

Modul 1

Bedarfsermittlung

Bedarfsermittlung

Um Gesundheitskompetenz gezielt fördern zu können, ist eine Bedarfsanalyse unerlässlich. Je direkter sich die Analyse auf die Personen und Zustände im eigenen Setting bezieht, desto besser lassen sich Maßnahmen ableiten. Obwohl Bedarfsanalysen ein etabliertes Planungsmittel sind, ist oft nicht ganz klar, was mit Bedarf gemeint ist. Dabei ist es wichtig das Zusammenspiel von Angebot, Nachfrage und Bedarf zu verstehen (Abbildung 1.1).

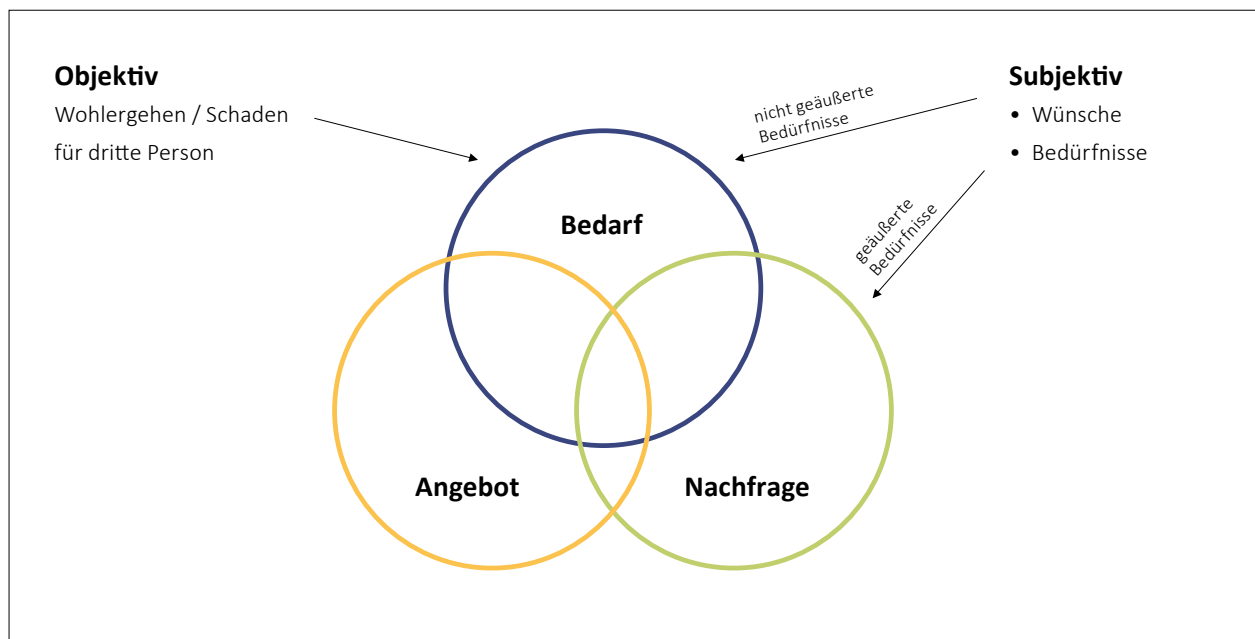


Abbildung 1.1: Zusammenspiel von Angebot, Nachfrage und Bedarf

Zunächst lassen sich objektive und subjektive Bedarfe unterscheiden. Objektive Bedarfe lassen sich z.B. in Form von diagnostizierbaren Erkrankungen, gesundheitsschädlichen Verhaltensweisen oder Arbeitssituationen ermitteln. Bei den objektiven Bedarfen geht es nicht zwangsläufig darum, dass die Betroffenen durch die Erkrankungen oder gesundheitsschädlichen Verhaltensweisen einen Leidens- oder Handlungsdruck verspüren. Ein objektiver Bedarf kann auch dadurch definiert werden, dass Kosten oder Schäden für andere entstehen, wie z.B. höhere Behandlungskosten durch zu späte Diagnosen oder Überlastung der Notaufnahmen. Subjektive Bedarfe werden häufig auch als Bedürfnisse bezeichnet. Während geäußerte Bedürfnisse sich relativ leicht durch Abfragen ermitteln lassen – an welchen Angeboten besteht Interesse? – und in tatsächlicher Nachfrage nach Angeboten münden können, sind nicht geäußerte Bedürfnisse schwieriger zu erfassen. Wichtig für die Bedarfsermittlung ist es, sich darüber im Klaren zu sein, welche Bedarfe ermittelt wurden. Sind es die objektiven Bedarfe, die geäußerten Bedürfnisse oder die herausgekitzelten, bisher nicht geäußerten Bedürfnisse?

In einer idealen Welt sind Bedarf, Nachfrage und Angebot deckungsgleich. Das bedeutet, dass alle drei Kreise in Abb. 1.1 übereinander liegen. In der realen Welt ist dies oft nicht der Fall.

Fall 1: Bedarf und Angebot vorhanden, aber keine Nachfrage

