

Keep on going? Sport- und Bewegungstherapie in der (teil-)stationären Behandlung psychischer Erkrankungen

K. Friedrich, C.A. Penkov, J. Krieger, V. Rößner-Ruff, M. Wendt, M. Ziegenbein

Hintergrund



In der Behandlung psychischer Erkrankungen können Sport- und Bewegungstherapien (SBWT) als eigenständiges oder ergänzendes Verfahren zum einen störungsspezifisch therapeutisch positive Wirkungen haben sowie zum anderen allgemein gesundheitsförderliche Effekte entfalten [1]. Die Datenlage bezüglich der Inanspruchnahme von SBWT während der Behandlung in Deutschland ist jedoch inkonsistent. So kommt eine Studie zu dem Ergebnis, dass etwa 85 % der Patientinnen und Patienten, mindestens einmal während ihrer Behandlung SBWT erhalten haben [2]. Eine andere Untersuchung deutet hingegen an, dass lediglich 23 % der Patientinnen und Patienten SBWT mit einer durchschnittlichen wöchentlichen Therapiedauer von 36 min/Woche in Anspruch nehmen [3]. Im Vergleich zu Gesunden erreichen Menschen mit psychischen Erkrankungen Bewegungsempfehlungen eher nicht [4]. Eine Untersuchung in der Schweiz konnte zeigen, dass Patientinnen und Patienten mit höherer Wahrscheinlichkeit Bewegungsempfehlungen erreichen, wenn sie während ihrer Behandlung an SBWT teilnehmen [5]. Für die klinische Praxis ist es somit von Bedeutung, weitere Erkenntnisse über die Inanspruchnahme und Auswirkungen von SBWT auf die körperliche Aktivität von Patientinnen und Patienten zu gewinnen. Da sich die wahrgenommene soziale Unterstützung als ein Einflussfaktor auf die körperliche Aktivität zeigt [6], ist der Einfluss der therapeutischen Beziehung zu den Bewegungstherapeutinnen und -therapeuten hierbei zu berücksichtigen.

Zielsetzung



Aus der aktuellen Datenlagen ergeben sich für die vorliegende Studie folgende Forschungsfragen:

1. Inwiefern unterscheidet sich die körperliche Aktivität von Patientinnen und Patienten vor, während und 12 Wochen nach Ende einer teil- oder vollstationären Behandlung?
2. Wie stark ist der Zusammenhang zwischen der körperlichen Aktivität 12 Wochen nach Behandlungsende und der therapeutischen Beziehung zu Bewegungstherapeutinnen und -therapeuten?

Methoden



In einer nicht-randomisierten, nicht-kontrollierten Längsschnittstudie werden seit März 2024 einwilligungsfähige Patientinnen und Patienten (Alter ≥ 18 Jahre) befragt, die eine teil- oder vollstationäre Behandlung in einem psychotherapeutischen und psychosomatischen Fachkrankenhaus in Niedersachsen beginnen. SBWT sind Teil des multimodalen Behandlungsansatzes der Klinik. Die Befragung erfolgt wiederholt mittels Online-Fragebogen in Selbstauskunft zu den folgenden drei Messzeitpunkten: Behandlungsbeginn (t_0), Behandlungsende (t_1) und 12 Wochen nach Behandlungsende (t_2). Mittels des Bewegungs- und Sportaktivitäts-Fragebogens [7] wird die körperliche Aktivität in Minuten pro Woche jeweils retrospektiv zu den Messzeitpunkten erfasst. Zu t_1 wird nur die körperliche Aktivität außerhalb des Therapiegeschehens erfasst. Ergänzt werden diese Daten durch die dokumentierte Therapiedauer der SBWT. Die Therapeutische Beziehung wird gemessen durch das Trainerverhalten im Gesundheitssport [8] sowie die therapeutische Allianz [9]. Als weitere Einflussgrößen werden entsprechend des Motivations-Volitions-Konzept Selbstwirksamkeitserwartungen [10] und die sport- und bewegungsbezogene Selbstkonkordanz [11] berücksichtigt. Die inferenzstatistische Datenanalyse für Fragestellung 1 erfolgt nach Vorliegen der jeweiligen statistischen Voraussetzungen mittels ANOVA mit Messwiederholung. Für Fragestellung 2 ist die Durchführung einer multiplen linearen Regression geplant. Im Regressionsmodell wird als abhängige Variable die körperliche Aktivität t_2 und als Prädiktoren das Trainerverhalten, die therapeutische Allianz, die sport- und bewegungsbezogene Selbstkonkordanz und Selbstwirksamkeitserwartungen analysiert.

