

A photograph showing several hands of different skin tones holding a globe of the Earth. The hands are positioned around the globe, with some pointing at specific locations. The background is a soft, out-of-focus light color.

I-PREGNO – Familiengesundheit via App für psychosozial belastete Eltern

Prof. Dr. Jörg Wolstein, Natalie Schoemann (M.Sc.) & Carmen Henning (M.Sc.)



Otto-Friedrich-Universität Bamberg

Prof. Dr. Jörg Wolstein
Caroline Seiferth, M.Sc. Psych.
Tanja Färber, M.Sc. Psych.
Carmen Henning, M.Sc. Psych.
Natalie Schoemann, (M.Sc. Psych)

Universität Graz

Prof. Dr. Mireille van Poppe,
Eva Boehlke, B.Sc. Psych.

Nationales Zentrum Frühe Hilfen/Deutsches Jugendinstitut München

Dr. Ulrike Lux
Dr. Ansgar Opitz,
Lea Vogel, M.Sc. Psych.
Dr. Christoph Liel

Universität Tübingen

Prof. Dr. Johanna Löchner

Freie Universität Brüssel (VUB)

Prof. Dr. Tom Deliens
Dr. Vickà Versele

Firma groupXS Bayreuth

Caroline Bußmann
Tobias Hertkorn

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

PROJEKTPARTNER:

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen



Dieses Projekt wurde von der Europäischen Union im Rahmen des Forschungsprogramms Horizon 2020 Forschungs- und Innovationsprogramm der Europäischen Union im Rahmen der ERA-NET Cofund Aktion N°727565 gefördert. Es ist Teil der "European Joint Programming Initiative A Healthy Diet for a Healths Life".

Agenda

- Einführung
- Präventionsdilemma
- Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung
- Vorstellung der App
- Evaluation
- Fazit



Ziel des Projektes



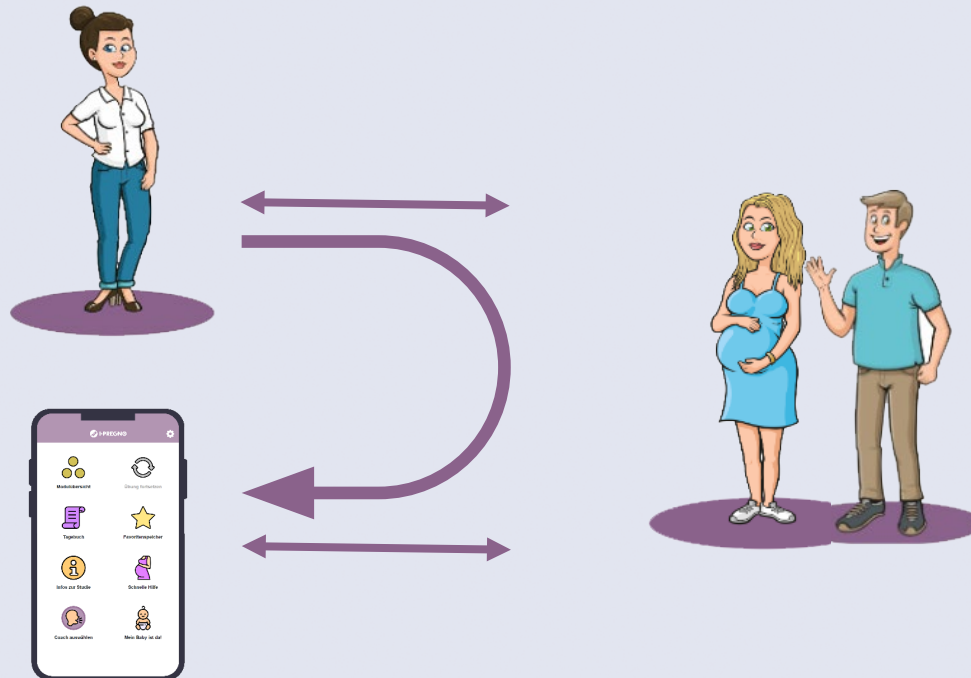
Körperliche und psychische
Gesundheit in Familien
vor und nach der Geburt

Zielgruppe

Familien mit psychosozialen Belastungen

- finanzielle Probleme
- alleinerziehend
- psychische Erkrankung eines Elternteils
- minderjährige Mutter
- unsichere Lebenssituation
- traumatische Lebensereignisse in der Vergangenheit
- soziale Isolation / mangelnde Integration
- Geburt von Mehrlingen und schnelle Abfolge von Geburten
- Frühzeitige Geburt des Kindes
- Regulationsstörung des Kindes

