



Wer selbst Erfahrungen mit psychischen Krankheiten gemacht hat, kann anderen Betroffenen oft eine helfende Hand reichen.
Themenbild: Getty Images

Ein Projekt fördert Peers in der Spitex

Das Projekt INGA will Klientinnen und Klienten der Spitex mit Menschen zusammenbringen, die in Bezug auf psychische Krankheiten ähnliche Erfahrungen wie sie selbst gemacht haben. Drei Spitex-Organisationen haben die Peer-Unterstützung bereits eingeführt, nun sind weitere gesucht.

«Erfahrung kostet uns ein furchtbar hohes Schulgeld, aber sie lehrt uns wie niemand sonst», wird der schottische Philosoph und Historiker Thomas Carlyle (1795–1881) zitiert. Diese Aussage passt gut zum Projekt INGA von der Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH. Schliesslich geht INGA von der Prämisse aus, dass Menschen, die psychische Erkrankungen überwinden oder zumindest damit leben lernen, eine wertvolle Ressource erlangen: Erfahrungswissen.

Versorgungslücke in der ambulanten Peer-Begleitung
«INGA» steht für «Involvement von Menschen mit Psychiatrieerfahrung», «Genesungsbegleitung» und «Austausch von Erfahrungswissen». Im Rahmen von INGA soll der Einsatz von Peers in der Spitex gefördert werden. Peers werden dabei als «Expertinnen und Experten aus eigener Erfahrung»

betrachtet, die andere Menschen mit psychischen Krankheiten im Sinne eines Recovery- und Empowerment-Ansatzes unterstützen und begleiten. «Dadurch kann Leid gemildert, die Genesungszeit verkürzt und der Zugang zu Betroffenen verbessert werden, wie Studien zeigen», erklärt Roger Altmann, Gründer des Netzwerkes Gesundheit Schweiz. «Peers erweitern nicht nur das Fachwissen der Spitex um ihr eigenes Erfahrungswissen. Sie sind für die Spitex auch eine kostengünstige Ressource, um der steigenden Nachfrage nach ambulanten psychiatrischen Dienstleistungen gerecht zu werden.» Dennoch sei die Peer-Begleitung in der Schweiz vordergründig im stationären Setting verbreitet, im ambulanten Setting sei sie äusserst selten anzutreffen.

Roger Altmann hat unter anderem Betriebswirtschaft studiert, einen Master in Gesundheitsförderung erlangt und

war akkreditierter Berater für das Label «Friendly Work Space» von Gesundheitsförderung Schweiz (vgl. SpiteX Magazin 5/2021), als er sich 2017 mit dem Netzwerk selbstständig machte. Gemeinsam mit freien Mitarbeitenden und Partnern aus Forschung, Wirtschaft und Gesundheitsbranche fördert er nun die ambulante Peer-Begleitung nach einheitlichen Qualitätskriterien.

Was «INGA» umfasst

Im Rahmen von INGA wurde ein erstes Modell für ein Peer-Angebot in kleineren und mittleren Spitex-Organisationen mit einem öffentlichen Versorgungsauftrag geschaffen. Dieses Modell wird von drei Organisationen in einer Pilotphase seit Oktober 2021 getestet. Ein zweites Modell befindet sich derzeit in der Entwicklung und richtet sich an Spitex-Organisationen mit über 300 Mitarbeitenden. Die Grundsätze beider Modelle sind indes dieselben: Einerseits bietet eine Spitex-Organisation eine offene Recovery-Gruppe an, die durch Peers (mit-)geleitet wird. Andererseits setzt sie Peers direkt in der Unterstützung zu Hause ein.

Genauer können Peers gemeinsam mit Klientinnen und Klienten alltagstaugliche Recovery-Strategien entwickeln, deren Ressourcen stärken oder ihnen soziale sowie allenfalls instrumentelle Unterstützung zukommen lassen. Beispielsweise wird gemeinsam eingekauft, gekocht oder spaziert. «Eine Spitex-Klientin hatte zum Beispiel Angst vor dem Bedienen ihrer Waschmaschine. Der Peer war zwar auch nicht sonderlich bewandert im Wäschewaschen, aber gemeinsam und mit viel Geduld haben sie diese Aufgabe bewältigt», berichtet Roger Altmann schmunzelnd.

