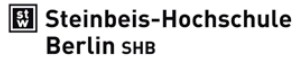


# Bachelor-Thesis



## **Lösungsansätze zur Förderung der Motivation in der Physiotherapie.**

Anregung adipöser Patientinnen und Patienten mit Rückenschmerzen  
zu einer gesteigerten körperlichen Aktivität,  
ergänzend zur physiotherapeutischen Behandlung.

Benedikt Oesterle

# **Kurzfassung**

## **Bachelor Thesis**

### **Lösungsansätze zur Förderung der Motivation in der Physiotherapie.**

Anregung adipöser Patientinnen und Patienten mit Rückenschmerzen zu einer gesteigerten körperlichen Aktivität, ergänzend zur physiotherapeutischen Behandlung.

Benedikt Oesterle

Zunehmend steigt die Zahl adipöser Menschen in Deutschland. Mit diesem Anstieg hängt direkt auch das häufigere Auftreten diverser Folgeerkrankungen, zum Beispiel am Bewegungsapparat der Betroffenen, zusammen. Nicht nur die in der Gesundheitsversorgung benötigten Medizinprodukte, sondern auch die in ihr tätigen Berufsgruppen stehen vor der Aufgabe, sich diesem Wandel evolutionsähnlich anzupassen. Hinzu kommen die Auswirkungen moderner, gesundheitsökonomischer Politik, die sich unter anderem in geringen Behandlungszeiten widerspiegeln. Vor dem Hintergrund dieses Status quo stellt sich für eine Gesundheitsdienstleistungen erbringende Berufsgruppe, wie die der Physiotherapie, die Frage, nach erforderlichen Reaktionen und Handlungsmöglichkeiten. In der Literatur spiegelt sich eindeutig wieder, dass mehr denn je die Eigenermächtigung und Verantwortungsübernahme der Patientinnen und Patienten eine bedeutende Rolle spielt. Außerdem wird speziell bei adipösen sowie bei Rückenschmerzpatientinnen und -patienten vermehrt die Berücksichtigung motivationaler Gesichtspunkte in der Therapie gefordert. Diese Forderung geht auf eines der großen Ziele im therapeutischen Umgang mit diesen Patientinnen und Patienten zurück – einer gesteigerten körperlichen Aktivität, zum Beispiel in Form eines aktiveren Alltags. Für die Erreichung dieses Ziels sind in vielen Fällen tiefgreifende Verhaltensänderungen unerlässlich. Gerade in diesem Feld der Verhaltensänderung bzw. Verhaltenstherapie, eine der drei großen Therapiesäulen Oesterle, Benedikt

einer modernen Adipositas­therapie, stellt sich die Frage nach einer physiotherapeutischen Beteiligung. Aber auch das physiotherapeutische Handlungsfeld der Bewegungstherapie verlangt ein Umdenken und Rollenwechsel der tätigen Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten hin zu einer motivierenden, coachenden Rolle. Gleichzeitig fehlt eine vom Gesetzgeber in Deutschland abhängige Kompetenzsicherung für auszubildende Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten in den Bereichen Kommunikation, Pädagogik und Psychologie. So möchte diese explorative Studie mögliche Lösungsansätze zur Förderung der Motivation erkunden. Außerdem sollen gefundene Interventionsmöglichkeiten auf deren Realisierbarkeit in der Physiotherapie diskutiert werden. Diese Arbeit leistet somit einen Beitrag in der Vorbereitung zukünftiger hypothesenüberprüfender Studien im physiotherapeutischen Kontext. Vielversprechende Ansätze stellen zum Beispiel Selbstbeobachtung, die Nutzung positiver Gruppeneffekte oder das Berücksichtigen negativer Bewegungserfahrungen dar. Vor allem im Bereich der therapeutischen Kommunikation wird zukünftig ein großer Entwicklungsbedarf gesehen.

# Summary

## Bachelor Thesis

### **Solution possibilities to the stimulation of motivation in physiotherapy.**

Stimulation of obese patients with backache to an increase of physical activity in addition to physiotherapeutic treatment.

Benedikt Oesterle

In Germany the number of obese people is increasing progressively. The frequent occurrence of diverse secondary diseases for example of the musculoskeletal system of the affected people is directly related to this increase. Not only the medical products needed in health care but also its occupational groups are faced with the task of adapting progressively to that change. Other consequences are the effects of modern health economic politics that are, among other things, reflected in short treatment times. In addition to the background of this status quo an occupational group providing healthcare such as the physiotherapists are confronted with the question of required reactions and opportunities for action. Through current research literature it becomes clear that the patients' self-empowerment and assumption of responsibility play a more important role than ever. Furthermore the authors emphasize increasingly that it is important to take into consideration motivational aspects in therapy especially when working with obese people and patients with backache. This demand goes back to one of the major goals in therapeutic interaction with these patients – an increasing physical activity for example in the form of an activated daily life. In many cases deep changes in behaviour are essential to achieve this aim. In the context of change in behaviour or behavioural therapy that belong to one of the three major therapeutic principles of a modern obesity therapy, the question of physiotherapeutic participation arises. But also the physiotherapeutic field of action of movement therapy requires a rethink and reel change of the active physiotherapist to a motivating and coaching person. At the same

time competences of physiotherapeutic apprentices in the fields of communication, education and psychology are not assured by the legislator in Germany. Consequently this exploratory study shall explore possible solutions for the stimulation of motivation. Furthermore it shall discuss possible interventions in terms of their feasibility in physiotherapy. Thus this study makes a contribution to the preparation of future studies verifying hypothesis in the physiotherapeutic context. Promising solutions are for example self-observation, the use of positive group effects or the consideration of negative movement experiences. In the future there will be a great need of development especially in the field of therapeutic communication.