

TAGUNGSBAND

8. Konferenz der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz

11. Oktober 2023, hybrid aus Wien

*„Psychosoziale Gesundheit und Wohlbefinden –
Der Beitrag der Gesundheitskompetenz.“*



Agenda
Gesundheitsförderung



Gesundheit Österreich
GmbH 



**Fonds Gesundes
Österreich**

Zitiervorschlag: ÖPGK (2023): 8. Konferenz der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz. Psychosoziale Gesundheit und Wohlbefinden – Der Beitrag der Gesundheitskompetenz. Tagungsband. Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz, Gesundheit Österreich, Wien

Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin: Gesundheit Österreich GmbH,
Stubenring 6, 1010 Wien, Tel. +43 1 515 61, Website: www.goeg.at

Dieser Bericht trägt zur Umsetzung der Agenda 2030, insbesondere zum Nachhaltigkeitsziel (SDG) 3 „Gesundheit und Wohlergehen“ sowie insbesondere zu den Unterzielen 3.4 und 3.8 bei.

Das Projekt ist finanziert aus den Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung.

Wien, Oktober 2023

Inhalt

Inhalt	III
Thema der Konferenz „Psychosoziale Gesundheit und Wohlbefinden – Der Beitrag der Gesundheitskompetenz“	V
Konferenzprogramm	1
Plenum I: Gesundheitskompetenz im Kontext psychischer Erkrankungen.....	3
Plenum II: Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz – Interventionen	4
1 Themenforum 1: Psychosoziale Gesundheitskompetenz im Setting Schule & Bildung.....	6
1.1. #weilwegschauennichtdrinist!	6
1.2. #krisen_fest! – Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern & Jugendlichen	7
1.3. Momente für mich: psychisch gesund bleiben – auch in stressigen Zeiten.....	9
1.4. Mindboost – Förderung psychosozialer Gesundheitskompetenz in Wiener Schulklassen.....	10
2 Themenforum 2: Gesundheitskompetenz in der digitalen Lebenswelt.....	12
2.1. #body – eine Photovoice-Studie zur Förderung der Gesundheitskompetenz bei Jugend.....	12
2.2. Mobility Maps – eine digitale Lösung im Bereich aktiver Mobilität	13
2.3. Serious games for adolescent mental health literacy: Was es bisher gibt	14
2.4. Smart unterwegs für meine Gesundheit.....	15
2.5. INSIDE: Social-Media-Empowerment im Kontext Gesundheit für Jugendliche	16
3 Themenforum 3: Gesundheitskompetenz fördert Chancengerechtigkeit.....	18
3.1. „gesund bleiben“ – Ein Kurs für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung	18
3.2. „Selbsthilfe steht für Leistung“ – Vorstellung eines Projektes der ÖKUSS	19
3.3. Psychische Gesundheit, erklärt: Video-Serie in Österreichischer Gebärdensprache	20
3.4. Gesundheit ist das Gurkerl in meinem Cheeseburger.....	22
3.5. Das kleine Schmeck – Ernährungskompetenz durch innovative Erzählformen	23
4 Themenforum 4: Tools zur Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz	25
4.1. „ABC der psychosozialen Gesundheit“ für junge Menschen	25
4.2. Psychoedukation für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen.....	26
4.3. TOPSY – Toolbox Psychische Gesundheit.....	27
4.4. Epilepsie-Wissen im Klassenzimmer verhindert psychiatrischen Komorbidität.....	28
5 Themenforum 5: Professionelle Gesundheitskompetenz stärken	30
5.1. Professionelle Gesundheitskompetenz – Ergebnisse der HLS-PROF-AT-Studie 2022	30
5.2. Gesundheitskompetenzschulungen für Personal von PVEs	31
5.3. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz bei Hausärztinnen und Hausärzten	32
5.4. Verloren in System?! Ergebnisse Sektorenübergreifende Patientenbefragung 2022	33
5.5. Balintgruppen und die Berufszufriedenheit von Allgemeinmediziner:innen	34

6	Themenforum 6: Einfach gesund entscheiden.....	36
6.1.	Eine Checkliste für Laien zur Bewertung von Online-Gesundheitsinformationen...	36
6.2.	Informationen zu psychosozialer Gesundheit auf gesundheit.gv.at	37
6.3.	EVI – Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen in Haus- und Kinderarztpraxen	38
6.4.	Doktor Google fragen? Welche Recherchekompetenzen gesundheitskompetenter machen	39
7	Workshop: Erste Hilfe für die Seele – ein österreichweites, psychosoziales Präventionsprogramm	41

Thema der Konferenz

„Psychosoziale Gesundheit und Wohlbefinden – Der Beitrag der Gesundheitskompetenz“

Psychische Belastungen und Erkrankungen sind zentrale Themen im Gesundheitsgeschehen der Menschen auch in Österreich. Die öffentliche Aufmerksamkeit dafür hat nach langen Jahren der Stigmatisierung und Tabuisierung zuletzt vor allem durch die Corona-Pandemie, aber auch durch weitere Krisen im Zusammenhang mit dem Ukraine-Krieg und seinen wirtschaftlichen Folgen zu recht wesentlich zugenommen.

Die WHO sieht im Ausbau der psychischen Gesundheitsdienste eine Haupt-Herausforderung für die kommenden Jahre. Wichtig ist aber auch, Menschen zu befähigen, ihre psychische Gesundheit zu fördern, im Bedarfsfall Hilfe zu suchen und Orientierung im Dschungel der diversen Angebote – vom Stress-Management über klinische Psychologie und Psychotherapie bis zu Psychiatrie – zu finden.

Dabei kommt der psychosozialen Gesundheitskompetenz eine tragende Rolle zu. Studien geben erste Hinweise darauf, dass es in diesem Bereich in Österreich größere Herausforderungen gibt. 15 bis fast 40% der Bevölkerung tun sich schwer, Informationen, die sie in puncto psychosoziale Gesundheit brauchen würden, zu finden (HLS₁₉-AT).¹

Die 8. ÖPGK-Konferenz widmet sich daher insbesondere folgenden Fragen:

- Welche Informationen benötigen Menschen, um ihre psychosoziale Gesundheit und ihr Wohlbefinden positiv zu beeinflussen?
- Wie kann die psychosoziale Gesundheitskompetenz in verschiedenen Settings gestärkt werden?
- Was müssen Entscheidungsträger:innen/Vorgesetzte wissen, um die psychosoziale Gesundheit ihrer Mitarbeiter:innen zu fördern?
- Und wie können Informationen und Orientierung zur psychosozialen Versorgung verbessert werden?

¹ <https://oepgk.at/schwerpunkte/messung-der-gesundheitskompetenz/hls19-at/>

Konferenzprogramm

09:30 – 09:50	Begrüßung & Eröffnung <ul style="list-style-type: none">• Jan Pazourek, Dachverband der Sozialversicherungsträger• Christina Dietscher, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Vorsitzende der ÖPGK• Johannes Rauch, Bundesminister für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
09:50 – 10:15	Gesundheitskompetenz im Kontext psychischer Erkrankungen <ul style="list-style-type: none">• Annika Baumeister, Universität Bonn
10:15 – 11:10	Podium: Wie kann Gesundheitskompetenz zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit beitragen? <ul style="list-style-type: none">• Jürgen Bell, Leiter der Abteilung Schulpsychologie und schulärztlicher Dienst• Andreas Huss, Österreichische Gesundheitskasse• Carina Reithmaier, Mental Health Jugendvolksbegehren• Monika Wild, ehem. Rotes Kreuz
11:10 – 11:30	Pause
11:30 – 12:30	Parallele Themenforen 1–3
12:30 – 13:30	Mittagspause
13:30 – 14:30	Parallele Themenforen 4–7 // Workshop „Erste Hilfe für die Seele“
14:30 – 14:45	Pause
14:45 – 15:00	Rückschau Österreichischer Gesundheitskompetenz–Preis 2023
15:00 – 15:25	Gesundheitskompetenz und die Nutzung von digitalen Interventionen für Menschen mit depressiven Erkrankungen <ul style="list-style-type: none">• Jacqueline Posselt, Medizinische Hochschule Hannover
15:25 – 16:25	Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz – Interventionsansätze <ul style="list-style-type: none">• MIND ON – STARK als Lehrling – Silvia Tuttner, FH JOANNEUM• "mental health days": psychische Gesundheitskompetenz an Österreichs Schulen – Gollie Marboe, Verein zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien• neunerhaus Praxis Psychische Gesundheit – Paula Reid/Lisa Steiner• ready4life: Die suchtpreventive Coaching App für Jugendliche und junge Erwachsene – Roland Lehner/Tanja Schartner, Institut Suchtprävention der pro mente OÖ
16:25 – 16:30	Abschlussworte <ul style="list-style-type: none">• Christina Dietscher, BMSGPK Moderation: Sonja Kato

Themenforen

11:30 - 12:30	<p>TF 1: Psychosoziale Gesundheitskompetenz im Setting Schule & Bildung</p> <p>TF 2: Gesundheitskompetenz in der digitalen Lebenswelt</p> <p>TF 3: Gesundheitskompetenz stärkt Chancengerechtigkeit</p>
12:30 - 13:30	<p>Mittagspause</p>
13:30 - 14:30	<p>TF 4: Tools zur Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz</p> <p>TF 5: Professionelle Gesundheitskompetenz stärken</p> <p>TF 6: Einfach gesund entscheiden</p> <p>Workshop: „Erste Hilfe für die Seele“</p>

Plenum I: Gesundheitskompetenz im Kontext psychischer Erkrankungen

Im Plenum I werden die grundlegenden Konzepte zur Gesundheitskompetenz (Mental Health Literacy etc.) im Bereich psychischer Erkrankungen erläutert und ein Einblick in den aktuellen Forschungsstand zur psychosozialen Gesundheitskompetenz gegeben. Bestehende Interventionsansätze in diesem Bereich vervollständigen einen Gesamtüberblick über diesen neuen Bereich der Gesundheitskompetenz.

Fachvortrag: Gesundheitskompetenz im Kontext psychischer Erkrankungen

- Annika Baumeister, Universität Bonn

Podium: Wie kann Gesundheitskompetenz zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit beitragen?

- Jürgen Bell, Leiter der Schuldirektion in der Bildungsdirektion Wien
- Andreas Huss, Österreichische Gesundheitskasse
- Carina Reithmaier, Mental Health Jugendvolksbegehren
- Monika Wild, ehem. Rotes Kreuz

Plenum II: Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz – Interventionen

Facvortrag: Gesundheitskompetenz und die Nutzung von digitalen Interventionen für Menschen mit depressiven Erkrankungen

Jacqueline Posselt, Medizinische Hochschule Hannover

Insbesondere für Menschen mit depressiven Erkrankungen bieten Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) eine Möglichkeit, Wartezeiten auf eine fachärztliche oder therapeutische Versorgung zu überbrücken. Bisher war unklar, ob und wie Hausärztinnen und Hausärzte DiGA einsetzen. Deshalb wurde untersucht, wie sich Hausärztinnen und Hausärzte über DiGA informieren, wie sie diese beurteilen und welche Erfahrungen sie mit der Verordnung gemacht haben.

Beispiele guter Praxis in Österreich

MIND ON – STARK als Lehrling

Silvia Tuttner, FH JOANNEUM

Kick-Off Workshops in den teilnehmenden Berufsschulen (n=5) tragen zur Sensibilisierung von Lehrlingen und Lehrpersonal für die Bedeutung von Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit bzw. der "Mental Health Literacy" durch die Partizipation der Zielgruppe bei. Maßnahmenschwerpunkte (Konzentration, Entspannung, [mentale] Gesundheitskompetenz, Bewegung, Lerntechniken) werden vorgestellt und die Zielgruppe stimmt über die Umsetzung der Maßnahmen ab. Zusätzlich erfolgt eine Erhebung des Wohlbefindens (WHO-5) der Lehrlinge. Darauf aufbauend werden konkrete Unterrichtsstundenbilder zu den jeweiligen Schwerpunkten und dazugehörige Handbücher für das Lehrpersonal erstellt.

"mental health days": psychische Gesundheitskompetenz an Österreichs Schulen

Golli Marboe, Verein zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien

Die "Mental-Health-Days" sind ein innovatives Projekt zur Schaffung psychischer Gesundheitskompetenz, Enttabuisierung und Sensibilisierung zu psychosozialer Gesundheit.

Sie schließen die Kommunikationslücke zwischen Bedarf und Angeboten (Präventionsprogramme, Hilfseinrichtungen, Therapeutinnen und Therapeuten, Support-Personen), um neue Strukturen und Einstellungsänderungen zu schaffen, sowie zu weiterführenden Aktionen zu animieren. In gesamtschulischen Aktionstagen an Sekundarschulen (Alter: 10–19 Jahre) werden die wichtigsten Themen psychosozialer Gesundheit – Mobbing, Körperbewusstsein, Internetabhängigkeit, Leistungsdruck, Sucht, Depression, Suizidalität, existenzielle Ängste – altersgerecht behandelt: je nach Schultyp und individuellem Schulbedarf in ein- bis zweistündigen Workshops pro Schulstufe für alle Klassen der Schule.

neunerhaus Praxis Psychische Gesundheit (PPG)

Paula Reid/Lisa Steiner, neunerhaus

Menschen, die durch Armut, fehlende Krankenversicherung und prekäre Wohnverhältnisse ausgegrenzt werden, haben überdurchschnittlich oft mit belastenden Multiproblemlagen zu kämpfen. Die Praxis Psychische Gesundheit (PPG) bietet eine innovative niederschwellige psychosoziale Versorgung durch ein multiprofessionelles Team (psychiatrische Gesundheits- und Krankenpflege, Sozialarbeit, Psychiatrie, Peer-Arbeit, Allgemeinmedizin). Durch gute Gesprächsqualität, Bedürfnisorientierung und Beziehungsaufbau unterstützt das Team Menschen im Erwerb von Wissen und Kompetenz zur psychosozialen Gesundheit.

ready4life – Die suchtpreventive Coaching App für Jugendliche und junge Erwachsene

Roland Lehner/Tanja Schartner, Institut Suchtprävention der pro mente OÖ

ready4life ist ein Programm, das Inhalte der Suchtprävention nicht nur über Workshops an Jugendliche vermittelt, sondern auch darüber hinaus eine (Chatbot)-App anbietet. Gesundheitsförderung, Förderung der Lebenskompetenzen und der psychosozialen Gesundheit finden nicht mehr nur in der Schule oder dem Betrieb statt, sondern auch dort, wo sich Jugendliche bewegen – auf ihrem Smartphone. Dieses Projekt hat das Ziel, Jugendliche und junge Erwachsene frühzeitig zu sensibilisieren und ihre Ressourcen zu stärken, um sie in ihrer Gesundheit zu fördern und einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

1 Themenforum 1: Psychosoziale Gesundheitskompetenz im Setting Schule & Bildung

1.1. #weilweschauennichtdrinist!

