

Erfassung von Motiven und Zielen der Bewegungstherapie im teil- und vollstationären Setting bei der Behandlung von psychischen Erkrankungen



K. Friedrich, J. Krieger, C. Hauser, C. Penkov, M. Wendt, M. Ziegenbein

Hintergrund



Sport und Bewegung werden von der S-3 Leitlinie psychosoziale Therapien als Ergänzung zu Standardtherapieverfahren empfohlen [1]. Bewegungstherapien (BWT) können im teil- und vollstationären Setting therapeutisch wirksam sein und wirken den schädlichen Gesundheitsfolgen eines sedentären Lebensstils entgegen. Aktuelle Daten zeigen, dass nur eine Minderheit von 23 % der Patientinnen und Patienten bewegungstherapeutische Verfahren während der Behandlung in Anspruch nimmt [2]. Da die Symptome psychischer Erkrankungen Hindernisse für die Umsetzung von Sport und Bewegung darstellen können, sind motivationale Aspekte im psychiatrisch-psychotherapeutischen Setting von hoher Bedeutung. Zudem scheinen Geschlechterunterschiede in der Motivation zum Bewegungsverhalten eine Rolle zu spielen [3]. Die vorliegende Studie untersucht Motive und Ziele für die Bewegungstherapie im teil- und vollstationären Setting und mögliche geschlechtsspezifische Unterschiede der Motivausprägungen.

Methodik & Stichprobe



Seit 05/2021 werden in einem psychotherapeutischen und psychosomatischen Fachkrankenhaus mithilfe des Berner Motiv- und Zielinventars für den Freizeit- und Gesundheitssport (BMZI) Motive von Patientinnen und Patienten für die BWT im Rahmen der Behandlung erfasst. Das BMZI erfasst altersabhängig unterschiedliche Motivbereiche [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 $n = 116$ volljährige Personen im Alter von 35 bis 64 Jahren befragt, die eine teil- oder vollstationäre Behandlung aufgenommen haben. Die Patientinnen und Patienten wurden innerhalb von 7 Tagen nach Aufnahme befragt. Folgende ICD-10 Diagnosen sind in der Stichprobe vertreten:

- F10 (♂ 0 %; ♀ 2 %) - F32 (♂ 26 %; ♀ 11 %) - F40-F45 (♂ 7 %; ♀ 27 %)
- F20-F25 (♂ 1 %; ♀ 2 %) - F33 (♂ 60 %; ♀ 52 %) - F60 (♂ 0 %; ♀ 2 %)
- F31 (♂ 6 %; ♀ 2 %)

Tab. 1: Beschreibung der Stichprobe.

| Merkmal | Männer ♂ $n = 72$ (62 %) | Frauen ♀ $n = 44$ (38 %) | p |
|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| Alter M (SD) | 47,33 (8,18) | 47,95 (8,12) | .691 ^a |
| Setting | vollstationär | 18 (25 %) | <.001 ^{b***} |
| | teilstationär | 54 (75 %) | |
| Behandlungsdauer in Wochen M (SD) | 5,73 (2,94) | 6,38 (3,60) | .289 ^a |
| Bewegungstherapien/Woche M (SD) | 2,74 (1,89) | 3,37 (2,11) | .101 ^a |

