



## Sådan tilmelder du dig peer-uddannelsen i region hovedstaden

### Frivillig peer

Med dette skema tilmelder du dig Peer-uddannelsen i Region Hovedstaden. Uddannelsen består af en række obligatoriske og valgfri moduler.

For at blive optaget på peer-uddannelsen skal du arbejde med peer-støtte enten som lønnet eller frivillig peer eller som kollega til en eller flere peers.

**Du tilmelder dig som frivillig peer. Med din tilmelding er du automatisk tilmeldt følgende moduler:**

- ✓ Introduktionsmodul 1-3, d. 8.-11. januar 2018, kl. 10-14
- ✓ Brobygning til hverdagslivet, d. 28. februar- 1. marts 2018, kl. 15-19.

På s. 2 skal du udfylde basisoplysninger, og på s. 3 side vælger du, hvilke valgfri moduler du ønsker at deltage på. På de efterfølgende sider kan du læse mere om de enkelte moduler.

Oprettelsen af valgfri moduler forudsætter tilstrækkeligt antal tilmeldte. Det kan derfor ikke garanteres, at alle valgfri moduler oprettes.

Gennemførelse af uddannelsen forudsætter deltagelse i min. 80% af de moduler, du er tilmeldt, herunder 80% af de obligatoriske moduler.

Tilmeldingsskemaet (s. 2-3) udfyldes og indsendes (gerne pr. mail) til Laura Nygaard **senest d. 20. november 2017**.

D. 11. december 2017 får du besked om, hvilke moduler du er optaget på.

Har du spørgsmål, kan du kontakte uddannelsesansvarlig Laura Nygaard:

**Tlf.:** +45 31 14 37 60

**Mail:** ln@detsocialenetvaerk.dk

**Postadresse:**

Det Sociale Netværk  
Østergade 5, 3. sal  
1100 København K  
Att.: Laura Nygaard

Du kan læse mere på [www.peerstoette.dk](http://www.peerstoette.dk)



## TILMELDING TIL PEER-UDDANNELSEN I REGION HOVEDSTADEN

### Frivillig peer

<b>Navn:</b>	
<b>Mail-adresse:</b>	<b>Telefonnr.:</b>
<b>Organisation:</b>	
<b>Nærmeste leder:</b>	<b>Telefonnr.:</b>
<b>Mail-adresse, nærmeste leder:</b>	
<b>Hvis du har kollegaer, som deltager på uddannelsen, bedes du notere deres navne her:</b>	
<b>Kort beskrivelse af din peer-funktion eller de peer-opgaver, du udfører:</b>	
<b>Motivation for at deltage på uddannelsen:</b>	



## TILMELDING TIL PEER-UDDANNELSEN I REGION HOVEDSTADEN

### Frivillig peer

Med din tilmelding er du **automatisk tilmeldt følgende moduler:**

- ✓ Introduktionsmodul 1-3, d. 8.-11. januar 2018, kl. 10-14
- ✓ Brobygning til hverdagslivet, d. 28. februar- 1. marts 2018, kl. 15-19

Valgfri moduler	Jeg ønsker at deltage på følgende modul(er): (Sæt 1 kryds for hvert modul)
	<b>2018 (vinter/forår)</b>
<b>Den gode peer-relation (2 dage)</b>	24.-25. januar (ons-tors), kl. 10-14
<b>Gruppefacilitering – peer-baserede gruppeforløb (2 dage)</b>	7.-8. marts (ons-tors), kl. 10-14
<b>Livshistoriefortælling, del 2 – livshistoriefortælling som metode (1 dag)</b>	15. marts (tors), kl. 10-14
<b>Sådan kan du afholde recovery-caféer (2 dage)</b>	21.- 22. marts (ons-tors), kl. 15-19
<b>Dialog om diagnoseforståelse og recovery (2 dage)</b>	28.-29. marts (ons-tors), kl. 10-14
<b>Robusthed (2 dage)</b>	11.-12. april (ons-tors), kl. 10-14
<b>5 veje til et godt liv (2 dage)</b>	18.-19. april (ons-tors), kl. 10-14
<b>Styrk din stemme (2 dage)</b>	25.-26. april (ons-tors), kl. 10-14
Evt. udbydes nyt fag om <b>'psykoslang'/det sansesymbolske sprog</b> på følgende datoer (yderligere info følger):  D. 7.-8. februar (ons-tors), kl. 10-14 eller  d. 4.-5. april (ons-tors), kl. 10-14	



## MODULER PÅ PEER-UDDANNELSEN

### Frivillig peer

#### Introduktionsmodul 1 – Hvad er peer-støtte? (obligatorisk)

Formålet med dette modul er, at peers og kollegaer får en grundlæggende forståelse af, hvad peer-støtte er, og hvad det kan. Hvordan startede det, og hvad indebærer det? Hvad siger danske og internationale erfaringer om, hvordan og hvornår det virker, og hvilke udfordringer og dilemmaer kan der være i forbindelse med opstart af peer-støtte?