Beitrag aus der Praxis

Autoren: Manuel Pfeilstecher, Christian Hermann / FH JOANNEUM

Kontakt: manuel.pfeilstecher@fh-joanneum.at; christian.hermann@fh-joanneum.at

Hintergrund und Zielsetzung

Die öffentliche Meinung über Menschen mit psychischen Erkrankungen hat sich in den letzten 20 Jahren kaum verbessert, der Anteil jener in der Bevölkerung, die psychiatrische Kliniken „als Schutz“ vor psychisch Erkrankten als notwendig erachten, steigt sogar.

Selbst dort, wo es aufgrund spezialisierter Qualifikationen eigentliche Aufgabe ist, vulnerable Personengruppen vorurteilsfrei und respektvoll zu begegnen, ist das Thema der strukturellen Benachteiligung allgegenwärtig. Stigmatisierung von psychisch erkrankten Menschen durch Gesundheitssysteme beginnt dort, wo es an angemessener Ausbildung fehlt, Betroffene ausreichend zu betreuen.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

#weilweschauennichtdrinist! soll die nötige Aufmerksamkeit auf das Problem lenken und stellt eine tiefgreifende Form der Wissensvermittlung zum Thema mental health literacy dar. Das Projekt richtet sich an Studierende der Gesundheits- und Krankenpflege, sie werden sowohl als Individuen, aber vor allem als künftige Player im Gesundheitssystem adressiert. Das Projekt soll Studierende ermächtigen, evidenzbasierte Informationen rund um die Entstehung von Stigmatisierung psychischer Erkrankungen zu sammeln, deren individuelle und gesellschaftliche Auswirkungen zu verstehen und im Kontext zur pflegerischen Verantwortung zu beurteilen.

Ergebnisse

Daraus resultierend erstellen Studierende individuelle Maßnahmen zur Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen. Sie haben dabei freie Medienwahl und sind angehalten das Thema kreativ umzusetzen. Durch diese intensive Auseinandersetzung werden sie sensibilisiert und auf die Verantwortung von Gesundheitsberufen auf die psychosoziale Gesundheit künftiger Pflegebedürftiger vorbereitet.

Seit dem Projektstart 2022 haben insgesamt 339 Studierende zweier Jahrgänge teilgenommen und 75 Kleingruppenbeiträge erarbeitet. Alle Beiträge werden in einem digitalen Forum geteilt und gegenseitig ausgewogen kommentiert. Neben der kreativen Gestaltung eigener Beiträge wird insbesondere diese Auseinandersetzung in der Projektevaluation von den Studierenden besonders

hervorgehoben. Ausgewählte Exponate werden im Rahmen eines Campusprojektes öffentlich ausgestellt, in Kooperation mit Vereinen ähnlicher Zielsetzung geteilt und via Social Media einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

In der Projektevaluation haben 94,25% der Studierenden zugestimmt bzw. vollkommen zugestimmt, dass das Projekt dazu beiträgt, sich reflektiert mit dem Thema Entstigmatisierung zu befassen und so die Tragweite der individuellen und gesellschaftlichen Auswirkungen nachzuvollziehen.

Lernerfahrungen

Die qualitative Analyse der Projektevaluation ergibt drei Hauptkategorien

- der gesellschaftliche Aspekt (bspw.: „wie unreflektiert das [sozial-gesellschaftliche] Umfeld noch ist“)
- der persönliche Aspekt (bspw.: „Sehr wertvoll, um einmal selbst zu reflektieren, wo man selbst zum Problem beiträgt“)
- der Aspekt der Wissensvermittlung (bspw.: „Eine sehr spannende Gruppenarbeit, bei der man wirklich viel mitnehmen und lernen kann ... und dadurch [Forumsdiskussionen] dieses Thema aus mehreren Blickwinkeln sehen kann“).

Im kommenden Jahr wird im Rahmen des Projekts eine Selbstwirksamkeitsevaluation vorgenommen.

1.2. #krisen_fest! – Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern & Jugendlichen

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Hanna Hörtnagl / Styria vitalis

Kontakt: hanna.hoertnagl@styriavitalis.at

Hintergrund und Zielsetzung

Vor dem Hintergrund, dass sich die psychosoziale Gesundheit durch die Pandemie verschlechtert hat, sind die Ziele des Projektes:

- Kinder und Jugendliche im Umgang mit psychosozialen Belastungen und Krisen zu stärken,
- Pädagoginnen und Pädagogen darin zu bestärken, bei Kindern und Jugendlichen die Kompetenz im Umgang mit Krisen zu fördern und damit der Entwicklung von Krisen vorzubeugen,
- Akteurinnen und Akteure in Bildungsregionen, Bildungseinrichtungen sowie Sozial- und Gesundheitseinrichtungen vernetzen, um gemeinsame Strategien zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und ein gemeinsames Krisenmanagement für die verstärkten psychosozialen Belastungen im Rahmen der COVID 19-Pandemie zu entwickeln.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

- Bedarfserhebung durch Fokusgruppen mit Pädagoginnen und Pädagogen und relevanten Stakeholdern
- Vernetzung vorhandener Strukturen sowie Optimierung der Zusammenarbeit und Anpassung an erhobene Bedürfnisse
- Partizipative Erarbeitung standortbezogener Unterstützungsstrukturen und Vorsorgekonzepte
- Ausbildung von Koordinatorinnen und Koordinatoren in den Einrichtungen zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Krisenprävention (Gesundheitsbeauftragte, Schwerpunkt psychosoziale Gesundheit)
- Schulung von Trainer:innen zur Vermittlung und Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen in den Bildungsregionen: ELLA Trainingsprogramm, Einschulung in die GET Materialboxen zur psychosozialen Gesundheit für alle Bildungseinrichtungen, Einschulung in die Website www.feel-ok.at

Ergebnisse

Das Projekt endet am 31.12.2023. Bisherige Ergebnisse sind:

- Bedarfserhebung mittels acht Fokusgruppen mit gesamt 32 Teilnehmer:innen. Die Ergebnisse dienen als Grundlage zur weiteren Planung der Projektinhalte: Sensibilisierung der Pädagoginnen und Pädagogen für psychosoziale Gesundheit, Vernetzung mit Unterstützungsangeboten, Vorstellung von Präventionsmaßnahmen, Förderung der sozial-emotionalen Kompetenz von Kindern und Jugendlichen, Austauschformate für Pädagoginnen und Pädagogen (z.B. Super-/Intervision), Einbindung der Eltern (Eltern-Webinare)
- Durchführung von 2 Fortbildungsschienen (gesamt 57 Unterrichtseinheiten) mit gesamt 125 teilnehmenden Pädagoginnen und Pädagogen aus Elementar-, Primar- und Sekundarbereich (Unterstufe) aus 61 Bildungseinrichtungen
- Durchführung von feel-ok-Workshops an 12 Mittelschulen zum Thema „Mein Körper, meine Gefühle und ich“
- 6 Eltern-Webinare mit ca. 150 teilnehmenden Eltern zu den Themen digitale Kompetenzen, Mobbing, Psychoedukation und Erziehung
- Zusammenarbeit mit allen sieben steirischen Bildungsregionen und dem Jugendmanagement in puncto nachhaltiger Verankerung der Projektinhalte
- Vernetzung mit psychosozialen Einrichtungen, welche Zusammenarbeit und Angebote für Bildungseinrichtungen setzen (größtenteils kostenlos)
- Erstellung von Padlets mit einer Übersicht regionaler Unterstützungsangebote

Derzeit findet die Vorher-Nachher-Befragung an den Bildungseinrichtungen statt. Die Ergebnisse sollten bis Oktober 2023 vorliegen.

Lernerfahrungen

- Akquise von Teilnehmer:innen ist für Fokusgruppen in Pandemiezeiten extrem erschwert.
- Ergebnisse der Bedarfserhebung sind hilfreich für Planung der Fortbildungsinhalte.
- Es gibt eine Vielzahl von Unterstützungsangeboten, welche zum Teil wenig bekannt sind.

- Eine gute Vernetzung mit wichtigen Stakeholdern erleichtert die Erreichbarkeit der Zielgruppen und Settings.
- Strukturen und Abläufe in einzelnen Bildungsregionen sind sehr divers, dh. es bedarf einer individuellen Vorgehensweise pro Bildungsregion.
- Aufgrund der Komplexität des Projektes benötigte es sehr viel mehr Zeit für die Planung als im Projektantrag veranschlagt wurde.

1.3. Momente für mich: psychisch gesund bleiben – auch in stressigen Zeiten

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Barbara Fischer-Perko, Iris Lackner / Expertisezentrum Gesundheitsförderung, Prävention und Public Health, Österreichische Gesundheitskasse

Kontakt: barbara.fischer-perko@oegk.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Stress, Zeitdruck, Reizüberflutung und Multitasking sind für viele in Arbeit, Schule, Freizeit und in der Familie kein Fremdwort mehr. Wie Menschen ihr Leben gestalten, hat große Auswirkungen auf die Gesundheit, körperlich und psychisch. Belastungen verschwinden selten von alleine, der Druck nimmt oft weiter zu. Wie kann der oder die Einzelne Kraft tanken und so Körper und Seele stärken? „Momente für mich!“ und „Menti“ liefern alltagstaugliche Tipps, Anregungen und Übungen, mit denen jeder seine psychische Gesundheit positiv beeinflussen und die psychosoziale Gesundheitskompetenz fördern kann.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Die ÖGK-Angebote sind vielfältig und niederschwellig aufgebaut. Folgende kostenlose Maßnahmen sind derzeit vorhanden (werden aufgrund der Evaluierungsergebnisse laufend weiterentwickelt):

Momente für mich:

- Drucksorten: Broschüren, Tagebuch
- APP (Google-Android und Apple-Store)
- Präsenzvorträge
- Webinare (teilweise zielgruppenspezifisch für Frauen, Männer etc.) inkl. Übersetzung in Gebärdensprache und inkl. deutscher Untertitel

Speziell für die Arbeit im Setting Schule (2.-4. Schulstufe) gibt es das Angebot „Menti und Super-Menti – Modul Emotionen“:

- Drucksorten: Kinder-Arbeitsbücher, Handbücher für Eltern und Lehrkräfte, Klassenplakate
- Webinare

Homepages mit Videos, Tipps, Downloadbereich:

- www.gesundheitskasse.at/momentefuermich
- www.gesundheitskasse.at/menti

Ergebnisse

Es wurden bis dato bereits rund 30.000 Personen mit Maßnahmen von „Momente für mich“ sowie 1.167 Volksschulen und 73 diverse Institutionen mit „Menti und Super-Menti“ erreicht. Wir wollen mit „Momente für mich“ die Menschen bestmöglich im Umgang mit ihren psychosozialen Herausforderungen stärken. Bei dem Angebot geht es darum, den Blick auf das Positive im Leben zu richten, zu schauen wie es um seinen eigenen Akku-Ladestand steht. Manchmal fällt es schwer, etwas Gutes wahrzunehmen. Bspw. soll das Tagebuch dabei unterstützen, mit einfachen Kategorien den Tag Revue passieren zu lassen und die besonderen Momente einzutragen. Ergänzt wird das Angebot durch einfach verständliches Wissen sowie Übungen zur Förderung der psychosozialen Gesundheitskompetenz.

Auch Kinder haben oft große Gefühle. Besonders der gute Umgang mit Emotionen unterstützt Kinder beim gesunden Aufwachsen. Die Geschichten von „Menti und Super-Menti“ helfen Kindern, Emotionen bei sich und anderen zu erkennen und zu benennen. Mit Bewegungsübungen sowie mit Bastel-Anleitungen wird dieses Thema in den verschiedensten Unterrichtsstunden den Kindern verständlich vermittelt.

Lernerfahrungen

Alle Angebote werden sehr gut angenommen. Die Produkte sind in unterschiedlichen Settings einsetzbar, wie Schule, Betrieb, Gemeinde, ... und werden von vielen Institutionen bestellt, bspw. von diversen Gesundheitseinrichtungen wie Krankenanstalten, PVEs, Facharztpraxen, Pflegeheimen. Kooperationen wurden aufgebaut, wo man gegenseitig profitieren kann, wie Rat auf Draht etc.

Um auf aktuelle Themen reagieren zu können, die über Evaluierungsdaten oder partizipative Prozesse in den Settings erhoben werden, werden auf der Homepage, in der APP sowie über bundesweite Webinare und Vorträge laufend neue Themen angeboten.

1.4. Mindboost – Förderung psychosozialer Gesundheitskompetenz in Wiener Schulklassen

Beitrag aus der Praxis

Autor/Autorin: Tobias Höbel, Angela Mach / Institut für Suchtprävention der Sucht- und Drogenkoordination Wien

Kontakt: tobias.hoebel@sd-wien.at; angela.mach@sd-wien.at

Hintergrund und Zielsetzung

Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit und es gibt keine moderne Suchtprävention, ohne auch an psychischer Gesundheit anzusetzen. Das Institut für Suchtprävention (ISP) der Sucht-

und Drogenkoordination Wien fördert daher vermehrt die psychosoziale Gesundheitskompetenz der Wiener Bevölkerung. Im Fokus stehen die Vermittlung evidenzbasierter Informationen, die Förderung von Resilienz und Lebenskompetenzen, Vermittlungstätigkeiten in der Versorgungslandschaft sowie Maßnahmen zur Sensibilisierung und Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im Rahmen des Vortrags wird beispielhaft ein aktuelles, universelles Präventionsangebot für Schüler:innen (ab 15 Jahren) vorgestellt: Mindboost ist ein – aufgrund der Corona-Pandemie und Ukraine-Krise entstandener – Workshop für Schulklassen zur Vermittlung von Lebenskompetenzen und adäquaten Coping-Strategien. Die Schüler:innen werden für psychische Gesundheit sensibilisiert, Handlungsmöglichkeiten werden erarbeitet und Anlaufstellen werden aufgezeigt. Dadurch lernen sie, mit belastenden Themen und Gegebenheiten besser umzugehen. Zielsetzungen, Erfahrungen während der Planung und Implementierung sowie erste (Prozess-) Evaluationsergebnisse werden präsentiert.

