

Kurzbericht zum Forschungsprojekt

„Praxisempfehlungen für die Optimierung der Bewegungstherapie in der medizinischen Rehabilitation (PRO-BT)“

Förderung: Deutsche Rentenversicherung Bund

Laufzeit: 10/2022 – 12/2024

Prof. Dr. Klaus Pfeifer (Projektleitung Erlangen)

Prof. Dr. Gorden Sudeck (Projektleitung Tübingen)

PD Dr. Wolfgang Geidl

Andrés Jung, M.Sc. PT

Leon Matting, M.Sc. Sportwiss.

März 2025

Kurzfassung des Abschlussberichtes gemäß Nr. 7.2 der Nebenbestimmungen

Titel

„Praxisempfehlungen für die Optimierung der Bewegungstherapie in der medizinischen Rehabilitation (PRO-BT)“

Projektleitungen und Kontaktadressen

Prof. Dr. Klaus Pfeifer (Projektleitung Erlangen); Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg; Department für Sportwissenschaft und Sport, Lehrstuhl Bewegung und Gesundheit; Gebbertstraße 123b, 91058 Erlangen; Tel. 09131-8528106; E-Mail: klaus.pfeifer@fau.de

Prof. Dr. Gorden Sudeck (Projektleitung Tübingen); Eberhard Karls Universität Tübingen; Institut für Sportwissenschaft, Wilhelmstr. 124, 72074 Tübingen; Tel. 07071-2976039; E-Mail: gorden.sudeck@uni-tuebingen.de

Laufzeit

01.10.2022 - 31.12.2024

Wissenschaftliche Mitarbeiter

PD Dr. Wolfgang Geidl, Andrés Jung, Leon Matting

Projektphasen

Forschungsteil A: Partizipative Entwicklung evidenzbasierter und konsentierter Praxisempfehlungen für eine bewegungsförderliche Bewegungstherapie

Forschungsteil B: Bedarfsanalyse für eine optimale Dissemination und Implementierung der Praxisempfehlungen unter besonderer Berücksichtigung digitaler Informations- und Begleitangebote

Themen

Bewegungstherapie; Sporttherapie; Physiotherapie; Bewegungsförderung; Bewegungsverhalten; Medizinische Rehabilitation; Praxisempfehlungen

Zusammenfassung

1.1 Hintergrund

Im Zentrum einer zeitgemäßen Sport- und Bewegungstherapie steht die Entwicklung individueller Kompetenzen für die Initiierung und Aufrechterhaltung eines körperlich aktiven Lebensstils. Elaborierte, biopsychosoziale Bewegungstherapiekonzepte unterstützen diese Kompetenzentwicklung. Bislang ist die Implementierung und Realisierung solcher bewegungsförderlichen Konzepte der Bewegungstherapie in der Praxis der medizinischen Rehabilitation in Deutschland aber noch keine Selbstverständlichkeit, obwohl vorliegende Rahmenkonzepte und Reha-Therapiestandards bereits seit längerer Zeit darauf abzielen. Ein wichtiger Grund hierfür ist der bisherige Mangel an konkreten Praxisempfehlungen für den Bereich der Bewegungstherapie.

1.2 Ziele und Fragestellungen

Das Projekt zielt auf die partizipative Entwicklung evidenzbasierter und konsentierter Praxisempfehlungen für eine bewegungsförderliche Bewegungstherapie (Forschungsteil A). Für eine optimale Dissemination und Implementierung der Praxisempfehlungen wird eine Bedarfsanalyse unter besonderer Berücksichtigung digitaler Informations- und Begleitangebote erstellt (Forschungsteil B).

Fragestellungen in Forschungsteil A:

- Welche evidenzbasierten Konzepte, Interventionen und Leistungen der Bewegungstherapie mit Fokus auf das Ziel Bewegungsförderung gibt es nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen?
- Welche inhaltlichen Schwerpunktsetzungen (in Bezug auf den Status quo) ergeben sich daraus für die theoriebezogene sowie didaktisch-methodische Ausrichtung der Bewegungstherapie?
- Wie soll die Praxis der bewegungsförderlichen Bewegungstherapie in der medizinischen Rehabilitation optimalerweise gestaltet sein?

