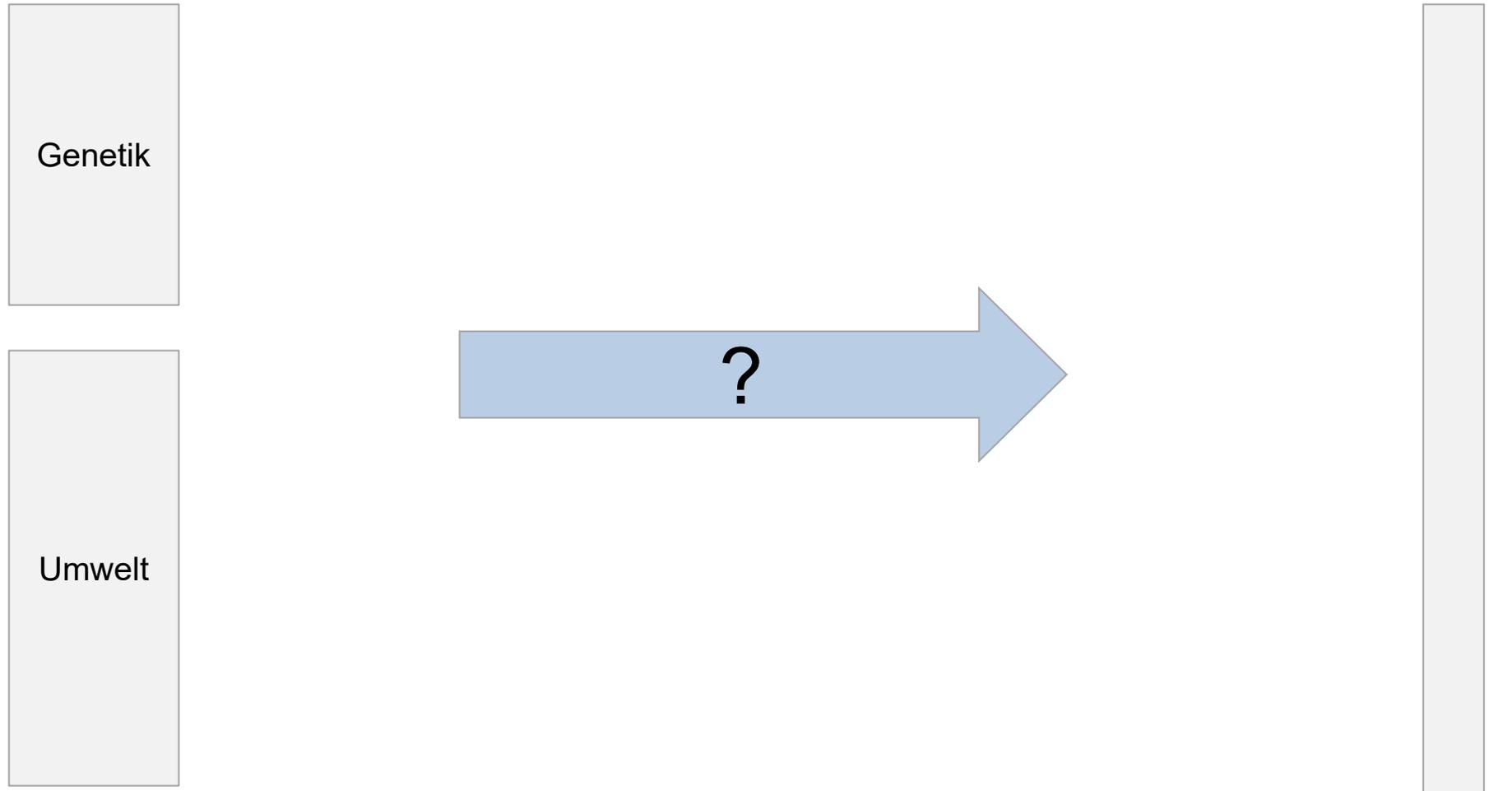


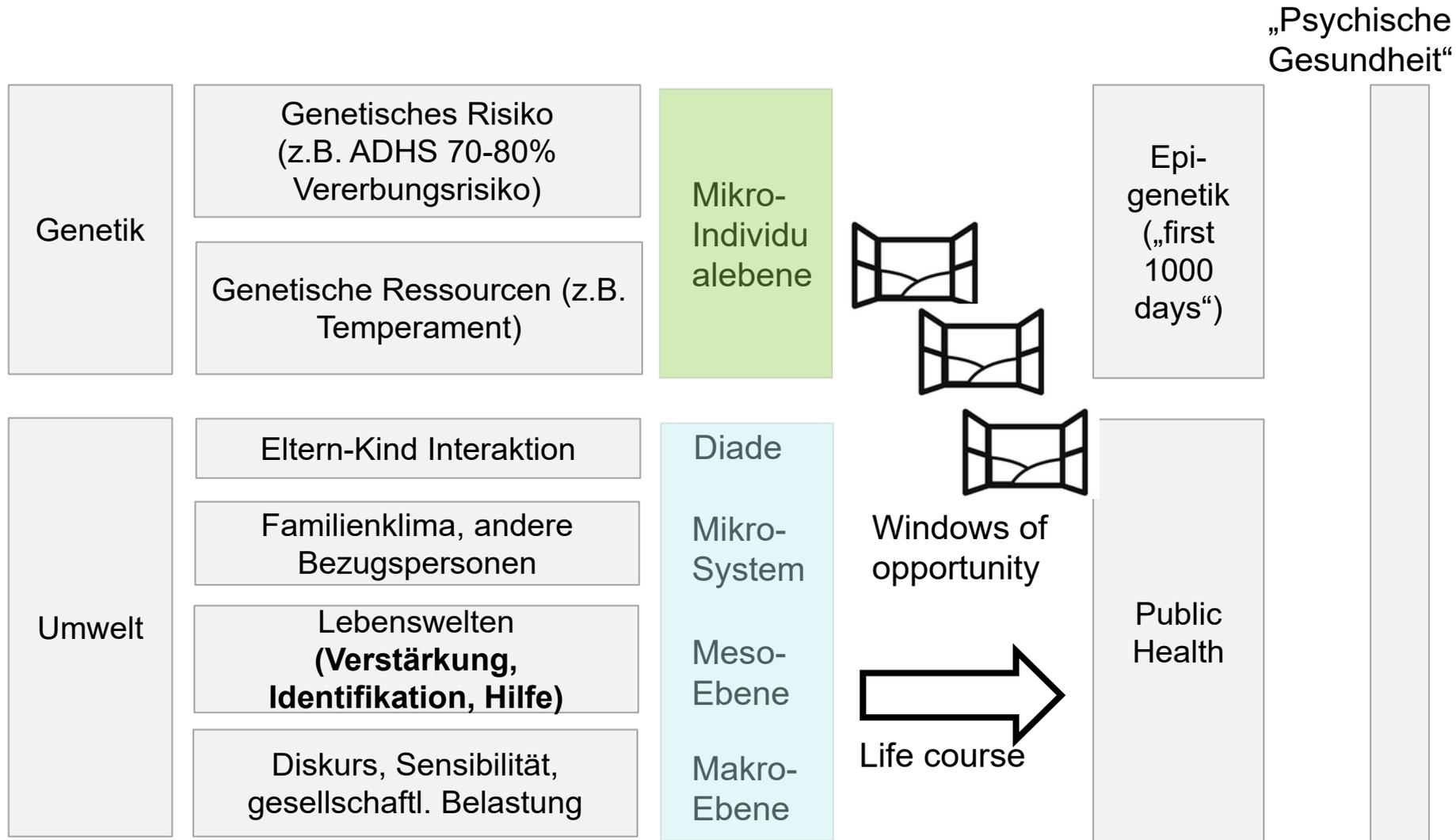
# Wo anfangen mit der Förderung seelischer Gesundheit? Determinanten, Bedarfe und Implementierung in Lebenswelten

**Prof. Dr. Freia De Bock**  
**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**  
**Universität Heidelberg, Universität zu Köln**