Ergebnisse

Mindboost wurde bisher in insgesamt 97 Klassen umgesetzt. Somit konnten 1.965 Wiener Schüler:innen in ihrer psychosozialen Gesundheitskompetenz gestärkt und mit evidenzbasierten Informationen und Coping-Strategien ausgestattet werden. Sowohl die befragten Pädagog:innen (N=29) als auch Schüler:innen (N=838) sind sich einig: der Workshop schafft einen sicheren Rahmen sich mit dem Thema „psychische Gesundheit“ auseinanderzusetzen. Das Thema psychische Gesundheit wird altersgemäß, praktisch und verständlich vermittelt. Für nahezu jede:n ist eine neue, alltagstaugliche Methode zur Stärkung der eigenen psychischen Gesundheit dabei. Die Zufriedenheit mit dem Angebot ist sehr hoch.

Lernerfahrungen

Psychische Gesundheitskompetenz lässt sich demnach außerordentlich gut im Rahmen von universellen Präventionsangeboten für Schüler:innen fördern. Sowohl die Schüler:innen selbst als auch die Pädagoginnen und Pädagogen erleben das Thema als überaus wichtig und begrüßen derartige Angebote. Es hat sich gezeigt, dass es sehr gut möglich ist, im Klassenverband einen sicheren Rahmen zu gestalten, um dieses sensible Thema verantwortungsvoll aufzugreifen zu können.

2 Themenforum 2: Gesundheitskompetenz in der digitalen Lebenswelt

2.1. #body – eine Photovoice–Studie zur Förderung der Gesundheitskompetenz bei Jugend

Beitrag aus der Forschung

Autorinnen: Kristin Ganahl¹, Angelika Felder¹, Annette Bernhard², Romea Hämmerle³
¹aks gesundheit GmbH; ²aha Jugendinfo; ³Co–Researcherin

Kontakt: kristin.ganahl@aks.or.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Auf Social Media propagierte Schönheitsideale stellen eine zunehmende Problematik im Hinblick auf die Gesundheit Jugendlicher dar. Besorgniserregend ist, dass eben diese Schönheitsideale häufig auch mit einem vermeintlich gesunden Lebensstil kommunikativ verknüpft werden, und damit die Inszenierung von extrem sportlichen oder mageren Körperbildern für einen gesundheitlich problematischen Lebensstil wirbt. Der ständige Vergleich mit diesen Schönheitsidealen und den damit verbundenen Lifestyles kann Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen haben. Da die digitale Lebenswelt für Jugendliche einen wichtigen Lebensbestandteil darstellt, ist der gesundheitskompetente Umgang mit Social Media essenziell.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Mithilfe der partizipativen Photovoice Methode (Start Mai 2023) wird teilnehmenden Jugendlichen aus Vorarlberg ermöglicht, visuell und verbal darzustellen, wie Social Media ihre Körperbildwahrnehmung im täglichen Leben beeinflusst. In zwei Workshops diskutieren und analysieren die Jugendlichen als sogenannte Peer–Forscher:innen unter Verwendung der SHOWed Methode ihre Fotos und Social–Media Material. Die mit den Jugendlichen erarbeiteten Ergebnisse werden anschließend gemeinsam Interessensgruppen präsentiert. In einem abschließenden Schritt werden die erhobenen Daten vom Forschungsteam analysiert. Die zusätzliche Einbindung von jungen Co–Forscher:innen unterstützt den partizipativen Ansatz im Projekt.

Ergebnisse

Die mit den Jugendlichen generierten Daten bestätigen die gesundheitlich herausfordernden Umstände in Bezug auf die Körperbildwahrnehmung Jugendlicher in ihrer Social Media Lebenswelt. Der partizipative Forschungsprozess ermöglicht ein tieferes Verständnis für die Probleme und Bedürfnisse von Jugendlichen und fördert Selbstbestimmung und einen kritischen Umgang mit Social Media. Durch die weitere Präsentation der Daten vor Entscheidungsträger:innen wird gewährleistet, dass die Stimme Jugendlicher gehört wird. Die Ergebnisse dieses Photovoice–Programms bilden eine Grundlage für die Implementierung von Förderungsmaßnahmen einer digitalen Gesundheitskompetenz für junge Menschen in Österreich.

Lernerfahrungen

Die Studie zeigt, wie die Gesundheitskompetenz von Jugendlichen durch Partizipation und Empowerment gefördert werden kann, insbesondere in Bezug auf die Stärkung eines kritischen Bewusstseins für Social Media mithilfe der Photovoice Methode. In diesem Projekt werden die Aspekte der sozialen Teilhabe und das kritische Denken betont. Dies führt zu einer verbesserten Gesundheitskompetenz mit persönlichen und sozialen Vorteilen und zu gemeinschaftlichem Handeln.

2.2. Mobility Maps – eine digitale Lösung im Bereich aktiver Mobilität

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Marlene Brettenhofer¹, Susanne Backmeister²

¹aks Gesundheit GmbH, ²Energieinstitut Vorarlberg

Kontakt: marlene.brettenhofer@aks.or.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Eine Verkehrswende ist erforderlich, um die Klimaschutz-Grenzen von 1,5°C Erderwärmung laut Pariser Klimaabkommen zu erreichen. Mobilitätsmanagement in Betrieben ist einer der Hebel. Der Arbeitsweg wird meist mit dem gleichen Verkehrsmittel zurückgelegt. Neben Änderungen der Strukturen (Verhältnisse) ist auch die Stärkung der persönlichen Gesundheitskompetenz sehr wesentlich, um fundierte Entscheidungen über die eigene Gesundheit selbstbestimmt zu treffen. Zudem kann durch Interventionen für die Förderung der aktiven Mobilität ein doppelter Nutzen für Gesundheit und Umwelt/Klimaschutz generiert werden.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Zur Steigerung der Gesundheitskompetenz im Bereich der aktiven Mobilität wurde die digitale Lösung der Mobility Maps für Betriebe und mit Betrieben entwickelt. Mittels Nutzung von Daten, die der Personalabteilung vorliegen, können auf Knopfdruck Mobility Maps generiert werden. Diese liefern den Vergleich von persönlichen Mobilitätsalternativen für den Weg vom Wohnort zum Arbeitsplatz oder auch retour. Die Mobility Maps kombinieren Mobilitäts- und Gesundheitsfakten für vier unterschiedliche Anreisemodalitäten und führen zu weiterführenden QR-Codes mit Routenführung.

Ergebnisse

Die Mobility Maps ermöglichen entweder eine Unterstützung für die individuelle Mobilitätsberatung oder eine Generierung für die gesamte Belegschaft auf Knopfdruck unabhängig von der Anzahl der Mitarbeiter:innen. Dementsprechend ist der Aufwand für die Betriebe überschaubar und gut integrierbar. Die Mobility Maps können eine Stellschraube im Rahmen eines umfassenden Mobilitätsmanagements sein. Diese wurden im Rahmen des Projektes AMIGO pilotiert und lieferten sehr positive Rückmeldungen seitens der Mobilitätsbeauftragten in den Unternehmen, aber auch

der Mitarbeiter:innen, denen das Unternehmen mit der persönlichen Map eine individuelle Wissensbasis über Mobilitätsalternativen zur Verfügung stellt.

Lernerfahrungen

Bei der Fa. Haberkorn wurden die Mobility Maps österreichweit für 900 Mitarbeiter:innen an unterschiedlichen Unternehmensstandorten generiert. Die Maps eignen sich insbesondere für den Einstieg in eine Mobilitäts- oder Gesundheitsberatung und lassen sich mit anderen Maßnahmen des BMM oder BGM kombinieren. Aufgrund der einfachen Handhabung wurden die Mobility Maps auch bereits in Gesundheitsförderungsprogrammen wie „Beweg dich für die Seele“ der ÖGK zum Einsatz gebracht.

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

Beitrag aus der Forschung

Autorinnen/Autor: Karin Waldherr¹, Ursula Prinz¹, Sandra Vögl², Michael Zeiler²
¹Ferdinand Porsche FERNFH; ²Medizinische Universität Wien

Kontakt: karin.waldherr@fernfh.ac.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die Forschung zu digitalen Serious Games (SG) zur Förderung der psychischen Gesundheitskompetenz (Fähigkeit eine gute psychische Gesundheit aufrechtzuerhalten und psychischen Belastungen entgegenzuwirken, Wissen zu psychischen Erkrankungen und deren Behandlung, Reduktion des Stigmas) bei Kindern und Jugendlichen steht erst am Anfang. SG erscheinen jedoch vielversprechend für diese Zielgruppe. Als Ausgangsbasis zur Entwicklung eines digitalen SG wurde eine Literaturrecherche durchgeführt, um einen Überblick über bisher entwickelte Videospiele zu erhalten und herauszufinden, welche Spieleigenschaften und Designelemente sich in früheren Studien als vielversprechend erwiesen.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Es wurde ein narrativer Review durchgeführt. Die elektronische Suche umfasste die Datenbanken PubMed, Scopus und PsychInfo. Die verwendeten Suchstrings beinhalteten Keywords zu i) psychischer Gesundheitskompetenz, ii) Zielgruppe (Kinder, Jugendliche) und iii) spielebasierten Interventionen. Eingeschlossen wurden Originalarbeiten und Studienprotokolle der letzten zehn Jahre zu SG zur Förderung mindestens einer Komponente von psychischer Gesundheitskompetenz in der Allgemeinpopulation von 10 bis 14-Jährigen. Ausgeschlossen wurden Artikel zu SG mit anderer Zielsetzung (z.B. Unterstützung der Therapie von Erkrankungen) oder Blended Interventionen mit geringem Spieleanteil.

Ergebnisse

Es wurden 13 Videospiele identifiziert, die entweder alleinstehend oder in Kombination mit Präsenzeinheiten zum Einsatz kommen, auf die Förderung zumindest einer Komponente psychischer

Gesundheitskompetenz abzielen und sich nicht an Kinder und Jugendliche mit psychischen Erkrankungen oder eine spezifische Risikogruppe richten. Weiters wurden einige Interventionen gefunden, die digitale Gamification-Elemente in Online-Programme oder Präsenzprogramme einbauen. Was die Komponenten psychischer Gesundheitskompetenz betrifft, so zielen die bisher verfügbaren wissenschaftlich basierten SG und Gamification-Elemente häufig auf Emotionsregulierung und die Förderung positiver psychischer Gesundheit sowie auf die Reduzierung des Stigmas psychischer Erkrankungen ab. Bei bisherigen Wirksamkeitsstudien zeigten sich Verbesserungen des psychologischen Wohlbefindens sowie Verringerung von depressiver Stimmung, Ängsten und Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen.

Lernerfahrungen

Es hat sich als prinzipiell machbar erwiesen, evidenzbasierte Lern- und Verhaltensänderungsansätze in spielebasierte Ansätze zu integrieren. Die Herausforderung besteht darin, ein SG zu entwickeln, das durch hohe Attraktivität für Kinder und Jugendliche dem bekannten Nachteil der niedrigen Adhärenz bei digitalen Interventionen entgegenwirken und auch gut umgesetzt und aufrechterhalten werden kann (z.B. in Schulen, unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Ausstattung der Zielgruppe mit Smartphone und Tablets), um Public Health Impact zu erzielen.

2.4. Smart unterwegs für meine Gesundheit

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Ulla Sladek / Frauengesundheitszentrum

Kontakt: ulla.sladek@fgz.co.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die Digitalisierung im Gesundheitsbereich schreitet voran. Auch die Menge an verfügbaren Gesundheitsinformationen sowie die Anzahl der Kanäle zur Verbreitung haben sich stark erhöht. So gelangen vermehrt interessengeleitete, verzerrte oder falsche Informationen in Umlauf, die Bürger:innen besonders kritische Fähigkeiten abverlangen. Ziel des Projektes ist es, die digitale Gesundheitskompetenz von Frauen 60+ zu fördern. Der Schwerpunkt liegt auf Frauen, die in Bezug auf Gesundheitskompetenz besonders gefordert sind: Frauen mit chronischen Erkrankungen, Frauen in schwierigen finanziellen Situationen und Frauen mit niedriger formaler Bildung.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Kurse für Frauen und eine Train-the-Trainer-Ausbildung sind die Maßnahmen des Projekts. Frauen 60+ üben den Umgang mit ihrem Smartphone und erfahren, wie sie sich sicher im Internet, in den sozialen Medien und dem digitalen Gesundheitswesen bewegen. Sie erfahren, wie sie schlechte von guten Gesundheitsinformationen unterscheiden, was sie beim Nutzen von Gesundheits-Apps beachten, wie sie mit Hilfe des Internets die passenden Ärztinnen und Ärzte und Gesundheitseinrichtungen finden und wie sie gut (analog und digital) mit Fachpersonen im Gesundheitswesen kommunizieren können.

Ergebnisse

Bisher wurde der etablierte Kurs „Meine Gesundheit – meine Entscheidung“ neu konzipiert und um digitale Inhalte erweitert. Zwei Kurse für Frauen 60+ in Kapfenberg und in Eggersdorf bei Graz wurden erfolgreich durchgeführt. Kooperationspartner:innen im Bereich Erwachsenenbildung, Gesundheit oder Soziales, die die Absicht haben, den Kurs in ihr eigenes Programm aufzunehmen und eine Mitarbeiterin zur Train-the-Trainer Ausbildung 2024 zu entsenden, wurden gefunden.

Lernerfahrungen

Es hat sich gezeigt, dass die Zielgruppe zwar über eigene Smartphones verfügt und diese auch täglich nutzt, aber noch viele Unsicherheiten und Fragen zur Bedienung hat. Der ursprünglich 3-teilige Kurs wurde aus diesem Grund um einen Teil erweitert, bei dem Grundlagen im Umgang mit dem Smartphone vermittelt werden.

