

Ehrenamtliche Peer-Beratung – Leitfaden

Was ist ein ehrenamtlicher Peer?

Ehrenamtliche Peers sind Menschen mit Amputationen, die ihre persönlichen Erfahrungen teilen, um andere in ähnlichen Situationen zu unterstützen. Durch Einfühlungsvermögen, praktische Ratschläge und ein offenes Ohr tragen sie dazu bei, Isolation zu verringern, Selbstvertrauen zu stärken und Hoffnung für die Zukunft zu geben – und das alles mit nur wenigen Stunden Zeitaufwand pro Monat.

Der Ablauf der Peer-Beratung

- **Unterstützungsmethoden:** Peer-Unterstützung findet in der Regel telefonisch, per Videoanruf oder persönlich statt. Aus Sicherheitsgründen und zur Dokumentation werden alle Treffen über Ihre lokale Amputierten-Selbsthilfegruppe organisiert.
- **Ablauf der Besuche:** Anrufe oder Besuche dauern üblicherweise 30–60 Minuten und können bei Bedarf wiederholt werden.
- **Zuteilung:** Die Zuteilung von ehrenamtlichen Helfern erfolgt anhand der Art der Amputation, der Bedürfnisse und der Interessen der Betroffenen.

Rollen und Verantwortlichkeiten

- **Ihre Rolle ist wichtig:** Indem Sie Ihre Geschichte teilen, bieten Sie praktische Hilfe und emotionale Unterstützung. Ihre einzigartige Perspektive ist besonders für Menschen wertvoll, die erst seit Kurzem mit einer Amputation zu tun haben.
- **Empowerment:** Konzentrieren Sie sich darauf, andere zu stärken – hören Sie mehr zu, als Sie sprechen, und lassen Sie die Person, die Sie unterstützen, das Gespräch führen.
- **Grenzen wahren:** Beschränken Sie sich auf Themen rund um Amputation und Rehabilitation. Verweisen Sie bei Bedarf an Fachleute und vermeiden Sie es, medizinische Ratschläge zu erteilen oder Geld anzufassen.
- **Vertraulichkeit:** Behandeln Sie alle Informationen vertraulich, außer wenn die Sicherheit gefährdet ist..

Verhaltenskodex & Ethik

1. Seien Sie ehrlich, respektvoll und neutral.
2. Wahren Sie stets die Vertraulichkeit.
3. Geben Sie keine medizinischen Ratschläge und empfehlen Sie keine Produkte/Anbieter.
4. Nehmen Sie niemals Geschenke an oder verschenken Sie keine Geschenke und übernehmen Sie keine Aufgaben der Geldverwaltung oder Körperpflege.
5. Verwenden Sie ausschließlich zugelassene Materialien und befolgen Sie alle Richtlinien und Vorgaben.
6. Unterstützen Sie die Nutzer dabei, selbstständig zu werden.

7. Melden Sie jeden Besuch und alle Bedenken umgehend.
8. Fördern Sie Inklusion und respektieren Sie kulturelle Unterschiede.
9. Kommunizieren Sie offen, respektvoll und empathisch.

Tipps für Kommunikation & Besuche

- **Stellen Sie sich vor:** Nennen Sie Ihren Namen und erzählen Sie etwas über Ihre Erfahrungen..
- **Bauen Sie Vertrauen auf:** Halten Sie Ihre Versprechen, hören Sie aufmerksam zu und zeigen Sie eine offene Körpersprache.
- **Stellen Sie offene Fragen:** Ermutigen Sie zum Austausch, indem Sie fragen, wie es der Person geht oder was sie braucht.
- **Bestätigen und zeigen Sie Empathie:** Würdigen Sie ihre Bemühungen und Gefühle.
- **Setzen Sie Humor nur dann ein, wenn die Person sich wohlfühlt.** • Nach dem Besuch: Reichen Sie innerhalb von zwei Tagen einen Bericht bei Ihrer lokalen Gruppe ein.
- **Nach dem Besuch:** Reichen Sie innerhalb zwei Tagen einen Besuchsbericht bei Ihrer lokalen Organisation ein..

Selbstfürsorge & Unterstützung

- **Achten Sie auf sich:** Stellen Sie sicher, dass Sie vor den Besuchen gesund, ausgeruht und konzentriert sind.
- **Grenzen setzen:** Begrenzen Sie Anrufe gegebenenfalls und verwenden Sie separate Kontaktdaten.
- **Hilfe suchen:** Holen Sie sich Unterstützung von Mentoren oder Gruppenleitern, wenn Sie diese benötigen.
- **Stressbewältigung:** Machen Sie Pausen, pflegen Sie Hobbys und bitten Sie bei Bedarf um Hilfe.

Schulung & Laufende Unterstützung

- **Schulung:** Alle Freiwilligen erhalten eine Einarbeitung, Schulungen zum Kinderschutz und fortlaufende Weiterbildungen, unter anderem zu Themen wie Kommunikation und psychischer Gesundheit.
- **Unterstützung:** Mentoren und Gruppenangebote stehen jederzeit zur Verfügung.
- **Rezertifizierung:** Bitte lassen Sie sich alle zwei Jahre rezertifizieren.

Richtlinien & Sicherheit

- **Kinderschutz:** Melden Sie Bedenken hinsichtlich Sicherheit oder Wohlbefinden umgehend.
- **Datenschutz:** Behandeln Sie alle Informationen vertraulich.
- **Gleichstellung & Vielfalt:** Behandeln Sie alle Menschen mit Respekt und Inklusion.
- **Beschwerden:** Informieren Sie sich über das Verfahren zur informellen und formellen Bearbeitung..

Denken Sie daran:

Bei jedem Besuch steht die Person, die Sie unterstützen, im Mittelpunkt. Hören Sie zu, bestärken Sie sie und geben Sie ihr Hoffnung – niemand sollte mit einer Amputation allein gelassen werden.