



Serious games for adolescent mental health literacy: Was es bisher gibt

Karin Waldherr, Ursula Prinz, Sandra Vögl, Michael Zeiler

Hohe psychische Gesundheitsbelastung bei Kindern und Jugendlichen

- Bereits vor der COVID-Pandemie vorhanden (Wagner et al., 2017) und durch die Pandemie verstärkt (Loades et al., 2020)
- Vor allem auch subklinische psychische Belastungen gestiegen (Ravens-Sieberer et al., 2021)
- In den letzten Jahren im Fokus:
Notfallversorgung
→ Prävention, Gesundheitsförderung



Psychische Gesundheitskompetenz als Ansatzpunkt für Kinder und Jugendliche

Was psychische Gesundheitskompetenz umfasst (nach Kutcher, 2016):

- understanding how to obtain and maintain positive mental health
- understanding mental disorders and their treatments
- decreasing stigma related to mental disorders
- enhancing help-seeking efficacy (knowing when and where to seek help and developing competencies designed to improve one's mental health care and self-management capabilities)

Serious Games: Medium, um psychische Gesundheitskompetenz zu fördern

Serious Games = Digitale Intervention am PC, Tablet oder Smartphone; „Spiel“ wird als das primäre Medium verwendet, um Verhalten, Einstellungen, Fähigkeiten und Wissen zu ändern/beeinflussen

- indirektes und implizites Lernen
- attraktiv speziell für Kinder und Jugendliche
- kombiniert Spaß, motivationale Elemente mit einem „ernsten“ Lernziel
→ kann Engagement fördern
- kann Nachteile „herkömmlicher“ digitaler Interventionen verringern
(niedrige Adhärenz, hoher Dropout)



Methodik

- **Systematischer Literaturreview** als Ausgangsbasis (PubMed, Scopus und PsycInfo)
- **Keywords** zu psychischer Gesundheitskompetenz, Zielgruppe (Kinder, Jugendliche) und spielebasierten Interventionen
- Originalarbeiten und Studienprotokolle der letzten 10 Jahre zu SG zur Förderung mindestens einer Komponente von psychischer Gesundheitskompetenz in der Allgemeinpopulation von 10- bis 14-Jährigen
- Artikel mit anderer Zielsetzung (z.B. Unterstützung der Therapie von Erkrankungen) ausgeschlossen

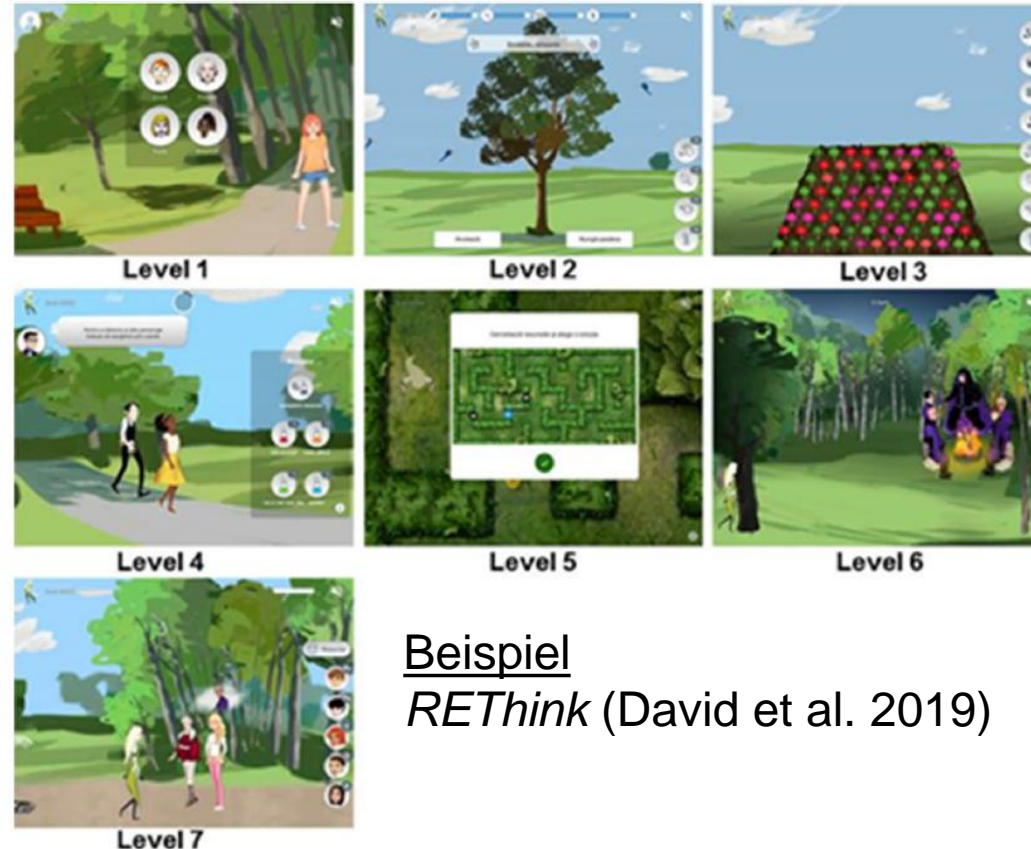
Ergebnisse Systematische Literaturanalyse

