

**Kurzbericht zum 5. Treffen des German Network for Mental Health (GNMH),
Berlin, 4. März 2008 (www.gnmh.de)
Bernd Röhrle**

Das Treffen fand im Kontext des Kongresses für Klinische Psychologie und Psychotherapie statt. Gastgeber war die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, die auch Mitglied des Netzwerks ist. Der erste Teil des Treffens bestand aus einem Symposium zu neueren Entwicklungen der Prävention psychischer Störungen und Förderung psychischer Gesundheit. Der zweite Teil diente einem öffentlichen Erfahrungsaustausch der Mitglieder des Netzwerks. Begleitet wurden beide Teile durch eine Postersession.

Symposium zu den neuen Entwicklungen der Prävention psychischer Störungen und Förderung psychischer Gesundheit

Im einleitenden Referat von Andreas Beelmann (Universität Jena) wurden Trends der Präventionsforschung vorgestellt. Danach werden Fortschritte insbesondere darin gesehen, dass durch theoretische Erweiterungen der thematischen Zugänge, wie etwa an Entwicklungsmodellen orientierte Interventionen, mehr alters- bzw. entwicklungsangemessene Formen präventiver Interventionen möglich werden. Andere Möglichkeiten, wie Interventionen, die sich in einem differentiellen Sinne an bestimmte Gruppen richten, wurden als weitere Variante dieses Trends ausgemacht. Auch Fragen der Dosisbestimmung wurden in Relation zu Fragen von Kosten, Akzeptanz und Ergebnis diskutiert. Breiten Raum nahmen Überlegungen zur unterschiedlichen Effektivität von universellen, selektiven und indizierten Programmen ein. Dabei wurde deutlich, dass man beim jetzigen Stand der Dinge bei universellen Programmen nur mit bescheidenen Effekten rechnen kann, die allerdings im Einzelfall, je nach Kriterium (z.B. Suizid) von großem Gewicht sein können. Es geht insgesamt mehr um Kosten und Nutzen verschiedener Programmtypen auf dem Hintergrund gesetzter normativer Ziele und Ressourcen. Jede der möglichen Strategien hat Vor- und Nachteile (z.B. universelle Programme große Breitenwirkung bei geringen Effektstärken). Hervorgehoben wurde auch, dass neuere Ergebnisse zeigen, dass weniger die Inhalte entsprechender Programme bedeutsam sind, sondern die Art der Implementation.

In einem weiteren Referat von Peter Paulus (Universität Lüneburg) wurde als Beispiel ein solches universelles Programm „Mindmatters“ vorgestellt, das sich die Förderung der psychischen Gesundheit in 35 Schulen in einem einfachen Pre-Post-Design vorgenommen hatte. Das aus Australien übernommene Programm, das von Multiplikatoren von der Barmer Ersatzkassen angefordert kann, stärkt Kompetenzen von Schülern und Lehrern, bereitet auf krisenhaften Entwicklungen und Belastungen vor, versucht das innere Milieu der Schulen im Sinne eines echten Settingansatzes zu verbessern und auch Beziehungen zur Kommune und Elternschaft zu intensivieren. Trotz der geringen Effektstärke und auch geringen Kenntnis der Bedeutung seiner Komponenten waren die Auftraggeber vom Ergebnis überzeugt, sodass Anschlussprojekte für den Primarschulbereich und auch für den Übergang in das Berufsleben in Aussicht stehen. Man sieht, dass soziales Sponsoring nicht nur Effektstärken im Auge hat, die sich eben nicht vom üblichen Trend und auch den in Australien gewonnenen Ergebnissen unterscheiden, sondern auch die Außenwirkung solcher universell angelegter Projekte im Sinne des Social Marketing Modells als wertvoll erachtet werden. Darüber hinaus wurde verdeutlicht, dass zukünftig zunehmend die Integration solcher Programme in den normalen Schulalltag vorgenommen werden könnte, weil auf europäische Ebene auch vermehrt eine enge Verbindung zwischen Bildung und Gesundheit gesucht wird.

