

05-05-17

Forensische Psychiatrie: Sport bietet hohe Therapiechancen

In der Psychiatrie - insbesondere im forensisch-psychiatrischen Bereich - werden die Möglichkeiten der Sporttherapie viel zu wenig genutzt. Dr. Olav Schmid und Kollegen (Universität Konstanz) beschreiben detailliert die Chancen der Sporttherapie in der Fachzeitschrift Forensische Psychiatrie und Psychotherapie.



Ein großer Teil der Schizophrenie-Patienten raucht, ernährt sich reichlich, bewegt sich kaum, leidet unter den gesundheitlichen Folgen und stirbt früh. "Eine bewegungstherapeutische Maßnahme scheint naheliegend, um diese Charakteristika zu behandeln. Zudem wird Stress als häufiger Auslöser psychotischer Symptome genannt, welcher sich langfristig gesehen durch Sport reduzieren lässt. Da sich Sport, verbesserte soziale Interaktion sowie verbesserte Freizeitgestaltung bei schizophrenen Erkrankungen gegenseitig verstärken, erscheinen bewegungstherapeutische Maßnahmen umso wirkungsvoller." Auch Begleiterkrankungen - Depression, Zwangs- und Panikstörungen u.a. - lassen sich per Sport günstig beeinflussen.

Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörungen, mit Intelligenzminderung oder Substanzabhängigkeit profitieren vergleichbar von einer jeweils angepasst strukturierten Sporttherapie. Nicht nur bei Substanzabhängigen konnte in Studien "durch körperliche Aktivität ein Zugewinn an Selbstwert und Selbstvertrauen sowie ein verbessertes Körper- und Selbstkonzept festgestellt werden. Folge waren Verbesserungen bezüglich Selbstständigkeit und Unabhängigkeit sowie ein Gefühl der Integration in Gemeinschaftsaktivitäten." Eine Studie benennt "erste positive Effekte auf Angststörungen, Stimmungsregulation, Craving und Trinkverhalten ..."

[O. Schmid et al.: Sporttherapeutische Ansätze in der forensischen Psychiatrie. In: Forensische Psychiatrie und Psychotherapie 3/2016](#)