Blended Counseling

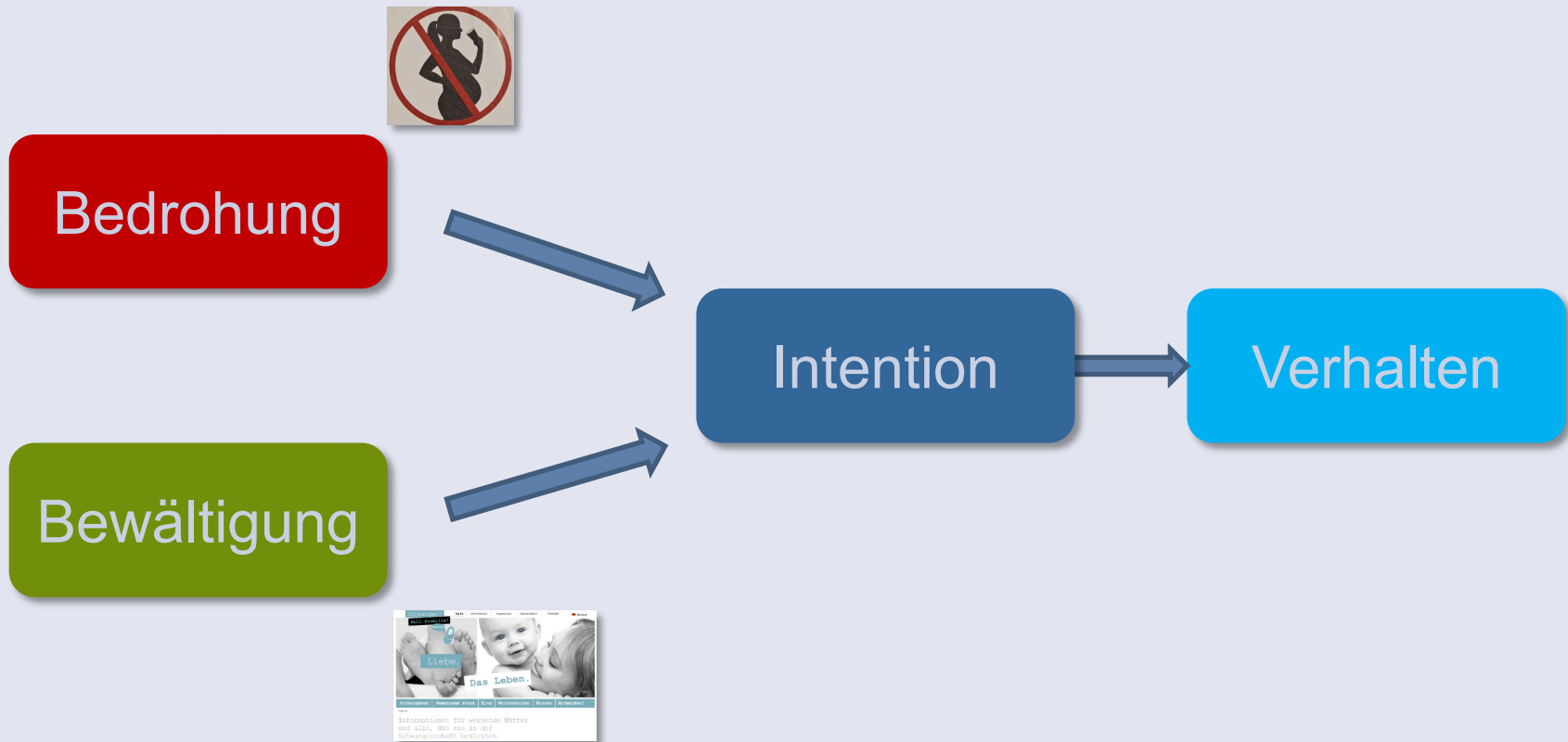


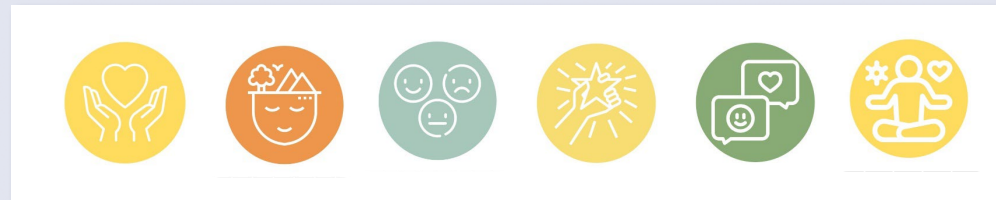
Bedrohung



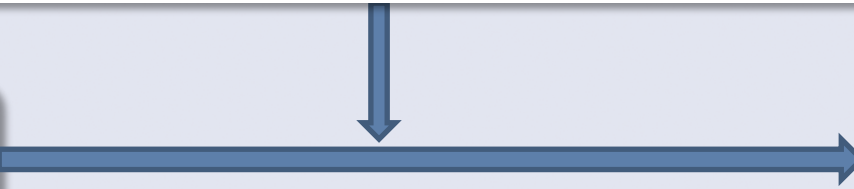
Bewältigung







Bisheriges Verhalten



Zukünftiges Verhalten

Agenda

- Einführung
- **Präventionsdilemma**
- Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung
- Vorstellung der App
- Evaluation
- Fazit



Präventionsdilemma

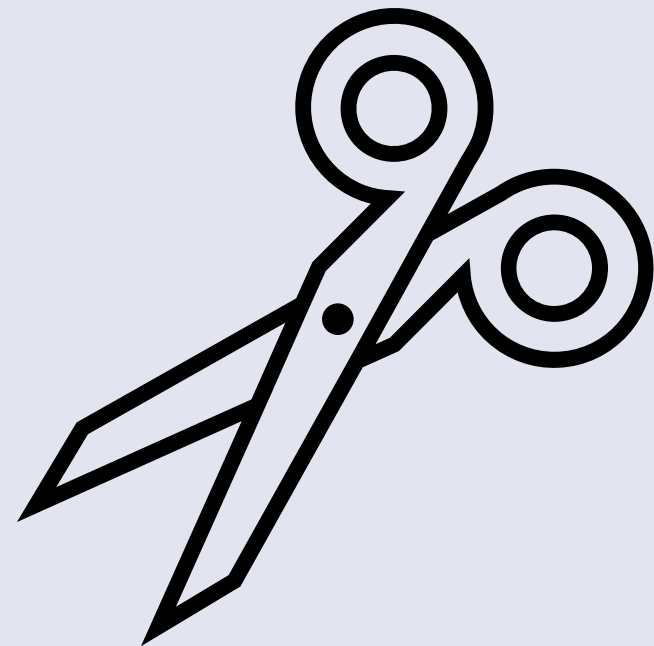
- „Hohe Teilnahmeakzeptanz bei wenig gefährdeten Adressatengruppen“
- „Ablehnung und fehlende Motivation bei (...) Risikogruppen“
- Geringe „Fähigkeit, eigene „Kompetenzdefizite“ zu kompensieren“

Bauer, 2005, S. 74

Präventionsdilemma

- „Mittelschicht-Prävention“
(Sahrai, 2010)
- Ungleichheit wird
vergrößert

- = größte Herausforderung
in Forschung und Praxis:
Zugangswege zu
(psychosozial belasteten)
Risikogruppen (Walter & Jahn,
2015)



Agenda

- Einführung
- Präventionsdilemma
- **Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung**
- Vorstellung der App
- Evaluation
- Fazit

