

Ein Trainingshandbuch für die Förderung der psychischen Gesundheit in Einrichtungen und Diensten für ältere Menschen

*Bachinger Almut, Lang Gert, Welechovszky Martina
Forschungsinstitut des Roten Kreuzes, Wien*

Kurzfassung

Im Rahmen des EU-Projekts Mental Health Promotion Handbook¹ werden Trainingshandbücher und -materialien entwickelt, die Wissen und Kompetenzen zur Durchführung von Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit für die drei Settings Schule, Arbeitsplatz und Dienste und Einrichtungen für ältere Menschen vermitteln. PraktikerInnen in den betreffenden Settings sollen damit in die Lage versetzt werden, Gesundheitsförderungsmaßnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens zu planen und durchzuführen. Das Forschungsinstitut des Roten Kreuzes ist gemeinsam mit der finnischen Partnerorganisation THL für die Handbücher für das Setting (mobile) Dienste und (stationäre) Einrichtungen für ältere Menschen zuständig. Im Februar 2013 werden die Handbücher und Trainingsmaterialien fertiggestellt sein und in sieben Sprachen vorliegen (Englisch, Deutsch, Finnisch, Polnisch, Estnisch, Französisch und Spanisch).

Hintergrund und Fragestellung

Die Bedeutung der Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens im Bereich der Langzeitpflege und -betreuung wächst [1, 2]. Die Anforderungen an das Personal steigen und entsprechend auch die Belas-

¹ Das Projekt MHP handbook (www.mentalhealthpromotion.net, 10. Juli 2012) wird durch das Public Health Programme der Europäischen Union gefördert und in Österreich national kofinanziert durch den Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), einen Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH.

tungen der psychischen Gesundheit [3, 4]. Aber auch die Betreuungs- und Pflegebedürftigen selbst haben einen steigenden Bedarf an der Förderung ihrer Gesundheit. Psychische Gesundheit ist eine Voraussetzung für Lebensqualität und Wohlbefinden, speziell auch im höheren Lebensalter, und trägt das Potenzial, den Gesamtgesundheitszustand von Pflege- und Betreuungsbedürftigen langfristig und nachhaltig zu verbessern. Demgegenüber ist jedoch das österreichische Gesundheitssystem wenig auf präventive und gesundheitsförderliche Maßnahmen ausgerichtet [vgl. z.B. 5]. Dabei kann die Förderung der psychischen Gesundheit bei älteren Menschen auch die Arbeitsbedingungen für das in der Pflege und Betreuung eingesetzte Fachpersonal erleichtern, was sich wiederum positiv auf die Gesundheit auswirkt und langfristig Kosten und Folgekosten vermeiden kann [6-10].

Mit den Trainingsmaterialien zur Förderung der psychischen Gesundheit soll über adäquate Weiterbildung zur Kapazitätsentwicklung (i.e. Weiterentwicklung von Wissen und Fertigkeiten, Aufbau von gesundheitsförderlichen Strukturen und Vernetzung) im Setting Dienste und Einrichtungen für ältere Menschen und zu einer gesteigerten Gesundheitskompetenz beigetragen werden [4, 11, 12].

Methode

Das Handbuch wurde auf Basis des neuesten evidenz- und praxisbasierten Wissens – vor allem aus dem Bereich der Gesundheitsförderungsforschung – entwickelt. Für den Praxis- und Übungsteil wurden in einer Bedarfserhebung vier qualitative Gruppendiskussionen mit insgesamt 25 Fachkräften aus der mobilen wie stationären Langzeitpflege und -betreuung älterer Menschen in Finnland und in Österreich durchgeführt und ausführlich dokumentiert. Darauf aufbauend wurden Methoden, Übungsbeispiele und Instrumente recherchiert oder selbst gestaltet und pädagogisch aufbereitet. Im Sinne eines Projekt- bzw. Programmzyklus können die Materialien entweder bei der Bedarfserhebung und -planung, Umsetzung oder Evaluation von Maßnahmen der Gesundheitsförderung hilfreich sein.

Die Erstversion wurde im Frühjahr und Sommer 2012 von potenziellen NutzerInnen der Handbücher evaluiert. Insgesamt nahmen an der Evaluation 36 Fachkräfte in Finnland (21) und Österreich (15) teil. In Österreich wurden Angehörige von Pflege-, Betreuungs-, Sozial- und Gesundheitsberufen sowohl des mobilen als auch des stationären Sektors sowie aus Wissenschaft und Forschung eingeladen. Aufgrund der Ergebnisse der Evaluation wird schließlich die finale Version der Handbücher und Trainingsmaterialien erstellt.

