

Evaluation «Recovery Wege» Pfäfers 2020

Schlussbericht für die Psychiatrischen Dienste Süd

November 2020

Anna Hegedüs
Anina Grün
Careum Hochschule Gesundheit

Inhaltsverzeichnis

1	Hintergrund	3
2	Fragestellungen	3
3	Methodisches Vorgehen	4
3.1	Design	4
3.2	Instrumente	4
3.3	Datenerhebungsplan	4
3.4	Auswertung	4
3.5	Ethische Überlegungen	5
4	Ergebnisse	5
4.1	Soziodemografische, krankheits- und behandlungsbezogene Merkmale	5
4.2	Erwartungen an den Kurs	6
4.3	Rückmeldungen der Teilnehmenden	6
4.4	Recovery-Orientierung und Stigmaresistenz	7
4.5	Selbstbeobachtung, Selbstwirksamkeit und Hoffnung.....	8
4.6	Körperliche und psychische Gesundheit.....	9
5	Diskussion	10

Dank

Wir bedanken uns bei allen Kursteilnehmenden für Ihre Bereitschaft an der Evaluation teilzunehmen und bei Assimena Saviane für die Durchführung und Auswertung des Fokusgruppen-Interviews.

1 Hintergrund

Angelehnt an die Themen des Kurses „Recovery Wege entdecken“ der Pro Mente Sana, lancierten die Psychiatrischen Dienste Süd 2018 den Kurs „Recovery Wege“. Das Kursangebot vermittelt Wissen und ermöglicht den Erfahrungsaustausch im Rahmen eines therapeutischen Gruppenprozesses. Ziel ist es, daraus den eigenen Recoveryprozess zu entwickeln. Recovery ist dabei als Fundament zu verstehen, um Sicherheit und Vertrauen in die Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung zu festigen.

Der Kurs richtet sich an Menschen mit der Erfahrung einer psychischen Erkrankung, die auf ihrem eigenen Genesungsweg gezielt weiter voranschreiten möchten und bereit sind, ihre Erfahrungen der psychischen Erkrankung im Gruppenprozess zu reflektieren. Sie sollten eine ausreichende psychische Stabilität für die Auseinandersetzung mit dem persönlichen Recovery-Weg mitbringen und in ambulanter psychiatrischer Behandlung sein sowie die Unterstützung eines Therapeuten für die Teilnahme haben. Eine verbindliche Teilnahme an allen 6 Modulen ist Voraussetzung.

Durchgeführt wurde der Kurs von einer Peer-Mitarbeiterin (Lehrerin und Erwachsenenbildnerin) und einem Pflegefachmann (MAS in Systemischer Beratung und Pädagogik). Die Kosten für den Kurs werden innerhalb, der mit den Krankenkassen vereinbarten, Tagesklinikpauschale abgerechnet. Für die Teilnehmenden fallen keine direkten Kosten an, ausser ev. Franchise und Selbstbehalt.

Die geplanten Inhalte des Kurses orientieren sich an den Schwerpunkten:

- Recovery
- Erfahrung
- Selbsterforschung
- Selbstbestimmung
- Empowerment
- Vertrauen
- Selbstwirksamkeit

2020 wurde der Kurs zum dritten Mal angeboten und durchgeführt. Die 6 Module à 2 Tage fanden im Zeitraum von Februar bis Juni 2020 in der Klinik St. Pirminsberg, Pfäfers, statt. Aufgrund der Corona-Situation wurde der Kurs im April und Mai unterbrochen/pausiert. Wie bereits der Kurs in 2018 und 2019, wurde auch dieser von der Forschungsabteilung der Careum Hochschule Gesundheit evaluiert.

