



## Peer Counseling

Der Begriff des „Peer Counseling“ stammt aus der weltweiten Independent-Living-Bewegung (= Selbstbestimmt-Leben-Bewegung) behinderter Menschen, die für Selbstbestimmung, Selbstvertretung und Eigenverantwortung eintreten. Hier sind die Beraterinnen und Berater „peers“ („Gleiche“), also Menschen, die Ähnliches erlebt haben wie ihre Gesprächspartnerinnen und -partner.

Bei der gemeinsamen Suche nach einem besseren Weg mit der Behinderung oder chronischen Krankheit bringen die betroffenen Beraterinnen und Berater ihre eigenen Erfahrungen mit ein: ihre Mühen und Ängste, aber auch ihr Selbstvertrauen und ihren Mut. Das Ziel des Peer Counseling ist, behinderte Ratsuchende in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken und sie in ihrem Selbsthilfepotenzial zu unterstützen, eigene Problemlösungen zu entwickeln. Dadurch, dass der Berater oder die Beraterin zum einen selber behindert oder chronisch krank ist, zum anderen zusätzlich die fachliche Qualifikation als Beraterin oder Berater mitbringt, kann sich eine größere Vertrauensbasis entwickeln und eine Vorbildrolle wahrgenommen werden.

Peer Counseling ist somit ein professionelles Beratungskonzept. Bei Beratung geht es nicht darum, gute Ratschläge zu geben. Vielmehr suchen die Rat suchende und die beratende Person gemeinsam nach dem besten Weg für den oder die Ratsuchende. Dieser Weg kann für jeden Menschen unterschiedlich aussehen.

Peer Counseling sollte nicht mit Peer Support verwechselt werden. „Support“ heißt übersetzt „Unterstützung“. Peer Support ist demnach die Unterstützung durch gleich oder ähnlich Betroffene. Peer Support ist wesentlich allgemeiner und umfassender als Peer Counseling und könnte am treffendsten mit „Selbsthilfe“ übersetzt werden.