Verein zur sozialen und beruflichen INTEGRATION
VSBI e.V.

Finanziert von der Europäischen Union

FAIRCARE

Inclusion & Self-determination

MODUL 2.1

Sorstársi megközelítés és tanácsadás
Alapok, attitűdök, demokratikus elvek.

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A “sorstárs” definíciója



A sorstárs (peer) olyan személy, akinek **releváns, megosztható tapasztalata van**. A lényeg nem az azonosság, hanem a közös tapasztalatok olyan szintje, amely elősegíti a megértést, a bizalmat és a tájékozódást.

közös helyzetek

megélt tapasztalat

egyenrangú félként

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A “sorstárs” definíciója

Nem automatikusan igaz a sorstársakra:

- Diagnózis
- Vélemény
- Élettörténet

De gyakran elég hasonló, hogy...

- Jobban megérti az akadályokat.
- Hitelesen reményt ad.
- Praktikus stratégiákat oszt meg.



Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi megközelítés alapelvei

Alapelvek a sorstársi kapcsolatokban:

- gyakorlati tudás
- kapcsolódás egyenrangúként
- önrendelkezés
- empowerment
- szolidaritás & önkéntesség



Bildquelle: KI generiert. 2026. Dr. Julia Fischer

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi megközelítés alapelvei

Alapelvek a sorstársi kapcsolatokban:

Nem csak elméleti tudás

A személyes tapasztalatot nem „anekdotaként” kezeljük, hanem önálló, értékes tudásforrásként.



Bildquelle: KI generiert. 2026. Dr. Julia Fischer

Cél a cselekvőképesség erősítése

A sorstársi támogatás nem alkalmazkodásra törekszik, hanem hogy megerősítsen a döntéshozatalban, a részvételben és az önérdek-érvényesítésben.

Kapcsolat lekezelés nélkül

A támogatás szolidaritás szellemében, önkéntes alapon és a lehető legkisebb hierarchiával történik.

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi megközelítés alapelvei

A sorstársi tanácsadás a fókuszt a hiányosságokról az erőforrásokra és a befolyásolási lehetőségekre helyezi.



Bildquelle: KI generiert. 2026. Dr. Julia Fischer

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Történeti háttér

A jóléti modellről az önrendelkezés és a jogok felé.

1960s/ 1970s

A polgárjogi, feminista és önsegítő mozgalmak kritizálják a kirekesztést és az autonómia megtagadását.

korai 70s

Az Önálló életvitel Mozgalom és az első „Önálló Életvitel Központok” az USA-ban megerősítik a mottót: az ember átveszi a saját élete feletti irányítást.

1980s/ 1990s

A sorstársi tanácsadás az Önálló életvitel központokban és az önérdek-érvényesítő szervezetekben alapvető gyakorlattá válik.

ma

A szemléletet más területeken is alkalmazzák: pszichiátria, addiktológia, ifjúsági munka, oktatás és közösségi munka.



https://www.accessliving.org/newsroom/blog/independent-living-history/

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Történeti háttér

A SORSTÁRSI MEGKÖZELÍTÉS NEM SEMLEGES SZOLGÁLTATÁSI KONCEPCIÓ, HANEM A FELSZABADÍTÓ MOZGALMAK RÉSZE.



https://www.accessliving.org/newsroom/blog/independent-living-history/

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi szemlélet

Ne mondd meg az embereknek, mi a helyes,
hanem teremts teret, hogy saját döntéseiket meghozhassák.



A tapasztalat elismerése

A személyes tapasztalat megosztható, de körültekintően kell kezelni, és nem szabad általános érvényű mérceként tekinteni rá.

Nem paternalista szemlélet

A sorstársi támogatás nem azt kérdezi „Mi a helyes megoldás?”, hanem, hogy „Mire van szükséged ahhoz, hogy te tudj dönteni?”

Reflexió, elköteleződés, remény

A pozitív sorstársi szemlélet erőt tükröz, elősegíti a részvételt és reményt ad anélkül, hogy bagatellizálná a problémákat.

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi tanácsadás alapelvei

A sorstársi tanácsadás több, mint egy egyszerű, kötetlen beszélgetés.

Önrendelkezés

A tanácsot kérő személy továbbra is a saját élete irányítója marad.

Erőforrás-alapú szemlélet

A hangsúly a készségeken, kapcsolati hálón, tapasztalatokon és lehetőségeken van.

Önkéntes részvétel és bizalom

Önkéntes részvétel, bizalom és tisztelet nélkül a tanácsadás elveszíti az alapját.

Átláthatóság és korlátok

A sorstársi tanácsadás nem helyettesíti automatikusan a terápiát, a jogi segítséget vagy a juttatások megítélését.

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Módszertani alapelvek

Az odafigyeléstől a következő önrendelkező lépésig

- **Odafigyelés** — Aktív, nyitott, nem elhamarkodott
- **Pontosítás** — Témák és célok szerinti rendszerezés
- **Erőforrások** — Az erősségek és kapcsolati hálók kiemelése
- **Lehetőségek és következő lépések** — Lehetőségek feltárása, a következő lépések meghatározása és a határok tisztázása

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Módszertani alapelvek

Alapelvek a sorstársi kapcsolatokban:

Módszerek

Aktív figyelem, nyitott kérdések feltevése, a beszélgetés strukturálása, erőforrás-orientált tanácsadás, kontrollált önfeltárás

Információ

Szükség esetén: információ a jogokról (nem jogi tanácsadás!), támogató szolgáltatások, akadályok, önérdek-érvényesítés és hozzáférés.

A határok tudatosítása

Szükség esetén továbbirányítás akut krízis, speciális jogi kérdés esetén, vagy ha a sorstársi támogatás szerepe már nem elegendő.

! A személyes tapasztalat erőforrásként szolgál – nem pedig mintaként más számára.

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

A sorstársi szemlélet demokratikus kontextusban

Nem csupán egy módszer – hanem hozzájárulás a részvételhez, a képviselethez és a hatalmi viszonyok kritikájához.

A tudás demokratizálása

A sorstársi munka megkérdőjelezi azt a felfogást, hogy kizárólag a formális szakértők rendelkeznek legitim tudással.

A részvétel ösztönzése

Az emberek nem csupán megszólítottak, hanem aktív résztvevőivé válnak saját életkörülményeik alakításának.

A hatalom kritikája

Ez a megközelítés a paternalista intézményekre ad választ, és mérsékli a támogatásban, tanácsadásban és érdekérvényesítésben jelen lévő hierarchiákat.

A marginalizált nézőpontok láthatóvá tétele

A sorstársak által a figyelmen kívül hagyott tapasztalatok is bevonódnak az intézményi, politikai és tágabb társadalmi életből.

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Három tanulság

1. A sorstársi támogatás azt jelenti, hogy a közös tapasztalatokat szakmai módon és tudatosan erőforrásként használjuk.

2. A sorstársi tanácsadás segít az embereknek megtalálni a saját útjukat, és önállóbbá válni anélkül, hogy lekezelnék őket.

3. Ez a megközelítés demokratikus szempontból azért jelentős, mert újraosztja a megszólalás lehetőségét, a tudást és a részvételt.



Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch

FAIRCARE

Inclusion & Self-determination

This work is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Dr.in Julia Fischer I Lisa Risch