



Um Menschen mit psychischen Problemstellungen einen niederschweligen Zugang zu Hilfs- und Beratungsangeboten zu ermöglichen, sollten diese sowohl digitale als auch analoge Möglichkeiten berücksichtigen. (Bild: Adobe Stock)

ContactMe – Ein Hilfs- und Beratungsangebot zur Förderung psychischer Gesundheit

Das Projekt erarbeitet ein Konzept eines peer-gestützten Hilfs- und Beratungsangebots für Menschen mit psychiatrischen Problemstellungen. Dieses inkludiert die Nutzer*innenperspektive, wird digital über die bereits bestehende Plattform inCLOUsiv betrieben und um eine analoge Perspektive erweitert. Das «Blended Peer Counseling» – ein kombiniertes digitales und analoges Angebot, das Betroffene miteinander verbindet – zeigt grosses Potential, diese Zielgruppe wirkungsvoll zu erreichen.

This project is developing a concept for a peer-supported counselling and support service for people with mental health problems. It will incorporate the users' viewpoint, will be operated digitally via the existing platform inCLOUsiv, and expanded by means of an analogue perspective. Blended peer counselling (a combination of digital/analogue services that also involves the affected persons) shows great potential for reaching this target group effectively.

Literaturnachweis: Carod-Artal, Francisco Javier: Social Determinants of Mental Health. In: Bährer-Kohler, Sabine / Carod-Artal, Francisco Javier (Hrsg.): Global Mental Health. Cham: Springer, 2017, S. 33–46; Repper, Julie / Carter, Tim: A review of the literature on peer support in mental health services. In: Journal of Mental Health, Vol. 20, 2011, S. 392–411; Stocker, Désirée et al.: Versorgungssituation psychisch erkrankter Personen in der Schweiz. Bern: Bundesamt für Gesundheit, 2016

Einführung: Fast jede zweite Person in der Schweiz ist einmal im Leben von einer psychischen Erkrankung betroffen. Personen mit tiefem sozio-ökonomischen Status leiden häufiger an psychischen Beeinträchtigungen und deren Folgen (Carod-Artal 2017). Um psychiatrische Versorgungsstrukturen in der Schweiz zu entlasten, gibt es gegenwärtig aber zu wenig niederschwellige Angebote, die u.a. auch Rehospitalisationen vermindern könnten (Stocker et al. 2016). Ebenso fehlen peer-gestützte Beratungsangebote, die eine vergleichbare Wirkung zeigen (Repper/Carter 2011). Hier setzt das vorliegende Projekt an und möchte ein Angebot entwickeln, das dem vielversprechenden Ansatz des «Blended Peer Counseling» folgt. Dieses kombiniert analoge und digitale Möglichkeiten. Daraus ergeben sich folgende Forschungsfragen:

- 1) Welche Anforderungen haben Nutzer*innen an ein kombiniertes peer-gestütztes Beratungsangebot?
- 2) Wie muss ein solches Angebot gestaltet sein, damit es einfach zugänglich ist?

Methoden und Ergebnisse: In einem ersten Schritt klären Forschende, welche Anforderungen potentielle Nutzende sowie Gesundheitsfachpersonen an ein niederschwelliges und peer-gestütztes Hilfs- und Beratungsangebot haben. Basierend darauf lässt sich in einem weiteren Schritt ein Konzept für ein digitales und analoges Angebot entwickeln. Die digitale Variante wird als ergänzendes Format auf der bereits bestehenden Plattform inCLOUsiv (www.inclousiv.ch) verfügbar sein. Das analoge Angebot soll sozial benachteiligten Menschen ermöglichen, die notwendige Hardware in einem eigens hierfür konzipierten Raum kostenlos zu nutzen. Letzterer wird als modellhafter Prototyp in den Sozialraum Bern eingebettet. Der Einbezug künftiger Nutzer*innen hilft dem Forschungsteam dabei, das Hilfs- und Beratungsangebot nachhaltig und ressourcenschonend zu entwickeln. Zudem wird untersucht, welche Anforderungen die Zielgruppe dabei an die Usability sowie an das Design stellt.

Projektleitung:
Sabine Hahn (BFH-G)

Mitarbeit:
Minou Afzali, Alexa Blum, Nicolaj Sprecher (BFH-G)

Partner:
BFH-G: Gesundheit

Laufzeit:
01/2021–12/2021

Finanzierung:
Berner Fachhochschule, BFH

Kontakt:
Hochschule der Künste Bern
Forschung
Institute of Design Research
Fellerstrasse 11
3027 Bern

www.hkb.bfh.ch/designresearch
www.hkb-idr.ch
minou.afzali@hkb.bfh.ch
sabine.hahn@hkb.bfh.ch