Ergebnisse

Das Trainingshandbuch verfolgt im Rahmen des Gesundheitsförderungsansatzes das Ziel der praxisnahen Vermittlung und Stärkung setting-spezifischer Gesundheits- bzw. spezieller gesundheitsförderlicher Kompetenzen bei Fachkräften, die in Diensten und Einrichtungen für ältere Menschen tätig sind. Damit werden der nötige Wissensspielraum und das Handlungspotenzial aufgebaut, um die psychische Gesundheit von älteren Menschen als endbegünstigte Zielgruppe zu fördern. Um diesem Ansinnen gerecht zu werden, vermittelt das Trainingshandbuch Grundlagen der Gesundheitsförderung und insbesondere der Förderung der psychischen Gesundheit (z. B. Leitprinzipien der Gesundheitsförderung, positiver Ressourcenansatz, Erfolgsfaktoren, ethische Gesichtspunkte) aber auch praxisrelevante Anleitungen zur Planung, Durchführung und Evaluation von Initiativen. Für die praxisnahe Umsetzung wurden mehrere Instrumente entwickelt. Sie werden im Handbuch übersichtlich strukturiert, indem jeweils eine Arbeitsdefinition und fundierte Begründung für die Maßnahme geboten und die Umsetzungsschritte detailliert beschrieben werden. Darüber hinaus werden weiterführende Beispiele und vertiefende Literatur geboten. Als Ergänzung zum Handbuch stehen zahlreiche weitere Instrumente zur Umsetzung als elektronische Ressource online auf der Projektwebsite zur Verfügung.

Das Handbuch deckt das Themenfeld der Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens auf sehr breiter Basis ab. Auf der Grundlage aktueller wissenschaftlicher Ergebnisse wurden drei Themenfelder ausgewählt. Den Schwerpunkt der Handbücher bildet die Beschreibung dieser Schlüsselthemen, geeigneter Methoden und von Instrumenten zur Förderung der psychischen Gesundheit. Für das Setting der Langzeitbetreuung und -pflege älterer Menschen wurden die Schlüsselthemen Lebensstil und gesundheitsförderliche Aktivitäten (gesunde Lebensstil, Bewegung, Lernen, Kreativität), soziale Beziehungen und Partizipation sowie Gestaltung der Lebensbedingungen (Unterstützung pflegender Angehöriger, Wohnraumsicherheit) ausgearbeitet. Zudem wurde aufgrund der Evaluationsergebnisse der Bereich der künstlerischen und kreativen Betätigung noch stärker einbezogen. Die vorgeschlagenen Maßnahmen setzen sowohl auf der Verhaltens-ebene als auch auf der Verhältnisebene an. Körperliche, psychische und soziale Gesundheit werden in ihren Wechselwirkungen aufeinander unterstützt und bei den genannten Maßnahmen aufgezeigt. Somit wird ein breiter Überblick über Möglichkeiten der Förderung der psychischen Gesundheit gegeben.

Die vorgeschlagenen Maßnahmen sollen in die täglichen Routinen von Fachkräften Eingang finden. Wie die Bedarfserhebung ergab und auch erste Ergebnisse der Feldversuche vermuten lassen, ist das angesichts der Ressourcenknappheit im Setting Langzeitpflege und -betreuung von besonderer Wichtigkeit. Ein weiterer herausragender Aspekt, der sich sowohl bei der Bedarfserhebung als auch im Zuge der Evaluation herauskristallisierte, ist die Notwendigkeit einer guten organisationalen und strukturellen Einbettung von Fördermaßnahmen.² Zur Implementierung von Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit ist ein multiprofessioneller und

² Auf dieser Ebene setzt übrigens das Projekt Mind Health an, ein weiteres Projekt des Europäischen Netzwerks zur Förderung der psychischen Gesundheit (ENMHP), zu dem auch Mental Health Promotion Handbooks gehört (vgl. www.mentalhealthpromotion.net, 10. Jul. 2012).

-disziplinärer Ansatz erforderlich und die entsprechenden Schlüsselrollen erfordern ein hohes Maß an Fertigkeiten und Fähigkeiten. Diese variieren jedoch beträchtlich und sind stark abhängig von den verschiedenen Aspekten oder Elementen der gesundheitsförderlichen Intervention. Effektive und nachhaltige Förderung der psychischen Gesundheit erfordert zudem die Einbeziehung einer Reihe relevanter Kriterien und AkteurInnen (Stakeholdern) im jeweiligen Setting [13]. Jedoch nehmen die mit der Umsetzung assoziierten Rollen und die damit betrauten Berufsgruppen eine herausragende Position in einer Gesundheitsförderungsmaßnahme ein und es bedarf eines möglichst breiten Spektrums an Wissen und Fertigkeiten.

