

Theoretische Fundierung von Schulungen

Dr. Karin Meng

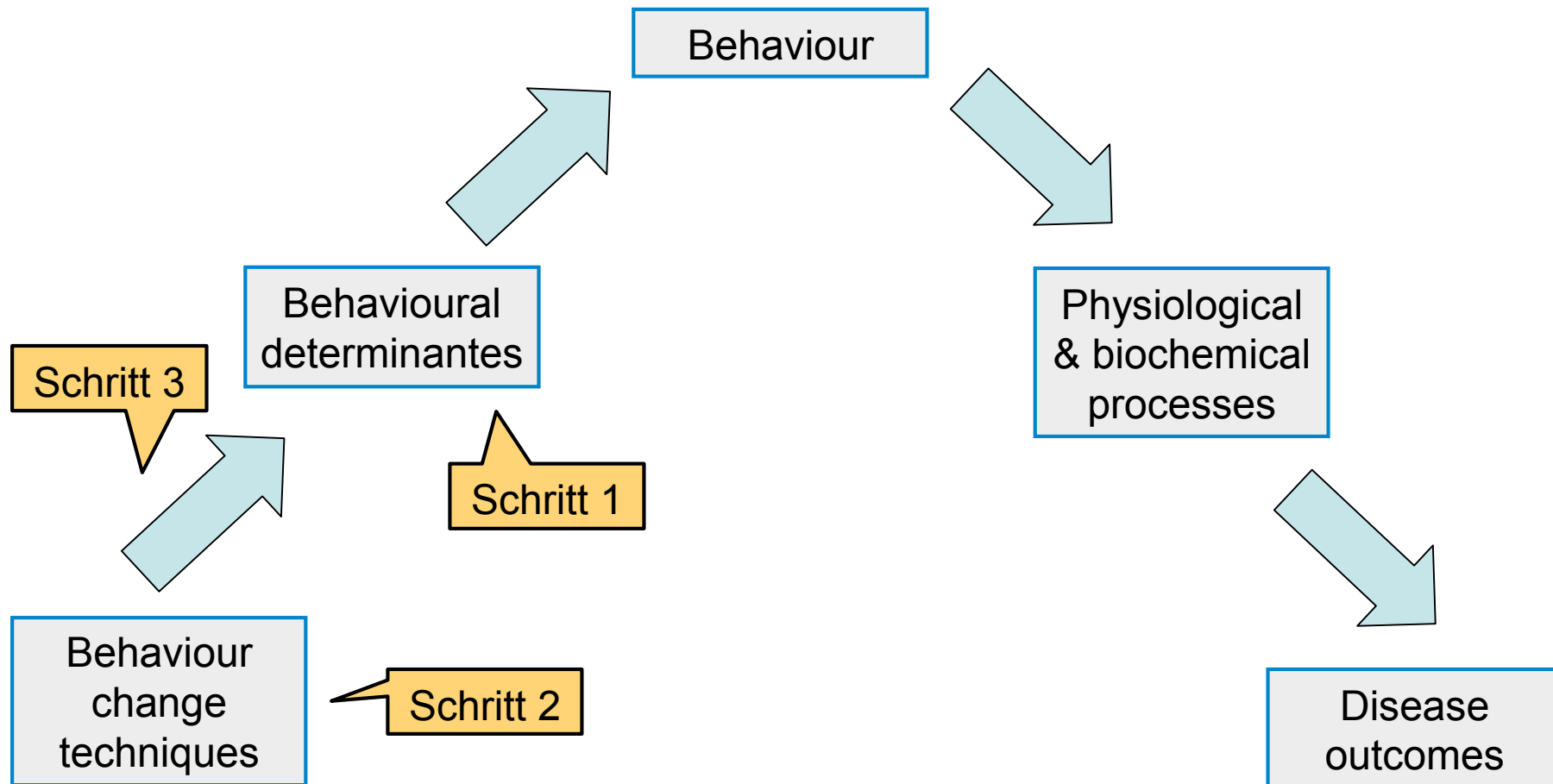
Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie,
Arbeitsbereich Rehabilitationswissenschaften

