

# Ergebnisse der 1. Delphi-Runde

## Impulspapier „Sport und Bewegung in der Versorgung psychischer Gesundheit: Forschung, Lehre und Praxis im interprofessionellen Dialog

51 Experten nahmen an der ersten Runde dieses Delphi-Prozesses zur Erstellung eines Impulspapiers zu Sport und Bewegung in der Versorgung psychischer Gesundheit teil.

Im Folgenden werden die in der ersten Befragungsrunde am häufigsten codierten Kategorien strukturiert zusammengefasst und quantifiziert. Angegeben ist die Anzahl der kategoriespezifischen Codierungen.

*(Mehrfachnennung einer Kategorie innerhalb einer Frage möglich. Sich wiederholende Aspekte wurden nur einmal gewertet.)*

### 1. Experten

#### 63 Codierungen

Die Experten und Expertinnen ordneten sich folgenden Professionen zu:

| Kategorie                                                                                       | Häufigkeit |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Fachpersonal der Sport-, Trainings- und Bewegungswissenschaft                                   | 28         |
| Fachpersonal der Sport- & Bewegungstherapie                                                     | 11         |
| Psychologisches, psychotherapeutisches, psychiatrisches Fachpersonal und psychologische Berater | 6          |
| Lehrkräfte für Sport und Gymnastik                                                              | 4          |
| Ärztliches Fachpersonal                                                                         | 3          |
| Fachpersonal der Moto-, Tanz-, Sport-, Rehabilitationspädagogik                                 | 3          |
| Physio- & ergotherapeutisches Fachpersonal                                                      | 2          |
| Spezialtherapeutisches Fachpersonal                                                             | 2          |

### 2. Erfolgreiche Versorgungsmodelle

## 150 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 29 thematische Aspekte **erfolgreicher Versorgungsmodelle** aufgezeigt, die sich auf unterschiedliche Ebenen (z.B. Settings, Inhalte, Zielgruppen) beziehen.

| Kategorie                                                                                                                                            | Häufigkeit |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Versorgungsmodelle</b> (85 Codierungen)                                                                                                           |            |
| Ambulante Versorgung                                                                                                                                 | 31         |
| Stationäre Versorgung                                                                                                                                | 22         |
| Gruppen-Therapie                                                                                                                                     | 17         |
| <b>Versorgungsprojekte</b> (18 Codierungen)                                                                                                          |            |
| ImPuls (starke Psyche durch Motivation und Bewegung)                                                                                                 | 4          |
| STEP.DE (Sporttherapie bei Depression & psychischen Erkrankungen)                                                                                    | 4          |
| MoVo-Interventionen (motivationale und volitionale Kurzinterventionen)                                                                               | 3          |
| <b>Disziplinen</b> (5 Codierungen)                                                                                                                   |            |
| Psychiatrie / forensische Psychiatrie / Kinder- & Jugendpsychiatrie / Gerontopsychiatrie / Sportpsychiatrie                                          | 2          |
| Psychosomatik / Psychomotorik / Motologie                                                                                                            | 2          |
| <b>Zielgruppen</b> (39 Codierungen)                                                                                                                  |            |
| Affektive Störungen (z.B. Depressive Störungen)                                                                                                      | 9          |
| Multimorbidität (z.B. psychische Erkrankung und Adipositas)                                                                                          | 5          |
| Persönlichkeitsstörungen und zugehörige Persönlichkeitsmerkmale (z.B. emotional instabile Persönlichkeitsstörung, Borderline-Persönlichkeitsstörung) | 4          |

## 3. Gelingensbedingungen

305 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 34 **Gelingsbedingungen** für die Umsetzung von Sport- und Bewegungstherapie zur Förderung der psychischen Gesundheit aufgezeigt, die sich auf das Interventionskonzept, Infrastruktur und Rahmenbedingungen, Therapeuten, Therapeutinnen und Übungsleitende sowie Interdisziplinarität beziehen.