# Psychische Gesundheit – Beeinflussung



# Psychische Gesundheit – Beeinflussung

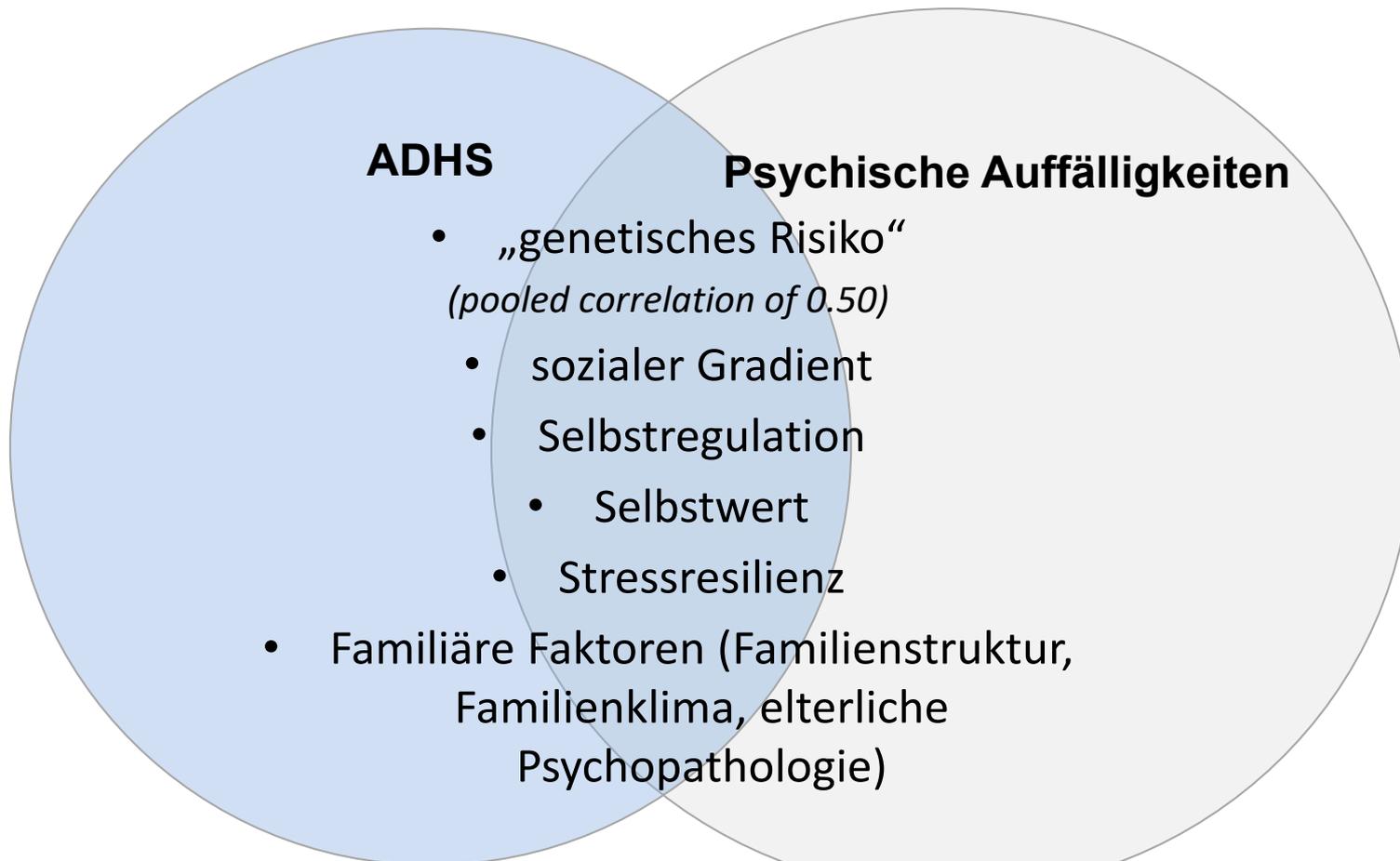


# Ätiologie- und Präventions- „Overlap“

[nature](#) > [translational psychiatry](#) > [articles](#) > [article](#)

[Article](#) | [Open Access](#) | [Published: 02 October 2018](#)

**A polygenic  $p$  factor for major psychiatric disorders**



**Gleiche Maßnahmen für unterschiedliche Erkrankungen!**

# Strukturierung der Public Health Interventionsansätze

Interventionsebenen

Familie

Schulen und Kindertagesstätten

Kommune

Digital / e-mental Health

*Siehe auch Publikation:*

*Erkennen – Bewerten – Handeln, psychische  
Auffälligkeiten und ADHS bei Kindern*

