

GESUND!

Menschen mit Lernschwierigkeiten und Gesundheitsförderung

Erkenntnisse und Empfehlungen im Überblick

Januar 2018

Im Teilprojekt GESUND! wurde der Frage nachgegangen, wie Gesundheitsförderung für und mit Menschen mit Lernschwierigkeiten gestaltet werden kann. Beschäftigte einer Berliner Werkstatt für behinderte Menschen wurden zu Gesundheitsforscherinnen und -forschern qualifiziert, um geeignete Strategien der Gesundheitsförderung auf betrieblicher und kommunaler Ebene anzustoßen.

Mitwirkende Katholische Hochschule für Sozialwesen Berlin:

Prof. Dr. Reinhard Burtscher (Projektleiter), Theresa Allweiss (Wissenschaftliche Mitarbeiterin), Merlin Perowanowitsch (Projektmitarbeiter), Nikola Schwersensky (Projektmitarbeiterin), Elisabeth Rott (Ehemalige Mitarbeiterin)

Mitforschende Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH:

Sven Frey, Silke, Christian Meinhard, Christiane, Willi Rex, Symone Trepte, Nicole Maaß, Reynaldo Montoya, Monika Genandt, Christian Wallner, Frank Backhaus, Michaela Strunk, Jens Müller, Daniela Barleben, Conny Müller

Kooperationspartner:

- Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH
 - Bezirksamt Lichtenberg von Berlin, Abteilung Familie, Jugend, Gesundheit und Bürgerdienste
Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination des öffentlichen Gesundheitsdienstes
 - Paritätischer Wohlfahrtsverband Berlin e.V
 - vdek – Die Ersatzkassen
-

Menschen mit Lernschwierigkeiten (oder sogenannter geistiger Behinderung) sind in Deutschland mit Blick auf ihre Gesundheit in vielerlei Hinsicht benachteiligt: Einerseits weisen sie ein erhöhtes Krankheitsrisiko auf, andererseits sind Zugang und Inanspruchnahme verschiedener präventiver sowie medizinischer Leistungen für sie erschwert. Im Diskurs um Strategien der Gesundheitsförderung ist die Personengruppe, auch aufgrund einer geringen Datenlage, unterrepräsentiert. Eine Möglichkeit, um die Bedarfe und Ressourcen von Menschen mit Lernschwierigkeiten sichtbar zu machen, ist ihre aktive Beteiligung an wissenschaftlichen Studien. Die Partizipation von Menschen mit Lernschwierigkeiten in Forschungsprojekten ist für akademisch Forschende jedoch vielfach noch ungewöhnlich. Aufgrund spezifischer Ausgangsmerkmale, die die Personengruppe mitbringt (z. B. kognitive Beeinträchtigung, besondere Schulbiografie, Tendenz zur Fremdbestimmung durch institutionelle Settings) ist gemeinsames Forschen mit Menschen mit Lernschwierigkeiten voraussetzungsvoll. In diesem Papier haben wir daher anhand unserer Erfahrungen erste Empfehlungen für die Partizipative Gesundheitsforschung (PGF) mit Menschen mit Lernschwierigkeiten zusammengestellt.

PGF braucht spezifische Rahmenbedingungen.

PGF kann funktionieren, wenn die Rahmenbedingungen gut vorbereitet sind. Es ist ein Missverständnis, wenn akademisch Forschende meinen, es genüge, die Personengruppe einfach zu fragen, was sie wolle. Dann werde sich der Forschungsprozess wie von selbst entwickeln. Das funktioniert unserer Erfahrung nach nicht. Ein vorstrukturierendes und reflektiertes Vorgehen ist wichtig. Die Fragen an die Zielgruppe: „Welches Forschungsthema ist für euch wichtig?“ „Welche Forschungsfragen sind interessant?“ „Was soll erreicht werden?“ oder „Was wollt ihr?“, sind schwer zu beantworten und Gedanken dazu können meist nicht ad hoc geäußert werden. Die Fragen sind anspruchsvoll. Zum Ergründen der Anliegen und Bedarfe braucht es Raum und Zeit, es bedarf Anregungen und möglicherweise Inputs von außen, mit vorstrukturiertem Material, mit methodisch-didaktischen Hilfsmitteln und nicht zuletzt mit dem Aufzeigen von Wahlmöglichkeiten. Auch Einfühlungsvermögen in die Lebenslagen der Mitforschenden und ein hohes Maß an Flexibilität ist notwendig, um einen Raum der Ko-Kreation von Wissen zu ermöglichen.

In der PGF ist die Beziehungsgestaltung im Forschungsteam von besonderer Bedeutung.