2 Fragestellungen

Bei der Evaluation des Kurses wurden folgende Fragen untersucht:

- Welche soziodemografischen, krankheits- und behandlungsbezogenen Merkmale haben die Teilnehmenden?
- Verändern sich Gesundheitszustand, Selbstbeobachtung, Hoffnung, Selbstwirksamkeit, Recovery-Orientierung und Stigmaresistenz der Teilnehmenden während den Weiterbildungen?
- Wie zufrieden sind die Teilnehmenden mit dem Kurs und welchen persönlichen Gewinn erzielen sie daraus?

3 Methodisches Vorgehen

3.1 Design

Die Evaluation erfolgte in einer Kombination quantitativer und qualitativer Erhebungsmethoden, angelehnt an die Evaluation der ersten Kursdurchführung „Recovery Wege“ und den EX-IN Weiterbildungen des Vereins EX-IN Bern und der Pro Mente Sana.

3.2 Instrumente

Folgende Instrumente wurden zur Datenerhebung verwendet:

- Frabo & SozDem: Fragen zu den soziodemografischen und krankheitsbezogenen Merkmalen der Teilnehmenden (SozDem) sowie ihrer bisherigen Erfahrungen mit Recovery, ihre Erwartungen an und Zufriedenheit mit der Weiterbildung (Frabo).
- SF12: Fragebogen zum allgemeinen Gesundheitszustand (körperlich, psychisch).
- FERUS: Fragebogen zur Erfassung von Ressourcen und Selbstmanagementfähigkeiten (Subskalen: Selbstbeobachtung, Selbstwirksamkeit, Hoffnung): 26 Fragen mit Antwortmöglichkeiten auf 5-stufiger Likertskala.
- RAS: Fragebogen zur Erfassung der Recovery-Orientierung (Recovery Assessment Scale): 24 Fragen mit Antwortmöglichkeiten auf 5-stufiger Likertskala.
- Internalized Stigma of Mental Illness Inventory (ISMI): Der Fragebogen umfasst 29 Fragen. Zur Evaluation wird jedoch nur die Subskala „Stigmaresistenz“ (5 Fragen) verwendet. Antwortmöglichkeiten sind auf 4-stufiger Likertskala.
- Fokusgruppe: In der Fokusgruppe wurden hauptsächlich die Zufriedenheit mit dem Weiterbildungslehrgang, persönliche Veränderungen während der Weiterbildung sowie Verbesserungsvorschläge für künftige Angebote diskutiert.

3.3 Datenerhebungsplan

Die Kursteilnehmenden wurden zu zwei Zeitpunkten befragt.

	SF 12	RAS	ISMI	FERUS	Frabo	SozDem	Fokusgruppe
Beginn (T1)	X	X	X	X	X	X	
Abschluss (T2)	X	X	X	X	X		X

3.4 Auswertung

Quantitative Daten wurden mit SPSS Statistics (Version 27) oder Microsoft Excel 2010 ausgewertet. Die Ergebnisse werden deskriptiv dargestellt und Mittelwertvergleiche zwischen den beiden Erhebungszeitpunkten durchgeführt. Eine statistische Signifikanz liegt vor, wenn der p-Wert kleiner 0.05 ist. In diesem Fall kann man davon ausgehen, dass die Unterschiede/Veränderungen nicht per Zufall zustande gekommen sind, sondern dass eine tatsächliche Veränderung in der Gruppe stattgefunden hat.

Das Fokusgruppen-Interview wurde von einer diplomierten Pflegefachperson mit MAS Abschluss der Psychiatrischen Dienste Süd durchgeführt, protokolliert und mit einem kategorisierenden Verfahren ausgewertet.

3.5 Ethische Überlegungen

Alle Kursteilnehmenden wurden mündlich und schriftlich über die Durchführung einer Evaluation informiert und zur Teilnahme angefragt. Die Teilnahme erfolgte freiwillig nach Unterzeichnung einer schriftlichen Einverständniserklärung und konnte zu jedem Zeitpunkt und ohne Angabe von Gründen widerrufen werden.