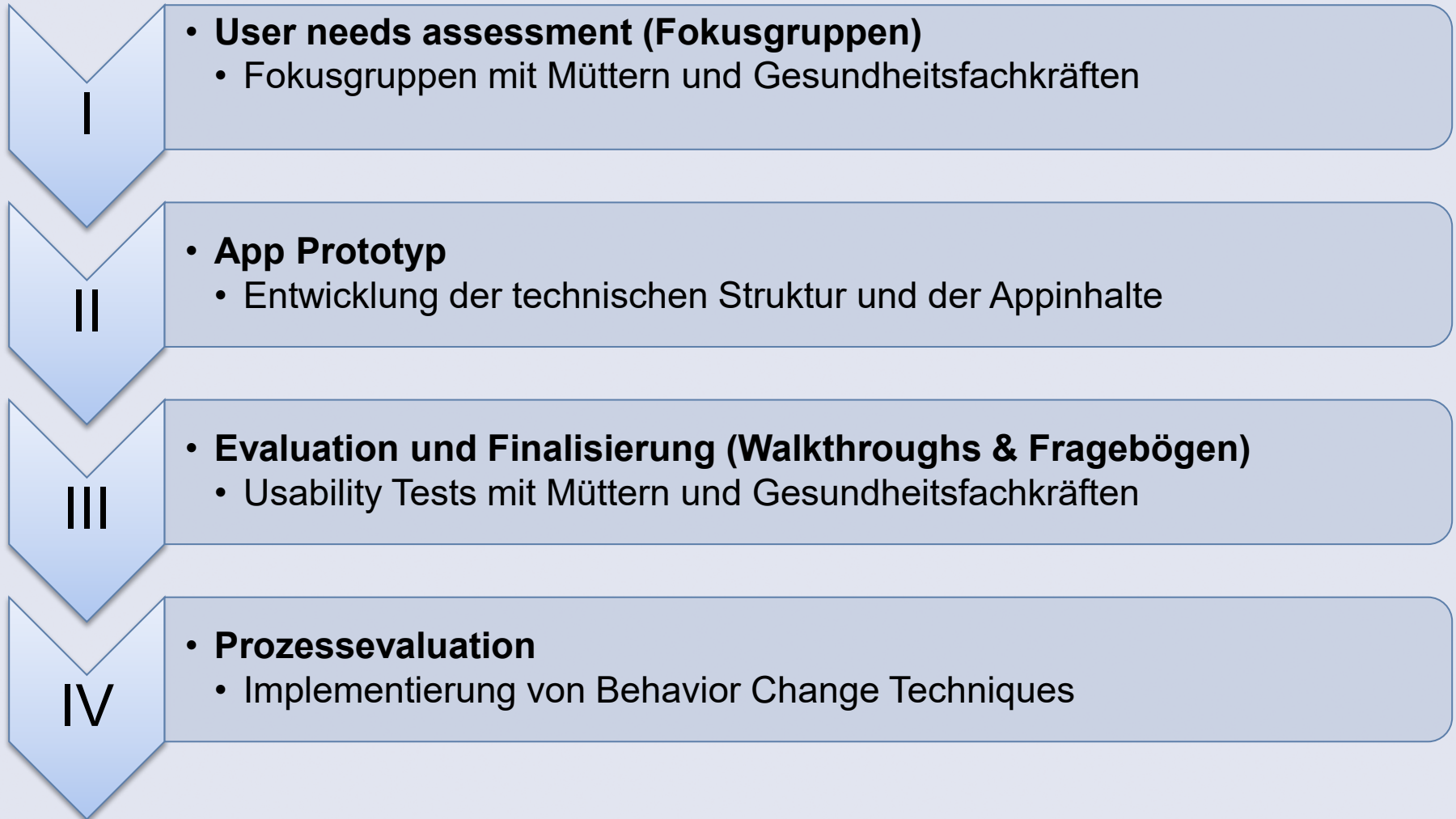


Überblick Projekt I-PREGNO

- **Blended-Counseling-Ansatz**
 - behavioral-kognitive mHealth App plus Beratung
- **Zugang** über Fachkräfte, z.B. Familienhebammen der Frühen Hilfen
- **Evaluation (Datensammlung abgeschlossen)**
 - cRCT
 - Vergleich mit zusätzlichem RCT
 - Feldstudie „self-guided“

Überblick Projekt I-PREGNO

- **Dauer der Intervention:** 12 Wochen
- **Start:** Schwangerschaft bis 12 Mon. postpartum
- **In Deutschland:** nur postpartum



Ziel der App sollte sein:

- Ergänzung zur bestehenden Arbeit
- Sensibilisierung:
 - mentales und physischen Wohlbefinden der **Eltern** und **Kindesentwicklung**

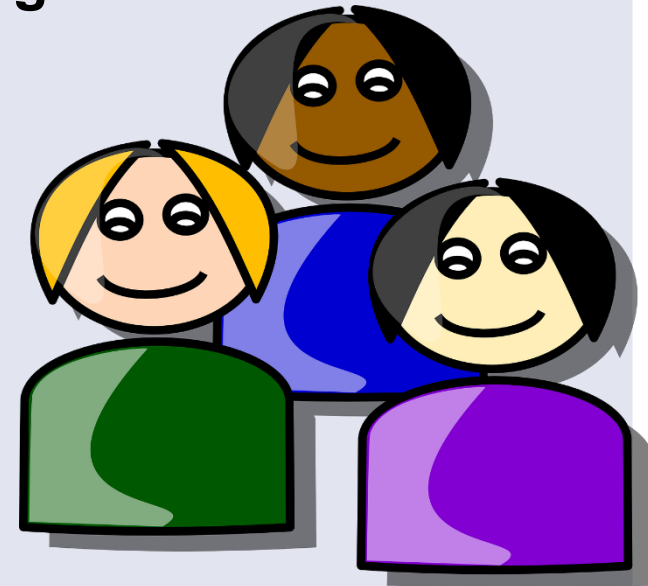
„Wie hängen das Essverhalten des Kindes und die Ernährung der Eltern zusammen?“

„Videos, Links oder
Cartoons“

- **App**
 - Positive und nicht stigmatisierende Präsentation
 - Vermeiden von Bewertungen/Verurteilungen
- **Potentielle Barrieren**
 - Sensible Themen für psychosozial belastete Familien, v.a. Gewicht und mentale Gesundheit
 - sehr heterogene Zielgruppe
 - Sprachfähigkeiten
 - Noch mehr Smartphone?

