«Eine Ablenkung von meiner Einsamkeit»

Manuela Möller, Pflegefachfrau HF, Spitex Zürich AG

HINTERGRUND

Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen leiden an psychosozialen Belastungen. Diese können durch die Erkrankung selbst, deren Auswirkungen oder aktuelle Krisen und Überlastung ausgelöst werden. Eine Vielzahl der Kundinnen und Kunden leiden zudem an fehlenden Sozialkontakten, Einsamkeit und mangelnder Tagesstruktur. Die Fachstelle psychosoziale Pflege der Spitex Zürich, ein Angebot im Setting der ambulant aufsuchenden Pflege, bietet diesen Kundinnen und Kunden Unterstützung in Form eines Gruppenangebotes.

PROBLEMSTELLUNG

Die Nutzung bestehender Angebote scheitert oft, weil diese ein relativ hohes Funktionsniveau von den Teilnehmenden erwarten. Es wird zum Beispiel Pünktlichkeit, zuverlässige Teilnahme oder aktives Mitwirken erwartet. In der Literatur werden unter anderem Gruppeninterventionen empfohlen, um Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen in den Bereichen Alltags- und soziale Fertigkeiten zu unterstützen (DGPPN, 2018). Für einige Betroffene sind diese Ansprüche jedoch zu hoch angesetzt und werden aus dem Setting ausgeschlossen.

ZIELE

Aufbau eines niederschwelligen Gruppenangebotes in Zusammenarbeit mit dem stadtärztlichen Dienst (niederschwelliges interprofessionelles psychiatrisches Angebot). Die Betroffenen sollen die Möglichkeit haben, Gemeinschaft zu erleben und das Gestalten von Beziehungen in einer geschützten Umgebung üben können.

VORGEHEN

Während zwei Jahren (Okt. 2016 - Okt. 2018) wurde im Rahmen eines Projekts ein pflegerisches Gruppenangebot der Spitex Zürich und des stadtärztlichen Dienstes angeboten. Bis heute treffen sich Menschen mit psychosozialen Problemen unter der Leitung einer Pflegefachfrau Psychiatrie.

Wunschbaum: Gestaltet durch die Teilnehmenden.

RAHMENBEDINGUNGEN

- Wöchentliches Angebot
- Dauer von 2.5 Stunden
- Eine gemeinsame Aktivität wird durchgeführt
- Teilnehmende haben kaum finanzielle Ressourcen
- Aktivitäten welche die Teilnehmenden nicht mehr alleine oder kaum ausführen
- Gemeinsames ausklingen lassen mit Kaffee und Gesellschaftsspielen
- Nicht Orts- und Raumgebunden
- Einstieg in Gruppe ist jederzeit und unkompliziert möglich
- Teilnehmende können Gruppe während Aktivität jederzeit verlassen
- Niederschwelliges Angebot
- Foto von jeder Aktivität
- Poster mit Wünschen für Aktivitäten

RESULTATE

Auswertung einer schriftlichen Evaluation bei den Teilnehmenden und der Gruppenleitenden zu ihren Erfahrungen:

- Aufgrund einer niedrigen Teilnehmerzahl entstand die ersten Monate keine konstante Gruppe und kein «Wir-Gefühl»
- Im Verlauf ergab sich kleine Kerngruppe mit regelmässigen Teilnehmenden, wodurch der Zusammenhalt wuchs
- Aktuell und konstant 6-8 Teilnehmende
- Veränderung löst Unsicherheit aus und Teilnehmerzahl sinkt
- Die Aktivitäten spazieren, grillieren, Kaffeekränzchen, reden und Spiele spielen werden präferiert
- Museumsbesuche werden weniger gewünscht und ausgeführt
- Die Gruppe kann im aktuellen Tarifsystem nicht vollumfänglich abgegolten werden. Trotzdem hat sich die Spitex Zürich und der stadtärztliche Dienst dazu entschieden, die Gruppe weiterhin gemeinsam anzubieten
- Parallelgruppe entstand für ehemalige Kundinnen und Kunden der Spitex, die durch eine Peer geleitet wird (ehemalige Teilnehmerin)

DISKUSSION

Die aktuellen Erfahrungen und Resultate zeigen auf, dass die psychische Gesundheit der Teilnehmenden durch das Gruppenangebot gefördert werden kann. Dieses Projekt macht darauf aufmerksam, dass Einsamkeit bereits vor der Pandemie ein wesentliches Thema war und es auch weiterhin sein wird. Daher ist es dringlich, solche Angebote vermehrt in der ambulanten Pflege zu implementieren.

AUSBLICK

- Aus Sicht der Gruppen- und Projektleitenden macht es Sinn, Schwierigkeiten im zwischenmenschlichen Kontakt in einer Gruppe anzugehen und diese als Übungsfeld zu nutzen
- Obwohl gruppenleiten eine Kernkompetenz von Pflegefachpersonen in der Psychiatrie ist, gibt es für ambulant tätige Pflegende in der Schweiz keine Möglichkeit, Gruppeninterventionen gemäss den geltenden Pflegetarifen abzurechnen. Es bleibt zu hoffen, dass sich dies schnellstmöglich ändert!

Die CHIME-Prinzipien (Leamy et al. 2011) sind eine Möglichkeit, psychische/seelische Genesung (Recovery) zu operationalisieren. Nach einer gemeinsamen Evaluationsrunde wurden die Aussagen der Teilnehmenden dem jeweiligen Prinzip zugeordnet.

Literatur: Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. The British journal of psychiatry : the journal of mental science, 445–452. ;
DGPPN. (2019). S3-Leitlinie Psychosoziale Therapien bei schweren psychischen Erkrankungen. (2. Aufl.). Springer.

Kontaktdaten: Manuela Möller
Spitex Zürich AG
Fachstelle für psychosoziale Pflege und Betreuung
manuela.moeller@spitex-zuerich.ch
Gestaltung: Dario Möller

Poster am Dreiländerkongress, Pflege in der Psychiatrie, Wien, 22.-23. September 2022, ausgestellt

Überall für alle
SPITEX Zürich