Durch Peer-Einsätze werden die Spitex-Fachpersonen entlastet. Von zentraler Bedeutung ist dabei jedoch: Peers entscheiden und agieren nie in Eigenregie, sondern stets im Auftrag und in enger Absprache mit einer Fachperson. Im Falle von herausfordernden Aufgaben sind sie zudem im Tandem mit ebendieser Fachperson unterwegs.

Sorgfältige Auswahl von Klienten und Peers

Jede am Projekt teilnehmende Spitex-Organisation wählt nicht nur diejenigen Klientinnen und Klienten aus, welche sich für die Peer-Begleitung eignen – sie ist auch an der herausfordernden Auswahl der passenden Peers beteiligt. Das Netzwerk verfügt über einen Zugang zu potenziell geeigneten Peers und nimmt eine Vorauswahl vor. Dabei überprüft es nicht nur, ob die Peers eine anerkannte Ausbildung durchlaufen haben, zum Beispiel beim Verein EX-IN Schweiz (www.ex-in-schweiz.ch). Es werden auch andere Komponenten wie konkrete Kompetenzen der «Expertinnen und Experten aus eigener Erfahrung» berücksichtigt. Die definitive Rekrutierung der Peers erfolgt indes erst, nachdem das Spitex-Fachpersonal sie kennengelernt und für geeignet befunden hat. Daraufhin lernen sich Peer und Klientin oder Klient jeweils unter der Aufsicht der Spitex



«Durch die Peer-Begleitung kann Leid gemildert, die Genesungszeit verkürzt und der Zugang zu Betroffenen verbessert werden.»

Roger Altmann, Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH

kennen. «Dies ist ein wichtiger Schritt, denn die Peers sollen sich durch eine konkrete Aufgabe nicht selbst zu stark belasten», erklärt Roger Altmann. Ist dieses erste Treffen ein Erfolg für alle Beteiligten, wird die Peer-Begleitung gestartet.

Die ausgewählten Peers werden vom Netzwerk ange stellt und arbeiten im Auftragsverhältnis für die Spitex. «Damit können wir die Spitex in Bezug auf viele administrative Aufgaben entlasten», erklärt Roger Altmann. Die Entlohnung der Peers, sei es in einer Festanstellung oder im Stundenlohn, erfolgt nach den Empfehlungen des Vereins Peer+ (www.peerplus.ch). Weiter stellt das Netzwerk den Spitex-Organisationen verschiedene Produkte zur Verfügung, zum Beispiel ein Peer- respektive Qualitätshandbuch. «Und wir kümmern uns um die professionelle Begleitung der Peers: Alle müssen an einer regelmässigen Supervision teilnehmen», fügt Roger Altmann an.

Begleitevaluation und Finanzierungslösungen

Um die positiven Wirkungen der Peers im ambulanten Setting belegen zu können, hat das Netzwerk die Berner Fachhochschule (BFH) für die Begleitevaluation ins Boot geholt. Die BFH wird die Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit von INGA untersuchen. Dies ist unter anderem von Belang, weil die beteiligten Spitex-Organisatio-

Schweizer Pflegekongress

5.-6. Mai

Congrès suisse des soins infirmiers

5-6 mai 2022

Kursaal Bern

www.sbk-asi.ch/congress

Organisation:
SBK ... die Stimme der Pflege
ASI ... la voix infirmière




Zu Hause ist es am schönsten!

Ein wohnliches Pflegebett von Embru macht das möglich. **Kaufen oder mieten** – wir sind gerne für Sie da.

Embru-Werke AG
 Bettenfachgeschäft
 Rapperswilerstrasse 33
 CH-8630 Rüti ZH

T +41 55 251 15 15
 F +41 55 251 19 49
 bfg@embru.ch
 www.embru.ch

embru
 möbel ein leben lang

nen die Finanzierung ihrer Teilnahme an INGA bisher mittragen. «Leider ist die Peer-Begleitung im ambulanten Setting eine viel grössere Herausforderung als im stationären», kritisiert Roger Altmann. «Darum bieten wir jeder Spitex-Organisation gemeinsam mit anderen Fachorganisationen eine Beratung in Bezug auf mögliche Finanzierungslösungen oder auch rechtliche Fragen an. Zudem arbeiten wir daran, dass die Peer-Begleitung durch den wissenschaftlich untermauerten Erfolg von INGA künftig von den Versicherern mitgetragen und eines Tages vielleicht sogar in die Regelfinanzierung aufgenommen wird.»

