

☰ Checkliste 2: Peer-Beratung

Ein Schlüssel zur erfolgreichen Beratung kann darin liegen, dass die Beraterinnen und Berater „Peers“, also „Gleiche“ sind: Menschen im gleichen Alter, die Ähnliches erlebt haben wie ihre Gesprächspartner.

Das macht das besondere Verhältnis zwischen Beratenden und Ratsuchenden aus:

- Die eigene erfolgreiche Lebensgestaltung macht die Peer-Beratenden zu Vorbildern.
- Indem die Ratsuchenden „lebenden Beispielen“ begegnen, die ihre Ziele verwirklicht haben, können sie ihre eigenen Ängste und Unsicherheiten vermindern.
- Die Unabhängigkeit von institutionellen, persönlichen, sozialen und wirtschaftlichen Interessen ermöglicht eine offene Begegnung auf Augenhöhe.
- Durch den ähnlichen Erfahrungshorizont reduziert sich die Hemmschwelle im Zugang zueinander.
- Beide sprechen eine ähnliche Sprache.
- Ratsuchende verspüren weniger Scham, auch über sensible Themen zu sprechen.

Ratsuchende erwarten von den Beratenden, dass diese

- für sie da sind
- sich Zeit nehmen
- interessiert, offen und wohlwollend sind
- so sind, dass man sich angenommen und verstanden fühlt
- so sind, dass man ihnen vertrauen kann
- so sind, dass man sich nicht blamieren kann
- Wertschätzung für sie aufbringen
- ihnen Respekt zollen
- Sympathie für sie zeigen
- Empathie für sie entwickeln („denn das fehlt oft den Profis“)
- ehrlich sind
- die Schweigepflicht wahren

Beratende sollten

- die Sprache der Ratsuchenden sprechen (weder Amtsdeutsch noch BWL-Jargon)
- aktiv zuhören (von Ratsuchenden auch mit „gutem Zuhören“ beschrieben)
- wirklich Zeit für die Beratung haben („nicht ständig auf die Uhr schauen“)
- keine voreiligen oder pauschalen Interpretationen oder Bewertungen vornehmen

Wichtig sind

- niederschwellige Kontaktmöglichkeiten (telefonische Sprechzeiten, feste Bürozeiten oder auch die Möglichkeit eines Austauschs per E-Mail)
- gute Erreichbarkeit
- angenehme räumliche Bedingungen
- Peer-Beratungsstellen als Orte der Begegnung
- Ungestörtheit während der Gespräche

Dieses Beratungsverhalten führt eher zum Scheitern einer Peer-Beratung. Der Peer als

- Besserwisser
- Kontrolleur
- Richter
- Beschützer
- Leidensgenosse
- Manager
- Dirigent
- Analytiker
- Berater
- Verunsicherer

Quellen:

Evaluation von Peer Counseling. PROGNOSE-Studie im Auftrag des Landschaftsverbands Rheinland. Berlin, Düsseldorf, Kassel 2015.

Leitfaden Ärztliches Peer Review. Herausgeber: Bundesärztekammer. Berlin 2014.