

«Du weisst, wovon ich rede» – Jugendliche beraten Jugendliche

Abstract von **Thomas Brunner**

Vermeehrt nutzen Organisationen die Betroffenenperspektive, um Menschen in bestimmten Situationen zu unterstützen. Warum tun sie das? Weil es wirkt! Betroffenenkompetenz bezeichnet die Fähigkeit, zu helfen, die entsteht, wenn Ratgebende das Problem des Ratsuchenden aus eigenem Erleben kennen. Dieser Mechanismus ist die Grundlage von Peer-Beratungsformaten, wie etwa dem Peer-Chat «Jugendliche beraten Jugendliche» von Pro Juventute. Seit April 2018 sind dort junge Menschen immer montags und dienstags online, um sich den Fragen und Sorgen von Gleichaltrigen anzunehmen.

Wirkmechanismen der Peer-Beratung

Peer-Beratung und professioneller Beratung liegen unterschiedliche Wirkmechanismen zu Grunde. Setzt professionelle Beratung unter anderem auf Fachwissen zum Schliessen von Informationsdefiziten, vermittelt Peer-Beratung Insider- und Erfahrungswissen. Dadurch können unterschiedliche Facetten einer Fragestellung beleuchtet werden. Die professionelle Beratungsbeziehung basiert auf ausgeprägtem Rollenbewusstsein und hohem Bewusstsein für Nähe / Distanz. Dadurch wird die Eigenständigkeit der Ratsuchenden gefördert. Die Peer-Beziehung hingegen baut auf Symmetrie und Gleichheit, um ein Gefühl von «Mateship» im Sinne einer vertrauensvollen Beziehung zu einem Kumpel zu kreieren. So können Menschen erreicht werden, die mit professioneller Beratung nicht erreicht werden. Peer-Beratung kann die Hürde für das Annehmen von Unterstützung erheblich senken und junge Menschen so überhaupt erst für Hilfsangebote erreichbar machen. Zudem kann die Peer Beratung – wie wohl kein anderes Format – belastende Situationen normalisieren und deren erfolgreiche Bewältigung als möglich erscheinen lassen. Junge Ratsuchende erfahren von Gleichgestellten glaubhaft, dass ihr Problem gar nicht so einzigartig ist und dass es durchaus junge Menschen gibt, die ähnliche Situationen schon gemeistert haben. Sie können also von den Erfahrungen ihres Gegenübers profitieren – und plötzlich scheint die Möglichkeit, «es» selber ebenfalls zu schaffen, sehr viel greifbarer.

Die Peer-Beratung von Pro Juventute

Mit «Jugendliche beraten Jugendliche» erweitert Pro Juventute das Spektrum ihrer Beratungsarbeit. Durch das Nebeneinander von Profi- und Peer-Beratung entsteht mehr Breite.

Auf dem Webportal von Beratung + Hilfe 147 sind aktuell 13 Avatare von jungen Menschen aufgeschaltet, die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich als Peer-Berater*innen engagieren. Sie

treten dort mit ihrem Pseudonym auf, damit die Anonymität in der Beratung gewahrt bleibt. Sie nennen aber ihr echtes Geschlecht und ihr richtiges Alter – und sie geben preis, welche eher schwierigen Erfahrungen sie selber schon gemacht haben. Dies ermöglicht Ratsuchenden, selber zu bestimmen, welche Person für einen Austausch zum jeweiligen Thema am besten geeignet ist.

Alle Peer-Berater*innen wurden mit einer Schulung auf ihre Aufgabe vorbereitet. Im Zentrum der Schulungen steht nicht die Vermittlung von sozialarbeiterischem oder psychologischem Fachwissen, sondern die Vermittlung von Kommunikationskompetenzen und der Aufbau eines Bewusstseins über Möglichkeiten und Grenzen der Unterstützung unter Gleichaltrigen.

Es gilt, die Beteiligten vor Überforderung zu schützen. Mechanismen sind nötig, um die jungen Beratenden nur soweit mit den Problemen anderer zu konfrontieren, dass dies für sie nicht zur Überforderung wird. Zudem ist wichtig, dass Beratende nicht von sich auf ihr Gegenüber schliessen, ihre Erfahrungen nicht als Erfolgsrezepte weitergeben und so den Druck beim Ratsuchenden in Form von vermeintlichem Erfolgszwang zusätzlich erhöhen.

Das Konzept von «Jugendliche beraten Jugendliche» sieht vor, dass die Peer-Berater*innen immer im Team arbeiten. Der Austausch hilft, gelesenes einzuordnen und reflektiert zu antworten. Jedes Chat-Team wird vor Ort live von einem Profi aus dem Team von Beratung + Hilfe 147 begleitet. Diese halten sich während dem Chat bewusst zurück. Wird ihr Input aber gebraucht oder verlangt ein Chat nach einer Fachperspektive, können sich die Profis in Echtzeit in die Diskussion – und im Extremfall mit einer fachlichen Intervention direkt in einen Chat – einschalten. Letzteres kommt aber selten vor. In der Mehrheit der Fälle genügt es, wenn der Coach den Jugendlichen wohlwollend zur Seite steht und sie das tun lässt, was sie wohl besser können als er selbst: authentisch und in ihrer eigenen Sprache ihre eigenen Gedanken zu Sorgen und Fragen aus dem Alltag von jungen Menschen formulieren.

Thomas Brunner
Abteilungsleiter Beratung & Unterstützung
Stiftung Pro Juventute
Thurgauerstrasse 39
8050 Zürich
Tel. 031 310 10 80
thomas.brunner@projuventute.ch
www.projuventute.ch