Gesundheit im Leben von Menschen mit geistiger Behinderung – Das GeKo-MmgB Projekt der FH Bielefeld

Menschen mit einer sogenannten "geistigen Behinderung" gehören hinsichtlich vieler Belange auch heute noch einer gesundheitlich benachteiligten Gruppe an. Dem liegt zugrunde, dass Menschen mit geistiger Behinderung häufig nur über eine geringe Gesundheitskompetenz verfügen. Das bedeutet, dass es für Menschen, die dieser Personengruppe angehören, häufig eine besondere Herausforderung darstellt, an persönlich relevante und qualitativ hochwertige gesundheitsbezogene Informationen zu gelangen und diese Informationen weiterführend zu verstehen. Somit weisen Menschen mit geistiger Behinderung einen hohen Hilfebedarf bei dem Erwerb gesundheitsbezogener Informationen und dem Verständnis komplexer gesundheitsbezogener Themen auf. Da Menschen mit einer geistigen Behinderung zudem an weiteren (z.T. schwerwiegenden) Erkrankungen leiden, besteht die Notwendigkeit, dass professionell Tätige diesen Unterstützungsbedarf erkennen und nachkommen. Das Thema Gesundheit hat für Menschen mit geistiger Behinderung einen besonderen Stellenwert, weil ein guter gesundheitlicher Allgemeinzustand positiv auf die Partizipation in allen Lebensbereiche einwirken und gleichzeitig mit einer höheren Lebensqualität und einem gesteigerten Wohlbefinden einhergehen kann.

Im Frühjahr 2021 trat die Fachhochschule Bielefeld mit einem besonderen Anliegen an die Lebenshilfe Lübbecke heran: Dem GeKo-MmgB Projekt (**Ge**sundheits**ko**mpetenz von **M**enschen **m**it **g**eistiger **B**ehinderung). Im Rahmen dieses Projektes wurden Menschen mit geistiger Behinderung unterschiedlicher Einrichtungen der Behindertenhilfe zu dem Thema Gesundheit befragt. Diese Befragungen zielten zunächst auf die Erhebung des allgemeinen gesundheitlichen Zustandes der teilnehmenden Menschen mit geistiger (und z.T. körperlicher) Behinderung ab. Außerdem war von Interesse, was Menschen mit geistiger Behinderung über das Thema Gesundheit wissen und inwiefern das Thema ihre alltägliche Lebensführung beeinflusst.

Die Lebenshilfe Lübbecke nahm mit insgesamt 20 Bewohnern und Bewohnerinnen aus den unterschiedlichen Wohnanlagen am GeKo-MmgB Projekt teil. Es dauerte nicht lange, als im Sommer 2021 die ersten Interviews anstanden. Die teilnehmenden Bewohner und Bewohnerinnen waren sehr aufgeregt und begegneten der Forschungsmitarbeiterin der Fachhochschule Bielefeld, Frau Ilona Wolter, beim persönlichen Kennenlernen mit großem Interesse und Neugier. In den Interviews wurden zum einen die eigenen gesundheitlichen Beschwerden der Bewohner und Bewohnerinnen und die damit einhergehenden

Einschränkungen thematisiert. Frau Ilona Wolter gelang es, sensible Themen kompetent zu erfassen, indem sie jedem Bewohner und jeder Bewohnerin mit viel Respekt, Empathie und Einfühlungsvermögen begegnete. Weiterhin war in den Interviews von Interesse, was die teilnehmenden Bewohner und Bewohnerinnen für ihre Gesundheit tun und inwiefern sie bei gesundheitsbezogenen Angelegenheiten Unterstützung durch Bezugspersonen benötigen und erhalten. In diesem Zusammenhang wurde unter anderem über Arztbesuche und Gesundheitsprävention, den persönlichen Stellenwert der eigenen Gesundheit und die Freizeitgestaltung gesprochen. Insgesamt verliefen die Interviews gut und wir, die Lebenshilfe Lübbecke, erhielten durchweg positives Feedback: Jeder Teilnehmende konnte mit ihren/seinen individuellen Beiträgen im Interview zu einem erfolgreichen Projektverlauf beigetragen.

Die Forschungsgruppe aus dem Fachbereich Gesundheit der Fachhochschule Bielefeld hat weiterführend eine Reihe von Kompetenzvideos entwickelt, die Menschen mit geistiger Behinderung dabei unterstützen sollen, ihr kompetentes und partizipatives Verhalten im Gesundheitswesen zu erweitern und zu stärken. Die Forschungsgruppe betont diesbezüglich: "In Kompetenzvideos werden Themen erläutert und darüber hinaus gezielt Kompetenzen gefördert. Mit Kompetenzen sind Dispositionen gemeint, um Situationen zu meistern und für Probleme Lösungen zu finden. In den Videos unseres Forschungsprojekts steht im Mittelpunkt, die Kompetenzen für Situationen zu fördern, die die eigene Gesundheit betreffen, also die Stärkung der individuellen Gesundheitskompetenz" sowie "durch verständliche und partizipativ entwickelte Kompetenzvideos werden gesundheitsbezogene Informationen vermittelt, um gesundheitskompetente und selbstbestimmte Entscheidungen zu fördern und Verhaltensänderungen zu initiieren". Inhaltlich vermitteln die Kompetenzvideos Wissen und Fertigkeiten zu den Themen Schmerzen, Notfall, Wohlbefinden, Gesundheitsförderung, Resilienz und Gesundheitskompetenz.