Um individuelle Veränderungen im Laufe des Kurses feststellen zu können, erhielt jeder/jede Teilnehmende eine Studiennummer. Diese wurde auf jedem Fragebogen vermerkt. Die Liste mit den Kodierungen und Namen der Teilnehmenden war für die Evaluationsverantwortlichen nicht zugänglich. Die ausgefüllten Fragebögen sind den Kursverantwortlichen nicht zugänglich. Alle Angaben wurden verschlüsselt und sind für Aussenstehende nicht einsehbar. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben und dienen ausschliesslich dem Zweck der Evaluation.

Alle Personen, die an der Datenerhebung, -aufbereitung und -auswertung mitarbeiteten, sind der gesetzlichen Schweigepflicht unterstellt.

4 Ergebnisse

11 Personen haben den Kurs „Recovery-Wege entdecken“ begonnen und 9 (82 %) abgeschlossen. Der Rücklauf der Fragebögen betrug 90 % zu Beginn (Fragebögen von 10 Personen) und 67 % bei Abschluss des Kurses (Fragebögen von 6 Personen).

4.1 Soziodemografische, krankheits- und behandlungsbezogene Merkmale

Das durchschnittliche Alter der Teilnehmenden betrug zu Beginn des Kurses 51 Jahre. Der/die Jüngste war 39, der/die Älteste 71 Jahre alt. 6 befragte Teilnehmende (60 %) waren Männer, 4 Frauen (40 %). Von den 10 befragten Teilnehmenden waren 2 (20%) verheiratet, 3 (30 %) geschieden und 1 (10 %) verwitwet. 4 Personen (40 %) waren ledig. 5 Personen (50 %) gaben an, gemeinsam mit PartnerIn/Kindern zusammen zu leben und 3 Personen (30 %) alleine. Je 1 Person gab an, teilweise alleine und gemeinsam mit PartnerIn/Kindern zusammen zu leben oder in einer eigenen Wohn-/Arbeitsgemeinschaft zu leben. 3 befragte Teilnehmende (30 %) waren auf dem 1. Arbeitsmarkt tätig. 3 Personen (30 %) gingen keiner beruflichen Tätigkeit nach und je 1 Person (10 %) nutzte tagesstrukturierende Angebote (z.B. Tageskliniken) oder geht einer freiwilligen Tätigkeit nach. Der jeweilige Beschäftigungsgrad variierte zwischen 30 und 100 % (durchschnittlich 67 Stellen-%). 4 Befragte (40 %) hatten als hauptsächliches Einkommen einen Lohn, je 2 Befragte erhielten Sozialhilfe (20 %) oder IV Rente und Ergänzungsleistungen (20 %) und 2 Personen lebten vom Ersparten und der AHV bzw. gaben an, kein Einkommen zu haben.

Folgende Angaben wurden in Bezug auf die Diagnose der psychischen Erkrankung gemacht: Depression, Suchterkrankung, ADHS, Schizoaffektive Störung, (Paranoide) Schizophrenie, dissoziative Amnesie, dissoziative Sensibilitäts- und Empfindungsstörung sowie Angst-/Zwangsstörungen.

Die erste psychiatrische Behandlung der Teilnehmenden erfolgte durchschnittlich mit 34 Jahren. Bei der ersten Behandlung war der/die Jüngste 18, der/die Älteste 49 Jahre alt. Beim ersten stationären Aufenthalt in einer Klinik waren die Teilnehmenden durchschnittlich 36 Jahre alt und sie wurden bisher im Schnitt 4 Mal stationär aufgenommen. Der letzte stationäre Aufenthalt lag durchschnittlich 5 Jahre zurück und dauerte 7 Wochen. Zu Beginn des Kurses waren 9 der 10 Befragten in Behandlung, darunter die meisten bei einem/einer PsychiaterIn (6 Personen), Hausarzt/Hausärztin (3 Personen) und/oder einem Klinikambulatorium (2 Personen).

