

Pilotstudie zur Wirksamkeit der Aktivierungstherapie

Renate Rubin, Dozentin und Veronica Metzger, Prüfungsexpertin am medi, Zentrum für medizinische Bildung, Bern

An der Tagung vom 31. Oktober 2008 „Sinne beleben – Sinn Finden“ wurden erstmals Resultate der Pilotstudie zur Wirksamkeit der Aktivierungstherapie vorgestellt. Die Studie war vom medi; Zentrum für medizinische Bildung, Bildungsgang Aktivierung HF in Auftrag gegeben worden und wurde vom Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich unter der Leitung von Dr. Myriam Dellenbach durchgeführt. Die Studie brachte für die Weiterentwicklung der Ausbildung wertvolle Resultate und zeigte positive Auswirkungen der Aktivierungstherapie auf.

Ausgangspunkt der Studie war die Fragestellung, ob die Aktivierungstherapie durch das Aktivieren von Potenzialen und Ressourcen das Wohlbefinden und die Gesundheit von Pflegeheimbewohnerinnen und Bewohnern stärken könne. Folgende Fragen standen dabei im Vordergrund:

- Hat die Aktivierungstherapie einen Einfluss auf die Selbstständigkeit, das Verhalten und das körperliche, psychische und soziale Befinden der Klientinnen und Klienten?
- Was soll auf Grund der Evaluation bei der Weiterentwicklung der Aktivierungstherapie am medi Bern speziell berücksichtigt werden?

Eine wissenschaftliche Abstützung der Aktivierungstherapie ist für die Auftragsgeberin der Studie von Bedeutung. Das Bundesamt für Berufsbildung und Technologie hat im Juli 2008 den Rahmenlehrplan für den Bildungsgang zur dipl. Aktivierungsfachfrau HF / zum dipl. Aktivierungsfachmann HF genehmigt. Gegenwärtig wird auch das Curriculum entsprechend neu gestaltet. In diesem Zusammenhang hat diese Pilotstudie wichtige Impulse zur Weiterentwicklung der Methodik der Aktivierungstherapie geliefert.

Fünf Pflegeheime aus dem Kanton Bern - die Heimstätte Bärau und das Krankenhaus Langnau sowie die drei tilia-Heime in Ittigen, Köniz und Wittikofen - nahmen an der Studie teil. In allen beteiligten Institutionen ist die Aktivierungstherapie neben der aktivierenden Alltagsgestaltung ein wichtiger Bestandteil des Angebotes.

Für die Studie wurden Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, Aktivierungstherapeutinnen und -therapeuten sowie nahe Bezugspersonen aus der Pflege vor und nach einer achtwöchigen Aktivierungstherapie befragt. Die Teilnahme seitens der Klientinnen und Klienten war auf Menschen beschränkt, welche eine depressive Symptomatik zeigten. Dieses enge Kriterium führte jedoch dazu, dass nur achtzehn Heimbewohnerinnen und -bewohner teilgenommen haben.

Quantitativ wurde eine ausführliche standardisierte Befragung zur Zufriedenheit, Lebensqualität und Depression durchgeführt. Ergänzend dazu kamen offene Fragen für eine qualitative Auswertung zum Einsatz.

Studienresultate

Im qualitativen Bereich konnten positive Veränderungen als Folge der Aktivierungstherapie sowohl in der Fremd- als auch in der Selbstbeurteilung aufgezeigt werden. Nach Abschluss der achtwöchigen Aktivierungstherapie formulierten fast alle Klientinnen und Klienten positive Auswirkungen auf Stimmungslage, Selbstwert und Beweglichkeit. Alle Teilnehmenden nannten konkrete Inhalte, die in der Therapie bearbeitet wurden; einstimmig wurde die Aktivierungstherapie weiter empfohlen.

Auch gut die Hälfte der beteiligten Bezugspersonen schilderte positive Veränderungen im Alltag und in den Betreuungssituationen. Ebenfalls positiv äusserten sich, wie erwartet, alle Aktivierungsfachpersonen, hatten sie doch ihre therapeutischen Ziele erreicht und dokumentiert.

Wegen der kleinen Anzahl an Teilnehmenden waren jedoch keine quantitativ schlüssigen Aussagen möglich. Um eine signifikante, wissenschaftliche erhärtete Aussage zu machen, wäre eine minimale Teilnahme von ca. fünfzig Betroffenen Voraussetzung gewesen. Die vorliegende Evaluationsstudie kann deshalb noch nicht nachweisen, welche Aspekte der Aktivierungstherapie (wie Ziele, Mittel oder Massnahmen) in welchem Umfang zur Wirksamkeit beitragen. Die Studie zeigt aber auf, dass die Aktivierungstherapie qualitativ wirksam ist und wo bzw. wie sie weiter verbessert werden kann. Ausserdem werden die für die Aktivierungstherapie gewonnen Erkenntnisse auch in die Professionalisierung der für einen breiteren Kundenkreis wirksamen Aktivierung einfließen.

Perspektiven

Auch für die Weiterentwicklung der Ausbildung und der Weiterbildung sind die Resultate der Studie sehr fruchtbar. Die differenzierten Empfehlungen und Schlussfolgerungen werden in die laufende Erarbeitung des neuen Curriculums zur höheren Fachschulausbildung aufgenommen. Insbesondere folgende Fragestellungen sollen in der HF-Ausbildung vertieft werden:

- die Bedeutung der interprofessionellen Zusammenarbeit
- das Präzisieren und messbar machen der therapeutischen Zielsetzungen und
- die Einbindung der AT-Ziele in die Besa- und Rai-Zielsetzungen.

Die vorliegende Studie ist ausserdem hilfreich für spätere Nachfolgestudien zur Wirksamkeit der Aktivierungstherapie, gibt sie doch wichtige Hinweise, welche methodischen Voraussetzungen nötig sind, um auch statistisch aussagekräftige Resultate zu erhalten.

Schlussfolgerungen für die Praxis

Aktivierung und Aktivierungstherapie sind schon heute für viele Heime und weitere sozialmedizinische Institutionen ein Qualitätsmerkmal und können ein Wettbewerbsvorteil sein. Der Bereich Aktivierung wird in Zukunft weiter an Bedeutung gewinnen und sich als wichtiges Auswahlkriterium für die Wahl einer Betreuungsinstitution etablieren.