- **Beratungsinhalte des Blended-Counseling**

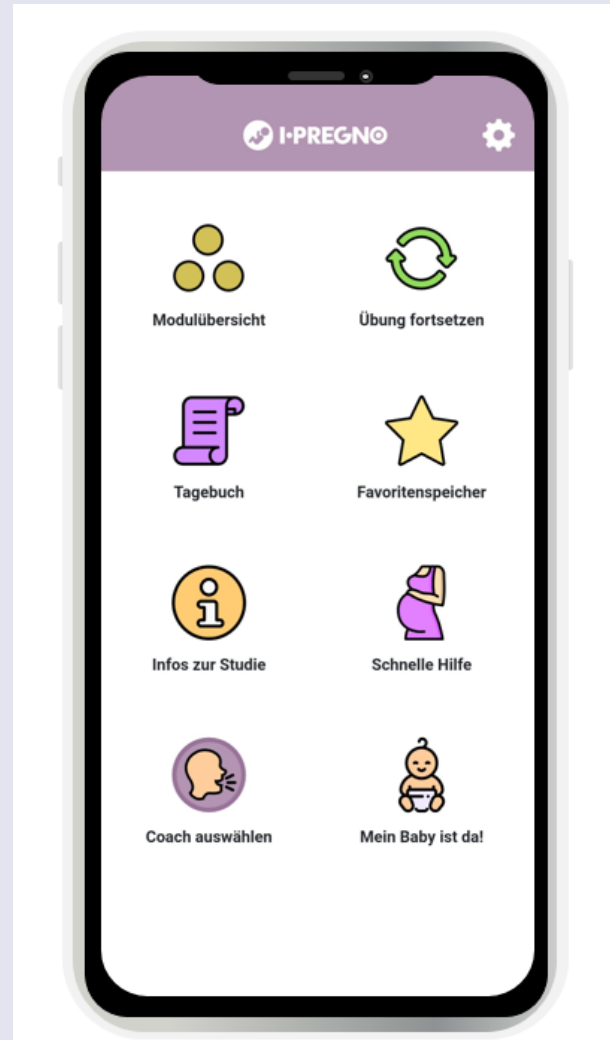
- Stillen, Gewicht und Ernährung des Kindes
- Körperliche Veränderungen/Begleiterscheinungen
- Wohlbefinden
- Bewegung
- Medienkonsum, Informationsüberflutung