3 der 10 Befragten (30 %) haben bereits vor dem Kurs Recovery-Angebote genutzt und damit mehrheitlich positive oder sehr positive Erfahrungen gemacht. Dabei handelte es sich zum Beispiel um Recovery Gruppen während stationärer oder tagesklinischer Aufenthalte, Selbsthilfegruppen und Engagement in einem Verein. Politisch für die Interessen Betroffener eingesetzt hatten sich bisher 2 der 10 Befragten (20 %) in Form von Abstimmungen, persönlichen Gesprächen und Aufklärungsarbeit.

4.2 Erwartungen an den Kurs

Die Erwartungen der Teilnehmenden zu Beginn des Kurses bezogen sich vor allem auf persönliche Veränderungen in Bezug auf die eigene (psychische) Gesundheit und dem Umgang mit der Erkrankung. Genannt wurde der Wunsch sich selber kennenzulernen, sich zu akzeptieren und Stabilität im Leben zu gewinnen. Die Teilnehmenden wollten ihre Ressourcen und Stärken fördern/neu entdecken und Skills und Rituale entwickeln für den Umgang mit der Erkrankung. Dies um emotionale Stabilität zu erlangen und am Genesungsweg weiterzukommen bzw. ihn konsequent zu gehen. Wichtig war ihnen aber auch der Austausch mit anderen Betroffenen.

4.3 Rückmeldungen der Teilnehmenden

Das Fokusgruppeninterview fand am 29. Juni 2020 mit neun Teilnehmenden im Psychiatrie-Zentrum Werdenberg-Sarganserland in Trübbach bei Abschluss des Kurses statt.

Alle Teilnehmenden äusserten grundsätzlich sehr zufrieden mit dem Kurs «Recovery-Wege» zu sein und dass ihre Erwartungen erfüllt werden konnten.

Der Kurs «Recovery-Wege» wurde von allen Teilnehmenden als Bereicherung wahrgenommen, aus dem Profit für den persönlichen Prozess gezogen werden konnte. Manche Teilnehmende konnten vor allem von den theoretischen Inhalten profitieren, andere berichteten über «zu viel» Theorie bzw. dass die praktischen Übungen und der Gruppenprozess für sie hilfreicher gewesen sei. Im Bereich Arbeitsmaterialien, Handbuch, Online-Dokumente, Literaturempfehlungen äusserten sich die Teilnehmenden ausschliesslich positiv.

Eine besondere Zufriedenheit kann im Hinblick auf die Kursleitung festgestellt werden. Die Teilnehmenden berichten über eine liebevolle, hingebungsvolle, kreative und individuelle Gestaltung der Kurstage und der Unterlagen. Die Flexibilität der Kursleitung, die vor allem bezüglich SARS-CoV-2 sehr gefordert war, wird als äusserst hoch eingestuft. Als wesentlich wird auch der Umgang der Kursleitung mit Krisen betrachtet. Das Kommunizieren von «schwierigen Momenten» sei stets möglich gewesen und das Befinden der Teilnehmenden wurde stets ernst genommen und nachgefragt. Dies sei nie aufdringlich, sondern immer mit dem nötigen Einfühlungsvermögen geschehen. Als positiv wurde ausserdem die Verlegung des Kurses von Pfäfers nach Trübbach erlebt (Erreichbarkeit).