Interventionen Gesundheitsverhalten/Patientenschulung

- Does it work?
 - Effektivität und Effizienz erwiesen
(Cooper et al., 2001; Faller et al., 2005; Warsi et al., 2004; Weingarten et al., 2002)
- How well does it work?
 - Optimierungspotential in Stärke und Nachhaltigkeit
(Faller et al., 2005; 2008)
- How does it work?
 - Forschungsbedarf: Wirkfaktoren und Wirkmechanismen
 - theorie-basierte Intervention

- explizites kausales Erklärungsmodell
- Bezug auf Theorie(n) zum Gesundheitsverhalten
 - klare kausale Zusammenhänge und Prozesse
 - durch experimentelle Arbeiten gestützt
- Vorteile
 - höhere Effektivität
 - Weiterentwicklungspotentiale der Intervention
 - Weiterentwicklung von Theorie
- Wenige Informationen zum konkreten Vorgehen

Causal modelling approach



Curriculum Rückenschule (Projektversion, 2007)

Einheiten 7

Dauer (min) 390

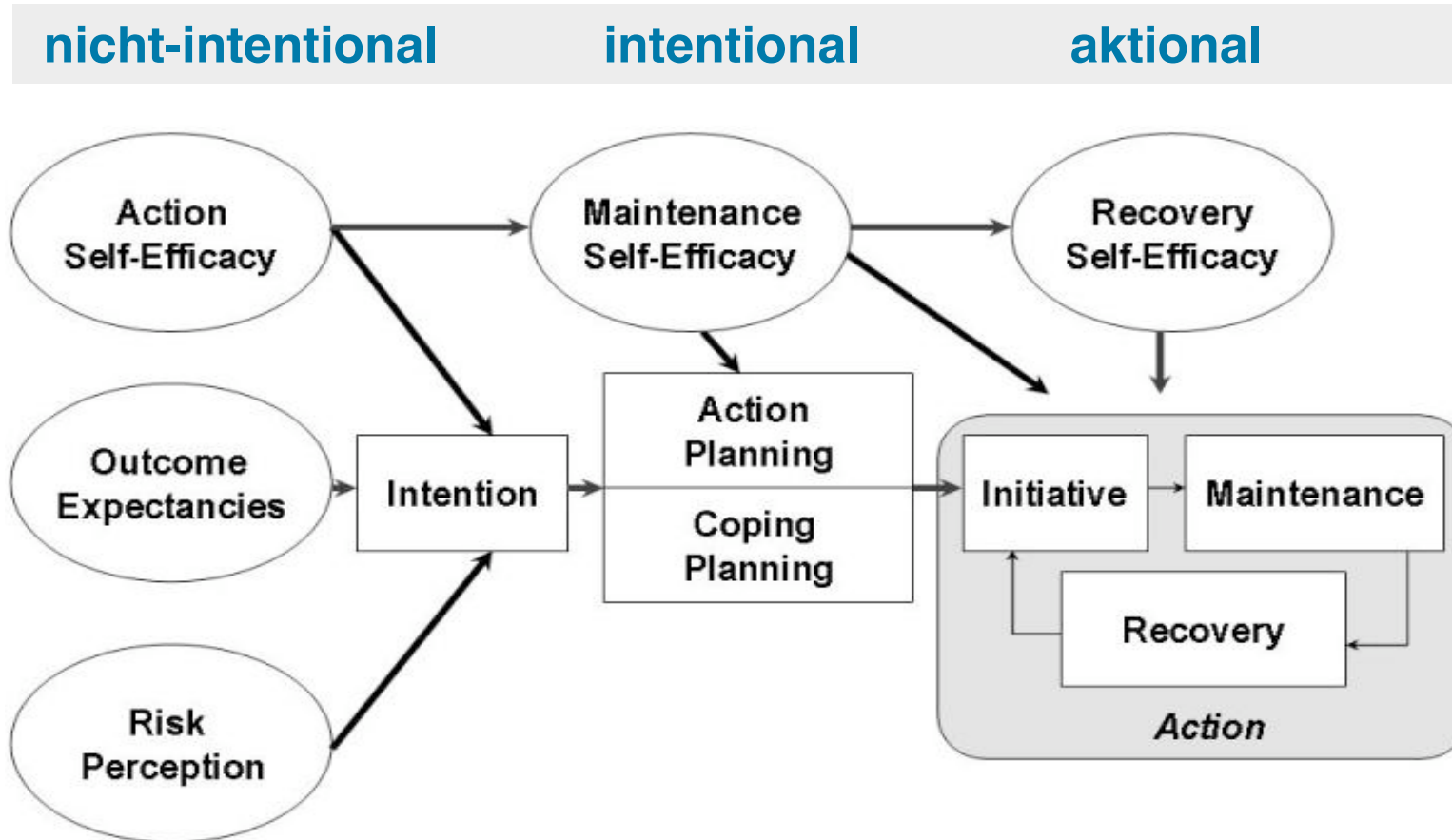
Dozenten Arzt (1), Physiotherapeut/Bewegungstherapeut (5), Psychologe (1)