In Ihrem Betrieb lassen sich z.B. objektive Bedarfe für Raucherentwöhnung feststellen und es finden sich auch passende Angebote – nur gibt es unter den Betroffenen keine Nachfrage nach diesen Angeboten. Dann besteht die Aufgabe darin, an der Motivation der Betroffenen zu arbeiten und die Angebote ggf. niedrigschwelliger zu gestalten.

Fall 2: Bedarf und Nachfrage vorhanden, aber kein Angebot

Sie stellen objektive Bedarfe im Bereich der psychischen Belastungen fest. Die Betroffenen äußern das Bedürfnis nach Behandlung, allerdings finden Sie keine freien Therapieplätze. In diesem Fall besteht die Aufgabe darin, mit den Betroffenen Pläne zu machen, welche Maßnahmen ergriffen werden können, während sie auf den Therapieplatz warten.

Fall 3: Angebot und Nachfrage vorhanden, aber kein Bedarf

Sie erfahren, dass die Mitarbeitenden im Betrieb viel Geld für Nahrungsergänzungsmittel ausgeben, um etwas für ihre Gesundheit zu tun. Es gibt also Angebot und Nachfrage. Allerdings wissen Sie, dass Nahrungsergänzungsmittel nur in speziellen Fällen einen Nutzen für die Gesundheit haben. Der objektive Bedarf für Nahrungsergänzungsmittel ist zumindest zweifelhaft. Aufgabe ist es dann, mit den Betroffenen ins Gespräch zu kommen, um den tatsächlichen Bedarf abzuklären.

Methoden zur Ermittlung objektiver Bedarfe

Objektive Bedarfe bezüglich Gesundheit bzw. Gesundheitskompetenz sowie das Interesse an Maßnahmen zur Gesundheits(kompetenz)förderung lassen sich am besten in Beratungsgesprächen abfragen. Wir haben zu diesem Zweck einen Leitfaden für die Bedarfsermittlung entwickelt. In diesem wird in wenigen Fragen eine Bestandsaufnahme zu gesundheitlichen Einschränkungen, Versorgungsbarrieren und Interesse an Gesundheitsangeboten im Betrieb vorgenommen. Zudem ist eine Abfrage zu psychischen Belastungen sowie ein Test zur Ermittlung der funktionalen Gesundheitskompetenz beigefügt. Viele Personen, die längere Zeit arbeitslos waren, sind von psychischen Belastungen betroffen. Das kurze Screening-Instrument zur psychischen Gesundheit erlaubt es betreuenden Personen, einen schnellen Überblick über den aktuellen Stand der Belastung zu erhalten und ggf. weitere Maßnahmen in die Wege zu leiten. Der Test zur funktionalen Gesundheitskompetenz gibt vor allem Aufschluss über die basalen Fähigkeiten im Textverständnis und im Rechnen.

