

# Multiplikator\*innen für Gesundheitsförderung und Prävention

## Fachberater\*innen in Lebenswelten der Behindertenhilfe



Anna Kalauch



Nikola Schwersensky



Prof. Dr. Reinhard Burtscher

Um die gesundheitliche Situation von Menschen mit vornehmlich intellektueller Beeinträchtigung zu verbessern wurde das Projekt „Gesundheit einfach machen“ ins Leben gerufen. Entstanden ist damit ein konkretes Angebot zur Gesundheitsförderung und Prävention in den Lebenswelten Werkstätten und betreute Wohnformen für Menschen mit Behinderung. Ziel war es, gesundheitsorientiertes Handeln von Menschen mit Behinderungen zu stärken. Der Beitrag berichtet über Hintergrund, Verlauf und Perspektiven des Projektes.

Im November 2024 veröffentlichte das Bundesministerium für Gesundheit den ersten Aktionsplan für ein diverses, inklusives und barrierefreies Gesundheitswesen (BMG 2024). Der Plan betont ein zentrales Grundprinzip der UN-Agenda 2030, niemanden zurückzulassen und gesundheitliche Chancengleichheit für alle Menschen durch den Abbau von Barrieren zu verbessern. Menschen mit Behinderungen sind durch ihre soziale Lage und ein fehlendes inklusives

Gesundheitssystem besonders stark herausgefordert (Burtscher 2025; Behindertenbeauftragter 2024; Wacker et al. 2023). Die Barrieren sind unterschiedlichster Art: von physischen und kommunikativen Barrieren bis hin zu finanziellen Hürden, fehlendem Versorgungsangebot und Diskriminierungen. Die gesundheitliche Ungleichheit zeigt sich unter anderem in einer niedrigen individuellen Gesundheitskompetenz (Wetzel & Rathmann 2022) von behinderten Menschen sowie einer

mangelnden organisationalen Gesundheitskompetenz in Einrichtungen der Behindertenhilfe (Rathmann, Lutz & Salewski 2023).

Die gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland haben sich mit der Reform des Präventionsgesetzes, gemäß § 20a SGB V dazu verpflichtet, Präventions- und Gesundheitsförderungsleistungen in sogenannten „Lebenswelten“ zu erbringen. Damit soll dazu beigetragen werden, dass alle Menschen die gleiche Chance haben, gesund aufzuwachsen und zu leben (GKV-Spitzenverband 2024). Um diesem Auftrag nachzukommen und die gesundheitliche Situation von Menschen mit vornehmlich intellektueller Beeinträchtigung zu verbessern, förderte der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) das von der Katholischen Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB) realisierte Projekt „Gesundheit einfach machen“. So entstand ein konkretes Angebot zur Gesundheitsförderung und Prävention in den Lebenswelten Werkstätten und betreute Wohnformen für Menschen mit Behinderung. Ziel war es, gesundheitsorientiertes Handeln von Menschen mit Behinderungen zu stärken, indem gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen gestaltet (Verhältnisprävention) und Angebote auf der individuellen Ebene etabliert werden (Verhaltensprävention). Dazu hat die KHSB den im Leitfaden Prävention (GKV-Spitzenverband) beschriebenen Gesundheitsförderungsprozess (siehe Abb. 1) speziell auf die Lebenswelten

Werkstatt und Wohnen für Menschen mit Behinderung angepasst und ein Fachberatungskonzept zur Unterstützung von Organisationen bei der Implementierung von gesundheitsförderlichen Strukturen entwickelt.