Der Gruppenprozess wurde von allen Teilnehmenden als ausserordentlich angenehm und hilfreich erlebt. Ein Teilnehmender berichtete beispielsweise, dass er Unterforderung bezüglich der theoretischen Inhalte verspürte aufgrund des Gruppenprozesses aber doch sehr stark vom Kurs profitieren konnte. Für einen positiven und hilfreichen Gruppenprozess spricht weiterhin die Aussage eines anderen Teilnehmenden, der vor dem Kurs Ängste verspürte, von den Biographien der Mitteilnehmenden überfordert zu werden, diese Ängste während des Kurses jedoch vollständig abbauen konnte. Skepsis im Vorfeld des Kurses erwähnt auch noch eine weitere Person. Andere Teilnehmende berichten dahingehend über Neugierde und Vorfreude. Die Vorgespräche, die vor dem Kurs mit den Teilnehmenden durchgeführt wurden, wurden auch als positiv erlebt. Der interaktionelle Austausch über die eigene Biographie führte zu persönlicher Entwicklung. Ein Teilnehmender vergleicht den Kurs mit seinen Erfahrungen aus Selbsthilfegruppen, wo ihm vor allem die gemeinsame Erfahrung und das Teilen dieser Erfahrungen sehr geholfen habe. Dies konnte er auch im Kurs «Recovery-Wege» wiederfinden.

Mehrere Teilnehmende äussern sich während des Interviews zum Thema «Haltung gegenüber Krankheit und Gesundheit». Durch den Kurs habe sich die Akzeptanz gegenüber dem eigenen Gesundheitszustand verändert, Be- oder Abwertungen haben nachgelassen. Grundsätzlich scheint sich der «Krankheitsbegriff» vieler verändert zu haben. So berichtete ein Teilnehmender beispielsweise, dass die Diagnosen der einzelnen Teilnehmenden zu Beginn zwar bekannt gemacht wurden, im Verlauf des Kurses jedoch keine Rolle mehr spielten und die Personen somit nicht auf ihre Diagnose reduziert wurden. Demnach wurde es positiv aufgenommen, dass dieser Kurs nicht «diagnosespezifisch» veranstaltet wurde. Dies wurde als Bereicherung erlebt.

Bei vielen Teilnehmenden kann nach Beendigung des Kurses der Wunsch nach Sortierung, Strukturierung aber auch Erholung festgestellt werden.

Empfehlung

Mehrere Teilnehmende äussern den Wunsch nach einer Fortsetzung bzw. nach einer Verlängerung des Kurses. Dies scheint nicht nur wegen des coronabedingten Ausfalls eines Kurstages, sondern grundsätzlich aufgrund des Wunsches, Inhalte nochmals zu wiederholen und zu repetieren.

Ein Teilnehmender äussert explizit nach Abschluss des Kurses «Recovery-Wege» die Peerausbildung beginnen zu wollen und dass der Kurs die optimale Vorbereitung dafür gewesen sei. Ein weiterer Teilnehmender äussert, dass auch er geplant habe die Peerausbildung zu beginnen, durch den Kurs jedoch gemerkt habe, dass dies nicht sofort geschehen müsse.

Eine weitere Äusserung bekundet das Bedauern, dass das Angebot dieses Kurses nicht schon viel früher existierte. Des Weiteren solle standardisiert während einer stationären Behandlung auf die Möglichkeit dieses Angebotes aufmerksam gemacht werden.

