



Accommodating a travelling life

## PRZEGLĄD TYGODNIOWY N°6

Program szkoleniowy dla JCS

Wykorzystywanie własnego doświadczenia życiowego  
do pomagania innym

Doświadczenie  
rówieśnicze:  
osobiste przeżycia  
"z pierwszej ręki"  
związane z  
konkretną sferą lub  
usługą pomocową

Ekspert przez  
doświadczenie:  
osoba posiadająca  
specyficzną wiedzę na  
określony temat  
wynikającą z tego, co  
sama przeżyła

### **Przyjaciel czy usługodawca?**

Być może zastanawiasz się, w jaki sposób powinna rozwijać się relacja z rówieśnikiem. Trudno odpowiedzieć na to jednoznacznie. W grę wchodzi wiele czynników. Niewątpliwie istotne jest, aby Pracownicy Wsparcia Rówieśniczego mieli jasny kodeks postępowania, który określa zasady i wynikającą z nich praktykę. Nie ma jednej uniwersalnej recepty na udaną relację rówieśniczą, ale każdy rówieśnik wspierający powinien wiedzieć, jakie postawy nie są akceptowalne we wsparciu rówieśniczym, np. relacje intymne z rówieśnikiem, dzielenie się nielegalnymi substancjami czy transakcje finansowe poza tymi formalnie ustalonymi przez organizację świadczącą usługi.

Ale co z życiem towarzyskim, dzieleniem się własnym życiem, sawaniem i przyjmowaniem emocjonalnego wsparcia? Wiele będzie zależać od Was, od granic, jakie między sobą uzgodnicie, na co wspólnie przystaniecie i jakiego rodzaju relację zechcecie stworzyć.

Przeczytaj więcej [tutaj](#)





## ZASTANÓW SIĘ, CO Z TWOJEJ HISTORII MOŻE POMÓC A CO ZASZKODZIĆ RÓWIEŚNIKOWI

Jak to robić?

- Nie generalizuj swoich doświadczeń
- Pamiętaj, że każdy jest inny i może reagować różnie w podobnych sytuacjach
- Nie radź nikomu wprost, co ma robić
- Nie przesadzaj ani w przedstawianiu pozytywów, ani w przedstawianiu negatywów

Dzieląc się własnym doświadczeniem możesz pomóc nie tylko rówieśnikowi. Twoje doświadczenie jest potrzebne również profesjonalistom i rzuca światło na aktualne struktury pomocowe.

planning,  
implementing and  
evaluating services

bringing in different  
perspectives

improve the  
chances of services  
to meet the needs  
of the users



Pamiętaj: jesteś najlepszym dowodem na to, że można zdrowieć i wyzdrowieć. Jak się podzielić tą świadomością z drugim? Dowiedz się więcej z rozdziału 6.

Linki do dalszej lektury:

[Tedx Talks](#)

[Speaking from Experience:  
The Power of Peer Specialists](#)