

Evaluation des Peer to Peer-Projekts von Pro Mente Sana

Auf der Grundlage des Recovery-Gedankens lancierte Pro Mente Sana ein Peer-Projekt. Es wurden Betroffene geschult, die von 2007 bis 2009 in psychiatrischen Institutionen Veranstaltungen zum Thema „Gesundheit ist ansteckend“ durchführten. Jetzt liegt die Evaluation vor mit dem Fazit: Peer-Support wirkt.

Von Franziska Rabenschlag

Das Recovery-Konzept ist durch eine gesundheitsorientierte Sicht gekennzeichnet, die auf die Förderung von Hoffnung, Selbstbestimmung, Wissen, Lebenszufriedenheit und die vermehrte Nutzung von Selbsthilfemöglichkeiten zielt. Der Einbezug von Peers bei psychischen Erkrankungen scheint eine Erfolg versprechende Strategie zu sein. Es wird angenommen, dass Peers die Recovery-relevante Einstellung, durch die ein Gesundungsprozess überhaupt möglich wird, positiv beeinflussen.

Das Peer-Projekt „Gesundheit ist ansteckend!“

Pro Mente Sana entwickelte im Jahr 2007 das schweizweit erste Projekt zu Recovery und Peer-Support. Betroffene wurden in einem 40 Stunden dauernden, hauptsächlich in Gruppen durchgeführten Training geschult. Es wurden folgende Themen behandelt: Recovery, Salutogenese, der eigene Gesundungsweg und der Umgang mit Krisen. Die Peers lernten, eine Diskussion zu führen und auf Fragen von teilnehmenden Betroffenen einzugehen. Ebenso lernten sie Moderations- und Präsentationstechniken. Nach Absolvierung des Trainings führten die Peers ein- oder mehrmalige, je zweieinhalbstündige Veranstaltungen in psychiatrischen Institutionen durch. Hauptziel war es, dass die Teilnehmenden Hoffnung gewinnen und motiviert werden, ihre eigenen Ressourcen einzusetzen. In den Veranstaltungen berichteten die ausgebildeten Peers von ihrem eigenen Gesundungsweg und ihrem Umgang mit der Erkrankung. Sie verwendeten dazu Hilfsmittel wie Bilder oder Symbole ihrer individuell wichtigen Lebensstationen. So formten sie etwa mit Hilfe eines Seils ihren Lebensweg und markierten bedeutende Ereignisse und Erlebnisse ihn mit farbigen Fähnchen oder Zetteln. Die Teilnehmenden wurden eingeladen, von eigenen Schwierigkeiten und von ihren Bewältigungsstrategien zu berichten. Den Peers stand auch die DVD „Recovery“ von Pro Mente Sana zur Verfügung, aus der sie Ausschnitte zeigen konnten.

Die Veranstaltungen wurden von MitarbeiterInnen des psychosozialen Teams von Pro Mente Sana supervidiert. Diese hatten zuvor Kriterien zur Auswahl der Personen entwickelt, die an der Ausbildung und am Peer to Peer-Projekt teilnehmen wollten. Sie sollten z.B. ihren eigenen Gesundungsweg reflektieren und diesen vermitteln, aber auch davon abstrahieren können und Nutzende dabei unterstützen, ihren persönlichen Gesundungsweg zu beschreiben.

Wie wurde das Projekt evaluiert?

Die Evaluation zielte darauf ab, den Einfluss der „Gesundheit ist ansteckend“-Veranstaltungen auf die Recovery-relevanten Einstellungen von Menschen mit psychischen Störungen zu untersuchen. Die BesucherInnen der Veranstaltungen füllten einen quantitativen Fragebogen aus. Er gibt in acht Kategorien ihre Einstellung zu Recovery wider, die eine Art Recovery-Wert darstellt. Der Fragebogen wurde den Teilnehmenden in verschiedenen psychiatrischen Einrichtungen direkt vor und nach einer oder mehreren, sowie sechs Monate nach einer oder mehreren Veranstaltungen ausgeteilt. Die Antworten wurden statistisch ausgewertet. Ausserdem wurden die Peers und die Institutionen um ein schriftliches Feedback gebeten. Diese Feedbacks werden nachfolgend zusammen mit meinen persönlichen Eindrücken und den Resultaten der statistischen Analyse beschrieben.

Resultate

Fast alle Veranstaltungen wurden in spitalexternen Institutionen durchgeführt - z.B. in Tageszentren oder Wohngruppen. Nur zwei fanden in Kliniken und zwar auf akuten Aufnahmestationen statt. Eine der beiden Kliniken war jedoch so überzeugt vom ganzen Projekt, dass sie einen ihrer Mitarbeitenden dafür einteilte. Dies war für die Organisation der Veranstaltungen und Evaluationen optimal. Meist wurden übrigens einmalige Veranstaltungen gebucht.