Abb. 1: Einschlusskriterien und Befragungsinhalte t_0 - t_2



Ausblick



Die Datenerhebung hat begonnen und wird voraussichtlich bis Ende 2026 abgeschlossen sein. Limitationen ergeben sich daraus, dass lediglich Patientinnen und Patienten eines psychiatrischen Krankenhauses in Deutschland erfasst werden und davon auszugehen ist, dass die Umsetzung von SBWT in psychiatrischen Einrichtungen Unterschieden im Hinblick auf Sportarten und Zugangswegen (Freiwilligkeit der SBWT, Berücksichtigung individueller Präferenzen) unterliegt. Zudem ist mit einem Selbstselektionsbias zu rechnen, da die Teilnahme an der Studie freiwillig erfolgt.

Die Ergebnisse können erste Hinweise geben, inwiefern SBWT während der Behandlung psychischer Erkrankungen die körperliche Aktivität verändern kann und ob mögliche Veränderungen auch nach Entlassung aus dem klinischen Setting anhalten. Zudem können erste empirische Hinweise auf einen möglichen Einfluss der therapeutischen Beziehung zwischen Bewegungstherapeutinnen und -therapeuten sowie Patientinnen und Patienten auf das Bewegungsverhalten analysiert werden.



✉ katrin.friedrich@wahrendorff.de

Literatur

[1] Ströhle, A., Bendau, A., Augustin, N., Esch A. D., Große, J., Kaminski, J., ... Wendt, N. (2022). Sportspsychiatrie und -psychotherapie. *Nervenarzt*, 93, 742-753. doi:10.1007/s00115-022-01342-x [2] Fritz, S., Kösters, M., Allgöwer, A., Becker, T., Kilian, R., Günhe, U., ... Breilmann, J. (2024). Einfluss von Leitlinienempfehlungen, Versorgungsstrukturen und individuellen Faktoren auf die Inanspruchnahme von psychosozialen Therapien bei schwer psychisch kranken Menschen. *Psychiatrische Praxis*, 51(3), 129-138. doi:10.1055/a-2133-3527 [3] 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. *Der Nervenarzt*, 91(7), 642-650. doi:10.1007/s00115-019-0782-7 [4] Vancampfort, D., Firth, J., Schuch, F. B., Rosenbaum, S., Mugisha, J., Hallgren, M., ... Stubbs, B. (2017). Sedentary behavior and physical activity levels in people with schizophrenia, bipolar disorder and major depressive disorder: a global systematic review and meta-analysis. *World Psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 16(3), 308-315. doi:10.1002/wps.20458 [5] Ehrbar, J., Brand, J., Colledge, F., Donath, L., Egger, S. T., Hatzinger, M., ... Gerber, M. (2018). Psychiatric In-Patients Are More Likely to Meet Recommended Levels of Health-Enhancing Physical Activity If They Engage in Exercise and Sport Therapy Programs. *Frontiers in psychiatry*, 9, 322. doi:10.3389/fpsy.2018.00322 [6] Quirk, H., Hock, E., Harrop, D., Crank, H., Peckham, E., Travis-Turner, G., ... Copeland, R. (2020). Understanding the experience of initiating community-based group physical activity by people with serious mental illness: A systematic review using a meta-ethnographic approach. *European psychiatry: the journal of the Association of European Psychiatrists*, 63(1), e95. doi:10.1192/j.eurpsy.2020.93 [7] Fuchs, R., Klaperski, S., Gerber, M. & Seelig, H. (2015). Messung der Bewegungs- und Sportaktivität mit dem BSA-Fragebogen: Eine methodische Zwischenbilanz. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 23(2), 60-76. doi: 10.1026/0943-8149/a000137. [8] Lohmann, J., Kasten, N., Fuchs, R. & Gieß-Stüber, P. (2019). Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur Erfassung des Verhaltens von Trainerinnen und Trainern im Gesundheitssport. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49, 515-524. doi:10.1007/s12662-019-00606-0 [9] Wilms, F., Munder, T., Leonhart, R., Herzog, T., Plassmann, R., Barth, J. & Linster, H. (2008). Die deutschsprachige Version des Working Alliance Inventory - short revised (WAI-SR) - Ein schulenübergreifendes, ökonomisches und empirisch validiertes Instrument zur Erfassung der therapeutischen Allianz. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 1(3), 343-358. doi:10.7892/boris.27962 [10] Fuchs, R. & Schwarzer, R. (1994). Selbstwirksamkeit zur sportlichen Aktivität: Reliabilität und Validität eines neuen Meßinstruments. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 3, 141-15. [11] Seelig, H., & Fuchs, R. (2006). Messung der sport- und bewegungsbezogenen Selbstkonkordanz. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 13(4), 121-139. doi:10.1026/1612-5010.13.4.121