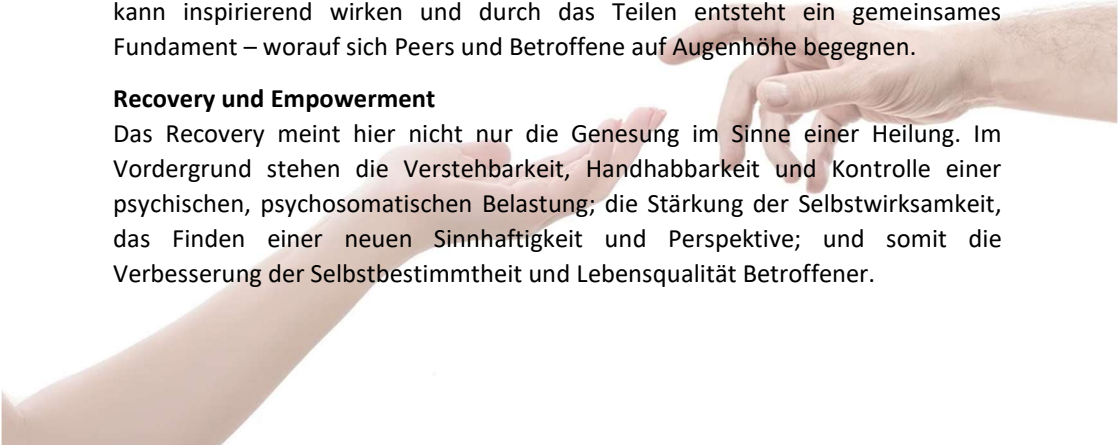
Dabei geht es um eine zutiefst empathische, selbstbestimmte Begleitung, die sich an den Bedürfnissen der Klientinnen und Klienten orientiert.

Erfahrungswissen

Mit ihrem Erfahrungswissen ergänzen Peers für psychische Gesundheit das Fachwissen der bisherigen Psychiatrie-Spitem. Erfahrungswissen ist einzigartig, es kann inspirierend wirken und durch das Teilen entsteht ein gemeinsames Fundament – worauf sich Peers und Betroffene auf Augenhöhe begegnen.

Recovery und Empowerment

Das Recovery meint hier nicht die Genesung im Sinne einer Heilung. Im Vordergrund stehen die Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Kontrolle einer psychischen, psychosomatischen Belastung; die Stärkung der Selbstwirksamkeit, das Finden einer neuen Sinnhaftigkeit und Perspektive; und somit die Verbesserung der Selbstbestimmtheit und Lebensqualität Betroffener.



Überblick zum Peer-Angebot:

Offene Recovery Gruppe für psychische Gesundheit

Jeweils am Mittwoch
alle zwei Wochen
von 17.30 bis 19.00 Uhr*

Anzahl Teilnehmer/innen:
7 Personen +/-3

Die Teilnahme beträgt
CHF 5.00 /Sitzung

Die offene Recovery Gruppe ist prinzipiell für alle (ab 25 Jahren) mit einer psychischen Belastung zugänglich, die zuhause leben und sich auf dem Weg der Gesundheit befinden. Eine Gruppensitzung dauert 90 Minuten. Sie bietet Raum für das gegenseitige Zuhören, Wahrnehmen und Reflektieren. Die Teilnehmenden bestimmen nach der Einleitung und einer Befindlichkeitsrunde das Recovery-orientierte Thema gemeinsam und geben zum Abschluss ihr Feedback in die Runde. Die Moderation erfolgt durch einen EX-IN oder adäquaten Peer im Tandem mit einer Fachperson.

Peerunterstützung im Auftrag des Fachpersonals

*Das Angebot wird von der
Spitex finanziert und ist für
die Patienten kostenlos.*

Die Peerunterstützung im Auftrag des Fachpersonals ist für Psychiatrie-Spitex Klientinnen und Klienten zugänglich, wobei vorab i.d.R. eine ärztliche Abklärung erfolgt. Die Unterstützung erfolgt erst nach einer Akutphase und dem gegenseitigen Kennenlernen im Wochenintervall durch einen qualifizierten Peer. Die Unterstützung besteht im sozialen Austausch von Erfahrungswissen und praktischer Hilfe, nach Ihren Bedürfnissen als betroffene Person.

Peerbegleitung in Adhärenz mit dem Fachpersonal

*Das Angebot wird von der
Spitex finanziert und ist für
die Patienten kostenlos.*

Die Peerbegleitung in Adhärenz mit dem Fachpersonal ist für Psychiatrie-Spitex Klientinnen und Klienten zugänglich, welche ansonsten durch eine Fachperson betreut werden. Adhärenz stammt vom Wort Anhaften ab und bedeutet hierbei, dass Peers und Fachpersonal im Tandem den Klienten-Kontakt wahrnehmen. Wobei sich die Zielsetzung nach den Pflegezielen der Klientinnen und Klienten richten, insofern diese den allgemeinen Ethikrichtlinien entsprechen.

*die aktuellen Daten werden auf der Webseite unter «Aktuelles» publiziert!

Wir sind gerne für Sie da!

Spitex oberes Worblental
Bahnhofstrasse 10
3076 Worb

031 839 92 92
info@spitex-worblental.ch
www.spitex-worblental.ch