| <b>Kategorie</b>                                                                                                       | <b>Häufigkeit</b> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Interventionskonzept</b> (47 Codierungen)                                                                           |                   |
| Patientenzentrierung (Individualität, Ganzheitlichkeit)                                                                | 15                |
| Theorie- & Evidenzbasiertheit                                                                                          | 10                |
| Nachhaltigkeit                                                                                                         | 9                 |
| <b>Infrastruktur und Rahmenbedingungen</b> (169 Codierungen)                                                           |                   |
| Sicherung von Angeboten für alle Versorgungskontexte, inkl. Maßnahmen zur Förderung / Sicherung nachhaltiger Teilnahme | 39                |
| Anerkennung der Bewegungstherapie als Therapieform                                                                     | 21                |
| Niederschwelligkeit                                                                                                    | 21                |
| <b>Therapeuten, Therapeutinnen und Übungsleitende</b> (29 Codierungen)                                                 |                   |
| Qualifikation der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden                                               | 20                |
| Verfügbarkeit/Personalschlüssel der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden                             | 5                 |
| Arbeitsbedingungen, inkl. Vergütung der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden                         | 2                 |
| <b>Interdisziplinarität</b> (69 Codierungen)                                                                           |                   |
| Interdisziplinäre Kommunikation, inkl. Therapieplanung                                                                 | 51                |
| Interdisziplinäre Unterstützung                                                                                        | 8                 |
| Teamstruktur (z.B. Zusammensetzung, Leitung, Stabilität, Aufgabenbereiche)                                             | 6                 |

## 4. Hindernisse und Versorgungslücken

### 239 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 34 unterschiedliche **Hindernisse** und **Versorgungslücken** für die Umsetzung von Sport- und Bewegungstherapie zur Förderung der psychischen Gesundheit aufgezeigt, die sich in rechtliche und berufspolitische, finanzielle, organisatorische und personenbezogene Hindernisse und Versorgungslücken aufteilen lassen.

| Kategorie                                                                                                                                                                         | Häufigkeit |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Rechtliche und berufspolitische Hindernisse &amp; Versorgungslücken</b> (45 Codierungen)                                                                                       |            |
| Mangelndes Wissen über die Sport- & Bewegungstherapie                                                                                                                             | 10         |
| Integration in Versorgungslandschaft & bestehende Strukturen                                                                                                                      | 7          |
| Fehlende Aufnahme der Sport- & Bewegungstherapie in den Heilmittelkatalog, inkl. Anerkennung des/der Sport- & Bewegungstherapeuten/in als Heilberuf                               | 6          |
| <b>Finanzielle Hindernisse und Versorgungslücken</b> (59 Codierungen)                                                                                                             |            |
| Abrechnung der Sport- & Bewegungstherapie                                                                                                                                         | 23         |
| (sonstige) Finanzierung der Sport- & Bewegungstherapie                                                                                                                            | 19         |
| Finanzierung der Infrastruktur (z.B. Räumlichkeiten, Materialien)                                                                                                                 | 8          |
| <b>Organisatorische Hindernisse und Versorgungslücken</b> (77 Codierungen)                                                                                                        |            |
| Mangelnde strukturelle Ressourcen (z.B. Mangel an Therapiezeiten, fehlende Räumlichkeiten, fehlende Materialien)                                                                  | 30         |
| Fehlende Standards für Inhalte & Konzepte der Sport- & Bewegungstherapie (z.B. somatische Ausrichtung, mangelnde Niederschwelligkeit, Langfristigkeit und Lebensweltorientierung) | 12         |
| Mangel an Angeboten für Bewegungstherapie im ambulanten Setting                                                                                                                   | 8          |
| Gruppen-Setting (heterogen, wenig individuell)                                                                                                                                    | 8          |