Kreative und interaktive Methoden

Interaktive, spielerische Ansätze können helfen, einen Überblick über die Gesundheitskompetenzen der Mitarbeitenden im Betrieb zu erhalten. Das FORESIGHT-Gesundheitsquiz bietet die Möglichkeit herauszufinden, wie gut sich die Mitarbeitenden mit dem deutschen Gesundheitssystem auskennen (Abb. 1.2). In Bezug auf das Thema Ernährung lassen sich die FORESIGHT-Lebensmittelkarten nutzen, um einen Einkauf zu simulieren oder gesunde von ungesunden Lebensmitteln zu unterscheiden.



Abbildung 1.2: FORESIGHT-Gesundheitsquiz – über 50 Fragen zu Gesundheitsversorgung und Gesundheit in Deutschland

Ein Weg, um bisher ungeäußerte Bedürfnisse zu erfassen, ist die Lebensbaum-Methode. Hierzu skizziert man die Silhouette eines Baumes mit Wurzeln und einzelnen Blättern (siehe Abb. 1.3). Die Aufgabe für die Teilnehmenden ist es, an die Blätter ihre Lebensziele / Alltagsziele (mit anderen Worten: das was ihnen im Alltag wichtig ist und ihnen Freude bereitet) zu schreiben. Auf die Wurzeln schreiben die Teilnehmenden im nächsten Schritt, was sie brauchen, um diese Ziele zu erreichen. Die betreuende Person oder Moderation kann dann den Blick der Teilnehmenden auf das Thema Gesundheit lenken und fragen, wie Gesundheit zu ihren Lebenszielen beiträgt.