Fragestellungen in Forschungsteil B:

- Wie kann eine hohe Erreichung relevanter Akteurinnen und Akteure für die Praxisempfehlungen aus Sicht der Reha-Akteurinnen und Akteure erzielt werden (Reach) und welche Rolle kann dabei ein Online-Portal spielen?

- Welche Darstellungsmodalitäten der Praxisempfehlungen werden von Reha-Akteurinnen und Akteuren präferiert (u. a. papierbasiert und/oder web-basiert) und welche Faktoren begünstigen eine spätere Nutzerinnen- und Nutzerfreundlichkeit von (digital vermittelten) Praxisempfehlungen (Usability)?
- Welche gravierenden Barrieren für die Umsetzung der Praxisempfehlungen für die Bewegungsförderung in der Bewegungstherapie werden von den Reha-Akteurinnen und Akteuren gesehen und welche edukativen Materialien zur Unterstützung des Wissenstransfers und der Wissensanwendung sollten die Verbreitung von Praxisempfehlungen begleiten? Diese Frage orientierte sich am Kriterium der wahrgenommenen Nützlichkeit (Utility) der Praxisempfehlungen sowie einer potenziellen Einbindung in ein Online-Portal.

1.3 Studiendesign und Methoden

Forschungsteil A (Entwicklung Praxisempfehlungen): Systematische Literaturrecherche sowie partizipative Erarbeitung und Konsentierung inkl. Konsultationsverfahren.

Forschungsteil B (Bedarfsanalyse Dissemination und Implementierung Online-Portal): Partizipative Befragungsentwicklung, Online-Survey, Expertinnen- und Experten-Workshop.

1.4 Ergebnisse

Im Projekt PRO-BT konnten evidenzbasierte, konsentierte Praxisempfehlungen für die Bewegungsförderung innerhalb der Bewegungstherapie in der medizinischen Rehabilitation erarbeitet werden. Die 15 entwickelten *Praxisempfehlungen Bewegungsförderung* sind in drei Bereiche untergliedert.

- Teil A beinhaltet übergeordnete Empfehlungen zur Bedeutung von Bewegungsförderung und der kompetenzorientierten Ausrichtung von Bewegungstherapie innerhalb der medizinischen Rehabilitation (Empfehlungen A1 bis A4).
- In Teil B werden grundlegende methodisch-didaktische Ausrichtungen und Handlungsprinzipien thematisiert (Empfehlungen B1 bis B2).
- Teil C adressiert konkrete inhaltliche und methodische Konsequenzen für zentrale therapeutische Prozesse, wie z. B. Assessment, Therapieziele, Therapiedurchführung und -kontrolle einer bewegungsförderlichen Bewegungstherapie (Empfehlungen C1 bis C9).

Jede der Praxisempfehlungen wird durch einen erläuternden Hintergrundtext flankiert. Diese Hintergrundtexte beinhalten vertiefende Information und insbesondere in Teil C Beispiele für die Förderung individueller Kompetenzen von Rehabilitandinnen und Rehabilitanden im Rahmen der bewegungstherapeutischen Praxis.

Die Bedarfsanalyse zeigt auf, dass für unterschiedlichen Therapiebereiche (1. Assessment; 2. Ziele erarbeiten und Verhalten planen; 3. Zutrauen stärken; 4. Befähigen, 5. Motive, Präferenzen und Bewegungsfreude; 6. Interprofessionelle Zusammenarbeit; 7. Gesprächsführung) im Durchschnitt mittlere Unterstützungsbedarfe von Bewegungstherapeutinnen und Bewegungstherapeuten angegeben werden. Bewegungsfachkräfte wünschen sich für die konkrete Umsetzung der Praxisempfehlungen v. a. Medien und Materialien (sowohl für Rehabilitandinnen und Rehabilitanden als auch für sich selbst), konkrete Praxisbeispiele, Weiterbildungen, Austauschmöglichkeiten in den therapeutischen Teams und Unterstützungen bei der Integration in die vorhandenen Therapieabläufe.