Inhalte

- M1: Rückenschmerz: Epidemiologie, Ursachen, Verlauf, Risikofaktoren, Therapiemethoden
- M2: Aufbau und Funktion der Wirbelsäule, Körperwahrnehmung, Bewegungsverhalten und Schmerz bzw. Gesundheit
- M3: Körperwahrnehmung bei Bewegungsabläufen, Muskelaktivierungsstrategien zur Stabilisierung der Wirbelsäule
- M4: Schmerzerleben, Vermeidungs- und Durchhalteverhalten, Bewältigungsstrategien
- M5: Günstiges Sitzen, Bücken, Heben, Tragen bei Wirbelsäulenstabilisierung im Haushalt/Beruf
- M6/M7: Körperliche Aktivität: Intention, Handlungs-/Bewältigungsplanung, Handlungskontrolle

Material Manual (inkl. Schulungsmaterial)

Theoretische Fundierung nach HAPA



HAPA-Modell (Schwarzer, 2008)

Theorie-basierte Intervention zum Aufbau körperlicher Aktivität

Modul	HAPA-Determinanten	Technik ^a im Curriculum
M1	Risikowahrnehmung	provide general information on behaviour-health link
M2	Risikowahrnehmung Selbstwirksamkeit, Intention Handlungsergebniserwartungen	provide information on consequences, provide instruction, prompt intention formation
M3	Selbstwirksamkeit Handlungsergebniserwartungen	model/demonstrate the behaviour, prompt practice
M5	Selbstwirksamkeit Handlungsergebniserwartungen	provide instruction, prompt practice, provide opportunities for social comparison
M6	Intention Planung	prompt intention formation, prompt review of behavioural goals, provide instruction, prompt specific goal setting, prompt barrier identification
M7	Planung Handlungskontrolle	prompt review of behavioural goals, prompt self-monitoring of behaviour

^a in Anlehnung an Abraham und Michie (2008)

Theorie-basierte Intervention zum Aufbau körperlicher Aktivität

M6 **Intention**
Planung

M7 **Planung**
Handlungskontrolle

Technik^a im Curriculum
provide general information on behaviour-health link

Info Rückenschmerz: Epidemiologie, Ursachen, Verlauf, Risikofaktoren

Info Rückenschmerz und Bewegungsarmut; Bewegungserfahrung; Reflexion: Vor-/ Nachteile von körperlicher Aktivität; Selbstbeurteilung: Aktivität und Absichten

Anleitung zu Übungen; Übungen

prompt review of behavioural goals, prompt self-monitoring of behaviour

Planung

Ausdauer
Beweglichkeit
Schnelligkeit

Ich werde in Zukunft mit dem Fahrrad fahren
Ich werde nach der Fahrt schwimmen gehen

• WAS?
• WANN?
• WO?
• MIT WEM?