2.5. INSIDE: Social-Media-Empowerment im Kontext Gesundheit für Jugendliche

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Manuela Konrad, Anna Lena Aufschneider, Sonja Radkohl, Bianca Fuchs-Neuhold
FH JOANNEUM University of Applied Sciences

Kontakt: bianca.fuchsneuhold@fh-joanneum.at

Hintergrund und Zielsetzung

Soziale Medien werden als identitätsstiftend aufgefasst und können für junge Menschen von großer Bedeutung sein. Forschungsergebnisse zeigen, dass ein hoher Konsum von Sozialen Medien, negative Auswirkungen auf das Körperbild haben kann. Die häufige Nutzung Sozialer Medien sowie die Möglichkeit, mit Gleichaltrigen zu interagieren, kann die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper erhöhen und Essprobleme hervorrufen. Ziel des 2-jährigen Projekts ist es, junge Menschen und Personen der offenen Jugendarbeit hierfür zu sensibilisieren, die Eigenreflexion zu fördern und Strategien der Auseinandersetzung zu erarbeiten.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

In der ersten Projektphase wurde eine Social-Media-Analyse durchgeführt, um die Lebenswelt der Zielgruppe zu verstehen. Anschließend wurde eine Bedarfs- und Bedürfnisanalyse mit Teilnehmer:innen durchgeführt. Weiters wurden sechs Workshops entwickelt, um die Teilnehmer:innen für Social Media und Ernährung zu sensibilisieren und ihre Selbstwahrnehmung zu stärken. Letztlich wurde ein Online-Kurs für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren entwickelt, um eine kritisch-reflektierte Haltung zu Schönheit, Ernährung und Körper in Bezug auf Social Media zu fördern. Zwei Podcasts zu den Themen "Social Media und Ernährung" entstanden mit den Peers.

Ergebnisse

Ernährungskompetenz sowie Information über das komplexe Konstrukt Social Media stellen essenzielle Aspekte des Projektes dar. Um dieses Wissen zu vermitteln, wurde im Projekt ein Online-

Kurs erstellt, der einerseits die Bedürfnisse der Personen in der offenen Jugendarbeit als auch jene ihrer Klientinnen und Klienten berücksichtigt. Mit Anfang Juli 2022 konnten aus dem JA.M Mädchenzentrum vier Peers zertifiziert werden, die sich vorab die notwendigen Kompetenzen im Bereich Ernährung und Social Media angeeignet hatten. Der Online-Kurs für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren als auch zwei Podcasts wurden 2022 inhaltlich gestaltet und gingen Anfang März 2023 online. Die Verbreitung der Materialien erfolgt aktuell durch alle Projektbeteiligten. Bei der Erstellung des Materials wurde darauf geachtet, dass sowohl Podcasts als auch der Online-Kurs – trotz einer sich schnell verändernden Umgebung auf Social Media – längerfristig aktuell bleiben. Besonders der Fokus auf Ernährungskompetenzen, Essstörungen aber auch auf Körperbilder auf Social Media sowie eine allgemeine Ressourcenorientierung sollen eine langfristige Einsetzbarkeit der Materialien garantieren. Der interaktive Online-Kurs steht kostenlos für alle Interessierten zur Verfügung.

Lernerfahrungen

Durch die Interdisziplinarität im Projekt konnte insbesondere die psychosoziale Gesundheitskompetenz der Zielgruppen adressiert werden. Die Kooperation von Diätologinnen und Diätologen mit Social-Media-Expertinnen und Experten verschränkt die beiden Themenfelder und optimiert Sichtbarkeit und Synergien. Als Herausforderung gestalteten sich Erreichbarkeit und Verbindlichkeit der jungen Frauen. Themen, die sich rund um Körperbild und Essverhalten auf tun, sind vielschichtig. Die Evaluation des Online-Kurses gestaltet sich anspruchsvoll, da die meisten Teilnehmenden den Fragebogen, der am Ende platziert ist, nicht ausfüllen und hiermit wertvolle Rückmeldungen fehlen.

3 Themenforum 3: Gesundheitskompetenz fördert Chancengerechtigkeit

3.1. „gesund bleiben“ – Ein Kurs für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Beitrag aus der Praxis

Autor: Daniel Wolfgang Pichlbauer / Lebenswelten der Barmherzigen Brüder

Kontakt: daniel.pichlbauer@bbkain.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung sind im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung häufiger von körperlichen oder psychischen Erkrankungen betroffen. Daher ist es besonders für diese Menschen wichtig, dass sie bewusste Entscheidungen für ihre Gesundheit treffen können sowie unter anderem auch wissen, was im Krankheitsfall zu tun ist. Maßnahmen zur Förderung der Gesundheitskompetenz sollten sich deshalb, bedürfnisgerecht gestaltet, auch an diese Zielgruppe richten. Der Kurs „gesund bleiben“ der Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark zielt genau darauf ab.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im Projekt entwickelte ein multiprofessionelles Team aus den Bereichen Pflege, Medizin, Pädagogik, Diätologie, Klinische Psychologie, Ergo- und Physiotherapie sowie Bewegung einen zielgruppenspezifischen Lehrplan. Dieser Lehrplan beinhaltet unter anderem eine genaue Beschreibung der zu vermittelnden Kursinhalte und die angestrebten Lernziele. Mit Beteiligung der Zielgruppe wurden unterschiedliche Lehr-/Lernmaterialien (z.B. Skripten) erstellt. Gleichzeitig wurde ein Pool an Kurs-Referent:innen aufgebaut, welche eine Fortbildung zum Thema „Leichte Sprache“ absolvierten. Im Rahmen einer Pilotierung wurde der gesamte Kurs mit 12 Bewohner:innen einmal abgehalten und evaluiert.

Ergebnisse

Mit „gesund bleiben“ steht ein (modularer) Kurs für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung zur Förderung der Gesundheitskompetenz zur Verfügung, welcher ab Herbst 2023 laufend für Bewohner:innen und Klientinnen und Klienten in den Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark angeboten wird.

Der Kurs besteht aus sieben Modulen und umfasst insgesamt 24 Unterrichtseinheiten zu je 45 Minuten. In den verschiedenen Modulen erwerben die Teilnehmer:innen grundlegendes und alltagspraktisches Wissen im Umgang mit Gesundheit und Krankheit sowie im Umgang mit Gesundheitsinformationen. Damit sollen sie im Bewusstsein für die eigene Gesundheit gestärkt sein und dabei unterstützt werden, gesundheitsbewusste Entscheidungen zu treffen und in Gesundheitsfragen selbstbestimmter zu handeln.

Beispielsweise werden in leichter Sprache die Einflussfaktoren von Gesundheit und Krankheit besprochen, das Gesundheitssystem und Patientenrechte erklärt, ein Besuch beim Arzt/bei der Ärztin simuliert sowie gesundheitsförderliche Maßnahmen für Körper und Psyche vermittelt.

Geplant ist es, dass der Kurs über das „Institut für Inklusive Medizin“ (Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark) Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung in der gesamten Steiermark zugänglich gemacht wird.

Lernerfahrungen

Die Pilotierung des Kurses konnte erfolgreich umgesetzt werden. Hierbei zeigte sich, dass die interprofessionelle Zusammenarbeit und die aktive Beteiligung der Zielgruppe sehr wichtig und wertvoll waren. Dadurch konnten bedarfs- und bedürfnisgerechte Kursinhalte und Unterrichtsmaterialien erstellt werden. Das wurde bei der Evaluierung von den Kursteilnehmer:innen positiv rückgemeldet. Ebenso zeigte sich, dass eine laufende Anpassung hinsichtlich Inhalt, Verständnis, Methodeneinsatz sowie Bedarf, Interessen und Wünsche der Teilnehmenden erforderlich ist, um künftige Kurseinheiten gegebenenfalls zu optimieren.

3.2. „Selbsthilfe steht für Leistung“ – Vorstellung eines Projektes der ÖKUSS

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Ileana Cermak / Fonds Gesundes Österreich

Kontakt: ileane.cermak@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die Österreichische Kompetenz- und Servicestelle (kurz: ÖKUSS) hat im Frühjahr 2022 mit dem Projekt „Selbsthilfe steht für Leistung – Leistungsportfolio der gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Kontext des österreichischen Sozial- und Gesundheitssystems“ gestartet. ÖKUSS wurde mit der Projektumsetzung von der Österreichischen Sozialversicherung und dem Fonds Gesundes Österreich beauftragt. Ziel des Projektes ist die Darstellung der Bandbreite an erbrachten Leistungen von Selbsthilfegruppen und -organisationen in Österreich.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Das Leistungsportfolio soll auf Basis einer Recherche in der bestehenden Literatur und Studien in den Unterlagen von ausgewählten Selbsthilfeorganisationen und unter Einbeziehung eines neu eingerichteten beratenden ÖKUSS-Selbsthilfe-Projektbeirats erfolgen. Die sechs Mitglieder des Projektbeirats sind Vertretungen von bundesweiten Selbsthilfeorganisationen, welche den Kurs „Kollektive Patientenbeteiligung“ von ÖKUSS erfolgreich absolviert haben. Weiters sind auch Einzelinterviews mit Stakeholder:innen geplant. Bei den Interviews sollen die Sichtweisen und Positionen der Stakeholder:innen zu den momentan schon erbrachten und zukünftigen Leistungen im Gesundheitssystem eingeholt werden.

Ergebnisse

Im Zuge des Projektes wird in Anlehnung an die Definition aus der Betriebswirtschaft unter Leistungen die erstellten Produkte und erbrachten Dienstleistungen von Gruppen und Organisationen verstanden. Leistungen in Selbsthilfegruppen und -organisationen werden formell, freiwillig sowie überwiegend ehrenamtlich erbracht. Es wird zwischen gesamtgesellschaftlichen und organisationsinternen Leistungen unterschieden. Gesamtgesellschaftliche Leistungen sind Leistungen, welche für Mitglieder und Externe sind, das sind unter anderem Interessierte, Patientinnen und Patienten, Angehörige, Öffentlichkeit, Fördergeber:innen, Kooperationspartner:innen. Beispiele von gesamtgesellschaftlichen Leistungen sind Beratung für Betroffene und Angehörige, Herausgabe von Informationsmaterialien, Organisation von Veranstaltungen, Vernetzung von Mitgliedern. Organisationsinterne Leistungen sind hingegen solche Leistungen, welche für die hauptamtlichen und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen und die Gruppe/Organisation selbst sind sowie die Arbeit in der Gruppe/Organisation unterstützen. Beispiele von organisationsinternen Leistungen sind Weiterbildung und Qualifikation, Teambuilding, Abstimmungen mit dem Vorstand/Vereinsleitung, Erstellung von Compliance-Richtlinien und Umsetzung von Transparenz. Die Rechercheergebnisse werden zumindest geclustert in gesamtgesellschaftliche und organisationsinterne Leistungen. Eine Clusterung wird im Herbst gemeinsam mit dem ÖKUSS-Selbsthilfe-Projektbeirat vorgenommen und anschließend als Leistungsportfolio ausgearbeitet.

Lernerfahrungen

Die finanzielle und personelle Ausstattung der Selbsthilfegruppen und -organisationen ist in Österreich sehr unterschiedlich und dementsprechend auch deren Leistungsangebot. Das Leistungsportfolio zeigt die Leistungen der Selbsthilfegruppen auf regionaler Ebene und der Selbsthilfeorganisationen auf Landes- und Bundesebene. Das Projekt kann dadurch insgesamt zu einer Bewusstseinsbildung über die ergänzenden Beiträge der gemeinschaftlichen Selbsthilfe zur professionellen Gesundheitsversorgung sowie zu einer Imageverbesserung beitragen. Die Ergebnisse werden auch für Überlegungen über strukturelle Maßnahmen zur Anerkennung, Ausweitung oder Unterstützung herangezogen.

3.3. Psychische Gesundheit, erklärt: Video-Serie in Österreichischer Gebärdensprache

Beitrag aus der Praxis

Autor/Autorinnen: Sreco Dolanc, Stephanie Häfele-Hausmann, Liv Zaslowski
Marien Apotheke Wien

Kontakt: zacek@marienapo.eu

Hintergrund und Zielsetzungen

In Österreich leben fast 10.000 gehörlose Menschen, deren Muttersprache die Gebärdensprache ist. Geschriebene Texte können oft nicht sinnerfassend gelesen werden und das Angebot an Gesundheitsinformation in Gebärdensprache ist gering.

In der Marien Apotheke in Wien Mariahilf arbeitet Österreichs einziger gehörloser Apotheker. Er produziert unter anderem Infovideos in Gebärdensprache zu Gesundheitsthemen. 2017 hat die Apotheke gemeinsam mit zwei Psychotherapeutinnen eine Videoserie in Gebärdensprache zum Thema „Psychische Gesundheit“ gestartet. Ziel dieser Serie ist, die psychosoziale Gesundheitskompetenz gehörloser Menschen in Österreich zu stärken.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Apotheker Mag. Sreco Dolanc hat abwechselnd mit einer der beiden Psychotherapeutinnen ein Video-Interview aufgenommen. Mag. Stephanie Häfele-Hausmann und Dr. Liv Zaslowski sind beide gebärdensprachkompetent. Themen der Interviews waren unter anderem „Was ist psychische Gesundheit?“, „Depression“ oder „Mobbing“. Während der Pandemie zeichneten die Psychotherapeutinnen zuhause Videos zu Themen wie „Soziale Isolation“ auf. 2022 wurde ein Video zu „Gewalt an Frauen“ ergänzt. Alle Videos wurden untertitelt und über den YouTube- und Facebook-Kanal der Apotheke veröffentlicht. Zusätzlich wurden die Links an Gehörlosenverbände geschickt.

Ergebnisse

Von Oktober 2017 bis November 2022 wurden insgesamt 22 Videos veröffentlicht. Der größte Teil davon wurde in den ersten beiden Jahren produziert und veröffentlicht, während und nach der Pandemie waren es auch aufgrund von Termin-Herausforderungen weniger Videos. Das Projekt wurde laufend anhand von Feedback aus der gebärdensprachlichen Community sowie anhand der Anzahl der Video-Aufrufe bewertet. Gemessen an den Video-Aufrufen sind die drei erfolgreichsten Videos (Stand Mai 2023) „Was ist psychische Gesundheit?“ (7.285 YouTube-Aufrufe, 1.065 auf Facebook), „Mobbing“ (2.043 YouTube-Aufrufe, 3.015 auf Facebook) und „Umgang mit chronischen Krankheiten“ (2.592 YouTube-Aufrufe, 328 auf Facebook). Auch die Videos zu „Depression“, „Suizidgefahr“ und „ADHS“ hatten hohe Aufrufzahlen. Das „Mobbing“-Video hat vor allem durch die Weiterverbreitung durch das Gehörlosen-Schulungszentrum equalizent sehr viele gehörlose Jugendliche erreicht.