1.5 Diskussion

Mit den *Praxisempfehlungen Bewegungsförderung* liegen nun auch für die Bewegungstherapie in der medizinischen Rehabilitation klare inhaltliche Vorgaben und konkrete Hilfestellungen für eine praxisnahe Orientierung und evidenzbasierte Gestaltung der Therapie vor. Damit wird ein wesentlicher bisheriger Mangel mit Blick auf die wichtigen Voraussetzungen für die anspruchsvolle Aufgabe der Umsetzung einer biopsychosozial begründeten und auf die Befähigung von Rehabilitandinnen und Rehabilitanden ausgerichteten Bewegungstherapie behoben. Von Seiten der Kostenträger wird mit den *Praxisempfehlungen Bewegungsförderung* ein starker inhaltlicher Impuls für die Qualitätsentwicklung der Bewegungstherapie gegeben.

Die Bedarfsanalyse verdeutlicht die vielfältigen Unterstützungsbedarfe von Bewegungsfachkräften für eine optimale Dissemination und Implementierung der *Praxisempfehlungen Bewegungsförderung* unter besonderer Berücksichtigung digitaler Informations- und Begleitangebote.

1.6 Verwendungsmöglichkeiten und Umsetzung

Für die Dissemination und Implementierung der Praxisempfehlungen Bewegungsförderung (nach dem notwendigen Gremiendurchlauf innerhalb der DRV) wurden die folgenden nächsten Schritte diskutiert:

- Für eine zeitnahe und stärkere Verbreitung und Durchdringung der *Praxisempfehlungen Bewegungsförderung* in die Praxis der medizinischen Rehabilitation empfiehlt sich eine deutlich sichtbare Anreizsetzung. Dies beinhaltet z. B. auch eine konkretere Erfassung angestrebter Wirkungen im Rahmen des Qualitätssicherungssystems der Deutschen Rentenversicherung, oder eine stärkere Sichtbarkeit im Rahmen der Prozess- und Strukturanforderungen für die medizinische Rehabilitation
- Praxisempfehlungen inkl. Hintergrundtexte als downloadbare PDF-Datei auf der Seite der DRV zur Verfügung stellen
- Bereitstellung und Versand einer gedruckten Version der Empfehlungen, ggf. auf gezielte Nachfrage aus Rehabilitationskliniken
- Bekanntmachen der Praxisempfehlungen z. B. über den Newsletter der DRV, über Social-Media-Kanäle des Deutschen Verbandes für Gesundheitssport und Sporttherapie e. V. (DVGS) und des Zentrum Patientenschulung und Gesundheitsförderung e. V. (ZePG)
- Bekanntmachung der Empfehlungen bei der 5. Fachtagung Bewegungstherapie in Erkner im Mai 2025
- Bekanntmachung im Rahmen weiterer DRV-Fachgespräche zur Bewegungstherapie
- Exploration, inwiefern die Inhalte der Praxisempfehlungen in Aus-, Fort- und Weiterbildung von Bewegungsfachkräften und interprofessionelle Ansätze integriert werden können, z. B. in Austausch mit dem Deutschen Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e. V. (DVGS) und dem Zentrum Patientenschulung und Gesundheitsförderung e. V. (ZePG)
- Nutzung der Praxisempfehlungen im Rahmen des Projektes STABEKO („Stärkung der bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz“ gefördert durch die Deutsche Rentenversicherungen Bayern Süd und Nordbayern), um konkrete Rahmenbedingungen von Rehabilitationseinrichtungen für eine Optimierung von Bewegungsförderung innerhalb der Bewegungstherapie besser zu verstehen
- Wissenschaftliche Verwertung der Projektergebnisse mittels Publikationen in Fachzeitschriften (eine deutschsprachige Publikation und eine englischsprachige Publikation)

