

## So erreichen Sie uns

SKM Krefeld e. V.  
Sozialpsychiatrisches Zentrum  
Marktstraße 186  
47798 Krefeld

### Verkehrsanbindung

Bus 051  
Haltestelle Frankenring

### Spendenkonto

Sparkasse Krefeld  
IBAN: DE94 3205 0000 0000 3410 57  
SWIFT/BIC: SPKRDE33

Auf Wunsch erhalten Sie eine  
steuerabzugsfähige Spendenquittung

## Kontakt

Thomas Klein  
Fon: 0 21 51 36 33 7-31  
Mobil: 0162 4182521  
Fax: 0 21 51 36 33 7-49  
klein@skm-krefeld.de

### Sprechzeiten

Beratungstermine erfolgen nach  
individueller Vereinbarung.

Für weiterführende Informationen,  
einfach mit dem Smartphone  
scannen:



Internetseite  
Peer-Beratung

## Peer-Beratung



für Menschen mit  
einer psychischen Erkrankung  
und Angehörige

SKM – Katholischer  
Verein für soziale  
Dienste in Krefeld e. V.  
www.skm-krefeld.de

Schutz bieten  
Kraft geben  
Mensch sein  
**SKM**



## PEER-BERATUNG - FÜR WEN UND WIE?

- Peer-Beraterinnen und -Berater haben, wie die Ratsuchenden selbst, mindestens einmal eine seelische Erkrankung durchlebt. Sie verfügen über Krisenwissen, aber auch über die Erfahrung wiederzugesenen.
- Menschen mit einer psychiatrischen Diagnose verstehen einander oft besser und leichter.
- Viele erleben in krisenhaften Lebensphasen den Kontakt zur Familie, dem Arbeitgeber oder den Sozialen Diensten als schwierig und möchten sich gerne einmal darüber austauschen.
- Manche hadern mit ihrer Diagnose oder mit sich selbst und wünschen sich aus diesem Grund ein Gespräch.
- Peers können in solchen Fällen manchmal in anderer Weise unterstützend wirken als z. B. Freunde, der Bruder oder die Psychiaterin.

## WOHER KOMMT DAS?

- „Peer“ bedeutet: Von gleich zu gleich.
- Peer-Beratung unterscheidet sich von anderen Beratungsangeboten hinsichtlich der Herangehensweise.
- Die Grundlage der Beratung stellt die EX-IN-Genesungsbegleitung dar. Die Abkürzung „EX-IN“ bedeutet „Experienced Involvement“ und steht für die Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener in die berufliche Peer Tätigkeit. Die EX-IN-Ausbildungsstandards wurden 2005-2007 im Rahmen eines EU-Projekts von sechs Staaten entwickelt.
- EX-IN orientiert sich an folgenden Leitsätzen:
  - Jeder Mensch hat das Potential zur Genesung und weiß, was hilfreich für ihn oder sie ist.
  - Jeder Mensch kann Eigenverantwortung übernehmen, sich für sich zu entscheiden.

## GRUPPENANGEBOTE

- Ein zweiter Peer-Baustein beim SKM sind die auf der EX-IN-Philosophie gründenden Gruppenangebote/Kurse.
- In 2021 fand die erste „Recovery“-Gruppe beim SKM mit dem Inhalt statt, wie ich nach einer Krise wiedergenesen kann und was ich persönlich brauche, um mich gesund halten zu können.
- Es folgt 2022 eine Gruppe zum Thema „Selbsterforschung“.
- Das Thema der jeweils kommenden Gruppe wird mit denjenigen abgestimmt, die an der Gruppe weiter teilnehmen. Themen können sein: Seelische Zufriedenheit, Empowerment (Selbststärkung), Recovery, usw.