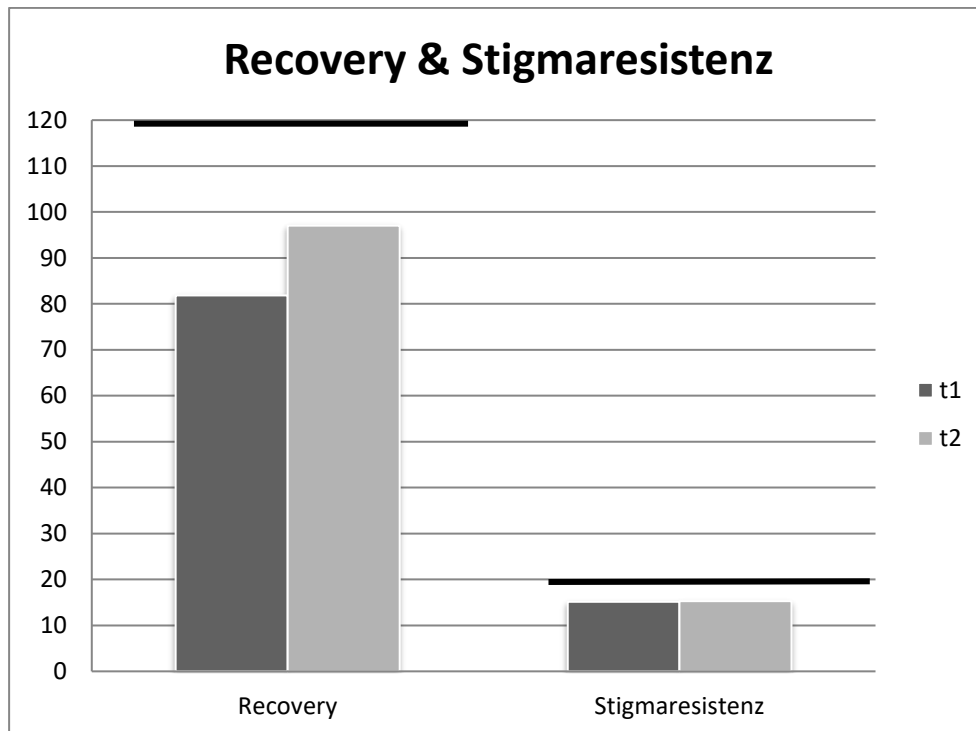
Obwohl viele Teilnehmenden die abwechslungsreiche Gestaltung des Kurses loben, wünschen sich einige noch mehr Zugangskanäle zu adressieren, z.B. durch Körperübungen.

Sowohl Bad Pfäfers als auch Trübbach wurden von den Teilnehmenden mehrheitlich positiv bewertet, dabei war Trübbach für einige Teilnehmende besser zu erreichen.

4.4 Recovery-Orientierung und Stigmaresistenz

Die Recovery-Orientierung der Befragten verbesserte sich während des Kurses (siehe Abbildung 1). Die Veränderungen waren statistisch jedoch nicht signifikant. Der Vergleich zum „Recovery Wege“ Kurs 2019 an den Psychiatrischen Diensten Süd zeigt, dass die Befragten 2020 mit einem etwas niedrigeren Wert in den Kurs eingestiegen sind, aber dass sie sich bis zum Abschluss auf ein ähnliches Niveau steigern.

Die Stigmaresistenz der Teilnehmenden verbesserte sich kaum. Der durchschnittliche Wert bei Abschluss ist vergleichbar mit dem Wert der Kursteilnehmenden im Jahr zuvor.