Die Anzahl Teilnehmender schwankte zwischen vier und fast 50 Personen pro Veranstaltung. Meistens waren es zehn Betroffene und zwei Fachpersonen. Es liegen jedoch nicht von allen Veranstaltungen Rückmeldungen vor. Die

Teilnahme von Fachpersonen wurde kontrovers, aber mehrheitlich positiv beschrieben und desto mehr geschätzt, je „stationärer“ der Rahmen war.

Rückmeldungen der Institutionen

Die Veranstaltungsorte wurden um ein schriftliches Feedback zur Zufriedenheit mit der Veranstaltung, zu Verbesserungsvorschlägen sowie um eine Gesamtbewertung in Noten gebeten. Es liegen von 24 Peer-Veranstaltungen Feedbackbogen vor. Praktisch alle Institutionen waren begeistert! Die Institutionen konnten eine Note von 1 bis 6 vergeben: Der Durchschnitt lag bei 5.5, die Mindestnote betrug 5. Laut den Rückmeldungen scheint das Ziel wirklich erreicht worden zu sein: Gesundheit ist ansteckend! Die Offenheit der Peers schien besonders zu beeindrucken. Von zwei Institutionen wurde gewünscht, dass noch weitere Krankheitsbilder als nur diejenigen der Peers selber besprochen werden könnten. In einem Fall wurde erwähnt, dass die Veranstaltung bei den Betroffenen Krisen ausgelöst hatte.

Rückmeldungen der Peers

Auch die Peers wurden um schriftliche Rückmeldungen gebeten. Darin gaben sie an, fast ausnahmslos positive Reaktionen erhalten zu haben. Das Vermitteln von Mut und Zuversicht scheint fast immer geglückt zu sein. Ihre Offenheit und Ehrlichkeit wurden von den meisten Teilnehmenden geschätzt, ebenso die Gelegenheit, zu diskutieren und vom eigenen Weg zu berichten. Auch im akuten stationären Rahmen gab es durchwegs positive Rückmeldungen. Zweimal berichteten Peers, dass Teilnehmende kritisch reagiert hätten in dem Sinn, dass sie selber (die Betroffenen) nie so weit kämen in ihrem Gesundheitsweg wie die Peers, z.B. beschrieben mit „Sie waren ja gar nie so schlecht dran wie ich“. Einhellig positiv und wichtig benannt wurde die gemeinsame Leitung einer Veranstaltung durch zwei Peers.

Persönliche Beschreibungen der Eindrücke

An einigen Veranstaltungen konnte ich persönlich teilnehmen: einerseits, um die Atmosphäre zu erfassen und andererseits, um die Peers beim Informieren und Austeilen der Fragebogen zu entlasten. Es war jedes Mal tief beeindruckend, wie die Peers die Veranstaltung führten und vor allem zu sehen, wie aktuell Betroffene und offensichtlich schwer erkrankte Menschen zuhörten, reagierten und aktiv teilnahmen. Es schien keine Rolle zu spielen, ob die Veranstaltung in einem ambulanten Rahmen durchgeführt wurde oder in einem stationären mit akut psychisch erkrankten Menschen. Die teilnehmenden betroffenen Menschen baten die Peers um hilfreiche Tipps und Ratschläge, wie sie diese, nach meiner Erfahrung als ehemalige Psychiatriepflegende, selten an Professionelle richten! Dabei scheint einfach das Wissen, dass die Peers in gewissen Lebensphasen ebenso erkrankt waren, eine Hürde zu ebnen.

Peer-Support vermittelt Zuversicht

Zu jedem Zeitpunkt nach den Veranstaltungen waren die Teilnehmenden zuversichtlicher bezüglich ihrer eigenen Gesundheit. Recovery-orientierter Peer-Support scheint auch im akut psychiatrischen Rahmen wirkungsvoll zu sein. Vor allem Betroffene einer schizophrenen und affektiven Erkrankung scheinen davon zu profitieren. Wichtig für Professionelle ist der Einbezug von Peers und von Recovery-orientierten Behandlungsformen bereits bei den ersten Krankheitsausbrüchen, nicht erst nach länger dauernden Erkrankungen und mehrmaligen Episoden. Die statistische Auswertung zeigte einen geschlechtsspezifischen Effekt bei den Frauen. Weitere Projekte sollten diesen Faktor berücksichtigen und weiter untersuchen.

Umfangreicher Evaluationsbericht auf www.promentesana.ch/recovery

Franziska Rabenschlag ist Gesundheits- und Pflegeexpertin FH, MPH, und arbeitet an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich.