

Om studiecirkeln

Studiecirkeln leds av peer supporters:

» Det är personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa som jobbar med att stötta andra.

Vi träffas 10 gånger:

» Vi funderar över vår egen återhämtning och vad som är viktigt på vägen. Vi kikar på strategier som kan stärka oss, på utmaningar och hur vi kan hantera dessa, och hur vi kan arbeta med våra framtidsmål.

Kursen startar tisdag 17 februari kl. 13:30-15:30 på Lagerhusets bibliotek, Heurlins plats 1, nära Järntorget och är kostnadsfri.



Cirkelledare Ola och Åsa, peer supporters

Allas olika erfarenheter är det viktigaste verktyget:

» Vi använder oss av samtal, reflektion och kursmaterial som utvecklats av egnerfarna. Vi delar det vi själva vill och det som pratas om i studiecirkeln stannar mellan oss.

Studiecirkeln kan bidra till att du:

- tar steg mot återhämtning och personliga mål
- lär dig av andras resor
- hittar vad som hindrar och hjälper dig i vardagen
- pratar och tänker snällare om dig själv.

Anmäl intresse eller ställ en fråga om studiecirkeln:
peersupport@socialcentrum.goteborg.se

Forskning på studiecirkeln

Peer Support blir allt vanligare, men det saknas fortfarande forskning om hur stödet kan ges på bästa sätt.

Genom att delta i den här studiecirkeln bidrar du med viktig kunskap om hur stöd från personer med egen erfarenhet i sin yrkesroll, kan funka på bästa möjliga sätt!

För deltagare innebär forskningen att:

- alla fyller i frågeformulär anonymt före och efter studiecirkeln samt tre månader efteråt
- några av de som vill blir intervjuade om sin upplevelse av studiecirkeln och Peer Support
- alla uppgifter som lämnas i formulär eller intervjuer anonymiseras, så ingen ser vem som har svarat vad.

Forskningen görs i samarbete mellan Lunds Universitet och NSPH (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa). NSPH är ett nätverk för patient-, brukar- och anhörigföreningar.

**Ditt deltagande
och dina svar
är otroligt värdefulla!**

Har du frågor om vad forskningen innebär?

Varmt välkommen att kontakta oss!



Filippa Gagnér Jenneteg

Processledare

Arbetar på NSPH Västra Götaland och Göteborg

filippa@nsphvastragotaland.se



Patrik Engdahl

Forskare

Arbetar på Lunds universitet

patrik.engdahl@med.lu.se



Elisabeth Argentzell

Forskare och projektledare

Arbetar på Lunds universitet

elisabeth.argentzell@med.lu.se