- 32 Studien mit 17 Serious Games (SG)
- **Region:** Europa 41 %, Asien 29 %, USA 18 %, Australien 6 %, unbekannt 6 % (keine Intervention aus dem deutschsprachigen Raum)
- **Intervention:** 65 % stand-alone, 35 % blended
- **Geräte:** PC (Windows, Mac), Tablet, Smartphone, Browser/Website
- **Zielgruppen:** Allgemeinpopulation der Kinder und Jugendlichen (Universelle Prävention), Kinder und Jugendliche mit einem erhöhten Risiko für psychische Gesundheitsprobleme (gender minority youth, Kinder mit sozialen Problemen) (Selektive Prävention)
- **(Empfohlene) Spieldauer:** sehr unterschiedlich (von 1 Session bis hin zu wöchentlich über ein ganzes Schuljahr)
- **Implementierungssetting:** primär Schulen

Zielbereiche der vorhandenen Interventionen

Skills zur Regulation von Emotionen und Kognitionen

- Unterscheidung funktionale-
dysfunktionale Emotionen
- Stressregulation
- Dysfunktionale Kognitionen &
automatische Gedanken
- Zwischenmenschliche
Emotionsregulation



Beispiel
REThink (David et al. 2019)

Mission:

Spieler:in hilft Personen der Macht eines Feindes zu entkommen, indem Personen rationaler handeln und glücklicher werden

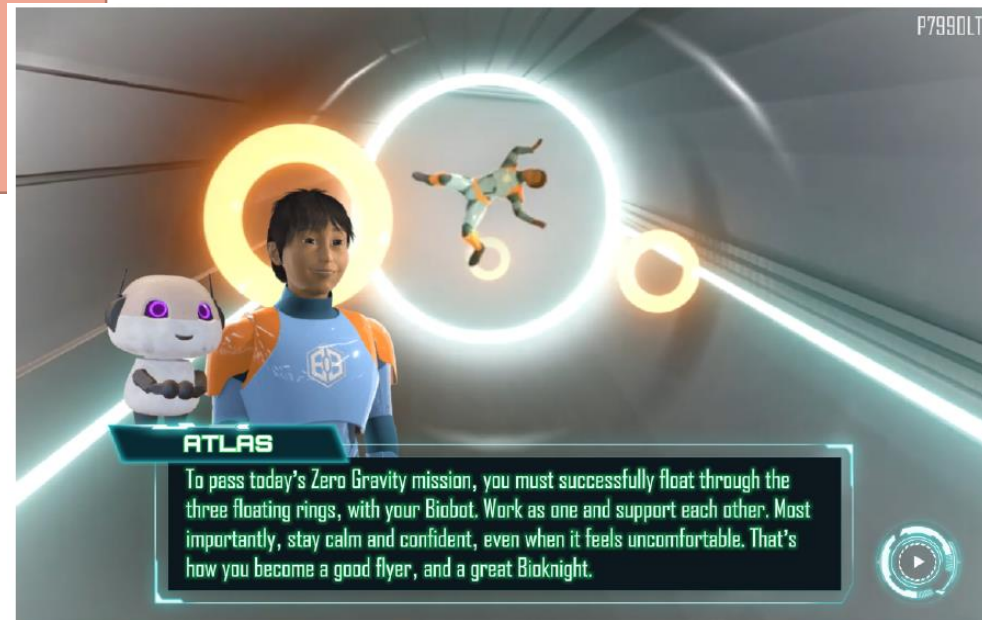
Aufgaben (Beispiele):