In einer weiteren thematischen Einheit ging es um die Gesundheitsförderung im betrieblichen Kontext. Thomas Kieselbach (Universität Bremen) verdeutlichte auf dem Hintergrund der Ergebnisse zahlreicher europäischer Projekte, welche erheblichen Belastungen und auch gesundheitliche Gefährdungen durch Arbeitslosigkeit, drohende Arbeitslosigkeit und Präkarisierung der Arbeitsverhältnisse auf dem Hintergrund auch personaler Risikoniveaus produziert werden können. Dies wird mit ungünstigen Entwicklungen in Unternehmen in Verbindung gebracht, die Umstrukturierungsmaßnahmen planen oder vollziehen. Da beschleunigte berufsbiografische Veränderungen zur Zukunft der Arbeitswelt gehören, entwickeln sich erste Hilfesysteme zur Bewältigung von beruflichen Transitionen (z.B. geplante und Risiko dämpfende Outplacementstrategien). Gesundheit und Produktivität kommen wegen erheblicher Probleme, die im Gefolge von Umstrukturierungsmaßnahmen entstanden, europaweit wieder mehr in einen notwendigen Zusammenhang. Hier eröffnen sich neue Möglichkeiten der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Von den vielen Strategien zur Förderung der (psychischen) Gesundheit wurde auch auf diesem Hintergrund von Ute Westerhoff (BKK Bundesverband) ein Programm (Gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung) zur Stärkung von Führungsqualitäten vorgestellt, das auf einer kognitiv-verhaltenstherapeutischen Grundlage (ABC-Theorie von Ellis) beruht. Ausgangspunkt ist die Erkenntnis, dass Wohlergehen und Gesundheit im Betrieb zwar von vielen Faktoren geprägt wird (insbesondere durch wahrgenommene Handlungsspielräume), aber das erwiesenermaßen auch die Führungsqualität, etwa beim Umgang mit Konflikten, insbesondere bedingt durch die Bearbeitung irrationaler Erwartungen und Bewertungen von Führungskräften, zu positiven Ergebnissen führen können. Berichtet wurde über eine hohe Akzeptanz des Programms, leider bislang nicht über gesundheitliche Effekte auf der Ebene der Mitarbeiter.

In einer ergänzenden Perspektive widmeten sich Notker Klann et al. der Verbesserung der Qualität in ehelichen Beziehungen durch eine Verbesserung der Sexualität und der Anreicherung durch spirituelle Momente. Dabei baut das vorgestellte und in Evaluation befindliche Programm auf Erkenntnissen und Techniken bekannter verhaltenstherapeutisch fundierter Paarprogramme auf (Rollenspiele, Modellernen, etc.). Die Philosophie des Programms ist aber weit über diese Grundlagen hinausgehend: Gesucht wird übergreifend nach Möglichkeiten, eine Balance zwischen Autonomie und Bindung, auch in einem spirituellen Sinne herzustellen. Während schon Wertekonformität in ehelichen Beziehungen als stabilisierend erkannt wurden, sollen die bekannten salutogenen Potenziale der Spiritualität systematisch genutzt werden, um damit auch dem humanitären Interesse nach Sinnsuche gerecht zu werden

Den Abschluss des Symposiums bestritt Ursula Zingler (Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener, inzwischen auch Mitglied des GNMH). Sie setzte gleichsam die Erkenntnis der Präventionsforschung um, dass die Implementationsgüte von präventiven Programmen ganz wesentlich vom Partizipationsgrad der Beteiligten, in Ihrem Fall der möglichen Nutzer und Nutzerinnen abhängt. Die erste intensivere Begegnung des GNMH mit den Psychiatrie-Erfahrenen war in mehrerlei Hinsicht erfreulich und fruchtbar. Allein die Tatsache, dass Psychiatrie-Erfahrene, die vielfach mit den Folgen ihrer Erkrankung und auch teilweise mit den Folgen von Behandlungen zu kämpfen haben, sich zugleich mit dem Abschnitt vor ihrer Erkrankung beschäftigen, erstaunte alle Beteiligten. In ihren Ausführungen wurde außerdem deutlich, dass die Nutzer präventiver Maßnahmen, sehr deutlich Hilfen zur Vorbereitung auf normative und auch nicht normative Krisen des

Lebens erwarten und im Falle von nicht vermeidbaren Krisen, sich einen humanen Begleitschutz wünschen und dies für alle Abschnitte des Lebens. Dieser Wunsch bestärkte alle jene, die an die Bedeutung stressorspezifischer Präventionsmaßnahmen denken.

Postersession

Begleitet wurde das Programm von zwei Posterdarstellungen des Nachwuchses, welche die Ergebnisse von Diplomarbeiten vorstellten: Ein präventives Gruppenprogramm für Kinder depressiver Eltern (Children-D-Prevent) von Matthias et al. berichtet über das erste im deutschsprachigen Raum evaluierte Programm, das Kindern helfen soll, ihre Belastungen zu bewältigen. Neben der Förderung des Gefühlsausdrucks, der von sozialen Netzwerken und der Suche nach sozialer Unterstützung liegt der Schwerpunkt des Programms auf der Wissensvermittlung über depressive Störungen sowie über Hilfsangebote. Das Interpersonelle Präventionsprogramm gegen Depression im Jugendalter: IPPDJ von Knappke et al. stellt insofern ein besonderes Programm dar, weil es entwicklungspsychopathologische Aspekte und Themen der interpersonellen Psychotherapie aufgreift. In diesem Kontext trainiert dieses Programm, thematisch eng an Problemen von Jugendlichen angelehnt, positive Selbstwertgefühle bzw. Denkformen, die Fähigkeit zum Problemlösen und ebenfalls die Nutzung sozialer Unterstützung.