Während der Pandemie konnte mithilfe von kurzen Videos der beiden Psychotherapeutinnen die gebärdensprachliche Community weiterhin erreicht werden. Mag. Sreco Dolanc wies in persönlichen Beratungsgesprächen in der Apotheke auch vermehrt auf diese Videos und die Möglichkeit psychologischer Unterstützung hin.

Lernerfahrungen

Das aktive Informieren der Gehörlosen-Verbände über die Videos hat sich als besonders erfolgreich herausgestellt, um eine hohe Verbreitung in der Zielgruppe zu erreichen. Die Apotheke erhielt auch Feedback hörender Menschen, die die Videos aufgrund der Untertitel gerne angesehen haben. Positiv wurden das kompakte Interview-Format und die Verwendung „einfacher“ Sprache hervorgehoben. Um jüngere Zielgruppen noch besser zu erreichen, wären spezielle Formate wie Reels für Instagram sinnvoll.

3.4. Gesundheit ist das Gurkerl in meinem Cheeseburger

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Barbara Knitter / PROGES

Kontakt: barbara.knitter@proges.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die psychosoziale Gesundheitskompetenz ist bei vulnerablen Jugendlichen am geringsten und damit verbunden weist jene Gruppe auch die geringste Gesundheit (mehr Krankenstand, höherer BMI, ...) auf. Lehrlinge haben grundsätzlich mehr gesundheitliche Probleme und gleichzeitig ein schlechteres Gesundheitsverhalten als ihre etwa gleichaltrigen Schüler:innen (Bacher et al., 2016). Aufgrund dieser engen Verbindung von Gesundheit und Bildung sowie dem Aspekt der Chancengerechtigkeit stellt das Setting von arbeitsmarktbezogenen Bildungsmaßnahmen im Übergang zwischen Schule und Beruf ein relevantes Feld der Gesundheitsförderung dar (FGÖ, 2016).

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Das PROGES-Projekt „Ich und Gesundheit?“, gefördert durch den Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) und das Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK), hat zum Ziel ca. 240 Jugendliche/junge Erwachsene im Setting Überbetriebliche Lehrausbildung (ÜBA) in Oberösterreich in ihrer psychosozialen Gesundheits- und Lebenskompetenz zu stärken. Umsetzungsmaßnahmen sind Workshops für Jugendliche und Trainer:innen, sowie eine Sensibilisierung der Fachwelt. Ein niederschwelliger Zugang zu Themen wie Umgang mit Stress, Rausch und Risiko, Kommunikation und Umgang mit Konflikten, Sexualität, Erfolge und Umgang mit Scheitern.

Ergebnisse

Die Einrichtungen nehmen das partizipative Angebot sehr gut an und melden einen hohen Bedarf (Wichtigkeit und Dringlichkeit) an fachlicher Expertise in der psychosozialen Gesundheitsförderung im Setting an. Zwei Wochen nach Start des Projektes mit Anfang 2023 waren die Workshops für Jugendliche bis Ende 2024 in ca. 20 ÜBA's ausgebucht. Die Kontinuität von sechs Workshops pro Gruppe erlaubt einen Beziehungsaufbau und Reflexion von möglichem Problemverhalten. Die Gruppen sind sehr heterogen hinsichtlich Anwesenheit, Motivation, Reflexionsfähigkeit, Erfahrungshintergrund, was unterschiedliche Herangehensweisen, Flexibilität und Adaptionen erfordert. Die bisherigen Rückmeldungen von Teilnehmer:innen fallen sehr positiv für das Projekt aus: 65,4% würden die Workshops weiterempfehlen, 63,6% geben an, dass das Gelernte gut im Alltag integrierbar ist und 90,9% fühlen sich durch die Themen angesprochen. Die Workshops der Trainer:innen starten im Herbst 2023, die Fachtagung ist im Herbst 2024 geplant.

Lernerfahrungen

Die Umsetzungs Herausforderungen aufgrund der mehrschichtigen Heterogenität (ÜBA's, Trainer:innen, Teilnehmer:innen) spiegeln einen Bedarf nach externen Angeboten, sowie fachlichen Austausch unter den bisher scheinbar nicht vernetzten ÜBA's in diesem Bereich wider. In Fokus-

gruppen werden Maßnahmenvorschläge zur Steigerung der psychosozialen Gesundheitskompetenz mitaufgenommen und evaluiert. Die Einrichtungen wünschen sich beispielsweise, dass weitere kostenlose Workshopreihen angeboten werden, um mehr Jugendlichen das Angebot zur Verfügung zu stellen (Wechsel bei den Jugendlichen), ebenso wie Fortbildungsangebote für Trainer:innen.

3.5. Das kleine Schmeck – Ernährungskompetenz durch innovative Erzählformen

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Marlene Brettenhofer¹, Frauke Kühn²

¹aks Gesundheit GmbH, ²Literaturhaus Vorarlberg

Kontakt: marlene.brettenhofer@aks.or.at

Hintergrund und Zielsetzungen

„Das Ernährungsverhalten der Volksschulkinder verbessert sich. Das trifft aber nicht bei Kindern aus sozio-ökonomisch benachteiligten Familien zu.“ (KIGGS Welle 2, 2018). Die Benachteiligung dieser Familien wird durch den kürzlich veröffentlichten Gesundheitsbericht bestätigt (Winkler et al. 2023). Der Ernährungskompetenz-Bericht spricht daher folgende Empfehlung aus: „Bereitstellung qualitätsgesicherter Informationen, die zielgruppenspezifisch und leicht verständlich mit klaren Botschaften in unterschiedlichen Formaten angeboten werden und leicht zugänglich sind.“ (Griebler et al. 2023).

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Um das Angebot treffgenauer zu gestalten und auch die Familien zu erreichen, die oft nicht erreicht werden, steht bei dem Projekt „Uns schmeckt's“ die enge Zusammenarbeit mit Eltern und Kindern im Vordergrund. Diese arbeiteten in Form eines Elternteams im Projekt mit. Zusätzlich wurden Fokusgruppen mit Eltern und Kindern durchgeführt. Erstmals entstand eine Kooperation mit dem Literaturhaus Vorarlberg, um neue professionelle Erzählformate und Zugänge zu schaffen.

Ergebnisse

Aufgrund der Ergebnisse der Fokusgruppen wurde für die Eltern eine Reduzierung der Ernährungsinformationen auf die drei wesentlichsten Sätze vorgenommen für einen einfachen und niederschweligen Zugang zu Ernährungswissen. Im Bereich der Interventionsebene der Kinder konnten neben verhältnispräventiven Ansätzen in Kooperation mit dem Literaturhaus Vorarlberg erstmals innovative kreative Zugänge und neue Formate der Wissensvermittlung geschaffen werden: Das Hörspiel „Das kleine Schmeck“, das partizipativ und disziplinenübergreifend entwickelt wurde, vermittelt auf der Basis professioneller literarischer Erzählmethoden Ernährungswissen auf kindgerechte und humorvolle Art. Außerdem kamen Schreibwerkstätten zum Einsatz, die durch eine Fülle abwechslungsreicher Schreibvermittlungsmethoden (multisensorische Ansätze, Worterfin-

dungsmaschinen, ...) kreative, multilinguale sowie kulturübergreifende Zugänge zu Obst und Gemüse eröffneten und gleichzeitig wesentliche soziale Verbindungen schufen. Das ressourcenorientierte Konzept der Schreibwerkstätten vermittelte den teilnehmenden Kindern nicht nur einen positiven Zugang zu Sprache und stärkte ihr Sprachbewusstsein auf besonders intensive Weise, sondern erzeugte auch eine wertvolle Symbiose zur Gesundheitskompetenz-Entwicklung.

Lernerfahrungen

Literarische Zugänge bieten eine einzigartige Kombination, kreative und narrative Ausdrucksformen zu nutzen, um positiv emotionale und intellektuelle Verbindungen zu Ernährung zu schaffen, ohne belehrend zu wirken. Durch die Integration von Literatur in die Stärkung der Ernährungskompetenz können Kinder dazu ermutigt werden, sich komplett neu mit ihrer Ernährung auseinanderzusetzen und einen positiven Zugang zu Obst und Gemüse über die eigenen Sprachkreationen zu finden, die die Kinder in der eigenen Sprachwelt abholen.

4 Themenforum 4: Tools zur Stärkung der psychosozialen Gesundheitskompetenz

4.1 „ABC der psychosozialen Gesundheit“ für junge Menschen

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Gerlinde Rohrauer-Näf, Irina Vana, Brigitte Lindner, Lisa Schlee
Fonds Gesundes Österreich

Kontakt: irina.vana@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

22% der Mädchen und 12% der Burschen zeigen laut der letzten HBSC-Studie in Österreich Anzeichen einer depressiven Verstimmung. Sorgen, Ängste, depressive Symptome und psychosomatische Beschwerden waren in der Pandemie verstärkt zu beobachten (Ravens-Sieberer et al. 2023). Dem gegenüber stehen ein mangelnder Fokus auf Präventionsmaßnahmen zu psychosozialer Gesundheit (Rechnungshof 2023) und der im Strategieprozess Zukunft Gesundheitsförderung geäußerte erhöhte Bedarf der Bevölkerung nach Sensibilisierungsmaßnahmen und der Vermittlung von Gesundheitskompetenzen sowie nach guten Gesundheitsinformationen (Agenda Gesundheitsförderung 2023).

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Die Aktivitäten der „ABC der psychosozialen Gesundheit“-Kampagne sollen für die psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen sensibilisieren, deren Mitbestimmungs- und Beteiligungsmöglichkeiten fördern und sozial-emotionale Fähigkeiten stärken. Den Referenzrahmen bildet die „Act-Belong-Commit-Kampagne“, die in verschiedenen Ländern bereits erprobt wurde und als bevölkerungsweite Kampagne nachweislich zur Steigerung des Wohlbefindens beiträgt (siehe z.B. Koushede et.al. 2015). Kernelemente der Kampagne sind die Kommunikation von Inhalten und Botschaften der positiven Psychologie und die Einbindung von Bündnispartner:innen mit „social franchising“ Methodik (Meilstrup et al. 2022).

Ergebnisse

Orientiert an den Konzepten der ABC-Kampagne werden im Rahmen der Agenda Gesundheitsförderung Informations- und Sensibilisierungsmaßnahmen für Kinder und Jugendliche direkt an der Zielgruppe und mit deren zentralen Bezugspersonen in Bildungseinrichtungen im formalen Bereich und der offenen Jugendarbeit erprobt.

Unter Einbindung von Erfahrungen und Produkten von Förderprojekten werden evidenzbasierte Tools zur Wissens- und Kompetenzvermittlung zu einem Informationspaket für Multiplikator:innen zusammengestellt. Das Informationspaket orientiert sich an dem Konzept der Vermittlung einfacher Botschaften der ABC-Kampagne und greift zudem passende Elemente des „PERMA-Modells“ der positiven Psychologie auf. Vermittelt werden die Informationen über Angebote der

gewonnenen Bündnispartner:innen im schulischen und außerschulischen Bereich. Die Inhalte werden durch Akteurinnen und Akteuren im Bereich der offenen Jugendarbeit sowohl im digitalen Raum als auch durch Aktivitäten in den Jugendzentren weiterentwickelt.

Lernerfahrungen

Die evidenzbasierte ABC-Kampagne wird in Österreich, im Unterschied zu anderen Ländern, für die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen und ihre Bezugspersonen spezifiziert. Zudem werden die Informationen, wo passend, um Elemente des „PERMA“ Konzepts ergänzt. Durch die Umsetzung der Kampagne für die Zielgruppe der Jugendlichen als Hybridkampagne in der offenen Jugendarbeit können zudem Erfahrungen zur Vermittlung von Gesundheitsinformationen im digitalen Raum gewonnen werden.

4.2. Psychoedukation für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Alima Matko / Styria vitalis

Kontakt: alima.matko@styriavitalis.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Jedes sechste Kind in Österreich wächst mit einem Elternteil mit einer psychischen Erkrankung auf. Kinder können die Situation zu Hause oft nicht einordnen und brauchen daher altersadäquate Erklärungen, um die Situation gut zu bewältigen. Mit Kindern über die Erkrankung der Eltern zu sprechen, ist ein wichtiger Schutzfaktor, damit sie gesund aufwachsen können. Enttabuisierung in der Familie und in der professionellen Begleitung von Familienmitgliedern ist daher ein wesentlicher Baustein für die psychosoziale Gesundheitskompetenz der Kinder.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im Angebot „Patenschaften für Kinder psychisch belasteter Eltern“ begleiten wir betroffene Familien und ihre Patinnen und Paten dabei, dass Enttabuisierung gelingen kann. Wir vermitteln in unseren Workshops:

- wie man in kindgerechter Sprache psychische Erkrankungen benennen kann
- welche Informationen Kinder benötigen
- wie Kinder auf Informationen reagieren können
- welche Botschaften wir mitgeben sollten

Ergebnisse

Etwa 60% der Kinder psychisch erkrankter Eltern entwickeln im Verlauf ihrer Kindheit und Jugend psychische Probleme und/oder Auffälligkeiten (z.B. Ängste, Konzentrationsschwierigkeiten, Schwierigkeiten im sozialen Miteinander). Folgen der elterlichen Erkrankung können Bindungsstörungen, Beeinträchtigungen der emotionalen, sozialen, kognitiven Entwicklung oder eine sekundäre Traumatisierung sein. Langfristig ist etwa ein Drittel dieser Kinder selbst von psychischen

Störungen betroffen. Wie relevant kindgerechte Psychoedukation ist, zeigen Zahlen, die aufzeigen, dass die Hälfte der betroffenen Kinder wenig oder gar keine Informationen über die Erkrankung der Eltern haben. In Studien zeigte sich: nur knapp ein Viertel der Eltern redet offen mit den Kindern über ihre Krankheit. Zwei Drittel der Kinder sprechen selten oder gar nicht außerhalb der Familie darüber. Dies verhindert die Möglichkeiten sich Hilfe zu holen. Das allgemeine Wissen über psychische Gesundheit und explizit um die Erkrankung der Eltern steigert nachweislich die Resilienz betroffener Kinder.