Emotionen richtig erkennen
Irrationale Gedanken identifizieren → lässt Baum wachsen
Alternative (rationale) Gedanken vorschlagen

Zielbereiche der vorhandenen Interventionen

Skills zur Verbesserung sozialer Kompetenzen

- Skills zum Konfliktmanagement
- Skills um Durchsetzungsfähigkeit zu steigern
- Kommunikations-Skills
- Impulskontrolle in konfliktbehafteten sozialen Situationen



Beispiel

R.E.M.I (Seleme et al. 2021)

Mission:

Spieler:in bekommt in einem fiktiven Schulsetting einen Roboter von einem anderen Planeten zur Seite gestellt → Spieler:in muss Roboter darauf trainieren, sich sozial unterstützend zu anderen zu verhalten.

Aufgaben (Beispiele):

Entscheidungen in verschiedenen sozialen Dilemmata mit Peers → Feedback zu den getroffenen Entscheidungen

Zielbereiche der vorhandenen Interventionen

Selbstmanagement der eigenen psychischen Gesundheit

- Erkennen von psychischen Symptomen (Angst, Depression, Stress) und Risikoverhaltensweisen
- Effektives Hilfesuchverhalten und Aktivierung von Ressourcen
- „Erste-Hilfe“-Skills
- Skills zur Stärkung der Resilienz



Beispiel

Moving Stories

(Tuijnman et al. 2019, 2022)

Mission:

Spieler:in ist in Kontakt mit fiktivem Mädchen „Lisa“, welche Symptome einer Depression zeigt, über mehrere Levels muss Spieler:in die Beziehung fördern und sie zu positiven Aktivitäten animieren. Endziel: Involvierung einer erwachsenen Person.

Aufgaben (Beispiele):

Depressions-Symptome erkennen und ernst nehmen
Hilfsmöglichkeiten aufzeigen

Zielbereiche der vorhandenen Interventionen

Stigmatisierung von
psychischen Erkrankungen
reduzieren



Beispiel: *Stigma Stop* (Cangas et al. 2017, 2019)

Mission:

Spieler:in besucht nacheinander 4 virtuelle Charaktere mit einer psychischen Erkrankung, muss mit ihnen kommunizieren und sie dazu bringen, gemeinsam an einem Wettbewerb teilzunehmen.

Aufgaben (Beispiele):

Vorurteile / falsche Annahmen bzgl. psychischer Erkrankungen identifizieren
Minigames, um das Wissen bzgl. psychischer Erkrankungen zu verbessern.

PSYGESKOM –Projekt

„Prototyping a serious game intervention promoting mental health literacy in children and adolescents“

- **Ziel:** Entwicklung und Evaluierung des Prototyps eines Serious Games zur Förderung der Psychischen Gesundheitskompetenz bei 10-14-Jährigen
- **Zeitraum:** 2023-2027
- **Förderung:** WWTF + Land NÖ (Grant ID: 10.47379/LS22030)
Projektsumme: € 549.110



Kooperationsprojekt:

- Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Medizinische Universität Wien
- Ferdinand Porsche FERNFH



Expertisen im Projekt – Projektteam





**Wir freuen uns darauf,
in den nächsten Jahren
konkrete Ergebnisse zu
diesem Projekt
berichten zu können.**

Kontakt:

psygeskom@meduniwien.ac.at

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**