



## Peerberatung:

Persönliche  
Beratung  
von  
Psychiatrie-Erfahrenen  
für  
Psychiatrie-Erfahrene  
und  
Angehörige  
sowie  
Interessierte  
in  
Dortmund

### Peerberatung konkret

- Themen sind u.A. Umgang mit Angst, Einsamkeit, Arbeitslosigkeit, fehlende Tagesstruktur, Therapiemöglichkeiten und ihre Chancen und Grenzen sowie Alltagsprobleme.
- Mein Gegenüber ernst nehmen und zuhören
- Sich einlassen auf den zu Beratenden
- Ehrlichkeit und Einfühlungsvermögen
- Konkrete Hilfestellungen geben
- Perspektiven entwickeln
- Unterstützungsmöglichkeiten
- Gelassenheit im Umgang miteinander
- Neutralität
- Balance zwischen Nähe und Distanz
- Sich selbst gut kennen und eigene Grenzen setzen
- Lösungsorientierte Beratung
- Auf die individuelle Situation eingehen und angemessen darauf reagieren
- Wir sind im Dialog auf Augenhöhe und beide Seiten profitieren durch den Austausch von Informationen und Erfahrungen.

### Psychiatrie-Erfahrene als Berater

Wir haben uns in eigenen Kursen fit gemacht für die Peerarbeit. Einige von uns haben auch eine EX-IN Ausbildung absolviert.

Die EX-IN Ausbildung umfasst ein einjähriges Training mit dem Abschluss Genesungsbegleiter, Experte durch Erfahrung. Unter [www.ex-in.nrw](http://www.ex-in.nrw) gibt es mehr Informationen zur EX-IN-Ausbildung .

Unsere Peerberatung ist keine Rechtsberatung und kein Therapieangebot, sondern bietet ein persönliches Gespräch auf Augenhöhe, von Betroffenen für Betroffene. Zwei Gleichgesinnte, die peers, begegnen sich konstruktiv. Empowerment (d.h. Selbstbefähigung), Selbstbestimmung und Selbstfürsorge sind wesentliche Elemente der Peerarbeit.

Wir arbeiten an mehreren Standorten in Dortmund und beraten immer zu zweit.

Wir beraten neben Menschen in Lebenskrisen auch deren Angehörige. Alle Anliegen werden von uns vertraulich behandelt. Unsere Beratung ist kostenlos für die Ratsuchenden.

## Wir bieten an:

Die Idee ist, individuelle Erfahrungswerte weiterzugeben. Wir sind Experten durch Erfahrung und begreifen Krisen als Wendepunkte im Leben. Was wir erlebt haben, was wir verstehen, welche Lösungen wir für uns gefunden haben und welche Lebenssituation wir gemeistert haben, qualifiziert uns.

Die Peerberatung nutzt dieses Potential und leistet auch Unterstützung bei der Alltagsbewältigung. Darüber hinaus bieten wir den Betroffenen Struktur und Orientierung und helfen bei der Zielfindung. Durch die Klarheit des Gesprächs fällt es oft leichter, Entscheidungen zu treffen. Wir suchen gemeinsam nach Lösungen und entwickeln neue Perspektiven. Wir begleiten Menschen in prekären Lebenssituationen, und holen die Menschen dort ab, wo sie gerade gehen und stehen.

Eine Anmeldung ist wünschenswert, ohne Anmeldung entstehen Wartezeiten.

Anmeldung, Infos und Nachfragen unter:  
0157 580 312 42 oder 0231 814440  
oder per Mail: [kmpe-dortmund@gmx.de](mailto:kmpe-dortmund@gmx.de)  
Nur Anmeldung, keine Telefonberatung,  
bitte immer die eigene Telefonnummer angeben.  
Mehr Infos unter [www.kmpe-dortmund.de](http://www.kmpe-dortmund.de)

## Ort und Zeit der Beratung:

**In der Halte-Stelle e.V.**  
im Entspannungsraum im Erdgeschoss  
Blücherstr. 25a 44147 Dortmund  
jeder 1. Dienstag im Monat  
von 12:50 bis 15:50 Uhr

**Im KLuW e.V.**  
Münsterstr. 114 Do-Nordstadt  
jeder 3. Donnerstag im Monat  
von 10 bis 13 Uhr

**Im Klinikum Westfalen Knappschafts-  
krankenhaus Lütgendortmund**  
Station BE 1. Raum links  
Volksgartenstr. 40 Do-Lütgendortmund  
jeder 1. Donnerstag im Monat  
von 13 bis 16 Uhr

**Im Wilhelm-Hansmann-Haus, Raum 21**  
Märkische Straße 21 44141 Dortmund  
jeder 1. und 3. Montag im Monat  
von 19:30 bis 21:00 Uhr

Demnächst auch im „To BE“  
Altfriedstr. 12 44369 Do-Huckarde

ViSdP: Guido Elfers,  
Hyazinthenstr. 12, 44289 Dortmund

## Beratende Personen:



Nicola  
Waldstädt



Guido  
Elfers



Sabrina  
Braucks



Verena



Madeleine  
Neubauer

Ohne Foto:

I. Reiß  
und weitere  
Personen

Die BeraterInnen sind z.Z. Honorarkräfte bzw. Ehrenamtliche Mitarbeiter folgender Träger:

Bethel.regional  
Halte-Stelle e.V.  
ZSD - Zentrum für soziale  
Dienstleistungen GmbH  
AWO-Werkstätten

Diese Träger, der Verein KLuW e.V. und das Diakonische Werk Dortmund machen mit in der „Koordinierungsgruppe Mitbestimmung Psychiatrie-Erfahrener in Dortmund“ (KMPE), die das Projekt Peerberatung initiiert hat.



Stand 03/2018

KMPE-Logo