Lernerfahrungen

Psychische Erkrankungen werden immer noch tabuisiert. Erwachsene gehen häufig davon aus, dass sie ihre Kinder schützen, wenn sie mit ihnen nicht über die Diagnose sprechen. Damit lassen wir Kinder alleine und sie müssen ihre eigenen Erklärungen finden. Häufig suchen Kinder die Schuld bei sich. Uns Erwachsenen fehlen häufig die Worte, da wir nicht gelernt haben, darüber in einfacher Sprache zu sprechen. Dies soll in diesem Vortrag geändert werden.

4.3. TOPSY – Toolbox Psychische Gesundheit

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen/Autor: Caroline Culen¹, Michaela Fasching¹, Sebastian Muckenhuber², Nora Keibel²
¹Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit; ²Bundesjugendvertretung (BJV)

Kontakt: fasching@kinderjugendgesundheit.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die Corona-Pandemie und andere globale Krisen haben Kinder und Jugendliche massiv belastet. Einschlägige Studien weisen österreichweit und international auf die Verschlechterung der psychischen Gesundheit bei jungen Menschen hin. Das Projekt TOPSY reagiert auf den großen Bedarf an Handlungswissen zum Thema psychische Gesundheit und richtet sich mit der kostenfreien „Toolbox Psychische Gesundheit“ vor allem an Personen ohne psychosoziale Grundausbildung aus den Bereichen Kinder- und Jugendarbeit und Gesundheitsversorgung. TOPSY verfolgt als Ziele Bewusstseinsbildung, Sensibilisierung, Wissenszuwachs und Entstigmatisierung in Bezug auf psychische Gesundheit.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im ersten Projektjahr wurde die TOPSY-Toolbox entwickelt, die Grundlagenwissen zu psychischer Gesundheit, Handlungswissen für unterschiedliche Settings sowie Methoden zur Gesundheitsförderung und für die Selbstfürsorge vermittelt. Erarbeitet wurde sie durch Expertinnen und Experten aus den Bereichen Psychiatrie, Psychologie, Psychotherapie und Kinder- und Jugendarbeit gemeinsam mit zukünftigen Anwenderinnen und Anwendern.

Im zweiten Projektjahr 2023 finden Trainings mit Personen aus der Jugendarbeit und Gesundheitsversorgung zur TOPSY-Toolbox statt. Vernetzungstreffen bieten daneben die Möglichkeit

zum Kennenlernen der regionalen Versorgungsangebote, um Strukturgrenzen mühelos und schnell überwinden zu können.

Ergebnisse

Da sich das Projekt derzeit noch in der Umsetzung befindet, können nur erste Ergebnisse berichtet werden. Zum einen konnte eine große Nachfrage der TOPSY-Toolbox festgestellt werden. Dies zeigt sich anhand konkreter Zahlen. Nachdem die erste Auflage der Toolbox (1.500 Stück) nach kürzester Zeit vergriffen war, wurde bereits eine zweite Auflage (1.500 Stück) gedruckt, um dem großen Bedarf nachzukommen.

Die Nachfrage zeigt sich auch in Zugriffen auf die digitale Version der TOPSY-Toolbox, welche über die Webseiten der Partnerorganisationen abrufbar ist. Dort wurde diese bereits in den ersten vier Monaten seit Fertigstellung 396-mal heruntergeladen.

Erste Ergebnisse aus der Projektevaluierung der ersten Trainings zeigen, dass ein sehr großer Informationsbedarf zum Thema psychische Gesundheit besteht und die Zielgruppen in ihren Settings mit massiven Herausforderungen konfrontiert sind. Die Toolbox wurde dabei als gute Unterstützung in der Erweiterung des eigenen Theorie- Handlungs- und Methodenwissens wahrgenommen. Teilnehmer:innen nahmen die Toolbox als gut aufgebaut, verständlich und für die eigene Arbeit nützlich war.

Lernerfahrungen

Die Relevanz der TOPSY-Toolbox wurde aus unserer Sicht bestätigt. Durch Desk-Research wurde deutlich, dass mehrere Projekte zur Förderung der psychosozialen Gesundheit vorhanden sind, nicht aber für die Schwerpunktzielgruppe von TOPSY. Der Bedarf der TOPSY-Toolbox wurde bestärkt und die Wichtigkeit des Themas psychische Gesundheit bekräftigt, durch die Rückmeldungen in den Fokusgruppen, der Expertinnen- und Experten-Arbeitsgruppe, den Austauschtreffen und den ersten Trainings. Großes Interesse an der TOPSY-Toolbox besteht auch seitens anderer Stakeholder und Akteurinnen und Akteure im Feld.

4.4. Epilepsie-Wissen im Klassenzimmer verhindert psychiatrischen Komorbidität

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Elisabeth Pless, Tanja Doritsch / Institut für Epilepsie

Kontakt: elisabeth.pless@institut-fuer-epilepsie.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Neben den medizinischen Aspekten kommt es aufgrund von Unwissenheit und Vorurteilen des Umfeldes zu einer hohen psychiatrischen Komorbidität in der Epilepsiepopulation, die erhebliche Auswirkungen auf den Therapieerfolg und die Lebensqualität von Menschen mit Epilepsie und deren Familien hat. Meist werden Depressionen und/oder Angststörungen auch von Eltern auf die an Epilepsie erkrankten Kinder übertragen.

Ein gutes, vorurteilsloses Epilepsie-Wissen der Familie, aber auch des Umfeldes (Kolleginnen und Kollegen, Pädagoginnen und Pädagogen, Mitschüler:innen etc.) schützt vor psychiatrischer Komorbidität. Epilepsie-Bildungsinitiativen und Aufklärungsprogramme werden daher in zahlreichen Studien empfohlen.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Ergänzend zur evidenzbasierten Beratung der Familie durch eine:n Epilepsiefachberater:in wird auch das Umfeld betreut. Dabei stehen nicht nur Erwachsene im Fokus, sondern auch die Mitschüler:innen/Kindergartenkolleginnen und Kollegen werden in einem Epilepsie-Workshop altersgerecht sensibilisiert und aufgeklärt. Später können die Kinder in ihrem Epilepsie-Kindermagazin die Infos gemeinsam mit ihren Eltern noch einmal nachlesen und ihr Wissen beim Lösen der Rätsel testen. Wichtig ist auch das Durchsprechen der individuellen Erste Hilfe Maßnahmen bei einem Anfall, damit auch die Kinder wissen, wie sie helfen können.

Ergebnisse

Die Ausgrenzung wird durch das Schaffen von Bewusstsein und sachliche Informationen des Umfeldes verhindert/verringert. Die Beratung ist am erfolgreichsten, wenn sie frühzeitig beginnt und alle Personen im Umfeld mit einbezieht.

Nach den Epilepsie-Workshops fühlen sich Pädagoginnen und Pädagogen gut auf die Betreuung von Kindern mit Epilepsie vorbereitet und können gut einschätzen, was auf sie zukommt. Gemeinsame Gespräche mit der Familie über (un-)nötige Einschränkungen im (Schul-)Alltag und deren Bewältigung helfen zusätzlich der individuellen Epilepsie gerecht zu werden.

Die Aufklärung der Mitschüler:innen wird von den Pädagoginnen und Pädagogen gerne in Anspruch genommen. Die altersgerechten Workshops dauern zwischen 2-4 Stunden. Jeder Workshop endet mit einem Quiz. Spielerisch lernen die Kinder viele Fakten über Epilepsie. Imagekarten mit lustigen Sprüchen, die nicht nur bei Epilepsie passen, lockern zusätzlich auf. Jedes Kind bekommt unser Epilepsie-Kindermagazin. Rückmeldungen zeigen, dass dieses auch von den Eltern der Mitschüler:innen gelesen wird. Auch von Epileptologinnen und Epileptologen/Neuropädiater:innen wurde die Beratung sehr begrüßt. In allen Fällen erfolgte eine intensive Zusammenarbeit.

Lernerfahrungen

Die oder der Epilepsiefachberater:in muss über ein ausgezeichnetes Epilepsiewissen verfügen, damit sie allen Beratungsherausforderungen gerecht werden kann. Eine erfolgreiche Epilepsie-Beratung sollte möglichst frühzeitig beginnen und muss alle Personen unabhängig vom Alter einschließen. Kinder lernen durch Beobachtung der Handlungen anderer. Ängste vor Epilepsie werden so von Erwachsenen auf Kinder übertragen. Um einer Ausgrenzung von epilepsiekranken Kindern vorzubeugen, sollten Epilepsie-Workshops von Pädagoginnen und Pädagogen und Kindern parallel durchgeführt werden.

Projektteilnehmer:innen (betroffene Familien und Einrichtungen) empfehlen die Epilepsie-Beratung weiter bzw. melden sich z.B. beim Wechsel von Kindergarten zu Schule.

5 Themenforum 5: Professionelle Gesundheitskompetenz stärken

5.1. Professionelle Gesundheitskompetenz – Ergebnisse der HLS-PROF-AT-Studie 2022

Beitrag aus der Forschung

Autorinnen/Autoren: Robert Griebler, Christa Straßmayr, Denise Schütze, Thomas Link
Gesundheit Österreich GmbH

Kontakt: denise.schuetze@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Angehörige der Gesundheitsberufe (GB) gehören zu den wichtigsten Informationsquellen zu Gesundheits- und Krankheitsfragen. Sie spielen eine zentrale Rolle, wenn es darum geht, die Gesundheitskompetenz (GK) der Bevölkerung zu stärken – vorausgesetzt, sie verfügen selbst über die dafür notwendige professionelle GK. Damit sind Kompetenzen gemeint, die das eigene Informations- und Wissensmanagement, die Informations- und Wissensvermittlung, die Patienteneinbindung und die Unterstützung von Patientinnen/Patienten im Umgang mit digitalen Informationen betreffen. 2022 wurden erstmals umfassende Daten zur professionellen GK von GB in Österreich erhoben.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im Rahmen einer Drei-Länder-Studie wurde ein neues Konzept und ein darauf aufbauendes Erhebungsinstrument zur Messung der professionellen GK entwickelt (HLS-PROF Konsortium 2023). In Österreich wurden insgesamt knapp 3.900 Ärztinnen/Ärzte, Pflegekräfte und Physiotherapeutinnen/Physiotherapeuten online zu ihren Herausforderungen in den vier Aufgabenbereichen der professionellen GK (siehe Hintergrund) befragt. Für jeden Aufgabenbereich wurde ein Score berechnet, für den Bereich Informations- und Wissensvermittlung fünf Subscores. Zusammenhänge zwischen soziodemografischen und berufsbezogenen Merkmalen und der professionellen GK wurden mittels T-Tests, Varianzanalysen und multivariaten Regressionsmodellen untersucht.

Ergebnisse

Für alle drei GB liegen die größten Herausforderungen in der professionellen digitalen GK, gefolgt von der Informations- und Wissensvermittlung und dem Informations- und Wissensmanagement. Die geringsten Schwierigkeiten zeigen sich bei der Patientenbeteiligung und der gemeinsamen Entscheidungsfindung. In den Teilbereichen der Informations- und Wissensvermittlung fällt allen GB der Umgang mit Herausforderungen bei der Informationsvermittlung am schwersten, während das Vermitteln und Erklären von Informationen als am einfachsten bewertet wird. Die Vorbereitung durch die Ausbildung auf die Aufgabenbereiche der professionellen GK und die organisationalen Rahmenbedingungen zur Förderung gesundheitskompetenzfördernder Gespräche mit Patientin-

nen/Patienten haben einen deutlichen Einfluss auf die professionelle GK. GB, die diese besser einschätzen, schneiden auch bei der professionellen GK besser ab. Die ungünstigsten Rahmenbedingungen finden sich dabei im stationären Bereich. Mit zunehmender Berufserfahrung („learning on the job“) geht kein zusätzlicher positiver Effekt einher. Zudem ist die Mehrheit der Befragten nicht oder nur wenig mit dem Konzept der GK vertraut. Vergleichbare Ergebnisse finden sich auch in Deutschland und in der Schweiz.

Lernerfahrungen

Insgesamt schätzen die befragten GB ihre professionelle GK, d.h. ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten, die GK ihrer Patientinnen/Patienten im Berufsalltag zu fördern, positiv ein. Die Ergebnisse der Studie machen aber auch deutlich, in welchen Bereichen Herausforderungen und Verbesserungspotenziale bestehen. Neben der Förderung der professionellen GK im Rahmen der Aus-, Fort- und Weiterbildung müssen auch die organisationalen Rahmenbedingungen zur Förderung der GK der Patientinnen/Patienten weiter verbessert werden – idealerweise unterstützt durch eine Initiative zur Förderung der organisationalen GK von Gesundheitseinrichtungen.

5.2. Gesundheitskompetenzschulungen für Personal von PVEs

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Bettina Klausberger / Österreichische Gesundheitskasse

Kontakt: bettina.klausberger@oegk.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Gesundheitskompetenz ist ein Element der Leistungen, die eine Primärversorgungseinrichtung anbietet. Aber um entsprechend gesundheitskompetent handeln zu können, braucht es gut geschultes Personal. In einem ÖGK-weiten Vorgehen sollen Elemente der gesundheitskompetenten Organisation in den Primärversorgungseinrichtungen implementiert werden. Zu diesem Zweck wurden durch die ÖGK spezielle Gesundheitskompetenz-Schulungsangebote entwickelt.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Ziel ist es, Basiswissen zu Gesundheitskompetenz und die Grundlagen der Guten Gesundheitsinformationen in die Primärversorgungseinrichtungen einzubringen. Mitarbeitende von PVEs sollen für Gesundheitskompetenz sensibilisiert, gesundheitskompetenter im Kontakt mit Patientinnen und Patienten sowie im Umgang mit Gesundheitsinformationen werden. Die Schulungen bestehen aus einem zwanzig Lernminuten umfassenden E-Learning Modul, das Lerninhalte, kurze Filme und ein Quiz beinhaltet, sowie aus einem anschließenden etwa 45-minütigen Workshop. Erfolge soll die Schulung im ersten Jahr nach der Gründung. Als Anreiz für Ärztinnen und Ärzte wurden DFP-Punkte beantragt.

Ergebnisse

Entstanden ist ein niederschwelliges Schulungsangebot für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Primärversorgungseinrichtungen, welches engmaschig in der Einführungsphase von neuen Primärversorgungseinrichtungen eingebaut sein wird. Im Laufe des Jahres 2024 sollen die ersten Schulungen implementiert und evaluiert werden.