Ein Schlüssel zu erfolgreicher Partizipativer Forschung liegt in der Gestaltung der Beziehungen innerhalb des Forschungsteams. Die ersten unmittelbaren gemeinsamen Erfahrungen und die Art und Weise, wie die Teilnehmenden miteinander umgehen, entscheidet maßgeblich über den Verlauf des Forschungsprozesses. Damit die Beziehung zwischen anfangs fremden Personen gelingen kann, braucht es persönliche Begegnungen und eine ausreichend lange Kontaktzeit. Nur so kann eine tragfähige Beziehung aufgebaut werden, kann Vertrauen wachsen und gegenseitige Wertschätzung entgegengebracht werden. Zwischen den akademisch Forschenden und den Mitforschenden sollte daher eine professionelle Nähe anstelle einer professionellen Distanz gepflegt werden. Es geht darum, sich gegenseitig besser kennenzulernen, indem man sich auf den Anderen einlässt, sowie

darum, dass man eigene Stärken und Schwächen zu erkennen gibt. Dieses Einlassen auf den Anderen geht einher mit der Bereitschaft, formale Statushierarchien zu besprechen. Unterschiedliche berufliche Positionen sollten an Bedeutung verlieren und das gemeinsame Handeln sollte in den Vordergrund rücken. Aus unserer Sicht ist es falsch, so zu tun, als ob alle Mitglieder im Forschungsteam gleich seien. Vielmehr geht es darum, gleichberechtigt mitzubestimmen und mitzugestalten. Das ist ein fundamentaler Unterschied: „Wir sind alle gleich!“ verschleiert soziale Zuschreibungen und Statuszuweisungen. „Wir sind alle verschieden!“ ermöglicht es, die unterschiedlichen Zuschreibungen oder Rollen zu besprechen. Trotz des Strebens nach maximaler Mitgestaltung aller Beteiligten, bedeutet das auch: Nicht alle können das Gleiche tun. Aber es müssen auch nicht alle alles tun.

Eine verständliche Kommunikation ist dringend erforderlich.

Eine verständliche Kommunikation ist in allen Belangen des Forschungsprozesses unumgänglich – sie sollte sich stets an den Bedürfnissen der Mitforschenden orientieren. Gerade für Menschen mit Lernschwierigkeiten ist ein bewusster und sensibler Umgang mit Sprache besonders bedeutsam. ‚Leichte Sprache‘ kann dabei hilfreich sein, sie ist aber nicht das einzige Mittel. Rückversicherungsschleifen (teach-back method/show-me method) unterstützen den Verständigungsprozess ebenfalls. Dabei werden die Aussagen eines Gegenübers mit eigenen Worten wiedergegeben. Falsch verstandene Informationen können so korrigiert und eine verständliche Kommunikation kann aufgebaut werden. Für akademisch Forschende ist die verständliche Sprache unter Umständen eine Herausforderung. Sie können sich nicht hinter einer Fachsprache verstecken. Sie müssen selbst die fachwissenschaftliche Inhalte durchdrungen und verstanden haben. Erst dann ist es möglich, eine klare und deutliche Sprache in einfachen und kurzen Sätzen zu finden. Neben Sprechen und Schrift kann der bewusste Einsatz von Bildern nützlich sein. Die Auswahl von Bildern ist jedoch eine eigene anspruchsvolle Aufgabe, denn Bilder sind vielfältig interpretierbar.

Die Motivation für PGF wird durch ein gemeinsames Thema und weniger durch gemeinsame Ziele geweckt.

Ein Forschungsteam mit unterschiedlichen Personen darf unterschiedliche Ziele verfolgen, solange diese nicht miteinander konkurrieren oder sich gegenseitig behindern. Das Ziel einer Publikation kann beispielsweise für akademisch Forschende wichtig sein, für die Mitforschenden ist dieses Ziel aber vielleicht völlig bedeutungslos. Nach den Erfahrungen in GESUND! ist ein gemeinsames Thema für Mitforschende mit Lernschwierigkeiten wichtiger als spezifische Ziele. Das gemeinsame Thema ist der treibende Motor. Es umreißt einen Denk- und Handlungsraum, mit dem sich die einzelnen Personen leicht identifizieren können.

Die Unmittelbarkeit von Sinn und Bedeutung führt zum Erfolg.

PGF ist für Menschen mit Lernschwierigkeiten interessant, wenn ein unmittelbarer Gewinn erfahrbar wird. Die Zusammenarbeit mit akademisch Forschenden muss zeitnah sinnvoll und bedeutsam sein. Wenn der Sinn und die Bedeutung sinken, geht die persönliche Motivation verloren und die Beteiligung wird aufgekündigt. Dabei können die subjektiven Gewinnerwartungen und -erfahrungen sehr unterschiedlich ausfallen. Für die einen genügt das Thema allein, um Neugierde und anhaltende Spannung zu erzeugen. Andere erleben die Beziehungserfahrungen innerhalb des Forschungsteams positiv. Sie machen mit, weil sie Anerkennung, Abwechslung und/oder Spaß erleben. Wiederum andere sehen eine Chance zur Persönlichkeitsentwicklung oder eine Gelegenheit zur Qualifikation. Sie sehen Möglichkeiten, Einfluss auf sich und andere zu nehmen. Diese Aufzählung könnte noch weitergeführt werden. Wichtig erscheint jedoch, dass von den akademischen Forschern ein Gewinn durch die Zusammenarbeit nicht in ferner Zukunft versprochen wird, sondern dass dieser Gewinn zeitnah als unmittelbare Erfahrung erlebt wird.



Bitte beachten Sie unser Praxishandbuch:

Burtscher, R., Allweiss, T., Perowanowitsch, M. Rott, E. (2017).

Gesundheitsförderung mit Menschen mit Lernschwierigkeiten.

Leichter lernen mit dem Projekt GESUND!. 2., aktualisierte Auflage. Berlin: vdek.

Kostenfrei im Download unter:

www.vdek.com/projektgesund

Weitere Informationen zum Teilprojekt GESUND! finden Sie im Internet:

<http://partkommplus.de/teilprojekte/gesund/>