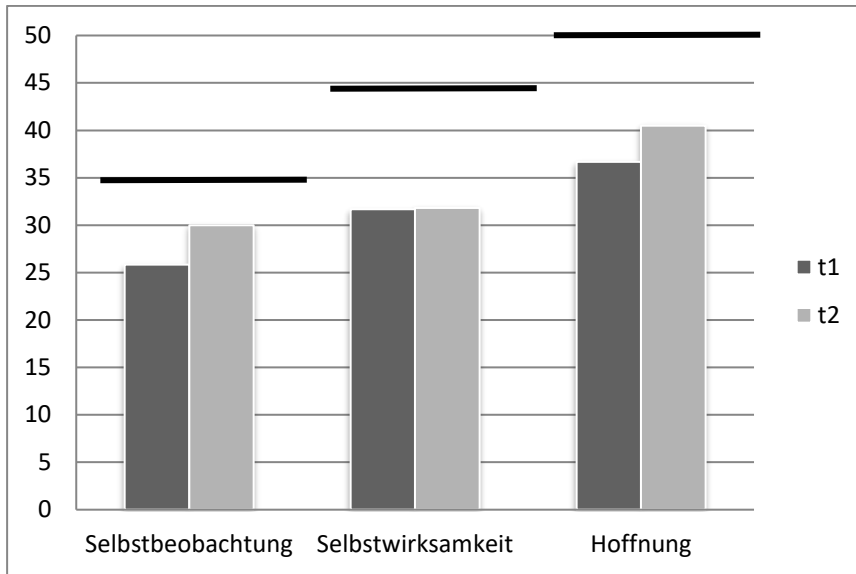


— möglicher Maximalwert

Abbildung 1: Recovery-Orientierung und Stigmaresistenz im Zeitverlauf

4.5 Selbstbeobachtung, Selbstwirksamkeit und Hoffnung

Abbildung 2 zeigt wie sich die Selbstbeobachtung, Selbstwirksamkeit und Hoffnung der Kursteilnehmenden im Verlauf verbessert. Auch in diesen Skalen zeigt sich, dass die Teilnehmenden im Vergleich zum Kurs im Vorjahr mit etwas schlechteren Werten starten. Im Hinblick auf ihre Selbstbeobachtung und Hoffnung konnten sich die Teilnehmenden etwas verbessern. Statistisch signifikant war die Veränderung in der Subskala „Selbstbeobachtung“ ($p=0.024$). Auf der Skala „Selbstwirksamkeit“ verzeichnen die Teilnehmenden keine Veränderung.



— möglicher Maximalwert

Abbildung 2: Ergebnisse FERUS

4.6 Körperliche und psychische Gesundheit

Abbildung 3 zeigt die Veränderung der psychischen und körperlichen Gesundheit. Während die körperliche Gesundheit der Befragten sich nicht oder nur kaum veränderte, verbesserte sich die psychische Gesundheit. Genau wie im Kurs 2019 waren diese Verbesserungen nicht signifikant.

Ein Vergleich mit durchschnittlichen Werten aus der „Normalbevölkerung“ zeigt, dass sowohl die psychische Gesundheit als auch die körperliche Gesundheit der Teilnehmenden nach dem Kurs deutlich unter dem Niveau der Durchschnittsbevölkerung liegt.