Lernerfahrungen

Bei der Entwicklung von Maßnahmen zur Schulung von Personal in Gesundheitseinrichtungen, ganz besonders in Arztpraxen, muss auf die begrenzten zeitlichen Ressourcen Rücksicht genommen werden. Auch ist das Anbieten von DFP-Punkten ein wesentlicher Anreiz.

5.3. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz bei Hausärztinnen und Hausärzten

Beitrag aus der Forschung

Autorinnen/Autoren: Lisa Gugglberger¹, Benjamin Kölldorfer¹, Christoph Schmotzer¹, Kathrin Maier²

¹Gesundheit Österreich GmbH; ²BMSGPK

Kontakt: lisa.gugglberger@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Hausärztinnen und Hausärzte sind für viele Menschen die erste Ansprechperson in Gesundheitsfragen – es herrscht nach wie vor ein hohes Vertrauen der Bevölkerung in ihre Beratung. Das Gespräch mit der Hausärztin/dem Hausarzt zu suchen, ist außerdem vergleichsweise niederschwellig. Hausärztinnen und Hausärzte sind daher potenziell wichtige Akteure für die Förderung von Gesundheit und Gesundheitskompetenz, über die Umsetzung und Bedarf an Unterstützung dabei ist aber wenig bekannt.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im Rahmen eines Projekts, das aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung finanziert wird, wurde Ende 2022 eine Online-Erhebung durchgeführt, um zu erfahren, wo Hausärztinnen und Hausärzte bei der Förderung von Gesundheit und Gesundheitskompetenz ansetzen und welche Unterstützung sie dabei benötigen. Es wurden 268 Fragebögen vollständig ausgefüllt. Zudem wurden zehn qualitative Interviews mit Hausärztinnen und Hausärzten geführt, um die Hinweise aus der quantitativen Erhebung vertiefend zu beleuchten.

Ergebnisse

Hausärztinnen und Hausärzte fühlen sich für die Gesundheitsförderung und Stärkung der Gesundheitskompetenz ihrer Patientinnen und Patienten durchaus zuständig. Vor allem im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen verwenden sie einige Unterlagen und Tools, teilweise entwickeln sie auch selbst Patienteninformationen. Sie äußern jedoch Bedarf nach weiteren sinnvollen Hilfsmitteln.

teln. Hilfreich für sie könnten vor allem gut verständliche Informationen für Patientinnen und Patienten, Unterstützung beim Erfassen regionaler Ansprechpartner:innen für weiterführende Fragen von Patientinnen und Patienten sowie Unterstützung beim Erstellen von Gesundheitsinformation für Patientinnen und Patienten sein. Auch am Thema betrieblicher Gesundheitsförderung in Hausarztpraxen könnte angesetzt werden. Die fehlende Zeit (bzw. Vergütung) und steigende Patientinnen- und Patientenzahl wird von Hausärztinnen und Hausärzten als hinderlich für die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz beschrieben.

Lernerfahrungen

Hausärztinnen und Hausärzte sind wichtige Multiplikator:innen für die Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Bevölkerung. Damit sie ihre Rolle darin allerdings tatsächlich umfassend wahrnehmen können müssen einige Rahmenbedingungen von Hausärztinnen und Hausärzten verbessert werden. Dies betrifft vor allem die Honorierung von Leistungen der Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz bzw. die zur Verfügung stehende Zeit mit Patientinnen und Patienten.

5.4. Verloren in System?! Ergebnisse Sektorenübergreifende Patientenbefragung 2022

Beitrag aus der Forschung

Autorin/Autor: Martina Santner, Lukas Teufl / Gesundheit Österreich GmbH

Kontakt: martina.santner@goeg.at; lukas.teufl@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Patientinnen und Patienten sind zentrale Informationsträger:innen im Gesundheitswesen. Durch ihre direkte Betroffenheit und gesammelten Erfahrungen können sie über Stärken/Optimierungsmöglichkeiten des Gesundheitswesens berichten. Dies trägt zur Erreichung des Ziels – einer qualitativ hochwertigen Versorgung der Patientinnen/Patienten im österreichischen Gesundheitswesen – maßgeblich bei.

Daher wurde 2022 – im Auftrag der Zielsteuerung-Gesundheit – die zweite Erhebung der Sektorenübergreifende Patientenbefragung durchgeführt. Schwerpunkt der Befragung ist die Erhebung der Patientensicht zu den Prozessen innerhalb der einzelnen Versorgungsbereiche sowie insbesondere den Abläufen zwischen dem ambulanten und stationären Gesundheitsversorgungsbereich.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Insgesamt nahmen 2.306 Patientinnen und Patienten an der Erhebung (Teilnahmezeitraum: 1.4. bis 7.7.2022) teil. Die Teilnehmer:innen wurden mit einer adaptierten Version des Fragebogens aus der ersten Erhebung (2015) befragt, der in Papier- oder Online-Format beantwortet werden konnte. Insgesamt wurden 132 Items zu acht Themenbereichen (Gesamtbeurteilung der erhalte-

nen Informationen, Kooperation im Gesundheitswesen, Gesundheitszustand, Aufenthalt im Krankenhaus, Ärztliche Weiterbetreuung, Behandlungserfolg, sonstige Gesundheitsdienstleister:innen, Medikamente) eingesetzt. Der Datensatz wurde hinsichtlich Bundesland, Alter und Geschlecht österreichischer Patientinnen und Patienten gewichtet und deskriptivstatistisch analysiert.

Ergebnisse

Die Ergebnisse wurden deskriptivstatistisch aufbereitet und können im Endbericht 2022 nachgelesen werden (https://www.goeg.at/patientenbefragung_2022). Dieser beinhaltet auch vertiefende Analysen in Bezug auf Geschlecht, Altersgruppen und Bundesland. Die Gesamtbeurteilung der Patientinnen/Patienten zu den erhaltenen Informationen wird im Beitrag fokussiert:

Etwa jede:r zehnte Patientin oder Patient gab an, dass er oder sie keine Informationen zu spezifischen Inhalten bekommen hätte, wie notwendige Untersuchungen und Behandlungen, Bedeutung von Testergebnissen, selbstständige Durchführung notwendiger Behandlungsschritte oder was sie selbst zur Verbesserung ihrer Gesundheit beitragen können. Weitere 9 bis 15 Prozent gaben an, dass sie zwar Informationen erhalten hätten, diese jedoch nicht ausreichend waren.

Jede:r vierte Patientin oder Patient sagt, dass er oder sie nicht darüber informiert wurde, bei welchen Zeichen einer Verschlechterung er oder sie erneut eine:n Ärztin/Arzt aufsuchen sollten und jede:r zehnte wurde zwar informiert, jedoch nicht ausreichend.

Jede:r sechste Patientin oder Patient gibt an, von den verschiedenen Gesundheitsdienstleistern widersprüchliche Informationen bekommen zu haben. Die Informationsweitergabe zwischen den Dienstleistern betreffend dem Gesundheitszustand bzw. der Behandlung der oder des Patientin oder Patienten hat sich im Vergleich zu 2015 um nur ~5 Prozent verbessert.

Lernerfahrungen

Patientinnen und Patienten liefern als „Endnutzer:innen“ einen wertvollen Input zur Qualitätsverbesserung der Gesundheitsversorgung. Die Ergebnisse zeigen, dass die Patientinnen und Patienten klare Informationen wünschen. Ein großer Anteil berichtet über mangelhafte oder fehlende Informationen, die für gesundheitskompetente Entscheidungen benötigt werden. Es gibt Optimierungspotential hinsichtlich der Gesprächsqualität mit Patientinnen und Patienten als auch bei der Informationsweitergabe zwischen Gesundheitsdienstleistern. Eine professionelle Ansprechperson (wünschen sich ~80 Prozent) wäre eine attraktive Lösung, um Patientinnen und Patienten am Weg durch das Gesundheitswesen zu unterstützen, um relevante Informationen besser zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden.

5.5. Balintgruppen und die Berufszufriedenheit von Allgemeinmediziner:innen

Beitrag aus der Forschung

Autorin: Karina Schweiger / Karl Landsteiner Universität für Gesundheitswissenschaften

Kontakt: karina.schweiger@gmx.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Eine höhere Berufszufriedenheit und verbesserte Selbstfürsorge von Allgemeinmediziner:innen verringern das Risiko von Burnout und berufsbedingtem Stress und tragen darüber hinaus dazu bei im Beruf zu bleiben. Balintarbeit könnte ein möglicher Ansatz sein, um die Selbstfürsorge und Berufszufriedenheit zu verbessern. Gruppen von 8–12 Ärztinnen und Ärzten halten unter psychotherapeutischer Leitung monatliche Fallbesprechungen ab, um kontinuierlich an persönlichen und patientenbezogenen Kompetenzen zu arbeiten. Ziel der Studie ist es, die Auswirkungen der regelmäßigen Teilnahme an Balintgruppen auf die Arbeitszufriedenheit und Selbstfürsorge von Allgemeinmediziner:innen zu untersuchen.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Das Studiendesign ist eine deskriptive qualitative Studie. Es wurden sieben Experteninterviews mit Allgemeinmediziner:innen, die regelmäßig an Balintgruppen teilnehmen, durchgeführt und nach Brown und Clarke thematisch ausgewertet. Für die Codierung der Daten wurde die Software "MAXQDA" verwendet. Die Studie wurde nach den "COREQ"-Kriterien (Consolidated criteria for reporting qualitative research) durchgeführt. Die Ergebnisse wurden narrativ zusammengefasst.

Ergebnisse

Um die Auswirkungen der regelmäßigen Teilnahme an Balintgruppen zu analysieren, wurden die Interviewdaten in Hauptthemen gegliedert. Beispiele hierfür sind Kompetenzen, die durch Balintarbeit gelernt oder verbessert werden konnten, Veränderungen der Selbstfürsorge durch Balintarbeit, Balintarbeit als Burnoutprophylaxe, Auswirkungen auf die Berufszufriedenheit, Feedback und Vernetzung mit Kolleginnen und Kollegen.

Die Ergebnisse der Studie deuten darauf hin, dass Balintarbeit empfohlen werden kann, um Selbstfürsorge und Berufszufriedenheit von Allgemeinmediziner:innen zu verbessern. Positive Auswirkungen konnten zum Beispiel in Bezug auf die Arzt–Patienten–Beziehung, Kommunikation, Selbstreflexion oder im Umgang mit schwierigen Patientinnen und Patienten festgestellt werden. Negative Effekte oder Einflüsse durch Balintarbeit wurden nicht genannt.

5 von 7 Expertinnen und Experten sehen die Berufszufriedenheit durch regelmäßige Teilnahme an Balintgruppen positiv beeinflusst. 6 von 7 Expertinnen und Experten sehen Balintarbeit für sich als Burnoutprophylaxe und beschreiben unterschiedliche Auswirkungen auf die Selbstfürsorge. 7 von 7 Expertinnen und Experten würden Balintarbeit empfehlen, um Selbstfürsorge und Berufszufriedenheit zu verbessern.

Lernerfahrungen

Durch die Studie wurde deutlich, wie vielschichtig die Einflüsse der Balintarbeit sein können. Die Beschreibungen der Expertinnen und Experten machen deutlich, wie wichtig es ist, kontinuierlich an der eigenen Berufszufriedenheit und Selbstfürsorge zu arbeiten, um eine qualitativ hochwertige Patientenbetreuung zu gewährleisten. Die Erfahrungen und berufsspezifischen Veränderungen sind sehr individuell, was es erschwert die Einflüsse der Balintarbeit klar zu definieren. Vor allem im Bereich der quantitativen Forschung könnten weitere Studien hilfreich sein, zum Beispiel im Rahmen einer randomisiert–kontrollierten Studie.

6 Themenforum 6: Einfach gesund entscheiden

6.1. Eine Checkliste für Laien zur Bewertung von Online-Gesundheitsinformationen

Beitrag aus der Forschung

Autorinnen/Autoren: Ursula Griebler, Christina Kien, Irma Klerings et al. / Universität für Weiterbildung Krems

Kontakt: ursula.griebler@donau-uni.ac.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Fast die Hälfte der Österreicher:innen haben Schwierigkeiten, die Verlässlichkeit von online gefundenen Gesundheitsinformationen (GI) einzuschätzen. Die Fähigkeit, GI zu beurteilen, hängt von der Gesundheitskompetenz ab. Diese ist jedoch laut Gesundheitskompetenzerhebung HLS-19-AT bei 47% der österreichischen Bevölkerung unzureichend.

Deshalb hat sich eine interdisziplinäre Forschungsgruppe der Universität für Weiterbildung Krems zum Ziel gesetzt, eine Checkliste zu entwickeln und validieren, die Laien bei der Bewertung der Vertrauenswürdigkeit von Online-GI hilft. Mit der Checkliste soll die kritische Gesundheitskompetenz der Bevölkerung gestärkt werden.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Die Checkliste für die Beurteilung von online-GI wurde in mehreren Schritten entwickelt: Suche nach bestehenden Checklisten; Kategorisierung der extrahierten Items; Deduplizierung und Übersetzung ins Deutsche; modifizierter Delphi Prozess mit Expertinnen und Experten; kognitiver Test der verkürzten Itemliste mit Laien (n=19); Anwendungstest durch Nutzer:innen (n=20, Bewertung von 15 ausgewählten GI); Prüfung der prädiktiven Validität der Items mit einem Test-Set von 100 GI durch das Forschungsteam: Anwendung der Checkliste auf das Test-Set und Bewertung der objektiven und behaupteten Evidenzstärke für jede GI im Test-Set.

Ergebnisse

Es wurden 1.740 Items aus 73 Dokumenten extrahiert. Nach allen Reduktions- und Modifikations-schritten wurde eine Item-Shortlist mit 23 Items getestet. Bei der Erstellung der finalen Checkliste wurden die qualitativen Ergebnisse der Laien bzw. Nutzer:innen, die prädiktiven Effektschätzungen der Items, die Inter-Reliabilitätsmaße der Nutzer:innen bzw. Expertinnen und Experten untereinander sowie zwischen Nutzer:innen und Expertinnen und Experten berücksichtigt. Für die prädiktive Validität der Items wurde die Differenz zwischen objektiver und behaupteter Evidenzstärke als Maß für die Richtigkeit der GI-Aussagen verwendet.