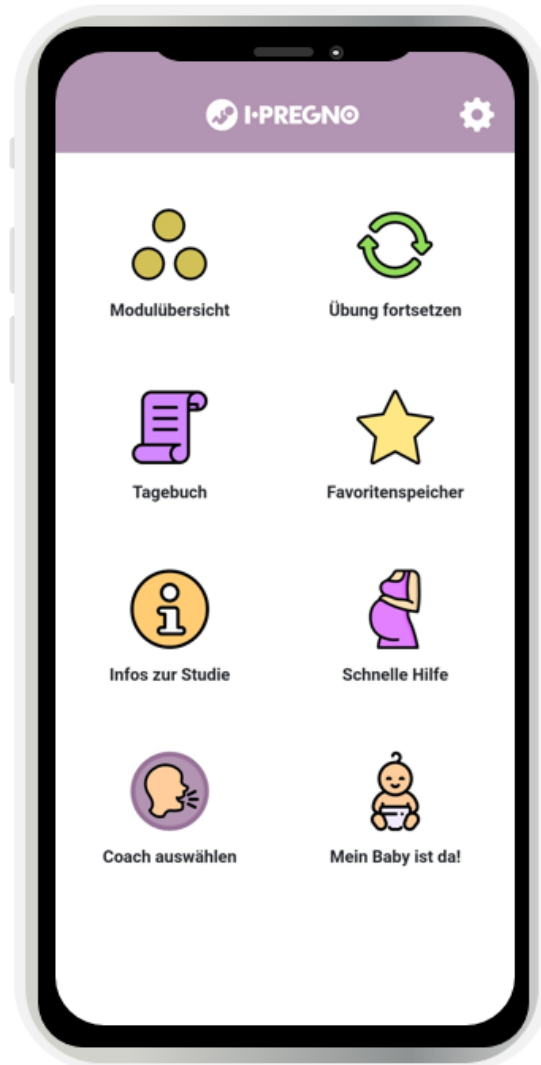


Agenda

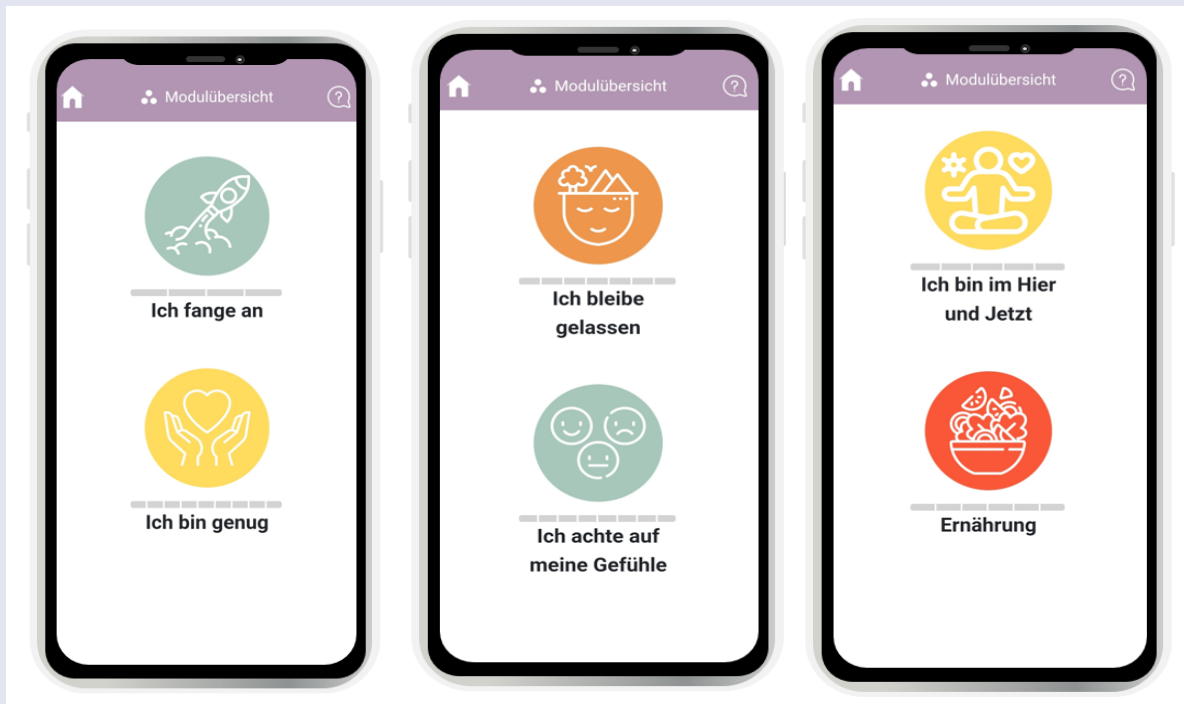
- Einführung
- Präventionsdilemma
- Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung
- **Vorstellung der App**
- Evaluation
- Fazit







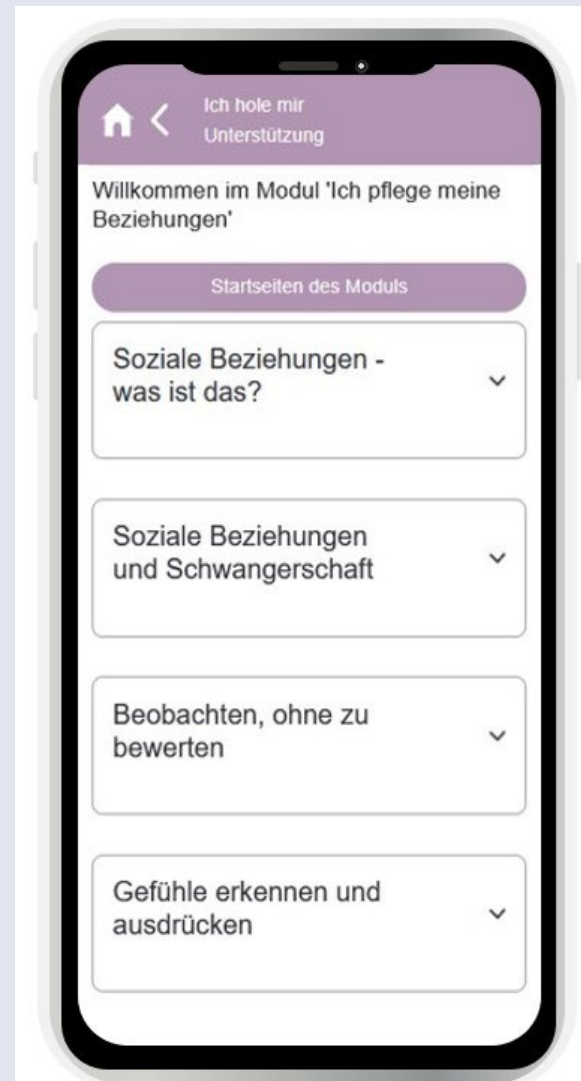
- Mütter und Väter erarbeiteten **selbstständig** psychologische und gesundheitsrelevante Themen (u.a. Übungen, Spiele, Audio, Texte)
- 2 Versionen: angepasst an die Themen für die Mutter und die Partner*innen
- Schwangerschaft (AT) oder nach der Geburt (D)
- 10 Kapitel („Module“) mit je 5 – 8 Übungen
- ca. 10 – 15 Minuten / Übung