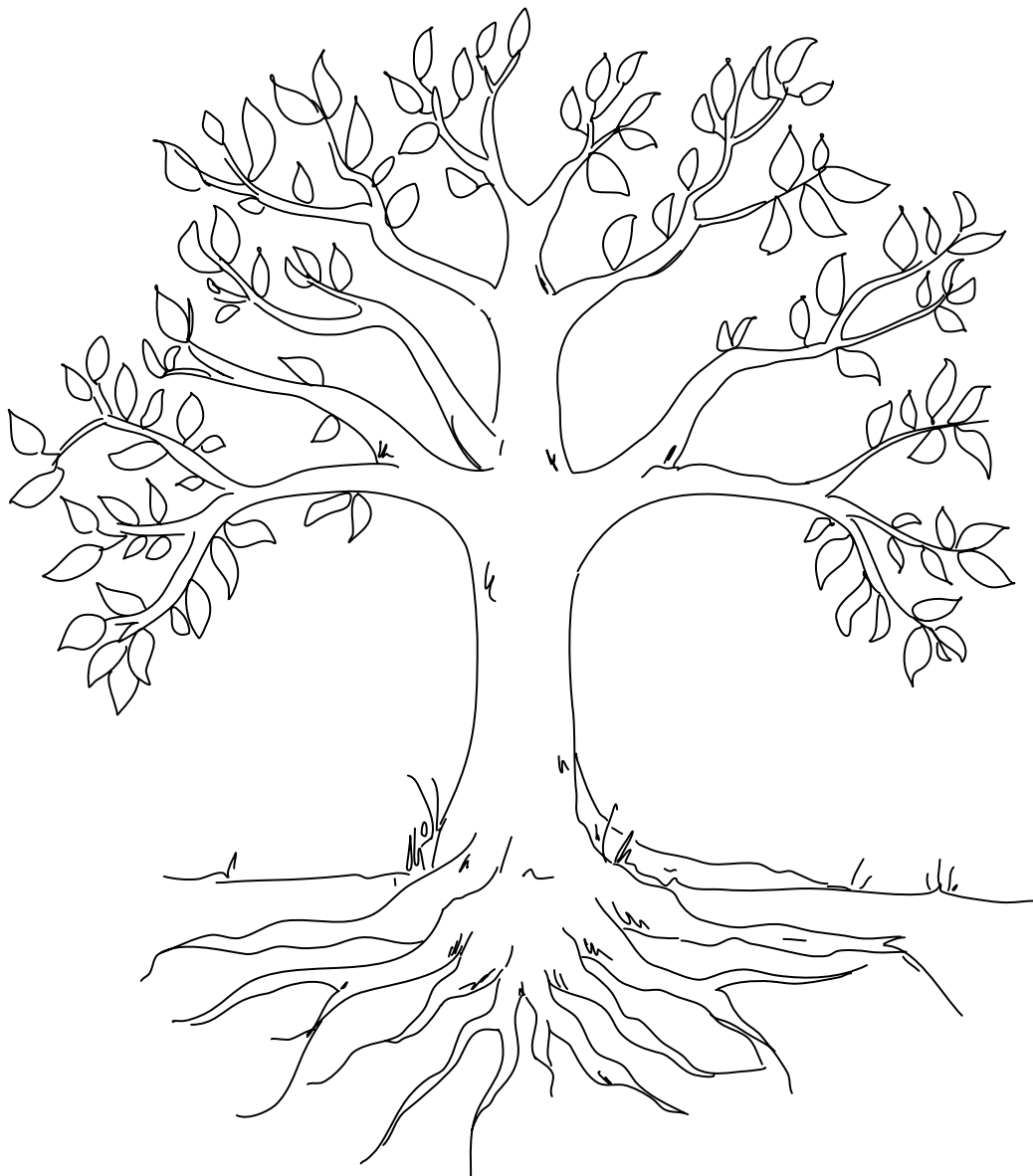


Abbildung 1.3: Lebensbaum



Leitfaden zur Bedarfsermittlung

Hinweis: Weisen Sie die Teilnehmenden darauf hin, dass die Beantwortung der Fragen freiwillig ist und dass Sie ihre Antworten vertraulich behandeln.

Fragen zur Gesundheit

1. Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie gut sehen Sie sich in der Lage, sich um Ihre eigene Gesundheit zu kümmern?

1 bedeutet sehr schlecht, 10 bedeutet sehr gut.

Wert:

2. Haben Sie eine chronische Krankheit oder ein lang andauerndes gesundheitliches Problem?

Damit gemeint sind Krankheiten oder gesundheitliche Probleme, die mindestens 6 Monate andauern oder voraussichtlich andauern werden.

- Ja
 Nein.

3. Sind Sie dauerhaft durch ein gesundheitliches Problem bei Tätigkeiten des normalen Alltagslebens eingeschränkt?

- Ja
 Nein.

4. Haben Sie einen Hausarzt, den Sie zuerst bei gesundheitlichen Problemen aufsuchen?

- Ja
 Nein.

5. Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine ärztliche Untersuchung oder Behandlung unbedingt benötigt?

- Ja
 Nein.

5a. Wenn ja: Haben Sie die benötigte Untersuchung oder Behandlung auch in Anspruch genommen?

- Ja
 Nein, mindestens einmal nicht.

5b. Wenn nein: Was war für Sie der wichtigste Grund, die ärztliche Untersuchung oder Behandlung nicht in Anspruch zu nehmen?

- Ich konnte sie mir nicht leisten (zu teuer).
- Die Wartezeit für einen Termin oder eine Behandlung war mir zu lang.
- Ich hatte keine Zeit aufgrund von beruflichen Verpflichtungen oder familiären Pflichten.
- Der Weg war mir zu weit. / Ich hatte keine Fahrgelegenheit.
- Ich habe Angst vor Ärzten, Krankenhäusern, Untersuchungen oder Behandlungen.
- Ich wollte abwarten, ob sich die Beschwerden von selbst bessern.
- Ich kenne keine gute Ärztin / keinen guten Arzt.
- Ich hatte andere Gründe.

