

Peer konzultant

=

Člověk s vlastní zkušeností s duševním onemocněním

Peer konzultanti jsou lidé, kteří sami prožili duševní onemocnění se vším, co k tomu patří. Získali náhled na to, co se s nimi děje a objevili způsob, jak se s příznaky nemoci naučit žít. Svými zkušenostmi dokážou podpořit také ostatní lidi na cestě zotavení.

Co vám může peer konzultant nabídnout?

➤ **Naději na zotavení**

- Inspiraci, jak se s životními situacemi, které ovlivňuje onemocnění, vypořádával on sám
- Zkušenosti, jak zvládat některé vypjaté situace spojené s duševním onemocněním
- Porozumění psychickým stavům, které nemoc může přinášet
- Sdílení osobních přístupů – například co dělá, aby mu bylo dobře, kde čerpá životní energii a podobně...
- Inspiraci při hledání cesty k sobě samému

Jak s vámi může peer konzultant spolupracovat?

Potkáte se s ním osobně při individuálním motivačním a podpůrném rozhovoru.