|                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Hindernisse &amp; Versorgungslücken in Bezug auf Therapeuten, Therapeutinnen und Übungsleitende (43 Codierungen)</b> |    |
| Ungünstige Arbeitsbedingungen, inkl. Vergütung der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden               | 13 |
| Mangelnde Qualifikation der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden                                      | 12 |
| Mangelnde Anzahl der Sport- & Bewegungstherapeut*innen bzw. Übungsleitenden                                             | 11 |
| <b>Hindernisse &amp; Versorgungslücken in Bezug auf Betroffene (15 Codierungen)</b>                                     |    |
| Fehlende Motivation / Motivationsprobleme                                                                               | 9  |
| Symptombedingte Einschränkungen (Antriebsmangel, Entscheidungsschwierigkeiten, Angst vor fremden Personen etc.)         | 3  |
| Sprachbarrieren                                                                                                         | 1  |
| Multimorbidität                                                                                                         | 1  |

## 5. Prävention und subklinische Zielgruppen

### 215 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 15 Unterkategorien für **Versorgungsstrukturen der Prävention und der Versorgung subklinischer Zielgruppen** aufgezeigt, die sich in Inhalte und Kriterien präventiver und subklinischer Angebote unterteilen lassen

| Kategorie                                                                                                       | Häufigkeit |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Inhalte präventiver und subklinischer Angebote (79 Codierungen)</b>                                          |            |
| Körperorientierte Inhalte (z.B. Yoga, Tanz)                                                                     | 26         |
| Natur-/erlebnisorientierte Inhalte (z.B. Kajak fahren, Therapeutisches Klettern, Therapeutisches Bogenschießen) | 19         |
| Spiel-/interaktionsorientierte Inhalte (z.B. Bewegungsspiele, Tischtennis, Therapeutisches Boxen)               | 12         |

|                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Kriterien präventiver und subklinischer Angebote</b> (136 Codierungen)                                                                                                                                                                          |    |
| Konzeptionelle Merkmale, z.B. Ganzheitlichkeit (z.B. funktionelle, psychologische, sensorische Aspekte), Regelmäßigkeit, Langfristigkeit, Nachhaltigkeit, Niederschwelligkeit, Alltagsnähe, Freiwilligkeit, Einbindung digitaler & mobiler Technik | 57 |
| Inhaltliche Ausrichtung, z.B. Alltags-Transfer, Teilhabeorientierung, Ressourcenorientierung, Traumasensibilität, Motivation bzw. Motivationsförderung,                                                                                            | 18 |
| Zielgruppenspezifität, inkl. Indikationsspezifität und Individualität                                                                                                                                                                              | 14 |
| Versorgungsstrukturelle Rahmenbedingungen, z.B. Ärztliche Zuweisungs- & Verordnungsfähigkeit, Abrechnungsfähigkeit                                                                                                                                 | 14 |

## 6. Verankerung im Gesundheitssystem und berufspolitische Forderungen

### 423 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 23 Aspekte zur **Verankerung von Sport- und Bewegungstherapie sowie präventiven und subklinischen Sport- und Bewegungsangeboten** bei psychischen Erkrankungen im Gesundheitssystem aufgezeigt, die sich in berufspolitische und versorgungsrechtliche Maßnahmen, therapiebezogene Maßnahmen sowie Ausbildung, Forschung und Wissensvermittlung unterteilen lassen.

| Kategorie                                                                          | Häufigkeit |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Berufspolitische und versorgungsrechtliche Maßnahmen</b> (169 Codierungen)      |            |
| Berufspolitische Interessenvertretung / Dachverband                                | 56         |
| Anerkennung der Sport- & Bewegungstherapie als eigenständige Therapieform          | 41         |
| Sektorenübergreifende Integration von Sport- & Bewegungstherapie in die Versorgung | 38         |
| <b>Therapiebezogene Maßnahmen</b> (130 Codierungen)                                |            |