Diskussion und Schlussfolgerungen

Der Vortrag widmet sich der Darstellung des Konzepts und der konkreten Inhalte der Trainingshandbücher zur Förderung der psychischen Gesundheit im Setting Dienste und Einrichtungen für ältere Menschen. Dabei werden Ziele und Potenziale sowie Grenzen von verhaltens- und verhältnisorientierten Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit aus den Bereichen Bedarfsplanung, Umsetzung und Evaluation anhand von Beispielen aus dem Trainingshandbuch, dargestellt.

Die Trainingsmaterialien verstehen sich als nachhaltiger und praxisnaher Beitrag zur Kapazitätsentwicklung im Bereich der Gesundheitsförderung bzw. der Förderung der psychischen Gesundheit. Sie verfolgen den hohen Anspruch, wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse in die Praxis zu transferieren. Insofern stellen sie den praxeologischen Versuch dar, Gesundheitskompetenzen bei professionellen Schlüsselpositionen zu erhöhen um eine multiplikatorische Hebung salutogener Potenziale in der gesamten Bevölkerung zu ermöglichen.

Literatur

1. EC, *Europäischer Pakt für psychische Gesundheit und Wohlbefinden. Hochrangige EU-Konferenz gemeinsam für psychische Gesundheit und Wohlbefinden (12.-13. Juni 2008)*. 2008, Brüssel: Europäische Kommission.
2. Lang, G., et al., *Background document for the Thematic Conference on Mental Health and Well-being among Older People*. 2010, Luxembourg: European Communities.
3. Lang, G., A. Bachinger, and D. Bammer, eds. *Kriterien der Nachhaltigkeit für die Förderung der psychischen Gesundheit. Am Beispiel des European network for Mental Health Promotion (ENMHP)*. Nachhaltigkeit in der Gesundheitsförderung. Symposium 2011 (9. Juni 2011). ed. M.H. Erwin tangl. 2011, Fachhochschulstudiengänge Burgenland Ges.m.b.H und E. Weber Verlag GmbH.: Pinkafeld, Fachhochschul-Studienzentrum Pinkafeld. 29-38.
4. Bammer, D., G. Lang, and A. Bachinger, *Weiterbildung von Führungs- und Fachkräften als Beitrag zum aktiven Altern. Der Bereich der Gesundheitsförderung*. Magazin für Erwachsenenbildung, 2011. 2011(13): p. 141-148.
5. Aiginger, K., *Herausforderungen einer alternden Gesellschaft: Schwerpunkt Reformbedarf im österreichischen Gesundheitssystem*. 2011, Österreichisches Institut für Wirtschaftsforschung (WiFo): Wien.
6. Barry, M., M and R. Jenkins, *Implementing Mental Health Promotion*. 2007: Elsevier.
7. DoH, *New Horizons: Confident communities, brighter futures. A framework for developing wellbeing*. 2010, London: HMSO, Department of Health.
8. Herrman, H. and E. Jané-Llopis, *Mental Health Promotion in Public Health*. International Union for Health Promotion and Education, Paris, FRANCE (1994-2008) (Revue), 2005.
9. Jané-Llopis, E. and M.M. Barry, *What makes mental health promotion effective?* Promotion & Education, 2005. 12(Supplement 2): p. 47-53.
10. Jané-Llopis, E., et al., *Mental health promotion works: a review*. Promotion & Education, 2005. 12(Supplement 2): p. 9-25.
11. Potter, C. and R. Brough, *Systemic Capacity Building: a Hierarchy of Needs*. Health Policy and Planning, 2004. 19(5)(Oxford University Press): p. 336-345.
12. Gugglberger, L., et al., *Capacity Building für die Implementierung von Gesundheitsförderung an österreichischen Schulen*. SWS-Rundschau, 2012(2).
13. Lang, G., A. Bachinger, and D. Bammer. *Nachhaltigkeit bei der Förderung der psychischen Gesundheit: am Beispiel des European Network for Mental Health Promotion (ENMHP) in Symposium: „Nachhaltigkeit in der Gesund-*

heitsförderung" (9. Juni 2011). 2011. Pinkafeld, Fachhochschul-Studienzentrum Pinkafeld: Fachhochschule Pinkafeld und Fonds Gesundes Österreich.

Autorinnen und Autoren

*** Erstautorin, Sprecherin Bachinger Almut,**

Kontakt: almut.bachinger@w.rotekreuz.at

Mitautor Lang Gert

Kontakt: gert.lang@w.rotekreuz.at

Mitautorin Welechovszky Martina

Kontakt: martina.welechovszky@w.rotekreuz.at