Von April bis Juni 2022 wurden die acht kurzen Kompetenzvideos der Fachhochschule Bielefeld in allen Wohnheimen der Lebenshilfe Lübbecke gemeinsam mit den dort lebenden Bewohnern und Bewohnerinnen, die sich für das Thema Gesundheit interessieren, angeschaut. Die Mehrheit der Menschen mit geistiger Behinderung aus den Wohnheimen der Lebenshilfe Lübbecke begegnete den Kompetenzvideos mit großem Interesse. Da den Bewohnern und Bewohnerinnen in Anschluss an jedes Video die Gelegenheit geboten wurde, sich über die gezeigten Inhalte auszutauschen, entstanden spannende Diskussionen. Dabei standen vor allem die persönlichen Erfahrungen und die eigenen gesundheitlichen Beschwerden im Vordergrund. Es konnten viele offene Fragen geklärt und untereinander wertvolle Tipps und Anregungen ausgetauscht werden.





Insgesamt stellen die Kompetenzvideos des GeKo-MmgB Projektes der Fachhochschule Bielefeld ein niederschwelliges Angebot dar, um Menschen mit leichten bis mittelschweren intellektuellen Beeinträchtigungen bei der Aneignung eines gesundheitskompetenten Verhaltens zu unterstützen. Dies ist für Menschen mit geistiger Behinderung häufig ein zentrales Anliegen, dem aufgrund der zum Teil schwerwiegenden intellektuellen Einschränkungen der Zielgruppe oft nur mit Schwierigkeiten nachgekommen werden kann. Die Kompetenzvideos sind daher eine wertvolle Ressource, welche in dieser Form zuvor nicht existierte. Somit lässt sich festhalten, dass die Fachhochschule Bielefeld mit ihrem GeKo-MmgB Projekt einen essentiellen Beitrag zur kompetenten Teilhabe von Menschen mit geistiger Behinderung im Gesundheitswesen geleistet hat.

Abschließend lässt sich sagen, dass sich die Kompetenzvideos durch eine besonders hohe inhaltliche und darstellerische Qualität auszeichnen. Die Inhalte der Kompetenzvideos sind pädagogisch und didaktisch auf die entsprechende Zielgruppe angepasst. Die Kompetenzvideos sind leicht verständlich und wurden anschaulich mit viel Liebe zum Detail animiert, wodurch bei der Zielgruppe ein besonders großes Interesse geweckt wurde. Viele Bewohner und Bewohnerinnen gaben an, durch die Kompetenzvideos etwas Neues im Hinblick auf ihre Gesundheitskompetenz dazu gelernt oder bestehendes Wissen aufgefrischt zu haben.

Die Beiträge aus den einleitend erwähnten Interviews mit den Menschen mit geistiger Behinderung werden nun, im letzten Schritt des GeKo-MmgB Projektes, genutzt, um die Wirksamkeit der Kompetenzvideos in Bezug auf die Steigerung der Gesundheitskompetenz der teilnehmenden Menschen mit geistiger Behinderung zu überprüfen. Um die Kompetenzvideos für die zukünftige Nutzung weiter anzupassen und verbessern zu können wurde ein besonderes Augenmerk auf differenziertes, konstruktives Feedback der Zielgruppe gelegt.

Im März 2023 steht mit der offiziellen Beendigung des GeKo-MmgB Projektes eine Abschlussveranstaltung an, zu der die Menschen mit geistiger Behinderung, die an dem Projekt teilgenommen haben, herzlich eingeladen wurden. Mit dem Projektende werden die

Kompetenzvideos für die Öffentlichkeit in einem Onlineportal der Fachhochschule Bielefeld zum Anschauen veröffentlicht.

Weitere Informationen zum GeKo-MmgB Projekt sind in dem Case-Film der Fachhochschule Bielefeld zu finden, in dem die Lebenshilfe Lübbecke ebenfalls mitwirken durfte:

www.fh-bielefeld.de/inbvg/projekte/versorgungsforschung/geko-mmgb/casefilm

Die Organisation und Durchführung des GeKo-MmgB Projektes der Fachhochschule Bielefeld wurde in der Lebenshilfe Lübbecke durch den psychologischen Dienst des Wohnheims Poggenbreede, Corinna Beek, begleitet.