

PPG

- **Langtitel:** neunerhaus Praxis Psychische Gesundheit
- **durchführende Einrichtungen:** neunerhaus Gesundheit gemeinnützige GmbH
- **Laufzeit der Maßnahme:** 27. September 2021 bis 30. Juni 2024
- **Schwerpunkt:** Gute Gesundheitsinformation (GGI) & Gute Gesprächsqualität (GGQ)
- **Wirkungsbereich:** Wien

Beschreibung

Psychische Belastungen sind nicht gleichmäßig über die Gesamtgesellschaft verteilt. Menschen, die durch Armut, fehlende Krankenversicherung und prekäre Wohnverhältnisse ausgegrenzt werden, haben überdurchschnittlich oft auch mit physischen und psychischen Multiproblemlagen zu kämpfen. Prekäre Lebenssituationen lassen wenig Spielraum für Genesung. Im Vergleich zu anderen gesellschaftlichen Gruppen können Betroffene nicht im selben Ausmaß auf persönliche Ressourcen und soziale Netzwerke zurückgreifen. Wohnungslose Frauen mit Gewalterfahrung und ohne soziales Netz haben ein noch höheres Risiko für psychische Erkrankungen.

Trotz des hohen Unterstützungsbedarfs zeigt die österreichische Gesundheitskompetenzerhebung, dass der Zugang zu Informationen über den Umgang mit psychosozialen Belastungen und Erkrankungen für Menschen in prekären Lebenslagen sehr herausfordernd ist und dass ihnen das Wissen fehlt, um Informationen bewerten und erfolgreich anwenden zu können.

Zielsetzung

Ziel 1:

Strategisch: Zugang zur psychosozialen Versorgung für mehrfach vulnerablen Personengruppen schaffen

Operativ: Ein innovatives Angebot setzen, das eine Lücke in der Versorgung schließt und Klientinnen/Klienten niederschwellig Entlastung und psychosoziale Unterstützung bringt.

Ziel 2:

Strategisch: Psychosoziale Gesundheitskompetenz von obdachlosen, wohnungslosen, nicht versicherten Menschen fördern

Operativ: Durch niederschwelliges Vermitteln leicht verständlicher Informationen zu psychosozialer Gesundheit lernen Menschen, besser mit psychosozialen Belastungen, Krisen und psychischen Erkrankungen umzugehen.

Ziel 3:

Strategisch: Frauen den Zugang zu psychosozialen Angeboten erleichtern

Operativ: Die PPG baut Barrieren ab, die Frauen den Zugang zu psychosozialen Angeboten erschweren.

Ziel 4:

Strategisch: Ansatz "kontrolliertes Trinken" niederschwellig umsetzen

Operativ: Die PPG schafft ein Angebot für Menschen ohne Krankenversicherung, die ihren Alkoholkonsum selbstbestimmt ändern wollen.

Methodik

Methoden:

- Nutzer:innen-Beteiligung an Entwicklung der Maßnahme
- Innovative niederschwellige psychosoziale Versorgung durch multiprofessionelles Team (psychiatrische Gesundheits- und Krankenpflege, Sozialarbeit, Psychiatrie, Peer-Arbeit, Allgemeinmedizin)
- Durch gute Gesprächsqualität auf Augenhöhe, Bedürfnisorientierung und Beziehungsaufbau Betroffene im Erwerb von Wissen und Kompetenz zur psychosozialen Gesundheit unterstützen

Aktivitäten:

- „Zeit zum Reden“ – ergebnisoffene entlastende Gespräche mit dem Team zu den Öffnungszeiten des neunerhaus Gesundheitszentrums, spontan oder nach Vereinbarung
- Psychiatrische Ordination – Termine bei Psychiater:in an 2 Halbtagen pro Woche
- Kontrolliertes Trinken (kT) – Unterstützung nach dem kT-Ansatz zum selbstbestimmten Alkoholkonsum im Einzelsetting
- Gesprächsgruppen „Offen Reden“ (für breite Zielgruppe) und „Frauen Reden“ (nur für Frauen), in denen Menschen lernen, auf ihre psychosoziale Gesundheit und auf die der anderen zu achten

Beitrag zum Wirkungsziel 1

- Die Praxis Psychische Gesundheit (PPG) setzt einen starken Fokus auf Vernetzung und Austausch mit anderen Organisationen und Initiativen im österreichischen Gesundheits- und Sozialsystem, um Wissen und Erfahrung zu teilen, um von anderen zu lernen und die psychosoziale Gesundheitskompetenz von benachteiligten und ausgegrenzten Menschen in Österreich über die Maßnahme hinaus zu stärken. So hat neunerhaus im Jahr 2022 Methode und Ergebnisse der PPG in einem Webinar mit 80 Teilnehmer:innen aus Sozial- und Gesundheitsorganisationen in ganz Österreich vorgestellt.
- Ein Leitfaden zur Entwicklung niederschwelliger psychosozialer Angebote unterstützt andere Organisationen darin, niederschwellige Angebote für Menschen mit eingeschränktem Zugang zu psychosozialer Versorgung umzusetzen. Des Weiteren wurde und wird in Fachvorträgen über die PPG auf regionalen, nationalen und lokalen Konferenzen berichtet.
- Die Verankerung der Peer Arbeit in Gesundheitsangeboten trägt zu diesem Wirkungsziel sowohl auf der Ebene der Nutzer:innen als auch auf der Ebene des Angebots bei. Ausgebildete Peers der Wiener Wohnungslosenhilfe gelten als eigenständige und anerkannte Berufsgruppe. Sie haben selbst Wohnungslosigkeit bzw. Obdachlosigkeit erlebt und bieten nun Betroffenen Peer-Unterstützung an. Peer Mitarbeiter:innen sind aufgrund ihrer Nähe zur Zielgruppe häufig erste niederschwellige Anlaufstelle. Sie können Nutzer:innen mit ihrem Erfahrungswissen beim Erwerb von Gesundheitsinformationen und Gesundheitskompetenz motivieren und unterstützen. Peers in der Gesundheitsversorgung übernehmen eine wichtige Übersetzungsfunktion für Nutzer:innen und Angehörige von Gesundheitsberufen.