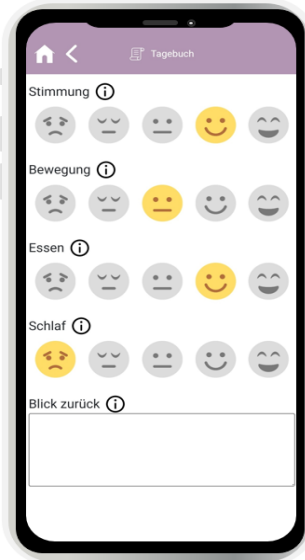
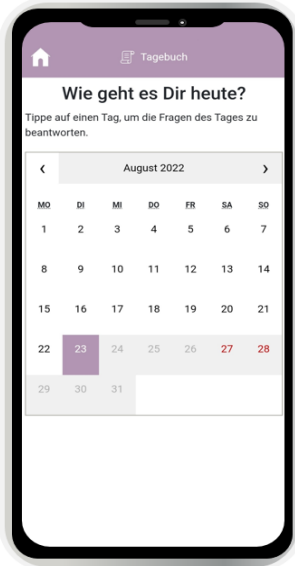
Module

- Tutorial
- Einführung
- Selbstwert
- Stressbewältigung
- Emotionsregulation
- Selbstwirksamkeit
- Soziale Unterstützung
- Achtsamkeit
- Ernährung
- Bewegung
- Abschluss

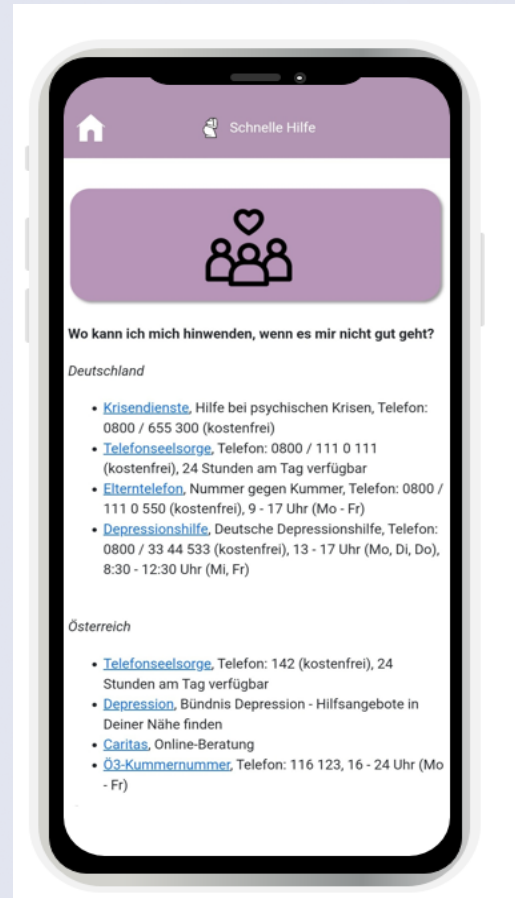
- Jedes Modul enthält 5 – 8 Übungen
- Familien können frei wählen, welche Übungen sie bearbeiten möchten (→ Zusammenhang zu Themen in der Beratung)