### Die Fachberatung zur Gestaltung von Gesundheitsförderung in der Behindertenhilfe

Im Pilotprojekt „Gesundheit einfach machen“ (Schwersensky, Allweiss & Burtcher 2024) wurde in der Zusammenarbeit mit drei Praxispartnern (zwei Organisationen des betreuten Wohnens und eine Werkstatt für behinderte Menschen) deutlich, dass die externe Fachberatung den Einstieg in den Gesundheitsförderungsprozess erleichtert und eine verbindliche und nachhaltige Umsetzung gefördert wird. Die Fachberatung vermittelt Wissen und Handeln im Bereich Gesundheitsförderung für Menschen mit Behinderungen. Die Beratung kann als ein Lernzyklus verstanden werden, bei dem die Praxispartner alle nötigen Ressourcen aufbauen, um die iterativen Phasen des Gesundheitsförderungsprozesses auch selbstständig weiterzuführen. Dazu findet eine enge und kontinuierliche Zusammenarbeit zwischen einer Gesundheitskoordination aus der Organisation und der externen Fachberatung statt. Während die Fachberatung begleitet und berät, liegt die unmittelbare Durchführung des Gesundheitsförderungsprozesses in der Hand der Organisation selbst. Die Fachberatung trägt dazu bei, dass Kompetenzen in der Organisation aufgebaut werden, gesundheitsfördernde Strukturen entstehen, für die Organisation passende gesundheitsfördernde Maßnahmen durchgeführt werden sowie eine gesundheitsfördernde Einrichtungskultur partizipativ entwickelt wird. Dazu strukturiert und unterstützt die Fachberatung alle Phasen des Gesundheitsförderungsprozesses anhand eines von der KHSB konzipierten Leitfadens und der dazugehörigen Toolbox. Mit Hilfe dieser Materialien werden Arbeitsschritte systematisch geplant, dokumentiert und reflektiert. Ein Kommunikationskonzept hilft, die ganze Organisation

in den Prozess zu involvieren. Durch die systematische Analyse von Bedarfen, Bedürfnissen und Ressourcen der Organisation können passende Maßnahmen aus einem umfangreichen Maßnahmen- und Ideenportfolio ausgesucht werden. Auch die Implementierung und Evaluation von Maßnahmen wird von der Fachberatung unterstützt (siehe Abb. 2).

Auf dieser Grundlage hat die KHSB ein Schulungskonzept zur Qualifikation von Fachberater\*innen entwickelt. Durch eine qualifizierte Fachberatung sollen bundesweit Organisationen der Behindertenhilfe dabei unterstützt werden, präventive und gesundheitsfördernde Strukturen aufzubauen.

### Gesundheit einfach machen 2.0

Ausgehend von den Erfahrungen aus dem Pilotprojekt folgt der nächste Schritt der Einführung in die Behindertenhilfe mit „Gesundheit einfach machen 2.0“. Es geht dabei um eine Verbreiterung (Skalierung) und weitere Praxiserprobung des entwickelten gesundheitsfördernden Fachberatungsprozesses in Organisationen der Behindertenhilfe. Damit soll eine Erhöhung der Präventions- und Gesundheitsförderungsaktivitäten erreicht und zur Verbesserung der gesundheitlichen Chancengleichheit beigetragen werden.

Um die Fachberatungen bundesweit anbieten zu können, mussten geeignete Personen gefunden werden, die Interesse an einer Qualifikation und nachfolgenden Prozessbegleitung in Organisationen der Behindertenhilfe haben. Die potentiellen Fachberater\*innen sollten möglichst einen Studienabschluss mit Gesundheitsbezug aufweisen (z. B. im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung, Public Health, Gesundheitswissenschaften o. ä.), bereits Kenntnisse in der Umsetzung von Gesundheitsförderung haben und idealerweise Erfahrungen in der Arbeit mit Menschen mit Behinderungen mitbringen. Durch eine Kooperation mit Special Olympics Deutschland (SOD) sowie dem Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und

Abbildung 1: Die Phasen eines Gesundheitsförderungsprozesses im Überblick

(eigene Darstellung)

