

## Hjemmebehandling

Derudover er der peermedarbejdere ansat i hjemmebehandlingsteamet, hvor samtale med en peermedarbejder er en mulighed, mens du har et hjemmebehandlingsforløb eller en brugerstyret kontrakt. Du kan spørge din kontakt i Psykiatriens Hus. Måske søger du inspiration til din hverdag og recovery?

## Overnatningspladserne

Peermedarbejdere indgår også i overnatningspladserne som en del af medarbejdergruppen – på den måde er der mulighed for peerstøtte i overnatningspladserne. Her er der mulighed for samtaler i fællesområderne, spille et spil, gå en tur, eller hvad I finder på.

## Aktiviteter

Peermedarbejdere varetager aktivitetstilbud som f.eks. yoga og gåture.

Peermedarbejdere bidrager også med deres peerfaglige perspektiv til organisationens arbejdsform. Deres fokus er peerstøtte og recovery, uanset om det er som underviser, i samtaler, aktiviteter eller andet.

Psykiatriens Hus  
Marselisborgcenteret  
P.P. Ørums Gade 9-11, bygning 12  
8000 Aarhus C

Tlf.: 78 47 15 00 (Region Midtjylland)  
41 86 08 40 (Aarhus Kommune)

[www.psykiatrienshus.aarhus.dk](http://www.psykiatrienshus.aarhus.dk)

Du kan også følge os på både Instagram og Facebook.

# Peerstøtte

Psykiatriens Hus  
Aarhus



## Peerstøtte og recovery

Denne pjece fortæller om peerstøtte i Psykiatriens Hus Aarhus.

"DET GIVER ENORMT STORT HÅB"

Bruger om peerstøtte

Peer er et engelsk ord, der betyder ligemand eller ligestillet.

Peerstøtte defineres som:

*"Støtte til forandring mod et bedre liv, som finder sted mellem to eller flere personer, der forbindes af fælles erfaringer i livet – i denne sammenhæng erfaringer med psykiske vanskeligheder samt med livet som bruger af de offentlige tilbud og med recovery."*

Kilde: Socialstyrelsen

Recovery er processen med at leve med psykisk sårbarhed og finde frem til at få et fuldt og godt liv på de betingelser.

I Psykiatriens Hus Aarhus er der ansat peermedarbejdere, som arbejder med peerstøtte. En peermedarbejder har erfaringskompetence. Den består af personlige erfaringer med psykisk sårbarhed og recovery, som gennem peeruddannelse og refleksion er blevet til erfaringskompetence, og en villighed til at bringe denne viden ind i sit arbejde.

## PEERSTØTTE KAN HAVE FORSKELLIGE UDTRYK:

### Uformel og spontan peerstøtte

Tit opstår samtaler med peerstøtte spontant i løbet af anden aktivitet, det kan være en del af en længere samtale, spredt ud på mange mindre øjeblikke og situationer over et længere forløb.

*Peerstøtte er altid en mulighed, sommetider en invitation, men aldrig et krav. Ud over forståelse og genkendelse, ud fra egne erfaringer, kan peermedarbejderen også bringe håb, inspiration og fællesskab til den recoveryproces, som husets brugere hver især er i gang med.*

## Peerstøtte og redskaber

Peerstøtte kan også være en aftale med en peermedarbejder, hvor I beslutter, hvad I skal tale om. Et af redskaberne til peerstøtte i Psykiatriens Hus er "Personlige statements". Det er en måde, hvor bruger og peermedarbejder i samarbejde finder ord, som kan styrke den enkeltes recoveryforløb. Her har du som bruger mulighed for at skrive ned om dig selv, hvad du drømmer om, hvad er vigtigt for dig m.m. Det kan nogle gange være svært at finde ordene selv, og her vil peermedarbejderen stille spørgsmål og være nysgerrig sammen med dig.

Peerstøtte er ikke at rådgive, men at være lyttende og spørge.

### Hvad taler man om?

Mange temaer kan være vigtige, men temaer, der går igen i samtaler med peermedarbejdere, er håb, identitet, fællesskaber, ensomhed, meningsfuldhed og fokus på styrker.

Selvom det altid er forskelligt for den enkelte, kan der nogle gange findes spejling eller genkendelse i oplevelser i forbindelse med recovery.

Alle er unikke, men disse temaer er nogle af dem, der går igen. Måske er du optaget af noget helt andet? Det vil vi gerne høre om.

## I PSYKIATRIENS HUS KAN DU MØDE PEERSTØTTE I FORSKELLIGE SAMMENHÆNGE

### Recoveryskolen

Recoveryskolen tilbyder recoveryorienteret undervisning til alle. Undervisningen udvikles og afholdes af peerundervisere og andre fagprofessionelle i fællesskab. I undervisningen bringer alle undervisere erfaringer fra eget liv i spil. Derudover uddanner Recoveryskolen nye peermedarbejdere hvert halve år.