Anm.: M = Mittelwert; SD = Standardabweichung

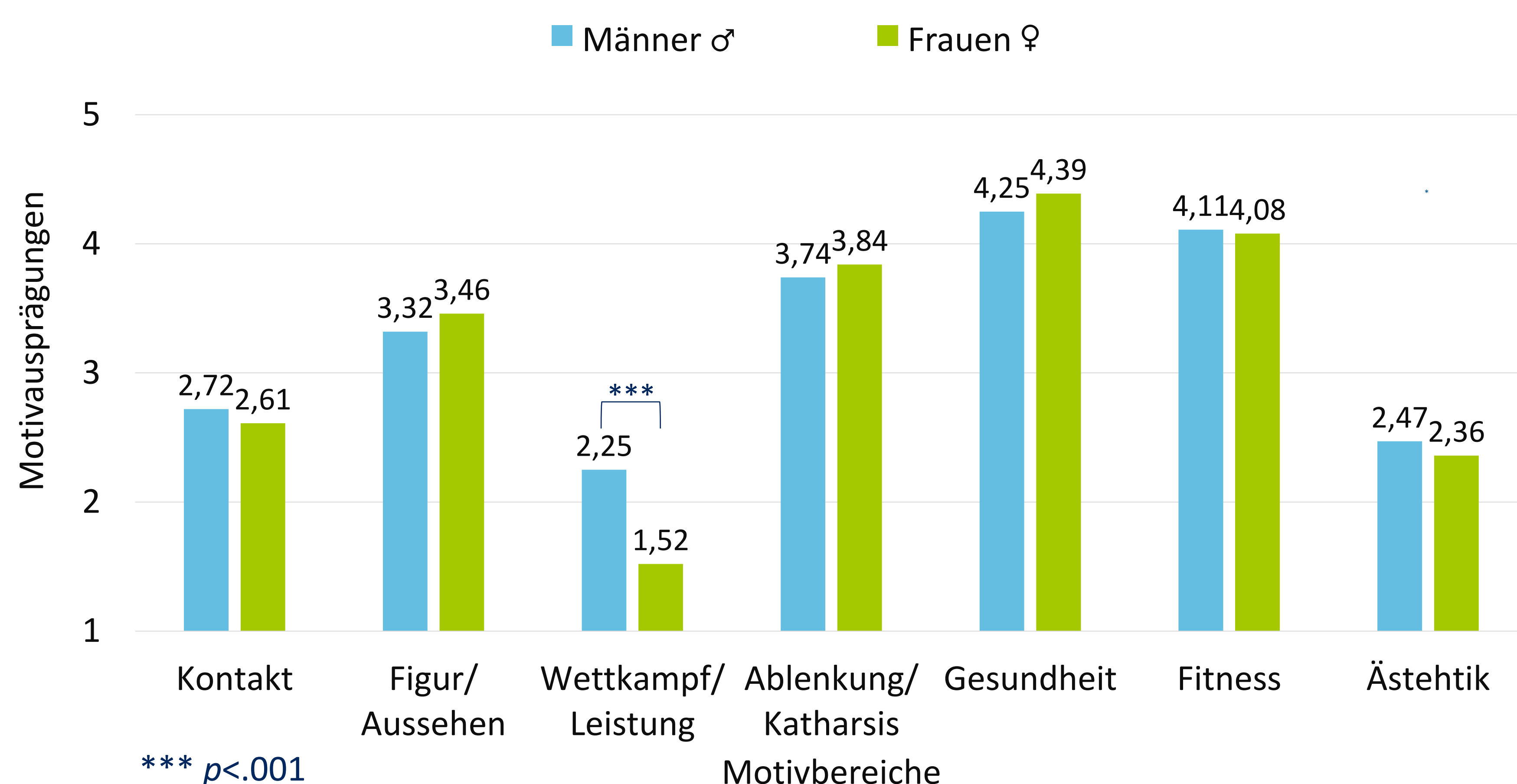
^a t -Test; ^b χ^2 -Test

*** $p < .001$

Ergebnisse



Abb. 1: Mittlere Ausprägung der Motivbereiche nach dem BMZI von Männern ($n = 72$) und Frauen ($n = 44$).



Tab. 2: Mittlere Ausprägung der Motivbereiche nach dem BMZI von Männern ($n = 72$) und Frauen ($n = 44$).

| Motivbereiche | | M | SD | p |
|----------------------|---|------|------|-----------------------|
| Kontakt | ♂ | 2,72 | 1,01 | .572 ^a |
| | ♀ | 2,61 | 1,03 | |
| Figur/ Aussehen | ♂ | 3,32 | 1,28 | .549 ^a |
| | ♀ | 3,46 | 1,44 | |
| Wettkampf/ Leistung | ♂ | 2,25 | 1,03 | <.001 ^{b***} |
| | ♀ | 1,52 | 0,67 | |
| Ablenkung/ Katharsis | ♂ | 3,74 | 0,95 | .595 ^a |
| | ♀ | 3,84 | 0,91 | |
| Gesundheit | ♂ | 4,25 | 0,79 | .365 ^a |
| | ♀ | 4,39 | 0,76 | |
| Fitness | ♂ | 4,11 | 0,93 | .877 ^a |
| | ♀ | 4,08 | 0,95 | |
| Ästhetik | ♂ | 2,47 | 1,10 | .617 ^a |
| | ♀ | 2,36 | 1,19 | |

Anm.: M = Mittelwert; SD = Standardabweichung

^a t -Test; ^b Welch's- t -Test

*** $p < .001$

Von allen Motivbereichen sind sowohl bei Männern als auch bei Frauen die Motive Gesundheit, Fitness und Ablenkung/Katharsis im Durchschnitt am höchsten ausgeprägt. Im Vergleich zu Frauen gaben Männer bei dem Motiv Wettkampf/Leistung (Welch's- t -Test; $t(115,52) = 4,66$, $p < .001$) signifikant höhere Mittelwerte an. Es gab keine weiteren signifikanten Geschlechterunterschiede in den Motivausprägungen.

Schlussfolgerungen



Mögliche Geschlechterunterschiede in den Motiven für die BWT im teil- und vollstationären Setting zeigen sich lediglich im Motiv Wettkampf/Leistung. Eine mögliche Erklärung dafür, dass keine weiteren statistisch signifikanten Geschlechterunterschiede aufgetreten sind, könnte sein, dass im Kontext der Behandlung die Erkrankungssituation von größerer Bedeutung für die Motive ist als der Einfluss des Geschlechts.

Gesundheit, Fitness und Ablenkung/Katharsis sind im Durchschnitt für beide Geschlechter die wichtigsten Motive für die BWT. Insbesondere die beiden letzteren bieten im therapeutischen Alltag gute Anknüpfungspunkte, um Patientinnen und Patienten für die BWT zu motivieren. So können diese durch die Behandelnden unmittelbar nach einer Sporteinheit (z.B. Reduktion von Stresserleben) oder im Verlauf der Behandlung (z.B. längeres Durchhalten beim Ausdauertraining) den Patientinnen und Patienten zurückgemeldet werden. Durch diese positiven Konsequenzenerfahrungen kann die Motivation für die BWT gefördert werden.

Die Mehrheit der Patientinnen und Patienten, die bisher an der Studie teilgenommen haben, zeigt affektive Erkrankungen. Zukünftige Studien sollten mögliche diagnose- und settingspezifische Unterschiede in den Motiven für die BWT analysieren.



✉ katrin.friedrich@wahrendorff.de



Literatur

- [1] Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde. (2019). S3-Leitlinie Psychosoziale Therapien bei schweren psychischen Erkrankungen. (2. Aufl.). Berlin: Springer. doi:10.1007/978-3-662-58284-8 [2] 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 [3] Pfeffer, I. & Rank, K. (2016). Motive körperlich-sportlicher Aktivität in Abhängigkeit von Geschlecht und Geschlechtsrollen-Selbstkonzept. *Leipziger Sportwissenschaftliche Beiträge*, 57 (1), 9-27. [4] 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