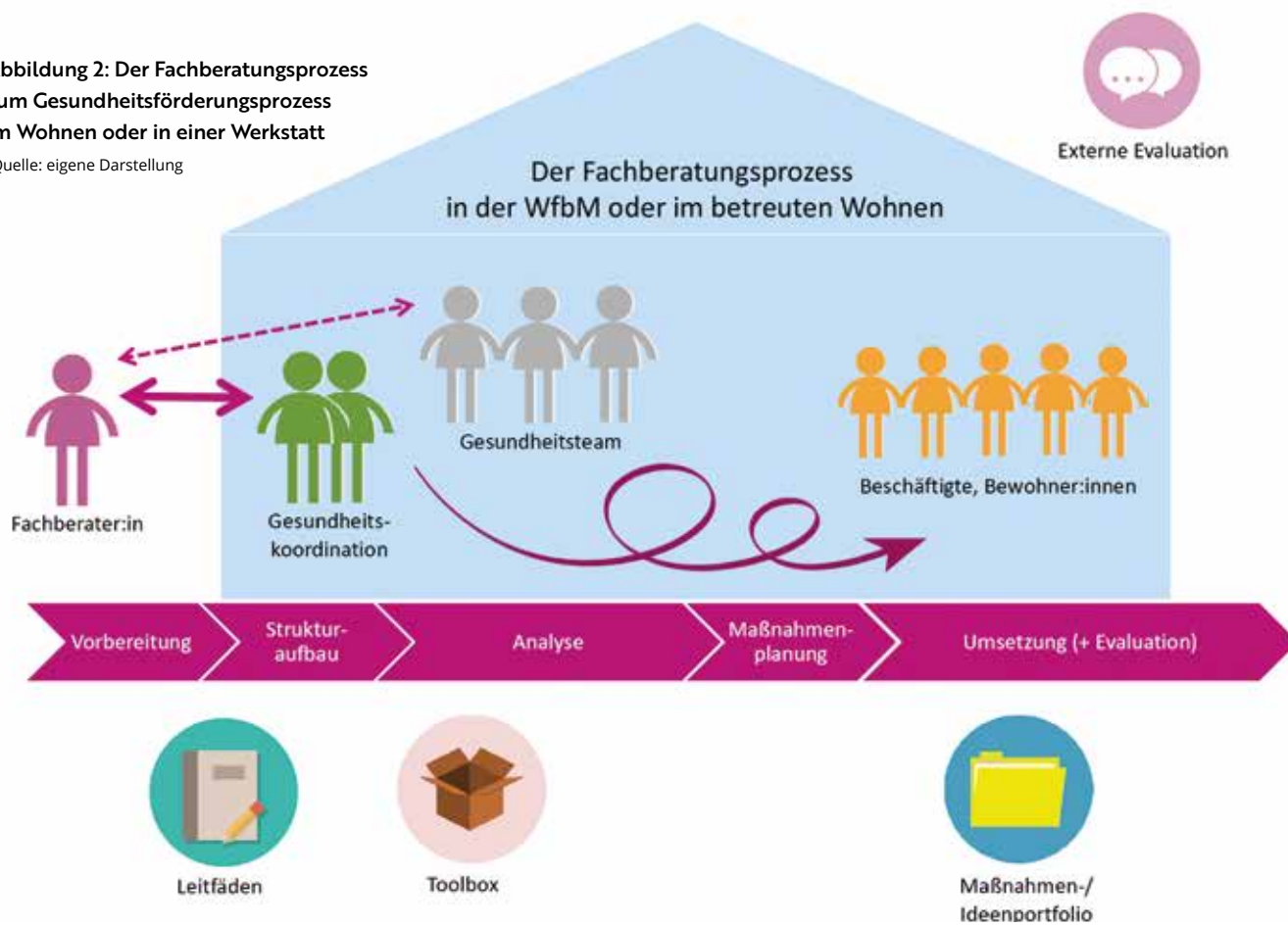


Sport (FIBS) gelang es, vier Qualifikationsteilnehmer\*innen zu gewinnen.

Mit der Qualifikation sollte einerseits die Handlungskompetenz der Teilnehmer\*innen gestärkt werden, indem sie die von der KHSB erstellten Arbeitsmaterialien kennen und anwenden lernen. Andererseits ging es darum, die persönliche, soziale und fachliche Identität als zukünftige Fachberater\*innen zu stärken, um emanzipatorische und partizipative Prozesse in den Organisationen begleiten zu können. Dazu lag der Schwerpunkt des Curriculums auf der Einführung und Handhabung der Leitfäden für die Fachberatung und die Gesundheitskoordination zum Gesundheitsförderungsprozess in den Lebenswelten Arbeiten und Wohnen für Menschen mit Behinderungen. Die damit in Verbindung stehenden Themenfelder wie Methoden und Ansätze der Gesund-

Abbildung 2: Der Fachberatungsprozess zum Gesundheitsförderungsprozess im Wohnen oder in einer Werkstatt