*Veröffentl. Geplant Beginn 2022*

*BZgA in Kooperation mit RKI, unterstützt durch BMG*

# System Familie: Prinzipien

## Zugang zu den Zielgruppen:

Aufsuchende Familienhilfen, z.B.  
für ressourcenarme Familien

Integration von  
Präventionsangeboten und  
Gesundheitsinformation in  
bestehende Angebote der  
medizinischen und  
therapeutischen Versorgung



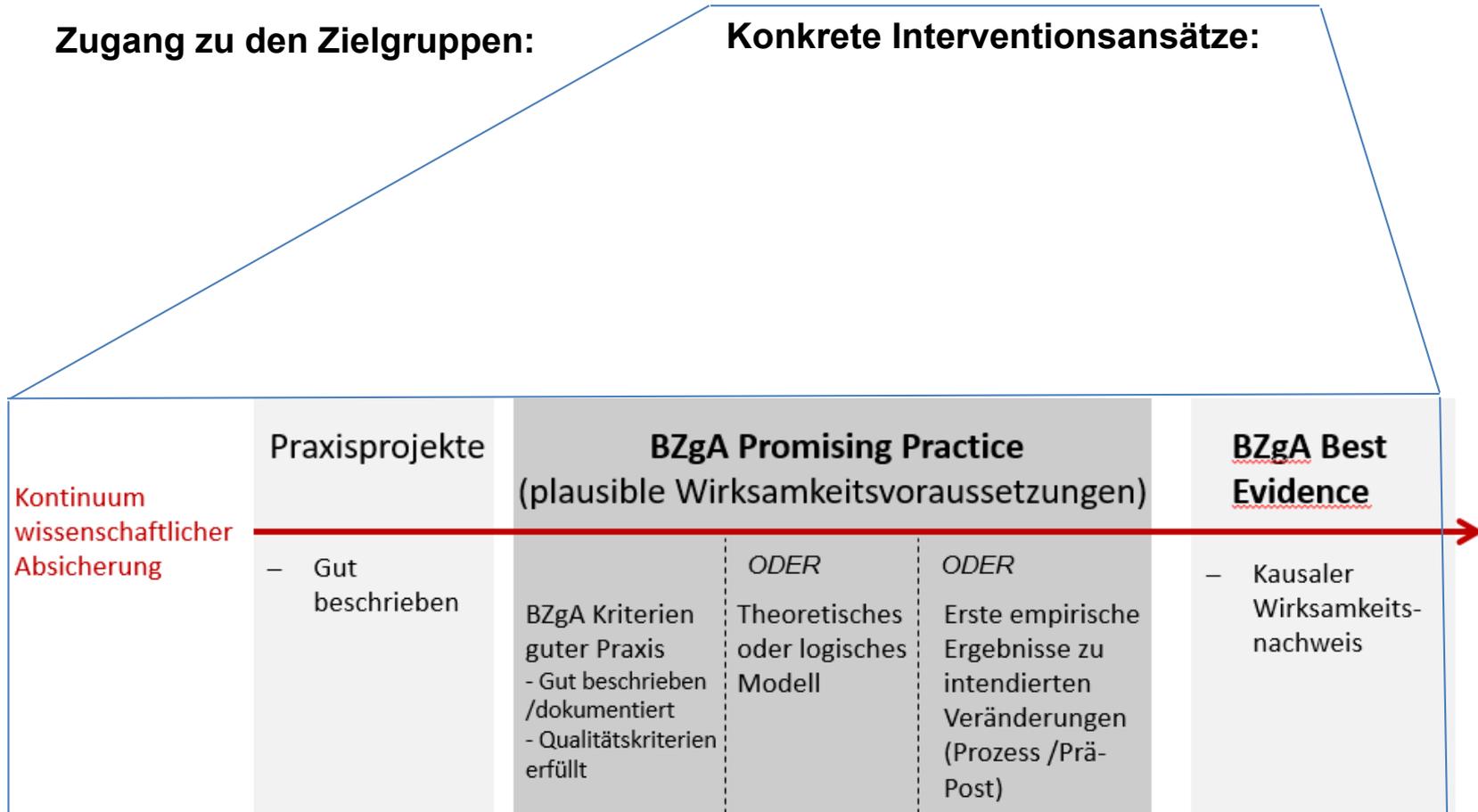
## Konkrete Interventionsansätze:

- **Informationsstrategie für Eltern** zum Thema „psychisch gesund aufwachsen“
- Stärkung von **Elternkompetenz** durch bindungs- und verhaltensorientierte Elterntrainings sowie Erziehungs- und Familienberatung
- Stärkung **mütterlicher Gesundheitskompetenz zur Reduktion prä- und perinataler Risikofaktoren**