Publikation(en) und Kongressbeiträge

(Kongress-)beiträge

- Geidl, W. (2023) Bewegungsförderung eine interdisziplinäre Aufgabe? Perspektive Bewegungstherapie. Rehabilitations-Qualitätszirkel, Universität Würzburg, 02.02.2023.
- Geidl, W. (2023) Praxisempfehlungen für die Optimierung der Bewegungstherapie (PRO-BT). Rehabilitationswissenschaftliches Seminar, Universität Würzburg 06.12.2023.
- Geidl, W. (2024) Interprofessionelle Zusammenarbeit aus Sicht der Bewegungstherapie. Diskussionsforum: Interprofessionelle Zusammenarbeit. 34. Reha-Kolloquium, Nürnberg, Deutschland.
- Geidl, W. (2024). Praxisempfehlungen für die Optimierung der Bewegungstherapie (PRO-BT). Ein partizipatives Projekt zur Qualitätsentwicklung in der medizinischen Rehabilitation. 16. Reha-Symposium des Netzwerk Rehabilitationsforschung Bayern e.V. am 7.–8.11.2024, Bad Brückenau.
- Geidl, W., Sudeck, G., Matting, L., Jung, A., & Pfeifer, K. (eingereicht). Guidelines for physical activity promotion in exercise and physical therapy: An interdisciplinary co-production project. HEPA-Kongress im September 2025 in Kaunas, Litauen.
- Jung, A., Geidl, W., Matting, L., Hoessel, L.-M., Siemens, W., Sudeck, G., Pfeifer, K. (2024, März). Bewegungsförderung in der Bewegungstherapie bei Personen mit nicht übertragbaren Erkrankungen: eine Übersichtsarbeit von systematischen Reviews. 33. Reha-Kolloquium, Bremen, Deutschland.
- Matting, L., Geidl, W., Jung, A., Langhirt, F., Sudeck, G. & Pfeifer, K. (2025, März). Konzepte zur Bewegungsförderung im Rahmen der Bewegungstherapie: ein Scoping Review. 34. Reha-Kolloquium, Nürnberg, Deutschland.
- Matting, L., Geidl, W., Jung, A., Langhirt, F., Sudeck, G. & Pfeifer, K. (2024, September). Konzepte zur Bewegungsförderung im Rahmen der Bewegungstherapie: ein Scoping Review. Jahrestagung der dvs-Kommission Gesundheit 2024, Bayreuth, Deutschland.
- Pfeifer, K., Born, L. (2025) Diskussionsforum: Neue Praxisempfehlungen für Bewegungsförderung in der Rehabilitation – Wir kann eine wirksame Verbreitung und Implementierung erfolgen? 34. Reha-Kolloquium, Nürnberg, Deutschland.

Manuskripte:

- Jung, A., Geidl, W., Matting, L., Hoessel, L.-M., Siemens, W., Sudeck, G., Pfeifer, K. (2024) Efficacy of Physical Activity Promoting Interventions in Physical Therapy and Exercise Therapy for Persons with Noncommunicable Diseases: An Overview of Systematic Reviews Physical Therapy. <https://doi.org/10.1093/ptj/pzae053>.
- Matting, L., Pfeifer, K., Sudeck, G., Jung, A., Langhirt, F., Geidl, W. Langhirt, F. (in Planung) Optimierung der Dissemination und Implementierung von Praxisempfehlungen für eine bewegungsförderliche Bewegungstherapie – Bedarfsanalyse für Möglichkeiten eines Online-Portals.
- Matting, L., Pfeifer, K., Sudeck, G., Jung, A., Langhirt, F., Geidl, W. Physical activity promotion in physical therapy, exercise therapy and other movement-based therapies: A scoping review and content analysis of interventional concepts [im Review].