Selbstbeobachtung

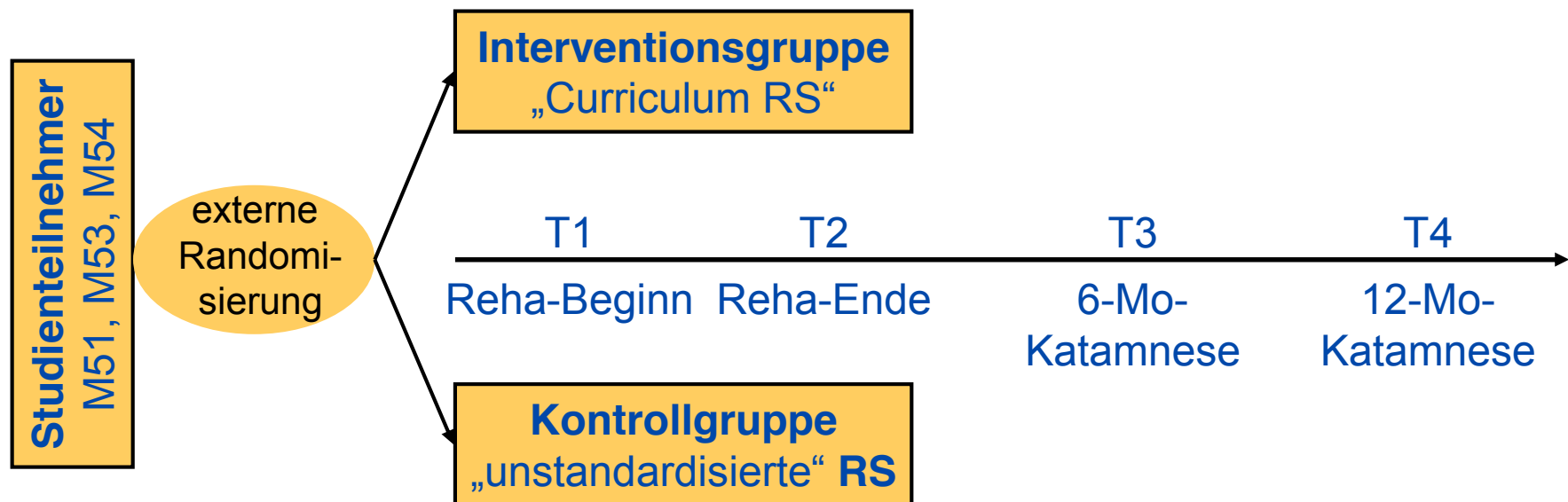
- Bewegungsprotokoll
- Aktivität kontrollieren
 - Alltagsaktivität
 - Training

Tag / Zeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

• Wurden Pläne umgesetzt?
ganz teilweise gar nicht

^a in Anlehnung an Abraham und Michie (2008)

- **F1:** Ist das Curriculum sinnvoll hinsichtlich motivationaler und volitionaler Verhaltensdeterminanten konzipiert?
- **F2:** Weist das Curriculum eine Effektivität hinsichtlich relevanter Verhaltensdeterminanten und Zielverhalten auf?
- **F3:** Welche Wirkmechanismen bedingen die Effekte im Zielverhalten?



Eligibel: 631

Responder: 382

Ausschluss/Abbruch: 22

N = 360

n = 334
(93%)

n = 303
(84%)

Proximale Schulungsziele

Krankheits- und Behandlungswissen	Eigenkonstruktion
Körperliche Aktivität: Determinanten	HAPA-Skalen
Schmerzbezogene Kognitionen	FABQ
Schulungszufriedenheit	Eigenkonstruktion