Die finale Checkliste umfasst 7 Items: Fehlen von Werbung, stammt von unabhängiger Einrichtung, ausgewogene Darstellung der Informationen, begrenzte Verwendung von Fachbegriffen, wissenschaftliche Absicherung, Quellenangaben, und Angabe des Veröffentlichungsdatums. Derzeit

werden Videos zur Vermittlung der Checklisteninhalte erstellt. Die finale Checkliste und die Videos werden auf <https://www.infos-ohne-nebenwirkung.at/> veröffentlicht.

Lernerfahrungen

Die Erstellung einer laienverständlichen und –anwendbaren Checkliste zur Beurteilung von Online-GI erfolgte in einer multiprofessionellen Zusammenarbeit verschiedener Departments der Universität Krems. Eine Stärke des Projekts liegt in der Zusammenführung von qualitativen und quantitativen Testungen. Die Kooperation mit Nutzer:innen trug zur besseren Verständlichkeit und Anwendbarkeit der Checkliste bei.

6.2. Informationen zu psychosozialer Gesundheit auf gesund-heit.gv.at

Beitrag aus der Praxis

Autorin: Alexandra Ramssl-Sauer / Gesundheit Österreich GmbH

Kontakt: alexandra.sauer@goeg.at

Hintergrund und Zielsetzungen

gesundheit.gv.at, kurz Gesundheitsportal, hat das Ziel, durch qualitätsgesicherte Gesundheitsinformationen die Gesundheitskompetenz der Bürger:innen zu stärken, so auch im Bereich der psychosozialen Gesundheit. Die Zielgruppe des Gesundheitsportals ist die österreichische Bevölkerung. Es gibt zudem Informationen und Formate für bestimmte Zielgruppen, wie etwa Lebenslagen oder Microsites. Das Gesundheitsportal hat eine sehr hohe Reichweite im Bereich der Online-Gesundheitsinformationen. Herausgeber ist das BMSGPK. Die Portalredaktion ist an der GÖG angesiedelt. Das Gesundheitsportal ist werbefrei. Die technische Betreuung erfolgt durch das Bundesrechenzentrum.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Die Informationen auf dem Gesundheitsportal werden nach einem umfassenden, transparenten Qualitätssicherungsprozess zumeist von der Portalredaktion erstellt bzw. aktualisiert, auch unter Berücksichtigung der „Guten Gesundheitsinformation Österreich“. Im Bereich der psychosozialen Gesundheit fließen dabei auch spezifische Kenntnisse im Hinblick auf Mental Health ein. Zunehmend erfolgt die Platzierung von leicht verständlichen Erklärvideos, auch auf dem Youtube-Kanal des Gesundheitsportals sowie von Leichter-Lesen-(LL-)Texten zu ausgewählten Themen. Zudem erfolgen Maßnahmen zu Suchmaschinenoptimierung für eine optimale Sichtbarkeit im Internet.

Ergebnisse

Aktuell sind diverse Inhalte zum Thema psychosoziale Gesundheit auf dem Gesundheitsportal verfügbar, u.a.: Texte zur Gesundheitsförderung der psychischen Gesundheit sowie zu psychischen Erkrankungen, die Lebenslage „Ich fühle mich psychisch nicht wohl“, Microsite Suizidprävention, Video zu Anlaufstellen für die Psyche in mehreren Sprachen sowie in Kürze LL-Texte zu Essstörungen. Zudem finden sich im Sinne eines umfassenden Gesundheitsbegriffs auch Aspekte

der psychosozialen Gesundheit in anderen Themenbereichen, wie etwa unter Gesunde Lebenswelten oder bei bestimmten Erkrankungen. Unter Services sind zudem Links und Downloads zu den jeweiligen Themen bereitgestellt. Ein Quiz zur Psyche rundet das Angebot ab. Derzeit laufen unter anderem weitere Arbeiten zur Erstellung von LL-Texten und eines weiteren Videos zum Thema psychische Gesundheit mit Fokus auf Gesundheitsförderung.

Lernerfahrungen

Im Bereich von Online-Gesundheitsinformationen ist der Grad der Verlässlichkeit sowie Aktualität und Transparenz ein wesentliches Kriterium für gute Gesundheitsinformationen. Dabei unterstützen etwa laufende Adaptierungen im Bereich Methodik, der Austausch mit einer Fach-Community sowie das Screenen von Entwicklungen im Bereich Online-Gesundheitsinformationen. Auch wissenschaftliche Untersuchungen u.a. im Bereich Health Literacy bieten Anhaltspunkte für etwa weitere zielgruppenspezifische Maßnahmen. In Summe kann ein öffentliches Gesundheitsportal ein reichweitenstarkes Instrumentarium sein, um hochwertige Gesundheitsinformationen zu verbreiten und somit auch die Mental Health Literacy stärken.

6.3. EVI – Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen in Haus- und Kinderarztpraxen

Beitrag aus der Praxis

Autorinnen: Nicole Posch¹, Christina Radl-Karimi¹, Muna Paier-Abuzahra¹, Andrea Siebenhofer^{1,2}
¹Institut für Allgemeinmedizin und evidenzbasierte Versorgungsforschung, Medizinische Universität Graz; ²Institut für Allgemeinmedizin, Goethe-Universität Frankfurt am Main

Kontakt: christina.radl-karimi@medunigraz.at

Hintergrund und Zielsetzungen

Die EVI-Initiative steht für evidenzbasierte Gesundheitsinformationen (GI) zur Steigerung der Gesundheitskompetenz in der Steiermark. EVI baut einerseits auf den Ergebnissen der HLS-EU und andererseits auf dem Wissen, dass die in Hausarztpraxen aufliegenden GI qualitativ mangelhaft sind. Das EVI-Pilotprojekt (2018–2021) sollte der steirischen Bevölkerung informierte Gesundheitsentscheidungen erleichtern, indem Hausärztinnen und Hausärzte sowie Patientinnen und Patienten für evidenzbasierte GI sensibilisiert und solche bereitgestellt wurden. Im Folgeprojekt EVI 2.0 (2023–2024) wird die Verwendung verlässlicher GI weiter vorangetrieben und nun auch auf Kinderarztpraxen ausgeweitet.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Im EVI-Pilotprojekt wurden evidenzbasierte Gesundheitsinformationen zu häufigen Behandlungsanlässen in Hausarztpraxen recherchiert, qualitätsbewertet (EQIP-Instrument) und in EVI-Boxen an steirische Hausarztpraxen verteilt. Die Evaluierung erfolgte durch Online-Befragungen in den Praxen und Fokusgruppen mit Patientinnen und Patienten. In EVI 2.0 werden die bestehenden EVI-Materialien aktualisiert und um neue GI für pädiatrische Beratungsanlässe erweitert (mit MAPP-

Info bewertet). Die EVI-Website wird benutzerfreundlicher gestaltet. Die aktualisierten Materialien werden vorab in Fokusgruppen mit Ärztinnen und Ärzten sowie Patientinnen und Patienten getestet. Die Evaluation erfolgt erneut durch Online-Befragungen in den Praxen.

Ergebnisse

Mit der EVI-Box gab es in Österreich erstmals eine Sammlung von 14 qualitätsgeprüften, evidenzbasierten GI für den Einsatz in Hausarztpraxen. Die EVI-Box wurde an 93 steirische Hausarztpraxen verteilt und rund 140 Hausärztinnen und Hausärzte wurden in Schulungen für das Thema Gesundheitskompetenz sensibilisiert. In der Online-Befragung (n=34) erhielt die EVI-Box eine positive Bewertung. Die GI wurden während Arztgesprächen als Veranschaulichung verwendet. Die EVI-Website wurde allerdings wenig genutzt. Die Teilnehmenden von vier Fokusgruppen würden die EVI-GI mehrheitlich weiterempfehlen und würden die GI zur Vorbereitung auf Arztgespräche oder zur Vertiefung während bzw. nach den Gesprächen verwenden.

EVI 2.0 basiert auf den Handlungsempfehlungen des Pilotprojektes. Aufgrund von Rückmeldungen von 356 Haus- und Kinderärztinnen und Kinderärzten wurden vier pädiatrische GI hinzugefügt. In Fokusgruppen mit Haus- und Kinderärztinnen und -ärzten wurden die aktualisierten Versionen der EVI-Box und der Website getestet, um eine bestmögliche Integration in den Praxisalltag sicherzustellen. Ab Herbst 2023 werden neue Standorte für EVI 2.0 rekrutiert. Eine EVI-Vertreterin wird die EVI-Materialien persönlich an diese Standorte verteilen.

Lernerfahrungen

Die steirische EVI-Initiative zeigt, dass verlässliche Gesundheitsinformationen nicht nur für primärversorgende Praxen wichtig und anwendbar sind, auch Patientinnen und Patienten wünschen sich leicht zugängliche verlässliche GI. Entscheidend ist, unterschiedliche Distributionsformate (digital und/oder Print) sowie Versionen in leichter Sprache und in anderen Sprachen bereitzustellen, um die Bedürfnisse der breiten Bevölkerung zu erfüllen.

6.4. Doktor Google fragen? Welche Recherchekompetenzen gesundheitskompetenter machen

Beitrag aus der Forschung

Autorin: Lara Gerhardts / Universität Paderborn

Kontakt: lara.gerhardts@uni-paderborn.de

Hintergrund und Zielsetzungen

Zur Beschaffung gesundheitsbezogener Informationen stellt das Internet für Heranwachsende eine beliebte, da (vermeintlich) niederschwellige Informationsquelle dar (Lupton 2021). Was für Informationsrecherchen im Allgemeinen gilt, betrifft die Suche nach Gesundheitsinformationen jedoch im Besonderen: Das Kompetenzniveau im Bereich Internetrecherche ist noch immer entwicklungsbedürftig (Pendl et al. 2022), was mit zahlreichen – psychischen wie körperlichen – Gesundheitsrisiken für die Suchenden einhergeht. Ziel ist, zentrale Dimensionen von Recherchekompetenz als

elementaren Teilbereich von E-Health Literacy zu perspektivieren und diesbezüglich eine Orientierungshilfe für Lehrkräfte zu bieten.

Maßnahmenbeschreibung/Methodik

Die in der quantitativ arbeitenden pädagogisch-psychologischen Kompetenzforschung gängigen messorientierten Kompetenzmodelle stellen eine valide Grundlage für die Entwicklung psychometrischer Kompetenztests dar, sind jedoch als Orientierungshilfe für didaktische Zwecke (wie z.B. Curriculumentwicklung, Unterrichtsplanung und Gestaltung von Lernmaterialien, förderorientierte Diagnostik usw.) allenfalls bedingt geeignet. Im Vortrag wird ein eigens auf didaktische Modellanwendungen hin konzipiertes qualitativ-empirisches Methodendesign zur schulpraxisnahen Modellierung (vermittlungs-)relevanter Aspekte von Internetrecherchekompetenz vorgestellt (Gerhardts 2023) und konkret auf den Anwendungsfall der Suche nach gesundheitsrelevanten Informationen bezogen.

Ergebnisse

Auf Ebene der Methodenentwicklung lässt sich als wesentliches Ergebnis festhalten, dass die innovative Methodentriangulation aus Bildschirm- und Personenvideographie, begleitenden Think Alouds, Stimulated Recalls und qualitativen Interviews zu Zwecken der Datenerhebung sowie einer zweistufigen Datenauswertung mittels qualitativer Inhaltsanalyse und analytischem Coding gemäß Grounded Theory-Methodologie sich für die hier angestrebte didaktisch orientierte Modellierung von Internetrecherchekompetenz als ergiebig und zielführend erwiesen hat. Die gewonnenen methodischen Erkenntnisse können künftig auch für andere Kompetenzmodellierungen mit didaktischem Anwendungsschwerpunkt nützlich sein (Gerhardts 2020, 2023).

Die Ergebnisse auf inhaltlicher Ebene lassen sich dahingehend zusammenfassen, dass ein lern-, entwicklungs- und bildungstheoretisch fundiertes sowie auf zielgruppenspezifischen empirischen Daten basierendes Kompetenzstrukturmodell erarbeitet wurde, in dem elf übergeordnete Dimensionen von Internetrecherchekompetenz voneinander abgegrenzt sind (Gerhardts 2023). Letztere stellen relevante Lehr-/Lernzieleinheiten für die Sekundarstufe 1 dar und sind somit geeignet, eine gezieltere schulische Kompetenzförderung in diesem Bereich anzuleiten. Der Mehrwert des Modells lässt sich am Beispiel der gesundheitsbezogenen Informationssuche besonders gut veranschaulichen.

Lernerfahrungen

Internetrecherchekompetenz bildet ein hochwirksames Empowerment-Tool. Dies gilt auch und insbesondere mit Blick auf ein Mehr an gesundheitsbezogener Chancengerechtigkeit. Eine gezielte Kompetenzförderung, die alle elf Kerndimensionen des Modells berücksichtigt, trägt dazu bei, dass Schüler:innen hochwertige Gesundheitsinformationen finden und adäquat nutzen können. Zugleich wird dem Risiko vorgebeugt, dass minderwertige Gesundheitsinformationen nicht als solche erkannt werden und womöglich psychische und körperliche Schäden nach sich ziehen. Angesichts bekannter Problematiken wie Desinformation, Suchmaschinen-Bias usw. sowie massentauglicher werdender KI gewinnen ausgefeiltere Recherchekompetenzen tendenziell weiter an Bedeutung.

7 Workshop: Erste Hilfe für die Seele – ein österreichweites, psychosoziales Präventionsprogramm

Silvia Pillwein, Erwin Kargl // pro mente OÖ

Nahezu jede dritte Person ist im Laufe des Lebens von zumindest einer psychischen Erkrankung betroffen, daher sollte jede:r Bürger:in in der Lage sein, psychische Erste-Hilfe zu leisten.

Erste Hilfe für die Seele Seminare sind ein lizenziertes, evidenzbasiertes und wissenschaftlich fundiertes Programm von Mental Health First Aid Australia, welches von pro mente Austria auf österreichische Gegebenheiten adaptiert wurde.

Ziel ist zum Ungleichgewicht zwischen körperlicher und psychischer Gesundheit zu sensibilisieren, psychische Erkrankungen zu entstigmatisieren und das Bewusstsein über die eigene psychische Gesundheit zu stärken.

Durch eine auf 5 Schritten basierte Handlungsanleitung wird die Ansprache und Unterstützung von Menschen, bei denen sich erste Anzeichen einer psychischen Erkrankung zeigen, erlernt.

Im Rahmen des Workshops erhalten Sie Einblick in dieses Präventionsprogramm.