- Da das Gesprächsangebot das Kernstück der PPG ist, liegt ein sehr starker Fokus auf Kommunikation und guter Gesprächsqualität. Um dies zu fördern, sind Teammitglieder in Motivational Interviewing bzw. in personenzentrierter Gesprächsführung geschult.
- Durch den Einsatz von Videodolmetsch in allen Gesundheitsangeboten von neunerhaus wird die Qualität der Kommunikation und Informationsweitergabe erhöht. Gespräche mit Nutzer:innen können in der jeweiligen Erstsprache geführt werden. Das stellt sicher, dass viele Gespräche überhaupt effektiv stattfinden können und ermöglicht es den Nutzer:innen, Wissen über psychosoziale Themen zu erlangen.
- Die Praxis Psychische Gesundheit ist mit gesundheitsfördernden Aktivitäten von neunerhaus und externen Kooperationspartner:innen gut vernetzt. Dazu gehören u.a. das neunerhaus Café sowie die Social Prescribing Projekte, die neunerhaus in den letzten Jahren als Teil eines nationalen Pilotprojekts umgesetzt hat und seit 2023 im neunerhaus Gesundheitszentrum umsetzt.

Beitrag zum Wirkungsziel 2

- Die Praxis Psychische Gesundheit (PPG) steht Menschen unabhängig von Einkommen, Herkunft oder Versicherungsstatus offen. Sie stellt sicher, dass von psychosozialen Angeboten am stärksten ausgeschlossene Gruppen Zugang zur Versorgung und zum Aufbau ihrer psychosozialen Gesundheitskompetenz haben.
- Die Gesprächsgruppe "Frauen Reden" bietet einen geschützten Raum, um frauenspezifische psychosoziale Gesundheitsthemen anzusprechen und Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Durch den Erfahrungsaustausch profitieren Frauen vom Wissen der anderen und bieten gegenseitige Unterstützung und Motivation.
- Aus jahrelanger Erfahrung wissen wir, dass die Informationsweitergabe an unsere Zielgruppen am wirksamsten in einem Beziehungskontext erfolgt. Das innovative niederschwellige Gesprächsangebot der PPG ermöglicht es Menschen, die mit schriftlichen Informationen nicht oder nur sehr schwer erreichbar sind, relevante Gesundheitsinformationen individuell zu verstehen, zu hinterfragen und ihre Kompetenz im Umgang mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen zu erhöhen.
- Psychische Gesundheitsthemen sind oft schambesetzt oder schwierig zu besprechen. Peer Arbeit ermöglicht eine andere Art von Beziehungsaufbau und kann eine wichtige Rolle bei der Entstigmatisierung des Themas der psychosozialen Gesundheit für Nutzer:innen spielen.
- Bei „Zeit zum Reden“ ist bewusst viel Zeit und Raum für das Gespräch. In diesem Setting kann es Menschen gelingen, über positive oder negative Faktoren für ihre psychosoziale Gesundheit zu reflektieren, zu erkennen, was ihnen in der Vergangenheit gutgetan hat und was in der Zukunft helfen könnte, und Selbstwirksamkeit zu erleben. Teammitglieder motivieren Menschen, ihr neues Wissen anzuwenden, ihre eigenen Fähigkeiten zu erkennen und gesundheitsbezogene Entscheidungen zu treffen, die zur Verbesserung ihrer Lebensqualität beitragen.
- Kontrolliertes Trinken ist ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Selbstmanagement-Programm, das Selbstkompetenz und Selbstwirksamkeit fördert. Es wird mit der Methodik des Motivational Interviewing gearbeitet. Durch eine zielgruppenorientierte Adaptierung wird das ursprünglich eher hochschwellige Konzept in der PPG niederschwellig umgesetzt: Durch Infotische im neunerhaus Gesundheitszentrum und im neunerhaus Café informieren sich Menschen unverbindlich über den Ansatz. Diejenigen, deren Interesse am Programm geweckt ist, erhalten in Einzelgesprächen Unterstützung, um Verständnis für ihren eigenen Konsum (weiter) zu entwickeln und die Fähigkeiten und die Motivation zu fördern, die gewünschten Veränderungen beim Alkoholkonsum zu erreichen.

- Die Verankerung der PPG im neunerhaus Gesundheitszentrum – der Ort, der den Nutzer:innen bereits bekannt und vertraut ist – kann die Zurückhaltung bei der Inanspruchnahme von psychosozialen Angeboten verringern. Die Positionierung der PPG als Teil einer integrierten Gesundheitsversorgung trägt auch zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen bei.

Zielgruppen

- Zielgruppen im Setting Gemeinde/Stadtviertel: Menschen mit Migrationshintergrund, Asylwerber:innen, Flüchtlinge; Erwerbsarbeitslose Menschen; Menschen mit niedrigem Einkommen / Bildungsniveau / Stellung im Beruf, Menschen in prekären; Wohnungslose Menschen, Sonstiges: Menschen ohne Krankenversicherung
- Zielgruppen im Setting Gesundheits- und Sozialwesen/(öffentliche) Dienstleistungen: Patientinnen/Patienten, Klientinnen/Klienten; Ärztinnen/Ärzte; Pflege- und Betreuungspersonal; Berufsgruppen der psychosozialen Versorgung (Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiter:innen etc.)