



Hintergrund

Therapeutische Wirkungen der Sport- und Bewegungstherapie sind für unterschiedliche psychische Erkrankungen belegt [1]. Aktuelle Daten deuten jedoch darauf hin, dass mit ca. 23 % nur eine Minderheit von Patientinnen und Patienten diese Therapien wahrnimmt [2]. Die vorliegende Studie analysiert daher aus Patientenperspektive Einflussfaktoren für die Nicht-Teilnahme und Möglichkeiten der Unterstützung im klinischen Setting.

Methoden

Auf Grundlage eines qualitativen Studiendesigns wurde von 01/2019-05/2019 eine leitfadengestützte Gruppendiskussion in Kombination mit sieben Einzelinterviews mit Patienten und Patientinnen (n = 10) aus teil- und vollstationären Settings eines psychiatrisch-psychosomatischen Fachkrankenhauses durchgeführt. Es wurden ausschließlich Personen interviewt, die sich mind. 3 Wochen in Folge nicht an der Sport- bzw. Bewegungstherapie beteiligten. Die Auswertung erfolgte entsprechend der qualitativen Inhaltsanalyse [3].



Fazit

Die Ergebnisse deuten an, dass insbesondere die Symptome, die mit psychischen Erkrankungen einhergehen, Hemmnisse darstellen, sich an der Sport- und Bewegungstherapie zu beteiligen. Zugleich zeigte sich jedoch, dass positive Wirkungen der Sport- und Bewegungstherapie unter den Patienten und Patientinnen bekannt sind. Dieses Wissen könnte ein Ansatzpunkt für eine stärker auf Initiierung und Fortführung ausgerichtete Unterstützung sein. Dabei deuten die vorliegenden Daten daraufhin, dass diese insbesondere zu Behandlungsbeginn von hoher Bedeutung ist.

Ergebnisse

Erwartete Auswirkungen der Sport- und Bewegungstherapie

- Tagesstrukturierende Wirkung und Ablenkung (80 %)
- Stimmungsaufhellende Wirkung/ Steigerung des Wohlbefindens (50 %)
- Verbesserung des Selbstbewusstseins/ der Selbstwirksamkeit (40 %)
- Verringerung von Anspannung, Stress und Aggression (30 %)
- Aufrechterhaltung/ Verbesserung von Beweglichkeit und Ausdauerfähigkeit (30 %)
- Ermöglicht soziale Interaktion und Kontakte (20 %)
- Bereitet Freude (20 %)
- Bewegungstherapie als Form der Selbstfürsorge (20 %)
- Aktivierende Wirkung (20 %)
- In Akutphase zu Beginn der Behandlung: Gefühl der Erschöpfung (20 %)
- Verbesserung der Konzentration in anderen Therapien (10 %)
- Verbesserung des Einschlafens & der Schlafqualität (10 %)

Individuelle Gründe für die Nicht-Teilnahme

- Psychische Beschwerden im Rahmen der Erkrankung (70 %)
- Physische Einschränkung durch somatische Vorerkrankung (10 %)
- Bevorzugung ergotherapeutischer Angebote (10 %)
- Unzufriedenheit bei Inanspruchnahme der Sport-/ Bewegungstherapie (10 %)