

1. ÖSTERREICHISCHE PRÄVENTIONSTAGUNG

Mag. Sigrid Schröpfer

Regionale Settings: Psychosoziale Gesundheitsförderung im Rahmen des Projektes „Gesunde Gemeinde“ in der Steiermark

Kann man seelische Gesundheit von körperlicher Gesundheit trennen?

- ⊙ Warum wird jemand psychisch krank? Worauf können wir auf Gemeindeebene Einfluß nehmen und wo liegen unsere Grenzen?
- ⊙ Welche Ziele haben wir in einer Gemeinde im psychosozialen Bereich und wie stellen wir fest, ob wir sie erreicht haben?
- ⊙ Ist die Organisation von Aktivitäten im Gesundheitsförderungsbereich in einer Gemeinde die Aufgabe von Ehrenamtlichen?

1. Kurzbeschreibung des Projektes „Gesunde Gemeinde“

Das Projekt „Gesunde Gemeinde“ läuft in der Steiermark seit elf Jahren. In dieser Zeit haben sich 121 Gemeinden dazu entschlossen, im Bereich Gesundheitsförderung aktiv zu werden. Im Schnitt haben die von uns betreuten Gemeinden rund 2000 EinwohnerInnen.

Der inhaltliche Schwerpunkt des Projektes „Gesunde Gemeinde“ hat sich im Laufe dieser elf Jahre von der reinen Vorsorgemedizin/Gesundheitsvorsorge in Richtung Gesundheitsförderung in den Bereichen Bewegung, Ernährung und vor allem auch Psychosoziales verschoben.

Fixer Projektablauf: Die Gemeinde beschließt im Gemeinderat, dass sie „Gesunde Gemeinde“ werden möchte. Weiters muss die Gemeinde sich dazu bereit erklären, einen Gesundheitsbeirat zu gründen und diesem Beirat ein jährliches Budget zur Verfügung zu stellen. Der aus interessierten und engagierten GemeindebewohnerInnen bestehende Gesundheitsbeirat plant und organisiert mit anfänglicher Unterstützung durch eine(n) Moderator(in) der SGG Aktivitäten im Gesundheitsförderungsbereich für die eigene Gemeinde. Um die Nachhaltigkeit zu sichern, soll dieser Beirat im Laufe der Jahre in der Gemeinde zu einer festen Einrichtung in Sachen Gesundheitsförderung werden.

Für die spätere Evaluation und als Planungshilfe für den Gesundheitsbeirat wird zu Projektbeginn in der Gemeinde eine Gesundheitsbefragung durchgeführt (10-20 Prozent der über 15-jährigen).

2. Ziele im psychosozialen Bereich – Der Versuch einer Definition:

- Zusammengehörigkeitsgefühl stärken (Gemeinde = Gemeinschaft)
- Umgang mit Problemen oder Konflikten lehren
- Tabuthemen behandeln (z.B. Sexueller Mißbrauch, Süchte, Bettnässen...)
- Botschaften vermitteln: z.B. Eine psychische Erkrankung ist eine Krankheit; es ist niemand selbst schuld, wenn er psychisch krank wird und es ist auch keine Schande; Angehörige von psychisch Kranken brauchen ebenfalls Hilfe; psychologische/therapeutische Beratung muß nicht immer teuer sein; Entspannung hat nichts mit Faulheit zu tun.

- Selbstbewusstsein stärken
- Mitbestimmung der GemeindebewohnerInnen fördern (z.B. Jugendliche)

3. Organisation

- Vernetzung zwischen Gesundheitsbeirat und anderen Anbietern im psychosozialen Bereich in der Gemeinde (z.B. Pfarre).
- Zusammenarbeit mit Facheinrichtungen innerhalb einer Region oder mit Facheinrichtungen, die steiermarkweit tätig sind.
- Methodenvielfalt: z. B. Vorträge, Seminare, Projekte, Fortbildungen, Artikel in der Gemeindezeitung
- Zwei Möglichkeiten an ein Thema heranzugehen:
 - Die Entstehung eines Problems verhindern.
 - Den Umgang mit einem Problem lehren.

4. Probleme/Schwierigkeiten in der Praxis:

- Psychische Erkrankungen (z.B. Depressionen; Alkoholismus...) werden nicht als Krankheiten anerkannt und möglichst vor den anderen GemeindebewohnerInnen versteckt.
- Heikle Themen (z.B. sexueller Mißbrauch, Süchte..) werden verneint bzw. es findet sich in der Gemeinde nur schwer jemand, der zu diesen Themen etwas organisieren möchte.
- Selbsthilfegruppen: In kleinen Gemeinden kaum möglich.
- Aktivitäten, die aus psychosozialer Sicht gesundheitsförderlich sind (z.B. nach dem Turnen geselliges Beisammensitzen im Gasthaus), haben nicht unbedingt etwas mit Gesundheitsförderung im Bewegungs- oder Ernährungsbereich zu tun.
- Zielgruppe zum Teil schwer erreichbar – „Die, die es betrifft, gehen eh nicht hin.“
- Veranstaltungstitel vorsichtig formulieren – „Wenn ich zum Vortrag mit dem Titel ‚Depressionen‘ gehe, glauben alle, ich hab selbst Depressionen.“
- Pflege: Angehörige pflegen bis zur Selbstaufgabe, da mobile Pflegedienste nur im Notfall in Anspruch genommen werden – „Eine gute Tochter pflegt ihre Mutter selbst.“
- Einfluss von Arbeitslosigkeit, Pendeln und sinkendem Einkommen (v.a. Landwirte) auf das Wohlbefinden der GemeindebewohnerInnen.
- Volle Arztpraxen = Arzt hat wenig Zeit für Gespräche
- Stress: Wer sich öffentlich entspannt, gilt als faul – „Hast nichts zu tun?“

Mag. Sigrid Schröpfer; geboren 1972, Psychologiestudium in Graz, Spezialisierung in den Bereichen Sozialpsychologie und Ernährungspsychologie; Ausbildung zur Gesundheitsmoderatorin mit dem Schwerpunkt „Betriebliche Gesundheitsförderung“; seit Jänner 1998 bei der Steirischen Gesellschaft für Gesundheitsschutz im Rahmen des Projektes „Gesunde Gemeinde“, seit Juli 1998 Projektleitung.