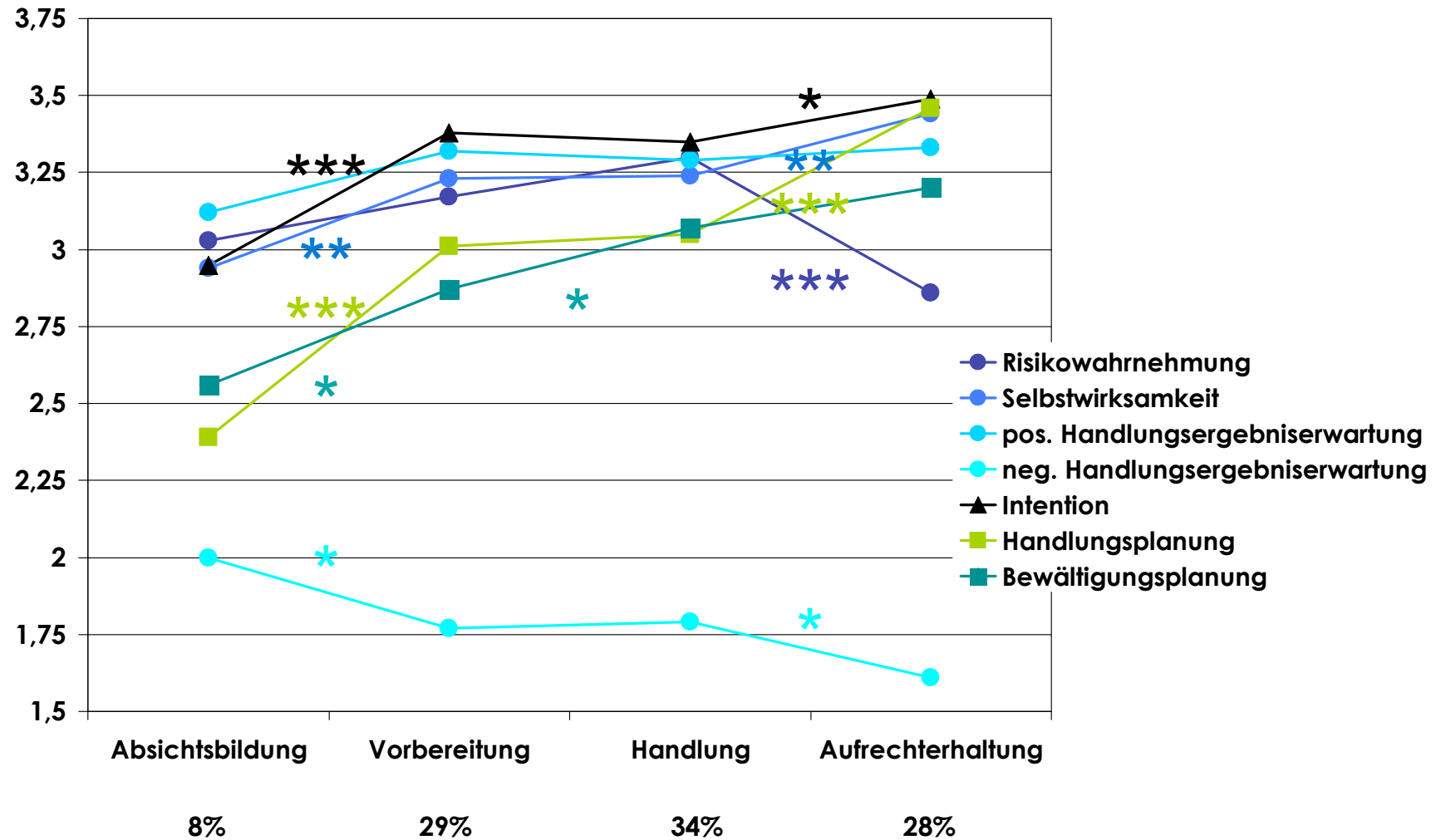
Distale Schulungsziele

Körperliche Aktivität: Verhalten	FFkA
Rückenbezogenes Verhalten	mod. Skala nach Herda
Schmerzbewältigung	FESV
Schmerz	NRS
Funktionsfähigkeit	FFbH
Lebensqualität / subjektive Gesundheit	SF-12

