

## UPSIDES Peer-Begleitung

## UPSIDES Peer-Begleitung – Gemeinsam Krisen bewältigen

Im Rahmen von Peer-Begleitung (engl. peer support) erhält eine Person mit einer psychischen Erkrankung Unterstützung von einer Person, die selbst Erfahrung mit Krisen und/oder psychiatrischen Diagnosen gemacht und damit einen guten Umgang gefunden hat. „Peer-Begleiter/innen helfen als Betroffene Betroffene“, erklärt Stefan Bilmayer, UPSIDES Peer-Begleiter am deutschen Standort Ulm/Günzburg.

UPSIDES („Using Peer Support In Developing Empowering Mental Health Services“) ist ein Zusammenschluss von acht Kooperationspartnern in Afrika, Asien und Europa. In UPSIDES wird erstmals auf globaler Ebene eine gemeinsame Peer Support Intervention implementiert und evaluiert [1]. Gefördert wird das Projekt mit einer Laufzeit von fünf Jahren durch die Europäische Union (EU) und die Global Alliance of Chronic Diseases (GACD).

Seit Januar 2020 wird in Tansania, Uganda, Indien und Israel, sowie auch an den beiden deutschen Standorten in Günzburg/Ulm und Hamburg UPSIDES Peer-Begleitung angeboten und in einer randomisierten, kontrollierten Studie evaluiert [2]. Die UPSIDES Peer-Begleitung beinhaltet z. B. Alltagshilfe, Begleitung zu Terminen, Einzelgespräche oder Unterstützung bei der Freizeitgestaltung. In ihrer Arbeit unterstützt werden die Peer-Begleiter/innen durch Supervision und Intervention, sowie durch Teamsitzungen, die aufgrund von Corona zurzeit auch digital stattfinden.

Im Rahmen von UPSIDES wurde ein mehrwöchiges Training für Peer-Begleiter/innen entwickelt. Ziel des Trainings ist es, die Teilnehmer/innen zu befähigen und zu bestärken, auf ihre persönliche Lebenserfahrung zurückzugreifen, um andere Personen in Krisen zu unterstützen. Die UPSIDES Peer-Begleiter/innen am Standort Hamburg



► Abb. 1 Zwei UPSIDES Peer-Begleiterinnen am Standort Ulm/Günzburg.

haben dazu eine gemeinsame Definition entwickelt: „Unsere Kompetenzen beruhen auf unserer Krisenerfahrung und deren Bewältigung. Wir leiten nicht an, wir begleiten auf Augenhöhe (...) Wir unterstützen Menschen beim Legen der Grundsteine für ein stabiles, hoffnungsvolles und erfülltes Leben“.

Weitere Informationen über UPSIDES finden Sie unter [www.upsides.org](http://www.upsides.org).

### Interessenkonflikt

Es besteht ein Interessenkonflikt. Alle AutorInnen sind MitarbeiterInnen des UPSIDES Projekts.

### Autorinnen/Autoren

#### Maria Haun

wissenschaftliche Mitarbeiterin, Ulm/Günzburg

#### Rebecca Nixdorf

wissenschaftliche Mitarbeiterin und UPSIDES-Trainerin, Hamburg

#### Dr. Imke Heuer

UPSIDES Peer-Begleiterin und wissenschaftliche Mitarbeiterin, Hamburg

#### Maria Wagner

UPSIDES-Trainerin und UPSIDES Peer-Begleiterin, Ulm/Günzburg

#### Stefan Bilmayer

UPSIDES Peer-Begleiter, Günzburg

#### Dr. Candelaria Mahlke

Leitung UPSIDES am Standort Hamburg

#### Prof. Dr. Bernd Puschner

Koordinator UPSIDES

### Literatur

- [1] Puschner B, Repper J, Mahlke C et al. Using peer support in developing empowering mental health services (UPSIDES): background, rationale and methodology. *Annals of global health* 2019; 85: 53. doi:10.5334/aogh.2435
- [2] Moran GS, Kalha J, Mueller-Stierlin AS et al. Peer support for people with severe mental illness versus usual care in high-, middle- and low-income countries: study protocol for a pragmatic, multicentre, randomised controlled trial (UPSIDES-RCT). *Trials* 2020; 21: 371. doi:10.1186/s13063-020-4177-7

### Bibliografie

Gesundheitswesen 2021; 83: 241

DOI 10.1055/a-1395-1505

ISSN 0941-3790

© 2021. The Author(s). This is an open access article published by Thieme under the terms of the Creative Commons Attribution License, permitting unrestricted use, distribution, and reproduction so long as the original work is properly cited. (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Georg Thieme Verlag KG, Rüdigerstraße 14, 70469 Stuttgart, Germany

