

BERATUNGSGESPRÄCHE LEICHT GEMACHT

Ein Leitfaden für die Peer-Beratung

In der Selbsthilfe wird Beratung meist von ehrenamtlich Engagierten mit eigener Betroffenheit umgesetzt (Peer-Beratung). In der Familienselbsthilfe sind das meist Eltern von Kindern mit chronischen Erkrankungen oder Behinderungen. Sie teilen ihr Wissen, ihre Erfahrungen und ihre Strategien im Umgang mit der Lebenssituation ihrer Familie – und bieten anderen Eltern damit wertvolle Unterstützung. Diese Beratung geschieht häufig intuitiv,

denn feste Leitlinien oder Standards zur Umsetzung gibt es bislang kaum.¹

Das vorliegende Methodenblatt möchte euch in der Beratung unterstützen: Es bietet eine praxisnahe Orientierung für die Beratung in der Familienselbsthilfe zusammen. Ziel ist es, euch als Peerberater*innen zu stärken – damit ihr eure Rolle gut und sicher ausfüllen könnt.

Ein strukturierter Ablauf für Beratungsgespräche

Natürlich verläuft jedes Beratungsgespräch inhaltlich ganz individuell. Auf struktureller Ebene kann sich der Ablauf der Gesprächsführung aber gut an fachlichen Standards psychosozialer Beratung orientieren. Mit der Zeit lässt sich dadurch eine gewisse Routine erwerben, die die Umsetzung von Beratung auch im Peerkontext erleichtern kann.

→ 1. Einstieg

- ✦ Begrüßung
- ✦ Rahmenbedingungen festlegen: Rechte und Pflichten (Vertraulichkeit, Verschwiegenheit), zeitlicher Rahmen
- ✦ Atmosphäre: dem Ratsuchenden einen positiven Rahmen bieten, in welchem er sich öffnen kann und sicher fühlt

→ 2. Grund für Gespräch klären

- ✦ Auslöser für Beratung: Wieso findet das Gespräch statt?
- ✦ Probleme oder Themen des Ratsuchenden erfragen, auf die eingegangen werden soll
- ✦ Ziel der Beratung: Erwartungen an die Beratung klären
- ✦ Tipp: Fragen allgemein halten und auch auf Körpersprache des Gegenübers achten, damit dieser sich wohl fühlt
- ✦ Aktiv zuhören: interessiert nachfragen aber selbst nur berichten lassen und aktiv zuhören

→ 3. Analyse des Problems und der Ressourcen

- ✦ Genauer auf Situation eingehen
- ✦ konkrete, auch tiefergehende Fragen stellen
- ✦ nach Ressourcen fragen
- ✦ möglichst offene Fragen (wie, weshalb, was ist der Hintergrund...)
- ✦ Ziele des Ratsuchenden erörtern

¹ Bei Interesse an weiteren Methoden kann auch eine Weiterbildung zum Peer Counselor erwogen werden, z.B. über das [Bildungs- und Forschungsinstitut Bifos e.V.](#)

✚ auch auf Gefühle eingehen

→ 4. Lösungsfindung

- ✚ Reflektion und Bewertung der aktuellen Situation im Hinblick darauf, was sich verändern müsste, um das Problem zu beseitigen
- ✚ Aufzeigen von Informationsquellen wie bestimmte Hilfsangebote oder Anlaufstellen
- ✚ gemeinsames erarbeiten von Lösungswegen, immer mit dem Aspekt, nur als Hilfe zur Selbsthilfe tätig zu sein
- ✚ Lösungsfindung immer in einem erreichbaren, realistischen Rahmen halten

→ 5. Abschluss

- ✚ kurze Zusammenfassung der erarbeiteten Lösungen und des erörterten Problems geben
- ✚ Vereinbarungen treffen, um die Ziele zu erreichen, die zur Lösung beitragen
- ✚ Aussicht auf nächstes Gespräch geben (je nach Situation) oder an andere Stellen verweisen
- ✚ Gestaltung eines freundlichen Abschlusses, Verabschiedung

Platz für Gedanken, Fragen und Ideen

.....

.....

.....

.....

Hinweis

Dieses Methodenblatt entstand im Rahmen des Projekts „Selbsthilfe leicht gemacht!“ sowie einer Projektwerkstatt auf der Jahrestagung des Kindernetzwerks 2024. Es wurde gemeinsam mit Aktiven aus der Selbsthilfe entwickelt und soll die ehrenamtliche Beratung in der Familienselbsthilfe unterstützen.

Mitgewirkt haben:

- ✚ Ursula Klupp (zert. Onlineberaterin, Dipl. Sozialpädagogin)
- ✚ Susann Schrödel (zert. Peerberaterin, Vorstand Kindernetzwerk e.V.)
- ✚ Benita Eisenhardt (zert. Case Managerin, Rehabilitationspädagogin, Kindernetzwerk e.V.)
- ✚ Tim Page (BA Politik und Geschichte, Kindernetzwerk e.V.)

Weitere Infos zum Thema Beratung in der Familienselbsthilfe: www.kindernetzwerk.de

Impressum

Herausgeber Kindernetzwerk e.V. – Dachverband der Selbsthilfe von Familien mit Kindern und jungen Erwachsenen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen

Sitz Benzstraße 2 · 63741 Aschaffenburg · **Telefon** (06021) 45 44 00 · **Telefax** (06021) 124 46

Hauptstadtbüro Schiffbauerdamm 19 · 10117 Berlin · **Telefon** (030) 25 76 59 60

info@kindernetzwerk.de · www.kindernetzwerk.de

Amtsgericht Aschaffenburg · **Registernummer:** VR 921

Spendenkonto DE02 7955 0000 0000 9242 90 · Sparkasse Aschaffenburg BIC: BYLADEM1ASA