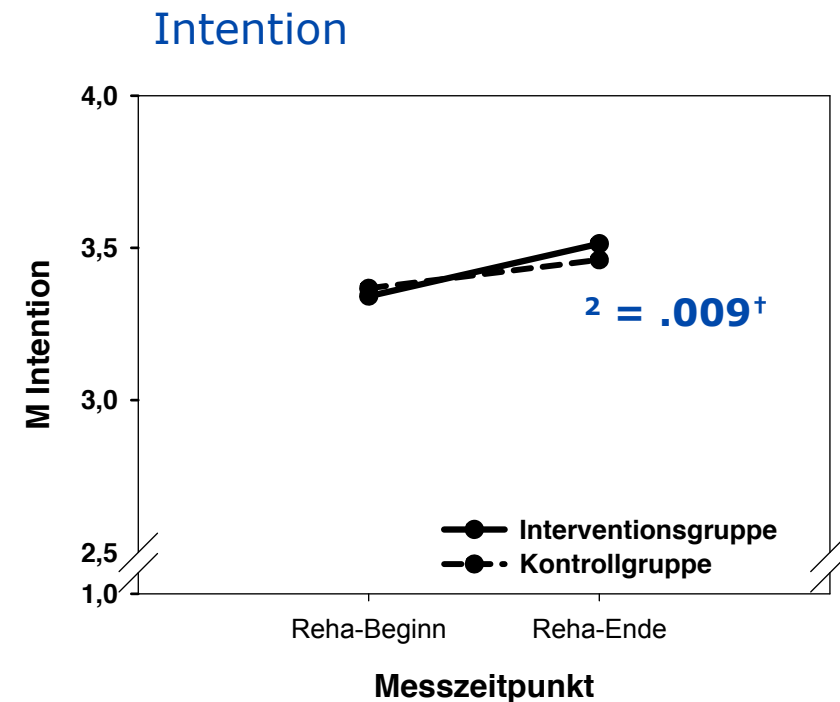
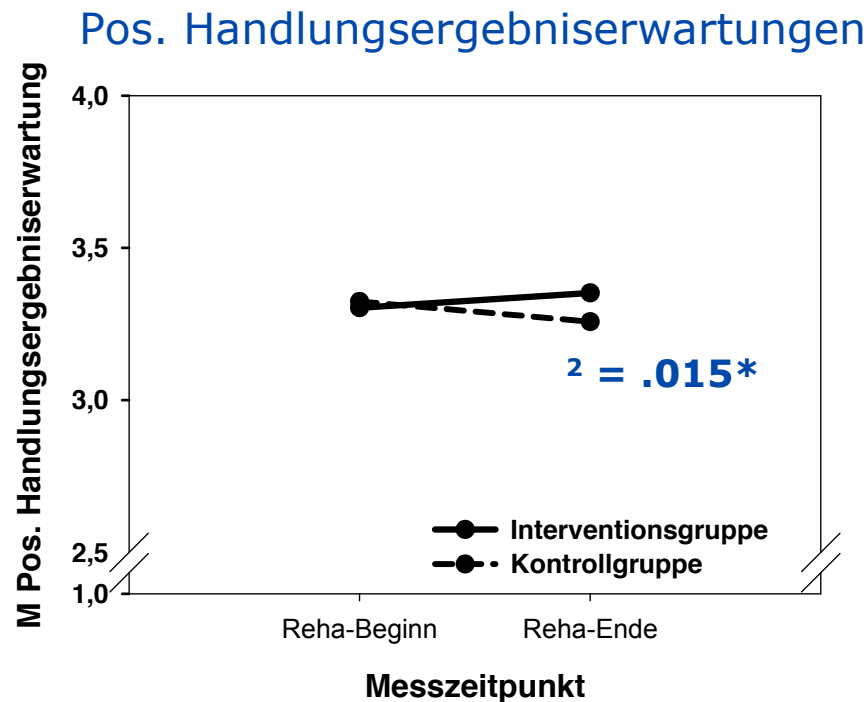
Stichprobe (N = 360)

	IG	KG
Teilnehmer n	187	173
Frauen %	65	63
Lebensalter M (SD)	50,2 (7,6)	49,5 (7,7)
In Partnerschaft lebend %	82	79
Beruf Angestellte %	90	91
Erwerbsstatus %		
erwerbstätig	91	91
Reha-Hauptdiagnose (ICD-10) %		
M51	9	8
M53	17	15
M54	58	59
Schwerbehindertenausweis %	7	8
AU-Tage M (SD)	57,6 (73,9)	56,3 (71,7)