|                                                                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Etablierung inhaltlicher Leitlinien & Qualitätsstandards für die Sport- & Bewegungstherapie und Sport- & Bewegungstherapeut*innen              | 26 |
| Etablierung GKV-attraktiver Angebote, u.a. niederschwellige, nachhaltige und teilhabeorientierte Angebote                                      | 22 |
| Stärkung einer interdisziplinären Therapie, inkl. interdisziplinärere Anamnese, Therapieplanung, Kommunikation und Dokumentation               | 20 |
| <b>Ausbildung, Forschung und Wissensvermittlung (124 Codierungen)</b>                                                                          |    |
| Forschung im Kontext der Wirkung, Effektivität & Wirtschaftlichkeit von Bewegung und psychische Erkrankungen, inkl. Forschungs-Praxis-Übertrag | 69 |
| Etablierung einheitlicher, anerkannter Ausbildungs- und Weiterbildungsstrukturen                                                               | 26 |
| Wissensvermittlung für die Öffentlichkeit & PatientInnen, z.B. über vielfältige Wirkungen & Effektivität der Bewegung                          | 16 |

## 7. Akteure

### 374 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 32 beteiligte Akteure aufgezeigt, die sich in **Einzelakteure bzw. deren Verbände** sowie **Institutionen und Organisationen** unterteilen lassen.

| Kategorie                                                                  | Häufigkeit |
|----------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Akteure bzw. deren Verbände (190 Codierungen)</b>                       |            |
| Fachpersonal der Sport- & Bewegungstherapie inkl. Übungsleitungen          | 36         |
| Ärztliches Fachpersonal                                                    | 35         |
| Fachpersonal der Sport-, Trainings- und Bewegungswissenschaft              | 24         |
| <b>Institutionen und Organisationen (184 Codierungen)</b>                  |            |
| Kostenträger (Krankenversicherung, Rentenversicherung, GKV-Spitzenverband) | 34         |

|                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------|----|
| Berufspolitische Initiativen                                   | 28 |
| Kliniken bzw. klinische Entscheidungsträger                    | 20 |
| Universitäten, Studentisches Gesundheitsmanagement und Schulen | 20 |

## 8. Forschung und Forschungs-Praxis-Transfer

### 275 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 34 Aspekte **zu Forschung, praxisrelevanten Erkenntnissen und Forschungs-Praxis-Transfer** im Rahmen der Sport- und Bewegungstherapie in der Versorgung psychischer Gesundheit aufgezeigt, die neben dem Forschungsbedarf und dem Forschungs-Praxis-Transfer praxisrelevante Erkenntnisse thematisieren.

| Kategorie                                                                                                                                         | Häufigkeit |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Forschungsbedarf</b> (118 Codierungen)                                                                                                         |            |
| Interventionsgestaltung                                                                                                                           | 24         |
| Sport- & Bewegungstherapie für spezifische Zielgruppen                                                                                            | 22         |
| Wirkungen von Bewegung und Sport auf psychische Gesundheit                                                                                        | 15         |
| Gruppen-Setting                                                                                                                                   | 15         |
| <b>Praxisrelevante Erkenntnisse</b> (87 Codierungen)                                                                                              |            |
| Vielfältige Wirkungen der Bewegung,                                                                                                               | 30         |
| Wirkung spezifischer sport- & bewegungstherapeutischer Inhalte                                                                                    | 12         |
| Konzeptionelle Merkmale, z.B. Ganzheitlichkeit, Regelmäßigkeit, Langfristigkeit, Nachhaltigkeit, Niederschwelligkeit, Alltagsnähe, Freiwilligkeit | 11         |
| <b>Forschungs-Praxis-Transfer</b> (70 Codierungen)                                                                                                |            |
| Implementierung wissenschaftlicher Erkenntnisse in die Versorgung                                                                                 | 25         |

|                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Dissemination wissenschaftlicher Erkenntnisse<br>(Publikationen, Fortbildungen, Lehre)             | 15 |
| Kooperation zwischen Wissenschaft und Praxis<br>(Modellprojekte, interdisziplinäre Zusammenarbeit) | 10 |