#### Introduktionsmodul 2 – Livshistoriefortælling, del 1 – fortæl din livshistorie (obligatorisk) samt Livshistoriefortælling, del 2 – livshistoriefortælling som metode (valgfri)

Det samlede formål med disse moduler er, at den enkelte lærer at anvende livshistoriefortælling på sig selv og sammen med borgere. Fokus er på at skabe mening, sammenhæng og identitet og på at 'høre sin egen stemme', dvs. få mere øje på, hvem man er, og hvad der er vigtigt i ens liv, og turde give udtryk for dette.

#### Introduktionsmodul 3 – Peer-støtte i organisationen (obligatorisk)

Dette modul har til formål at klæde deltagerne på til at kommunikere tydeligt om egen rolle i organisationen og til at gå i dialog om behov, forventninger og bekymringer i forhold til peer-støtte samt bidrage til definitionen af en tydelig målsætning for, hvad peer-støtten skal i den enkelte organisation.

#### Brobygning til hverdagslivet (obligatorisk)

Formålet med dette modul er at klæde deltagerne på til at være brobyggende til lokalsamfundet og fremme opbygning af borgerens sociale netværk. Konkret arbejdes der på modulet med relationskabelse samt afdækning af eksisterende netværk, behov og motivation hos borgeren for deltagelse i aktiviteter i civilsamfundet.

#### Sådan kan du afholde recovery-caféer (valgfri)

Formålet med dette modul er at klæde frivillige peers på til at gennemføre café-møder med afsæt i *Guide til et godt hverdagsliv*. Modulet er bygget op omkring undervisningsvejledningen til *Guide til et godt hverdagsliv* suppleret med materiale om formidling fra *Dialoghåndbogen*. Fokus er lavpraktisk på den konkrete gennemførelse af café-møder.

#### Den gode peer-relation (valgfri)

På dette modul er fokus på etablering og udvikling af den gode peer-relation; herunder træning af basal samtaleteknik rettet mod konkrete peer-samtaler i praksis. Der vil være øvelser i form af rollespil. Vi undersøger, hvordan hensynet til borgerens og egne grænser hele tiden er i spil. Der arbejdes med, hvordan det personlige kan professionaliseres til gavn for peer-arbejdet samtidig med, at det private beskyttes, så egen robusthed bevares. Ethiske og eksistentielle temaer berøres, og der arbejdes med konflikthåndtering. Kursisternes egen motivation i forhold til peer-arbejde deles og drøftes.



## Gruppefacilitering – peer-baserede gruppeforløb (obligatorisk)

På modulet får deltagerne viden om de grundlæggende principper for gruppefacilitering, herunder hvilke aftaler der er vigtige for at skabe en gruppe, og hvordan man tydeliggør formålet med gruppen, rollen som facilitator samt gruppedeltagernes roller. Deltagerne træner desuden det at kunne varetage rollen som ordstyrer eller gruppeleder.

## 5 veje til et godt liv (valgfri)

Dette modul skal sætte deltagerne i stand til at udbyde gruppeforløb med udgangspunkt i fem veje til et godt liv:

- ✚ Styrk dit netværk
- ✚ Lær noget nyt
- ✚ Lev dit liv aktivt
- ✚ Vær til stede i nuet
- ✚ Giv af dig selv

Deltagerne får inspiration til det gode liv og ikke mindst til, hvordan de i forbindelse med gruppeforløb kan støtte gruppedeltagerne at reflektere over, hvad det gode liv er for dem hver især, og hvordan de kan tage skridt til at opnå større glæde i hverdagen.

## Robusthed (valgfri)

Modulet tager udgangspunkt i materiale fra *Robusthed.dk* og ledes af en uddannet instruktør i Robusthed. Modulet har bl.a. til formål at belyse samspillet mellem krop, hjerne, følelser og tanker og at tilbyde deltagerne enkle teknikker, som kan gøre det lidt lettere at være i og håndtere udfordrende situationer. Modulet har også fokus på betydningen af robuste fællesskaber.

## Styrk din stemme (valgfri)

Dette modul har til formål at styrke den enkeltes self-efficacy gennem at arbejde med stemmen. Modulet er en parallel til livshistoriefortælling og understøtter således den enkelte i at udtrykke sig gennem arbejdet med følgende tre forhold, som også er centrale i livshistoriefortælling:

- At man kan give sig selv lov til at føle, tænke, mene og tro det, man gør
- At man kan og har mulighed for at give udtryk for dette
- At dem, som man omgiver sig med, respekterer disse udtryk

Foruden at understøtte dette hos den enkelte kursist klæder modulet kursisten på til at understøtte lignende processer hos borgerne. Undervejs arbejdes der med stemmen på en måde, som ikke handler om præstation, men om oplevelsen af frit at kunne give udtryk for sig selv.

## Dialog om diagnoseforståelse og recovery (valgfri)

Formålet med dette modul er at skabe dialog om diagnoseforståelse og (veje til) recovery. Modulet tager udgangspunkt i antologien *ER VERDEN DA BEFOLKET AF ROVDYR?* - og andre personlige beretninger om livet med psykisk sygdom (Foreningen Outsideren, 2013). Denne rummer en kort introduktion til diverse diagnoser, men fokus er på levede erfaringer, og det er centralt for tilgangen på dette modul. På modulet bringes deltagerne levede såvel som professionelle erfaringer med brugen og forståelsen af forskellige diagnoser og recovery i spil.

Læs mere på [www.peerstoette.dk](http://www.peerstoette.dk)