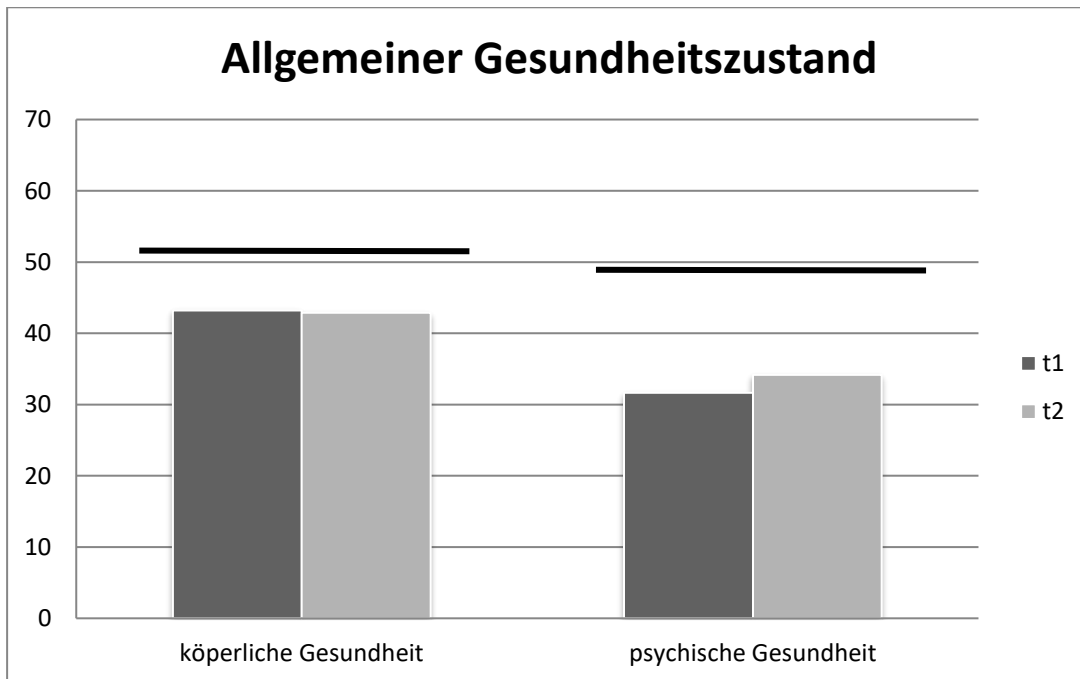


Abbildung 3: Psychische und körperliche Gesundheit im Zeitverlauf

— Durchschnitt Bevölkerung

5 Diskussion

Der Kurs „Recovery-Wege“ wurde 2020 zum dritten Mal an der Klinik St. Pirminsberg, Psychiatrische Dienste Süd, durchgeführt. Das Angebot ermöglichte den Teilnehmenden eine strukturierte Auseinandersetzung mit dem Thema Recovery.

Der Vergleich zu den Teilnehmenden vom Kurs im 2019 zeigt, dass jene von 2020 weniger Vorerfahrungen mit Recovery mitbrachten und vulnerabler zu sein schienen. Dies zeigen auch die niedrigeren durchschnittlichen Werte in den erhobenen standardisierten Fragebögen zu Beginn des Kurses.

Trotz, oder vielleicht auch wegen, der niedrigeren Ausgangswerte konnten sich die Teilnehmenden in vielen befragten Aspekten im Kursverlauf verbessern. Auffallend waren die Verbesserungen im Hinblick auf die Recoveryorientierung, Selbstbeobachtung und Hoffnung. Die geringsten bzw. kaum Veränderungen gab es bei der Selbstwirksamkeit, Stigmaresistenz, körperlichen und psychischen Gesundheit. Da eine Verbesserung der körperlichen Gesundheit kein (primäres) Ziel der Recovery Wege Kurse ist und die Stigmaresistenz bereits auf einem sehr hohen Niveau war, erstaunen diese geringen Veränderungen nicht.

Ein Vergleich mit den bisherigen Kursen zeigt, dass sich gerade die Recovery-Orientierung der Teilnehmenden während des Kurses verbessert. Im Vergleich zu den Vorjahren war im Kurs 2020 dieser Wert zwar nicht signifikant, aber trotzdem konnte eine durchschnittliche Steigerung von 15 Punkten erzielt werden. Damit scheinen die Kurse ihr Ziel, den persönlichen Recovery-Weg zu entwickeln, zu erreichen.

Auffallend war ausserdem die signifikante Verbesserung der Selbstbeobachtung. Dies war bei den bisherigen Kursevaluationen nicht der Fall. Die Unterschiede zwischen den verschiedenen Kursen lassen sich vermutlich durch die Gruppenzusammensetzung und dem daraus entstehenden individuellen Gruppenprozess erklären. Man kann festhalten, dass es tendenziell zu Verbesserungen in den abgefragten Aspekten bei den Teilnehmenden kommt.

Die persönlichen Rückmeldungen der Teilnehmenden, die hohe Zufriedenheit mit den Kursleitungen und die Verbesserungen in einigen der gefragten Aspekte verdeutlicht, wie wertvoll der Kurs für die einzelnen Teilnehmenden war. Aus diesem Grund wäre es empfehlenswert, das Angebot fortzuführen und den Kurs erneut anzubieten. Dabei könnte das Angebot auch weiter ausgeweitet werden, z.B. durch zusätzliche Module oder einer «Fortsetzung». So könnten ehemalige Teilnehmende Inhalte auch repetieren und persönliche Veränderungen weiter festigen. Um die längerfristige Wirkung der Kurse (und damit auch möglicherweise den Bedarf an solchen Refresher-Angeboten) festzustellen, sollte die Evaluation mit einer Befragung 6 Monate oder ein Jahr nach Beendigung des Kurses ergänzt werden.