Auf die Spitex folgen andere Bereiche

Im Rahmen des Pilotprojekts sind seit Herbst 2021 fünf Peers zu insgesamt 50 Stellenprozent für die Spitex oberes Worblental, die Spitex Region Bern Nord (ReBeNo) und die Spitex AareBielersee tätig. Anhand der bisherigen Erfahrungen dieser drei Berner Spitex-Organisationen wurde das INGA-Modell optimiert. Zwei weitere Organisationen mit öffentlichem Leistungsauftrag haben ihre Teilnahme bereits zugesagt. Bis Ende 2022 will Roger Altmann zehn INGA-Organisationen vorweisen können, bis Ende 2023 deren 40. Darum ist er auf der Suche nach interessierten Organisationen aus der Deutschschweiz und der Romandie; in Italienisch ist die Teilnahme derzeit nicht möglich. «Natürlich sind meine Ziele ambitioniert, aber ich bin vom Nutzen des Modells für alle Beteiligten überzeugt», sagt der Initiator.

In naher Zukunft will Roger Altmann die ambulante Peer-Begleitung zudem in Hausarzt-Praxen und in der ambulanten Psychotherapie etablieren. «Und ich will erreichen, dass Menschen mit psychischen Krankheiten von Peers begleitet werden, wenn sie aus dem geschützten Rahmen einer stationären Einrichtung entlassen werden», ergänzt er.

Bisherige Erfahrungen sind sehr positiv

Die Spitex AareBielersee startete im November 2021 mit zwei Peers im 10-Prozent-Pensum in das INGA-Pilotprojekt. «Im Vorfeld haben wir vom Psychiatrieteam überlegt, bei welchen Klientinnen und Klienten ein Peer-Einsatz als Ergänzung zur Behandlung durch unser Fachpersonal sinnvoll sein könnte», erklärt Maurizio Boeri, Teamleiter Psychiatrie. Derzeit besuchen die beiden Peers insgesamt sieben Klientinnen und Klienten regelmässig – die Spannweite reicht von einmal pro Monat bis hin zu einmal pro Woche. «Die Peers sind eine gute Ergänzung zu unserem bestehenden Angebot», zieht Maurizio Boeri eine erste Bilanz. «Von unseren Klientinnen und Klienten haben wir äusserst positive Rückmeldungen erhalten. Die Peers sind gerade für Menschen in besonders schwierigen Situationen eine wichtige Unterstützung.»

Alle 14 Tage bietet die Spitex AareBielersee auch eine offene Recovery-Gruppe für bis zu zehn Teilnehmende an, die laut Ausschreibung «Raum für das gegenseitige Zuhö-

ren, Wahrnehmen und Reflektieren» bietet. «Die Recovery-Gruppe steht auch Interessierten offen, die ausserhalb unseres Einzugsgebiets wohnen und nicht bei uns als Klient oder Klientin angemeldet sind», erklärt der Teamleiter. Jede 90-minütige Sitzung wird von einem Peer und einer Fachperson gemeinsam moderiert und kostet die Teilnehmenden 9 Franken. «Offen und spannend bleiben die Fragen, wie viel Wirksamkeit die Peer-Einsätze tatsächlich haben und wie sie die Behandlungszeit insgesamt beeinflussen. Deshalb ist es gut, dass die BFH das Projekt begleitet», fügt Maurizio Boeri an. «Mein Bauchgefühl sagt mir aber, dass die Evaluation eine positive Auswirkung der Peer-Arbeit ergeben wird.»

Eine positive Auswirkung erwartet Roger Altmann auch auf die Peers selbst. «Sie erhalten durch das Projekt eine neue Aufgabe, die ihrer Erkrankung eine Sinnhaftigkeit verleiht», erklärt er. «Schliesslich haben sie dadurch ein grosses Erfahrungswissen angereichert, das sich nun als wertvolle Ressource für viele andere Betroffene erweist.»

Kathrin Morf

Das «Spitex Magazin» wird zu einem späteren Zeitpunkt über den Alltag der Spitex-Peer-Unterstützung berichten. Spitex-Organisationen, die sich für das Projekt INGA interessieren, können sich für eine unverbindliche, kostenlose Beratung bei Roger Altmann melden: roger.altmann@ngch.ch oder 079 342 91 40. Mehr Informationen: www.netzwerkgesundheits.ch/kundenlösungen/öffentliche-spitex



«Von unseren Klientinnen und Klienten haben wir äusserst positive Rückmeldungen erhalten.»

Maurizio Boeri, Spitex AareBielersee