# System Familie

Zugang zu den Zielgruppen:

Konkrete Interventionsansätze:



*De Bock et al., 2020  
 Memorandum Evidenzbasierte  
 Prävention und Gesundheitsförderung*

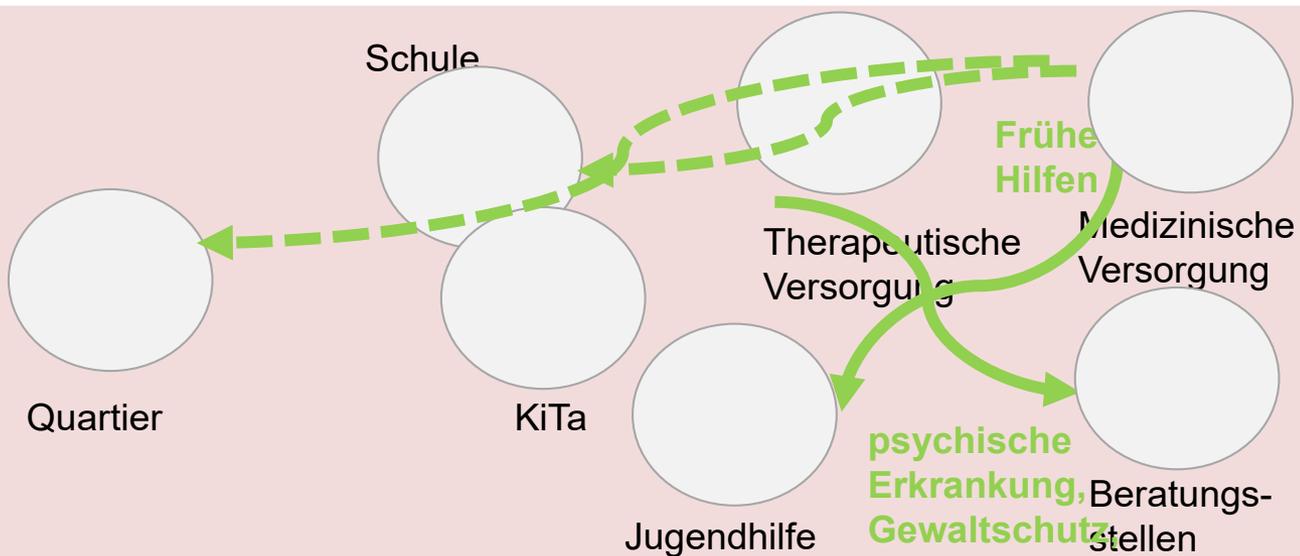
# System Familie

Zugang zu den Zielgruppen:

Konkrete Interventionsansätze:

Dachsetting

ÖGD, JA, Sozialamt, Migration



**Lotsenfunktion !**

**Eltern und  
Kinder  
zusammen  
denken!**

# Strukturierung der Ansätze

Interventionsebenen

Familie

**Kindertagesstätten**

# System KiTa: Prinzipien

**Zugang und Strukturen  
(Verhältnisse):**

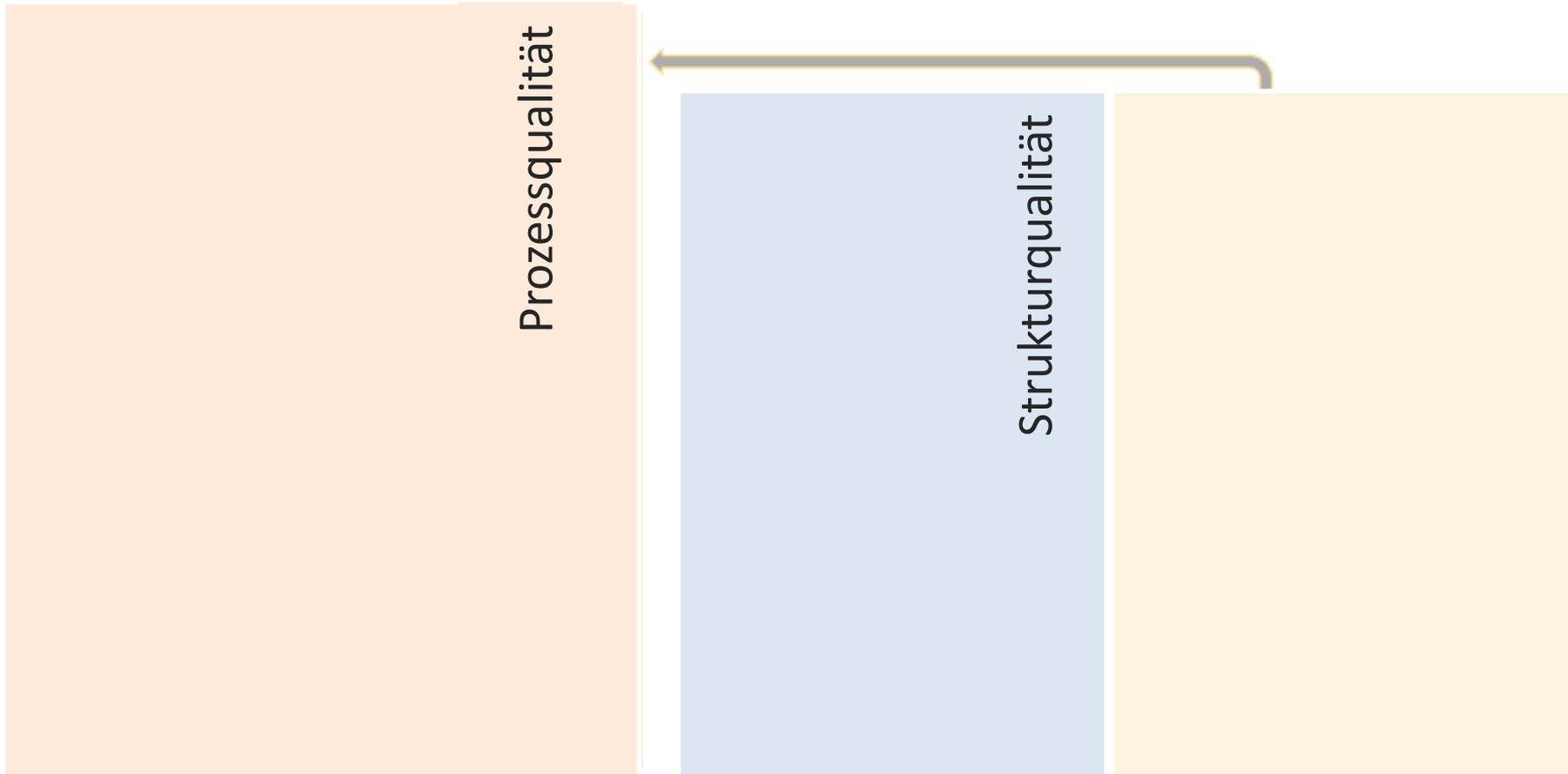
**Prioritär!**

Aber:

- weniger gute Studien
- weniger Evidenz
- Schwieriger umzusetzen

**Interventionsansätze auf Verhaltensebene:**

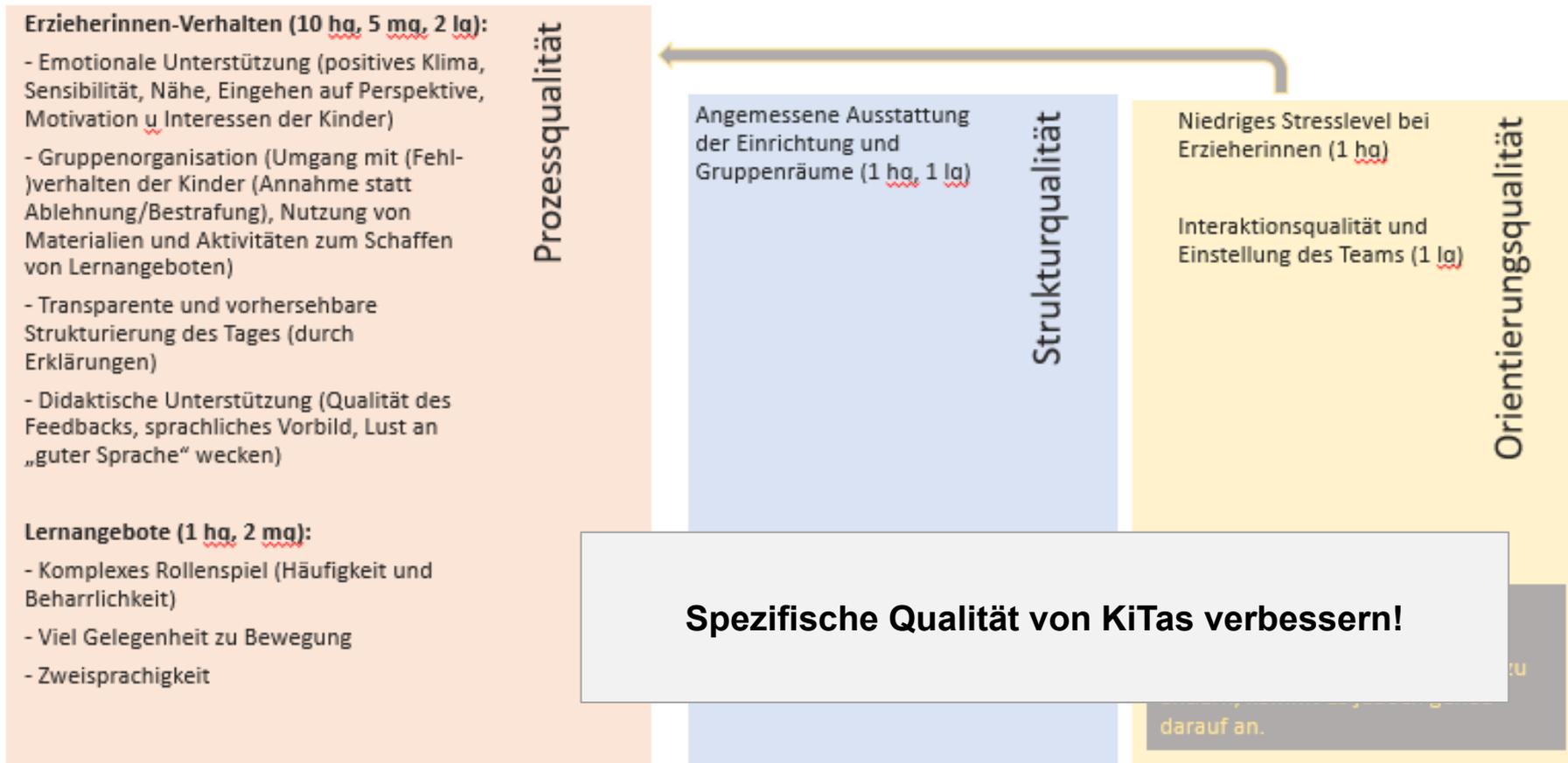
# Strukturelle Determinanten von Selbstregulation in KiTas



hq = high quality, mq = moderate quality, lq = low quality

*Unveröffentlichte Daten  
Georg, ...De Bock, 2021*

# Strukturelle Determinanten von Selbstregulation in KiTas



hq = high quality, mq = moderate quality, lq = low quality

# Strukturierung der Ansätze

Interventionsebenen

Familie

Kindertagesstätten

Kommune

- Reduktion von Umweltrisiken (z.B. Aufwachsen in der Großstadt, beengte Wohnverhältnisse, Bildschirme) kann durch Gesundheitsförderung allein nicht geleistet werden
- Bereitstellung von **Aktivitäts- und Sportangeboten** und qualitativ, hochwertiger **Lebens- und Freizeiträume**
- **Peer-Ansätze für Jugendliche**

## Zusammenfassung

- Lebenswelten sind **geeignete Orte zur Förderung der psychischen Gesundheit**
- Unterstützung an **vulnerablen Übergängen, mehr in ressourcenarmen Milieus**
- **Identifikation von Risiken und gezielte Unterstützung** ist ausbaufähig – **Integration** von Diensten/Angeboten **innerhalb des Dachsettings** erhöht **Reichweite und Bedarfsgerechtigkeit**
- Förderung von Ressourcen sollte **nicht nur auf Verhaltensebene von Eltern/Fachkräften/Kindern** selbst, sondern auf Strukturebene erfolgen: für psychische Gesundheit **relevante Strukturen und institutionelle Ressourcen** **prioritär** angehen

**Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Kontakt:**

[freia.debock@medma.uni-heidelberg.de](mailto:freia.debock@medma.uni-heidelberg.de)

freia.debock@bzga.de