Erfahrungsaustausch der Mitglieder

Im eher informellen Teil des Treffens des GNMH wurden zunächst Neuigkeiten ausgetauscht. Dabei stand das Präventionsgesetz im Vordergrund, dem man wegen der Widerstände der CDU und der Krankenkassen, die einen großen Teil der Kosten schultern sollen, wenige Chancen gegeben hat. Man war sich eins in der Meinung, dass mit oder ohne Gesetz die Aufgaben zur Implementation der Förderung psychischer Gesundheit bleiben werden, zumal der Gesetzesentwurf sich auf diesen Bereich kaum bezieht. Die Möglichkeiten hierfür scheinen sich auf dem Hintergrund europäischer Initiativen eher günstig zu gestalten. So wird u .a. in Bälde das Greenpaper der EU zur psychischen Gesundheit zu einem Aktionspaket der EU aufgewertet.

Einen sehr zentralen Stellenwert des Informationsaustausches nahm die Frage ein, wie denn die Erkenntnis der Präventionsforschung im Rahmen von Kapazität bildenden Maßnahmen implementiert und disseminiert werden könnten. Dazu wurde von einer Internationalen Konferenz in Barcelona berichtet, in deren Rahmen Strategien vorgeschlagen wurden und in den einzelnen Mitgliedsländern umgesetzt werden können. Dabei wurde deutlich, dass Maßnahmen auf allen politischen Ebenen notwendig sind, aber insbesondere Maßnahmen zur Ausbildung notwendig werden. Für den deutschsprachigen Bereich sollten sich hierfür Bedarfs- und Ressourcenanalysen ergeben, die zu notwendigen Angeboten sowohl in der Praxis als auch in den verschiedensten Ausbildungseinrichtungen führen sollten. Ressourcenanalysen können dabei auf vorhandene Einrichtungen und Initiativen zurückgreifen (Nürnberger Bündnis gegen Depression, geplante postgraduale Public Health Studiengänge wie an der FU Berlin oder Lüneburg, Ausbildungen bei NGO, etc.). In diesem Kontext wurde darüber berichtet, dass sich eine neue Ressource, ein Kompetenzzentrum Prävention, gebildet hat, das sich zum Ziel setzt, allgemeine Strategien der Gesundheitsförderung, projektübergreifend zu entwickeln.

Für die Zukunft des GNMH wurde eine Reihe von Themen angesprochen, welche alle in Richtung größerer Aktivität und auch innerer Stärkung deuten. Zunächst wurde betont und dazu aufgefordert, dass das Netzwerk und insbesondere seine Mitglieder auch den nächsten World Mental Health Day für Ihre Belange nutzen sollten (Unterlagen können

beim GNMH angefordert werden). Eine stärkere Vertretung des GNMH in nationalen Gremien ist denkbar und wünschenswert, sowie die Beteiligung bei Expertisen auf der Grundlage eines intensiven Austausches. Ein Netzwerk möglicher Medien und Journalisten soll aufgebaut werden. Eine nächste Außendarstellung des GNMH und Möglichkeit der Expertise wird zum nächsten Jahr (2009) erwartet und zwar zum Bereich der Frühintervention und Hilfen armer Kinder. Nach innen soll der Austausch durch einen Newsletter gestärkt werden, der zukünftig auch auf Aufforderung durch den Sprecher des Netzwerks zustande kommen soll. Es wird in Aussicht gestellt, dass dieser Rundbrief bei den BKK-News verlinkt wird (auch die Verbreitung in Kreisen der Psychologie dürfte problemlos sein). Generell sollen zukünftig mehr die Kräfte des Netzwerks kooperativ genutzt werden, auch bei geplanten oder laufenden Projekten, damit auch Feedback u. a. Ressourcen aktiviert werden können. Dies gilt gerade auch für den Austausch mit neuen Mitgliedern, die es inzwischen gibt (vgl. Website) und auch für solche, die zunehmend gewonnen werden sollten. Gewünscht war auch, dass vermehrt die Institutionen hinter den Mitgliedern des Netzwerkes sich als solche verstehen sollten.

Details dieses Kurzberichts finden sich in den Präsentationen zu diesem GNMH-Treffen unter www.gnmh.de.