Stadien / Determinanten



Verhaltensdeterminanten körperliche Aktivität HAPA



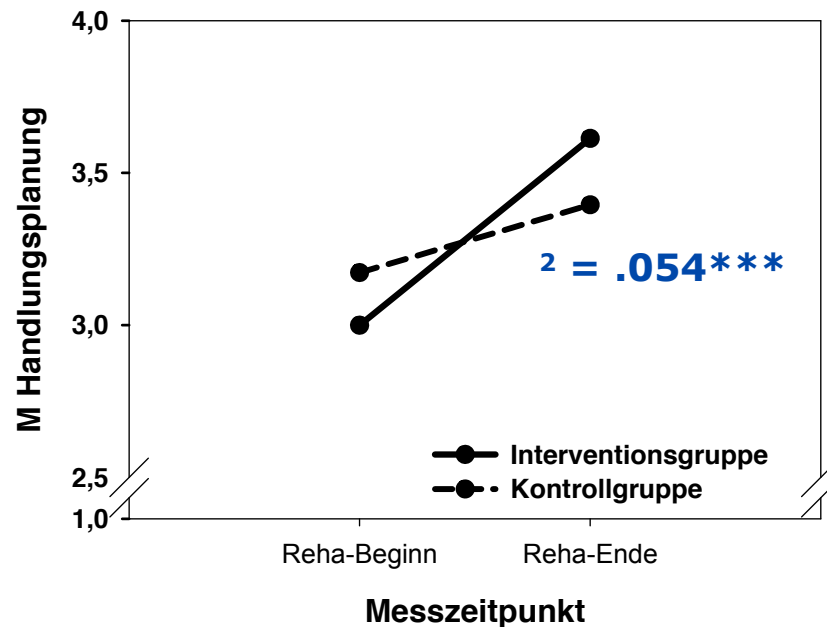
Neg. Handlungsergebniserwartung: $.010^+$

Risikowahrnehmung: n.s.

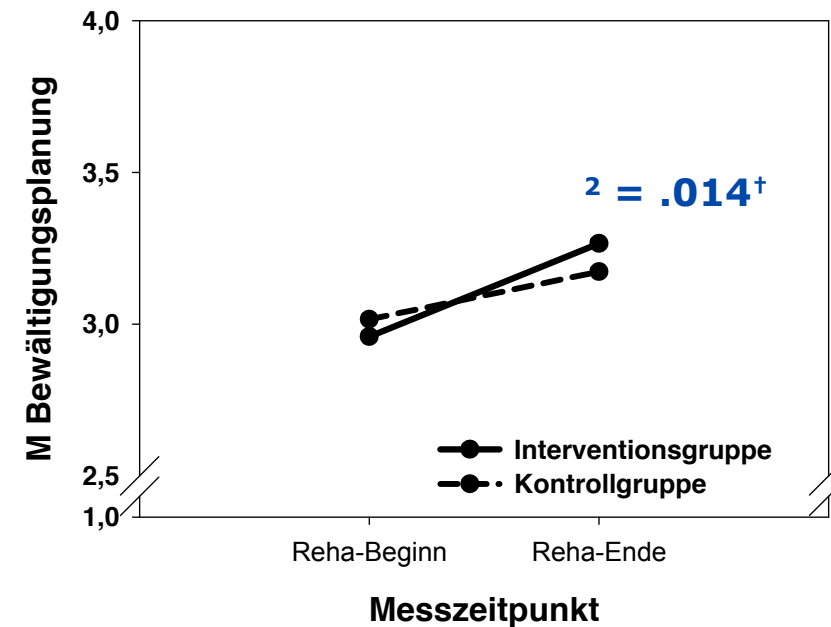
Selbstwirksamkeit: n.s.

