

# Was uns bewegt – Motive für die Sport- und Bewegungstherapie während der Behandlung von psychischen Erkrankungen

K. Friedrich, J. Krieger, C. Hauser, C. Penkov, M. Wendt, I.T. Graef-Calliess, M. Ziegenbein



## Hintergrund

In Deutschland nehmen nur 23 % der Patient\*innen an der Bewegungstherapie im Rahmen einer stationären Behandlung psychischer Erkrankungen teil [1]. Somit besteht weiterer Forschungsbedarf hinsichtlich motivationaler Aspekte. Da Männer und Frauen sich in ihrer Motivation für körperliche Aktivität unterscheiden [2], sind mögliche Geschlechterunterschiede zu berücksichtigen. Vor diesem Hintergrund untersucht die vorliegende Studie Geschlechterunterschiede in den Motivausprägungen für die Bewegungstherapie während einer teil- oder vollstationären Behandlung von psychischen Erkrankungen.

## Methode

Von 05/2021 bis 11/2022 werden in einem psychotherapeutischen und psychosomatischen Fachkrankenhaus mithilfe des Berner Motiv und Zielinventars für den Freizeit- und Gesundheitssport (BMZI) Motive von Patient\*innen für die Bewegungstherapie im Rahmen der Behandlung erfasst. Das BMZI ist ein diagnostischer Fragebogen, welcher altersabhängig unterschiedliche Motivbereiche erfasst [3-4]. Die Beantwortung der Items des BMZI erfolgt anhand einer fünfstufigen Likert-Skala von „1 = trifft nicht zu“ bis „5 = trifft sehr zu“.

Bisher wurden  $n = 78$  volljährige Personen befragt, die eine teil- oder vollstationäre Behandlung aufgenommen haben. Die Patient\*innen wurden innerhalb von 7 Tagen nach Aufnahme befragt. Folgende ICD-10 Diagnosen sind in der Stichprobe vertreten:

- F10.- (♂ 3 %; ♀ 0 %)
- F20.- (♂ 3 %; ♀ 0 %)
- F32.- (♂ 24 %; ♀ 27 %)
- F33.- (♂ 62 %; ♀ 51 %)
- F40.- (♂ 3 %; ♀ 2 %)
- F42.- (♂ 3 %; ♀ 0 %)
- F43.- (♂ 3 %; ♀ 15 %)
- F60.- (♂ 0 %; ♀ 5 %)

Tab. 1: Beschreibung der Stichprobe.

Merkmal	Männer ♂ $n = 37$ (47 %)	Frauen ♀ $n = 41$ (53 %)	$p$
Alter <sup>a</sup> $M$ ( $SD$ )	40,51 (12,03)	34,73 (14,41)	.0661
Altersgruppen <sup>b</sup>	14-34 Jahre	10 (27 %)	.009 **
	35-64 Jahre	27 (73 %)	
Setting <sup>b</sup>	vollstationär	14 (38 %)	.001 **
	teilstationär	23 (62 %)	

Anm.:  $M$  = Mittelwert;  $SD$  = Standardabweichung

<sup>a</sup> Gruppenunterschiede mittels Mann-Whitney  $U$ -Test; <sup>b</sup> Gruppenunterschiede mittels  $\chi^2$ -Test

\*\*  $p < .01$

Literatur: [1] Brehm, K., Dallmann, P., Freyer, T., Winter, K., Malchow, B., Wedekind, D., ... Ströhle, A. (2019). Angebot und Inanspruchnahme von Sporttherapie in psychiatrischen Kliniken in Deutschland. *Nervenarzt*, 1-8. doi:10.1007/s00115-019-0782-7 [2] Pfeffer, I. & Rank, K. (2016). Motive körperlich-sportlicher Aktivität in Abhängigkeit von Geschlecht und Geschlechtsrollen-Selbstkonzept. *Leipziger Sportwissenschaftliche Beiträge*, 57 (1), 9-27. [3] Schmid, J., Gut, V., Conzelmann, A. & Sudeck, G. (2018). Bernese motive and goal inventory in exercise and sport: Validation of an updated version of the questionnaire. *PLoS ONE*, 13 (2), e0193214. doi.org/10.1371/journal.pone.0193214 [4] Gut, V., Schmid, J., Schmid, J. & Conzelmann, A. (2019). The Bernese Motive and Goal Inventory for adolescence and young adulthood. *Frontiers in Psychology*, 9, 2785. doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02785

## Vorläufige Ergebnisse

Tab. 2: Mittlere Ausprägung der Motivbereiche nach dem BMZI von Männern (♂  $n = 37$ ) und Frauen (♀  $n = 41$ ).