(Quelle: eigene Darstellung)



heitsförderung und Prävention, Grundsätze und Theorie der Organisationsberatung sowie Partizipation als Prinzip der Gesundheitsförderung in der Lebenswelt von Menschen mit Behinderungen wurden ausführlich thematisiert und diskutiert. Im praktischen Teil der Qualifikation wurden die Arbeitshilfen, Vorlagen und Methodenbeschreibungen zu den Leitfäden (z. B. Problem-Lösungs-Baum & Kraftfeldanalyse) ausprobiert und angewendet. So auch das Material zur Schulung eines inklusiven Gesundheitsteams (Schwersensky & Allweiss & Burtscher 2023) und das Maßnahmen- und Ideenportfolio der Universität Bielefeld. Die Qualifizierung erstreckte sich über 4 Monate (November 2024 – Februar 2025). Für das Curriculum und die Durchführung war die KSHB zuständig. Insgesamt umfasste die Qualifikation vier Schulungstage in Präsenz an der KSHB (aufgeteilt in zwei Treffen), sechs Online-Einheiten zu je drei Stunden sowie eine vorgesehene Selbstlernzeit von 18 Stunden zur Vertiefung der Inhalte. Erreicht werden sollte,

**Ziel der Schulung ist, dass Fachberater\*innen passende Maßnahmen der Gesundheitsförderungen vorschlagen und bei der Implementierung, Evaluation und Verstetigung der Maßnahmen unterstützen können.**

dass die Fachberater\*innen in der Lage sind, Organisationen der Behindertenhilfe durch die einzelnen Phasen eines Gesundheitsförderungsprozesses (Strukturaufbau, Analyse, Maßnahmenplanung, Umsetzung und Evaluation) zu begleiten. Sie sollten die spezifischen Voraussetzungen einer Organisation erkennen und einordnen können, um die Fachberatung entsprechend anzupassen. Ebenso war es

das Ziel, dass die Fachberater\*innen passende Maßnahmen der Gesundheitsförderung für die Bedarfe der jeweiligen Organisation vorschlagen können und bei der Implementierung, Evaluation und Verstetigung dieser Maßnahmen unterstützen können.

**Multiplikationskonzept zur Gesundheitsförderung in Organisationen der Behindertenhilfe sollte bundesweit etabliert werden**

Im Februar 2025 haben die Fachberater\*innen den ersten Teil der Qualifikation mit einer mündlichen Präsentation erfolgreich abgeschlossen. Der zweite Teil der Qualifikation besteht darin, zwei bis drei Fachberatungen mit Praxispartnern des jeweiligen Bundeslandes umzusetzen. Mit einem erfolgreichen Abschluss des Fachberatungszyklus wird den Fachberater\*innen ein Zertifikat ausgestellt. Bereits parallel zur Qualifikation haben die Fachberater\*innen mit der Akquise von Praxispartnern für den Fachberatungsprozess begonnen. Die Gewinnung von Organisationen, die Interes-

se und die Möglichkeiten haben, sich an dem Projekt zu beteiligen, gestaltete sich herausfordernd. Dennoch konnten bis Februar 2025 insgesamt 11 Praxispartner in fünf Bundesländern (Bayern, Berlin, Brandenburg, NRW und Saarland) gewonnen werden, mit denen die Fachberater\*innen in den Fachberatungsprozess einsteigen. Die Praxispartner werden nun über 15 Monate von den Fachberater\*innen dabei begleitet, die Organisation für und mit den Beschäftigten gesundheitsförderlicher zu gestalten. Die Fachberater\*innen selbst werden weiterhin von der KHSB in regelmäßigen Online-Treffen in der Gruppe und in Einzelterminen zu den von ihnen begleiteten Prozessen gecoacht. Das Engagement und das Interesse der vier Fachberater\*innen ist durchgehend hoch. Die Motivation und die positive Haltung zum Projekt wurden in den Evaluationsergebnissen der Qualifikation deutlich. Besonders gelobt

wurde die gute Lernatmosphäre, der verständliche Aufbau und Inhalt der praxisorientierten Leitfäden für den Beratungsprozess sowie die Gesamtzeit der Qualifikation. Kritische Rückmeldungen bezogen sich auf die parallel zur Qualifikation laufenden Akquisemaßnahmen, mit dem Ziel Kooperationsvereinbarungen mit Praxispartnern abzuschließen.

Die Fachberatungen enden im Mai 2026 mit einer Evaluation des Fachberatungsprozesses und der Qualifikation. Die Ergebnisse werden zur Weiterentwicklung und Verbesserung des Curriculums und der Materialien beitragen. Es wäre erfreulich, wenn sich die Qualifikation von Fachberater\*innen als Multiplikationskonzept zur Gesundheitsförderung in Organisationen der Behindertenhilfe etablieren würde. Auf diesem Wege könnte bundesweit aktiv und praktisch ein Beitrag zur Schaffung und Verstetigung

selbstbestimmter, gesundheitsbezogener Lebensqualität für und mit Menschen mit Beeinträchtigungen geleistet werden.