6. Auf einer Skala von 1 bis 10, wie groß ist Ihr Interesse, sich innerhalb der Arbeit im Betrieb mit dem Thema Gesundheit zu beschäftigen?

1 bedeutet gar kein Interesse, 10 bedeutet sehr großes Interesse.

Wert:

7. Welche Gesundheitsthemen würden Sie interessieren?

Psychische Belastung

K6 – Stress (Kessler et al. 2003)

Der Kessler-6 Fragebogen (K6) ist ein Screening-Instrument, um psychische Belastungen in den Bereichen Stress, Angst oder Depression zu erkennen.

Wie häufig fühlten Sie sich in den letzten vier Wochen...	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer
...nervös?	0	1	2	3	4
...hoffnungslos?	0	1	2	3	4
...ruhelos oder zappelig?	0	1	2	3	4
...so niedergeschlagen, dass nichts Sie aufmuntern konnte?	0	1	2	3	4
...so, dass alles für Sie eine Anstrengung bedeutete?	0	1	2	3	4
...wertlos?	0	1	2	3	4

Auswertung:

Zunächst müssen die Werte für die einzelnen Fragen zusammengezählt werden. Diese liegen zwischen 0 und 24. Aus dem Summenwert ergibt sich der Grad der psychischen Belastung. Ab einem Wert von 13 wird eine Weitervermittlung an eine psychologische Beratungsstelle dringend empfohlen (*Prochaska et al. 2012*), aber auch bei einer moderaten Belastung sind Angebote zur Stärkung der psychischen Gesundheit (z.B. Stressmanagementkurse) empfehlenswert.

Werte	Einstufung
0-4	Geringe psychische Belastung
5-12	Moderate psychische Belastung
13-24	Schwere psychische Belastung

Funktionale Gesundheitskompetenz

Newest Vital Sign

Anleitung

- Leiten Sie den Test mit den folgenden Worten ein:
„Gesundheit ist ein wichtiges Thema in unserer Einrichtung und wir wollen, dass Gesundheitsinformationen so formuliert werden, dass sie gut zu verstehen sind. Würden Sie uns dabei helfen und sich einmal die folgenden Informationen ansehen? Ich würde Ihnen dann noch ein paar Fragen dazu stellen. Das Ganze dauert nur drei Minuten.“
- Händigen Sie folgende Nährwerttabelle aus.

Produktbeschreibung: Speiseeis	
Pro Portion:	100ml
Portionen pro Packung:	4
NÄHRWERTANGABEN	
DURCHSCHNITTLICHE WERTE	Pro 100ml
Brennwert	1050 kJ
	250 kcal (Kalorien)
Eiweiß	4 g
Kohlenhydrate	30 g
davon Zucker	23 g
Fett	13 g
davon gesättigte Fettsäuren	9 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	0 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3 g
davon Trans-Fettsäuren	1 g
Ballaststoffe	0 g
Natrium	0,05 g
Zutaten: Sahne, Magermilch, Zucker, Vanille, Stabilisatoren (Guarkernmehl), Erdnussöl, Vanilleextrakt (0,05%)	

- Erklären Sie:
„Stellen Sie sich vor, Sie haben gerade eine Packung Eis gekauft und finden darauf diese Nährwerttabelle. Bitte schauen Sie sich diese Tabelle einmal genau an und ich stelle Ihnen ein paar Fragen dazu. Es macht nichts, wenn Sie nicht alle Fragen beantworten können. Einige sind mit Absicht besonders schwierig. Nehmen Sie sich für die Antwort so viel Zeit, wie Sie brauchen.“

- Stellen Sie folgende Fragen:

Fragen	Antwort korrekt	
	Ja	Nein
1. Wie viele Kalorien nehmen Sie zu sich, wenn Sie den ganzen Inhalt der Packung essen? <i>Richtige Antwort: 1000 kcal</i>		
2. Angenommen Ihnen wurde geraten zum Nachtisch nicht mehr als 60 Gramm Kohlenhydrate zu sich zu nehmen, wie viel dürfen Sie dann höchstens von der Eiscreme essen? <i>Richtige Antwort: 200 ml oder 2 Portionen</i>		
3. Stellen Sie sich Folgendes vor: Ihr Arzt rät Ihnen, die Menge an gesättigten Fettsäuren in Ihrer Ernährung zu reduzieren. Sie nehmen normalerweise jeden Tag 42 g gesättigte Fettsäuren zu sich, wovon ein Teil aus einer Portion Eiscreme kommt. Wenn Sie keine Eiscreme mehr essen, wie viel Gramm an gesättigten Fettsäuren würden Sie dann täglich essen? <i>Richtige Antwort: 33 g</i>		
4. Wenn Sie normalerweise 2.500 Kalorien pro Tag zu sich nehmen, wie viel Prozent Ihrer täglichen Kalorienzufuhr würden Sie zu sich nehmen, wenn Sie eine Portion Eiscreme essen? <i>Richtige Antwort: 10%</i>		
5. Stellen Sie sich vor, Sie sind gegen folgende Substanzen allergisch: Penicillin, Erdnüsse, Latexhandschuhe und Bienenstiche. Könnten Sie diese Eiscreme gefahrlos essen? <i>Richtige Antwort: Nein</i>		
6. Warum nicht? <i>Richtige Antwort: Weil das Eis Erdnussöl enthält</i>		
Anzahl richtiger Antworten		

Hinweise zur Befragung:

- Es gibt keine zeitliche Begrenzung für die Beantwortung der Fragen. Wenn eine Person jedoch nach zwei oder drei Minuten immer noch mit der Beantwortung der ersten zwei Fragen beschäftigt ist, ist die Wahrscheinlichkeit sehr groß, dass die Person eine geringe Gesundheitskompetenz hat. Die weiteren Fragen müssen dann nicht mehr gestellt werden.
- Stellen Sie die Fragen nacheinander. Auch wenn die befragte Person die ersten beiden Fragen falsch beantwortet, stellen Sie die nächsten Fragen. Jedoch: Wenn Frage 5 falsch beantwortet wird, brauchen Sie Frage 6 nicht zu stellen.
- Wenn die befragte Person die ersten vier Fragen richtig beantwortet, brauchen Sie die übrigen Fragen nicht mehr zu stellen. Ab vier richtigen Antworten ist von einer angemessenen Gesundheitskompetenz auszugehen.
- Nicht vorsagen! Wenn die Person nicht auf die richtige Antwort kommt, sagen Sie die Antwort nicht vor, sondern sagen „Okay, gehen wir zur nächsten Frage.“
- Zeigen Sie der befragten Person nicht den Auswertungsbogen. Wenn die Person fragt, sagen Sie „Den kann ich Ihnen nicht zeigen, weil er die Antworten enthält. Und dann wären die Fragen nutzlos.“
- Sagen Sie den Befragten zwischendurch nicht, ob ihre Antworten richtig oder falsch sind. Wenn die Person fragt, sagen Sie „Ich kann Ihnen die Antworten nicht verraten, bevor wir fertig sind. Bisher haben Sie es gut gemacht. Gehen wir zur nächsten Frage.“
- Passen Sie die Erklärung vorab und die Fragen an das Sprachniveau der befragten Person an.

Hinweise zur Auswertung:

- » 0 bis 1 richtige Antworten: Grundfertigkeiten im Textverstehen und Rechnen sind eingeschränkt (**eingeschränkte funktionale Gesundheitskompetent**).
- » 2-3 richtige Antworten: Grundfertigkeiten im Textverstehen und Rechnen sind möglicherweise eingeschränkt (**Gesundheitskompetenz ist möglicherweise eingeschränkt**).
- » 4 oder mehr richtige Antworten: **adäquate funktionale Gesundheitskompetenz**