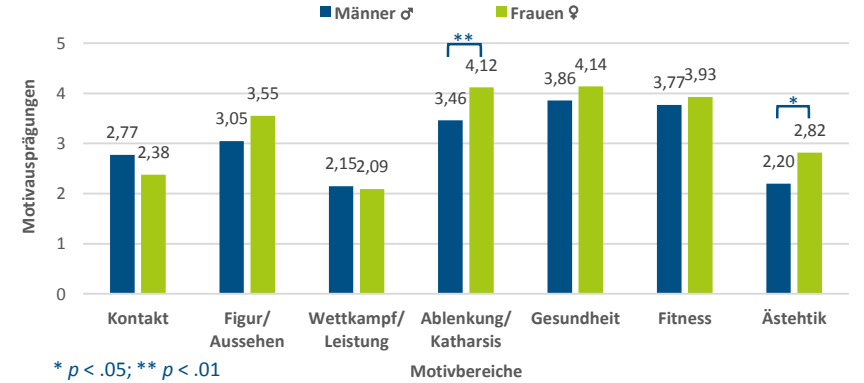
Motivbereiche		$M$	$SD$	$p$
Kontakt <sup>a</sup>	♂	2,77	1,11	.0994
	♀	2,38	1,05	
Figur/ Aussehen <sup>a</sup>	♂	3,05	1,34	.1152
	♀	3,55	1,24	
Wettkampf/ Leistung <sup>a</sup>	♂	2,15	0,93	.7045
	♀	2,09	0,93	
Ablenkung/ Katharsis <sup>a</sup>	♂	3,46	1,00	.0030 **
	♀	4,12	0,83	
Gesundheit <sup>a</sup>	♂	3,86	0,90	.1218
	♀	4,14	0,92	
Fitness <sup>a</sup>	♂	3,77	1,05	.4810
	♀	3,93	0,99	
Ästhetik <sup>a</sup>	♂	2,20	1,06	.0272 *
	♀	2,82	1,27	

Anm.:  $M$  = Mittelwert;  $SD$  = Standardabweichung

<sup>a</sup> Gruppenunterschiede mittels Mann-Whitney  $U$ -Test

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Abb. 1: Mittlere Ausprägung der Motivbereiche nach dem BMZI von Männern (♂  $n = 37$ ) und Frauen (♀  $n = 41$ ).



Von allen Motivbereichen sind sowohl bei Männern als auch bei Frauen die Motive Ablenkung, Gesundheit und Fitness im Durchschnitt am höchsten ausgeprägt. Im Vergleich zu Männern gaben Frauen sowohl bei den Motiven Ablenkung/ Katharsis (Mann-Whitney  $U$ -Test;  $z = -2.971$ ,  $p = .0030$ ) als auch Ästhetik (Mann-Whitney  $U$ -Test;  $z = -2.445$ ,  $p = .0272$ ) signifikant höhere Mittelwerte an. Es gab keine weiteren signifikanten Geschlechterunterschiede in den Motivausprägungen.

## Fazit

Entgegen der bisherigen Datenlage zeigten sich in der vorliegenden Stichprobe aus Patient\*innen lediglich in den Motivbereichen Ablenkung und Ästhetik signifikante Geschlechterunterschiede. Grund hierfür könnte sein, dass der gemeinsame Kontext der Behandlungssituation mögliche Geschlechterunterschiede überlagert.

Die Motivbereiche Ablenkung, Gesundheit und Fitness bieten insbesondere im klinischen Kontext gute Ansatzpunkte, um die Motivation von Patient\*innen für die Bewegungstherapie zu initiieren. Durch die positiven Wirkungen der Bewegung auf die psychische Gesundheit kann die Zielerreichung direkt erfahren werden. Dabei sollte die Bewegungstherapie nicht nur als Mittel zum Zweck, sondern auch ihr Selbstzweck individuell für jede Patient\*in fokussiert werden, um insbesondere die intrinsische Motivation zu fördern.

Im weiteren Verlauf der Studie werden die Ergebnisse auf Grundlage einer breiteren Datenbasis überprüft. Zudem sollen alters-, setting- und diagnosespezifische Unterschiede berücksichtigt werden.