■ *Anna Kalauch, wissenschaftliche Projektmitarbeiterin im Projekt Gesundheit einfach machen 2.0. (bis Juni 2025) an der Kath. Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB)*

■ *Nikola Schwersensky, wissenschaftliche Projektmitarbeiterin im Projekt Gesundheit einfach machen 2.0 an der Kath. Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB), © nikola.schwersensky@khsb-berlin.de*

■ *Prof. Dr. Reinhard Burtscher, Projektleiter von Gesundheit einfach machen 2.0, Vizepräsident für Forschung, Transfer und Weiterbildung an der Kath. Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB), © reinhard.burtscher@khsb-berlin.de*

## Literatur

Beauftragter der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen (2024): **Teilhabeempfehlungen für eine inklusivere Gesellschaft – auch für Menschen mit intellektuellen Beeinträchtigungen**. Online verfügbar: [https://www.behindertenbeauftragter.de/SharedDocs/Downloads/DE/AS/PublikationenErklaerungen/Teilhabeempfehlungen\\_2024.html](https://www.behindertenbeauftragter.de/SharedDocs/Downloads/DE/AS/PublikationenErklaerungen/Teilhabeempfehlungen_2024.html) (19.05.2025)

Bundesministerium für Gesundheit (BMG) (2024): **Aktionsplan für ein diverses, inklusives und barrierefreies Gesundheitswesen**. Online verfügbar: [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3\\_Downloads/A/Aktionsplan/Aktionsplan\\_barrierefreies\\_Gesundheitswesen\\_2024.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/A/Aktionsplan/Aktionsplan_barrierefreies_Gesundheitswesen_2024.pdf) (19.05.2025)

Burtscher, R. (2025): **Praxis Heilpädagogik – Eingliederungshilfe: Gesundheit**. Hrsg.: BHP Berufs- und Fachverband e.V. Online verfügbar: <https://bhponline.de/berufsbildheilpaedagogik/arbeitshilfen-undpositionspapiere/> (19.05.2025)

GVK-Spitzenverband 2024: **Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V**. Berlin. Online verfügbar: <https://tinyurl.com/2a6mnofr> (07.05.2025)

Rathmann, K.; Lutz, J.; Salewski, L. (2023): **Tools zur Stärkung der organisationalen Gesundheitskompetenz in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung: eine systematische Übersicht**. In: *Präv Gesundheitsf* 18, S. 59–67 (2023). <https://doi.org/10.1007/s11553-021-00923-z>

Schwersensky, N.; Allweiss, T.; Burtscher, R. (2023): **Gesundheitsbildung mit Menschen mit Lernschwierigkeiten. Leichter lernen mit dem Projekt GESUND!. Die 2. Praxishilfe**. Berlin: vdek. Online verfügbar: [https://www.gesunde-lebenswelten.com/fileadmin/user\\_upload/Gesund\\_vor\\_Ort/Projekte/Reiter\\_Behinderung/GESUND-PH\\_2\\_Online-Version\\_final.pdf](https://www.gesunde-lebenswelten.com/fileadmin/user_upload/Gesund_vor_Ort/Projekte/Reiter_Behinderung/GESUND-PH_2_Online-Version_final.pdf) (19.05.2025)

Schwersensky, N.; Allweiss, T.; Burtscher, R. (2024): **Gesundheit einfach machen**. In: *Teilhabe*, 63 (2), S. 77–81.

Wacker, E.; Beck, I.; Brandt, M.; Köbsell, S.; Lippke, S.; Niehaus, M. (Hg.) (2023): **Gesundheit – Teilhabechancen – Diskriminierungsrisiken**. *Health in All Policies als Querschnittsaufgabe bei Beeinträchtigungen und Behinderung*. Wiesbaden: Springer VS.

Wetzel, L. D.; Rathmann, K. (2022): **Gesundheitskompetenz von Menschen mit Beeinträchtigung und Behinderung in Deutschland: Datenquellen, Ergebnisse und Herausforderungen bei der Erfassung und Stärkung der Gesundheitskompetenz**. In: Rathmann, K.; Dadaczynski, K.; Okan, O. & Messer, M. (eds): *Gesundheitskompetenz*. Springer Reference Pflege – Therapie – Gesundheit. Springer, Berlin, Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-62800-3\\_28-1](https://doi.org/10.1007/978-3-662-62800-3_28-1)