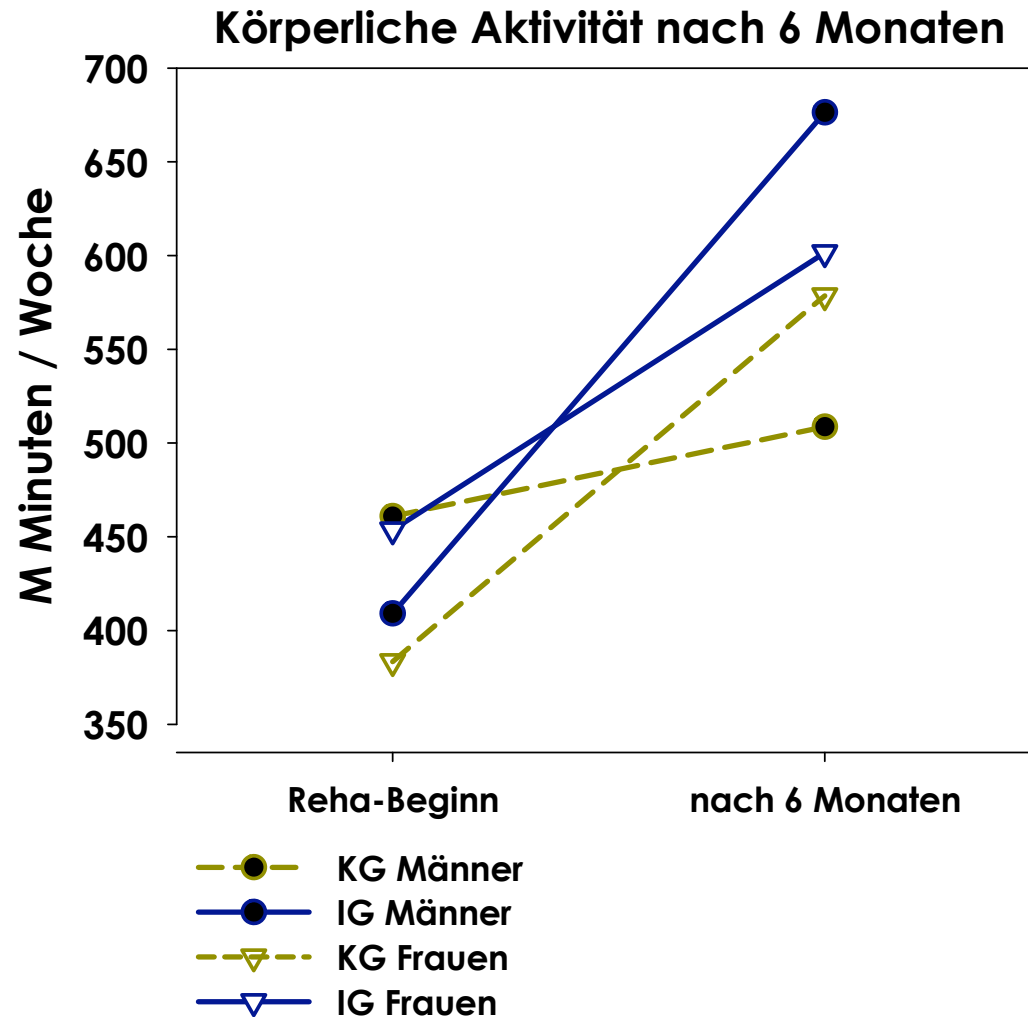
Verhaltensdeterminanten körperliche Aktivität HAPA

Handlungsplanung



Bewältigungsplanung





Gesamtaktivität

Gruppe: $\eta^2 = .017^*$

Gruppe x Geschlecht: $\eta^2 = .026^{**}$

Interventionseffekt Männer

$\eta^2 = .034^{**}$

- hoher intentionaler u. aktional/nicht habituerter Patientenanteil => passende Schulungskonzeption
- Wirksamkeit
 - Verhaltensdeterminanten (kurzfristig)
 - Körperliche Aktivität geschlechtsspezifisch (mittelfristig)
- Weitere Analysen: langfristige Wirksamkeit; Moderatoren, Mediatoren
- => Optimierungspotentiale für Programm

k.meng@uni-wuerzburg.de

Klinik Werra, Reha-Zentrum Bad Sooden-Allendorf

Universität Erlangen, Institut für Sportwissenschaften,
AB Gesundheit und Sport

Förderung: Deutschen Rentenversicherung Bund