## 9. Qualitätssicherung

### 128 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 14 Aspekte der **Qualitätssicherung** im Rahmen der Sport- und Bewegungstherapie in der Versorgung psychischer Gesundheit aufgezeigt, die sich in Strategien, Parameter und Akteure der Qualitätssicherung unterteilen lassen.

| Kategorie                                                                                                            | Häufigkeit |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Strategien der Qualitätssicherung</b> (72 Codierungen)                                                            |            |
| Evaluation und Verlaufsuntersuchungen                                                                                | 44         |
| Zertifizierung von Angeboten und Fachpersonal                                                                        | 9          |
| Bewegungstherapeutische Diagnostik und Assessments                                                                   | 7          |
| <b>Parameter der Qualitätssicherung</b> (30 Codierungen)                                                             |            |
| Struktur- und Prozessmerkmale der Therapie (z. B. Infrastruktur, Gruppengröße, Adhärenz, Leitlinienorientierung)     | 19         |
| Wirkungen der Sport- & Bewegungstherapie (z. B. psychische, soziale, somatische oder gesundheitsökonomische Effekte) | 11         |
| <b>Akteure der Qualitätssicherung</b> (26 Codierungen)                                                               |            |
| Betroffene                                                                                                           | 17         |
| Kliniken & ambulante Institutionen                                                                                   | 3          |
| Externes Qualitätsmanagement, z.B. unabhängige Prüfstelle                                                            | 2          |

## 10. Qualifizierung und Professionalisierung

### 488 Codierungen

Die erste Runde des Delphi-Prozesses hat 46 Aspekte der **Qualifizierung und Professionalisierung** im Rahmen der Sport- und Bewegungstherapie in der Versorgung psychischer Gesundheit aufgezeigt, die sich in die Inhalte der Lehre und Ausbildung, die Formate und Merkmale der Fort- und Weiterbildungen, die Rolle der Universitäten und die Regulation des Berufsbildes unterteilen lassen.

| Kategorie                                                                                                                                                                                                                      | Häufigkeit |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Inhalte der Lehre und Ausbildung</b> (239 Codierungen)                                                                                                                                                                      |            |
| Sozial-kommunikative, pädagogische und personale Kompetenzen (z. B. Beziehungsgestaltung, Kommunikation, motivationale Gesprächsführung, Psychoedukation, Selbstreflexion, Krisenmanagement, interdisziplinäre Zusammenarbeit) | 99         |
| Sport-, trainings- und bewegungswissenschaftliche Grundlagen (inkl. sportartspezifischer Kenntnisse)                                                                                                                           | 38         |
| Psychologische und psychiatrische Grundlagen (z. B. Psychiatrie, Psychotherapie, (Sport-)Psychologie)                                                                                                                          | 34         |
| <b>Fort- und Weiterbildungen</b> (89 Codierungen)                                                                                                                                                                              |            |
| Interdisziplinarität                                                                                                                                                                                                           | 30         |
| Spezialisierungen & Zusatzqualifikationen                                                                                                                                                                                      | 9          |
| Spezialisierende Studiengänge & Ausbildungen mit entsprechender Qualifizierung und Lizenzerwerb                                                                                                                                | 9          |
| <b>Rolle der Universitäten</b> (83 Codierungen)                                                                                                                                                                                |            |
| Forschung                                                                                                                                                                                                                      | 34         |
| Aus- und Weiterbildung                                                                                                                                                                                                         | 29         |
| Durchführung, Begleitung, Evaluation & Validierung                                                                                                                                                                             | 7          |
| <b>Regulation des Berufsbildes</b> (77 Codierungen)                                                                                                                                                                            |            |
| Berufspolitik                                                                                                                                                                                                                  | 17         |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Bundesebene                                   | 14 |
| Definition des Berufs und der Qualifikationen | 13 |