Che cos'è il sostegno tra pari?

Il sostegno tra pari è il sostegno offerto da qualcuno **che comprende la tua situazione.**

Si basa su:

- l'esperienza condivisa
- l'ascolto
- comprensione
- sostegno reciproco

Non devi affrontare tutto da solo.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi. Questo lavoro è concesso in licenza ai sensi della CC BY-SA 4.0.

Questo lavoro è concesso in licenza ai sensi della CC BY-SA 4.0. Per visualizzare una copia di questa licenza, visita https://creativecommons.org/licenses/

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Sostegno tra pari

rispetto al sostegno professionale

Sostegno tra pari

- esperienza condivisa
- sostegno emotivo
- consigli quotidiani

Entrambi possono aiutare

Supporto professionale

- conoscenze specialistiche
- trattamento
- aiuto formale

Chi mi sostiene?

Pensaci:

- Chi capisce quello che sto passando?
- Con chi posso parlare apertamente?

SOSTEGNO TRA PARI O SOSTEGNO PROFESSIONALE?

RIFLETTIAMO INSIEME: CHI È CHE AIUTA QUI?

Un amico con problemi di salute simili mi ascolta.

La mia infermiera mi spiega i miei farmaci.

Un altro utente mi racconta cosa ha aiutato lui.

Il mio medico modifica la mia terapia.

Riflessione:

Quando è utile il sostegno tra pari?

Quando ho bisogno di un aiuto professionale?

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

La mia rete di sostegno

Chi può sostenermi emotivamente?

Chi comprende le mie sfide quotidiane?

Chi può aiutarmi nelle questioni pratiche?

A chi potrei rivolgermi più spesso?

Una parola

“Il sostegno tra pari è come…”