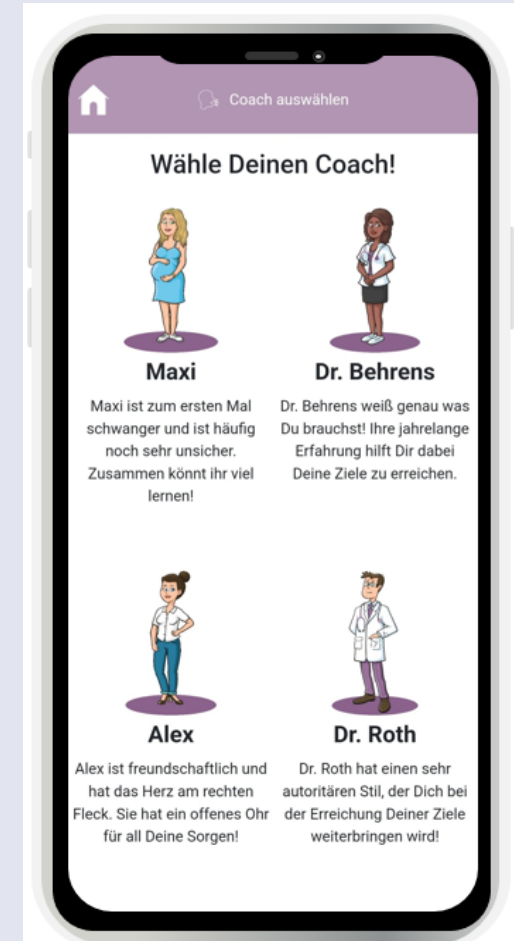
Tagebuch



Weiterführende Links



Coaches





Agenda

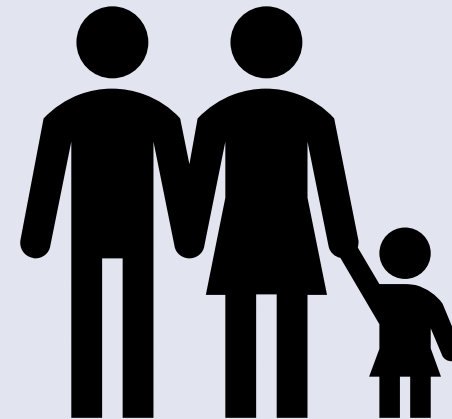
- Einführung
- Präventionsdilemma
- Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung
- Vorstellung der App
- **Evaluation**
- Fazit



Prozessevaluation

Tatsächliche Barrieren:

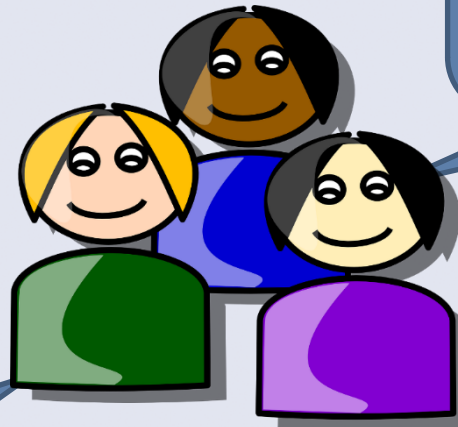
- **Betreuungsumfang**
- **Studienbedingungen**
- **Soziale Bedingungen**
 - Sprachkenntnisse
 - fehlender Onlinezugang
- **Familien/Eltern**
 - zu viele „Baustellen“



(n=23)

„App umfangreich
und gelungen (...)
Gewinn für
interessierte
Schwangere und
junge Mütter“

„App wird bestimmt
grundsätzlich genutzt,
wenn Studie vorbei“

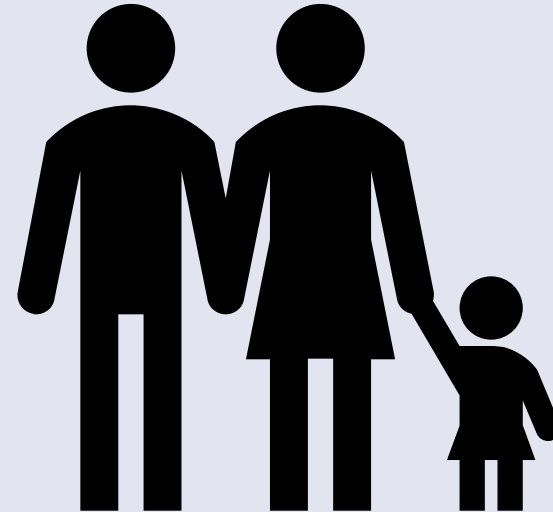


„von angebotenen
Fortbildungen und
Supervisionen profitiert“

„Hoffnung auf ein
langfristiges gutes,
wissenschaftliches und
modernes
Handwerkzeug für Koki-
Arbeit“

(n=23)

"Ich habe viele Sachen versucht in meinen Alltag zu integrieren und habe es bis jetzt gut geschafft. Zum Beispiel nehme ich mir mehr Zeit für mich und geben mehr Verantwortung an andere ab."

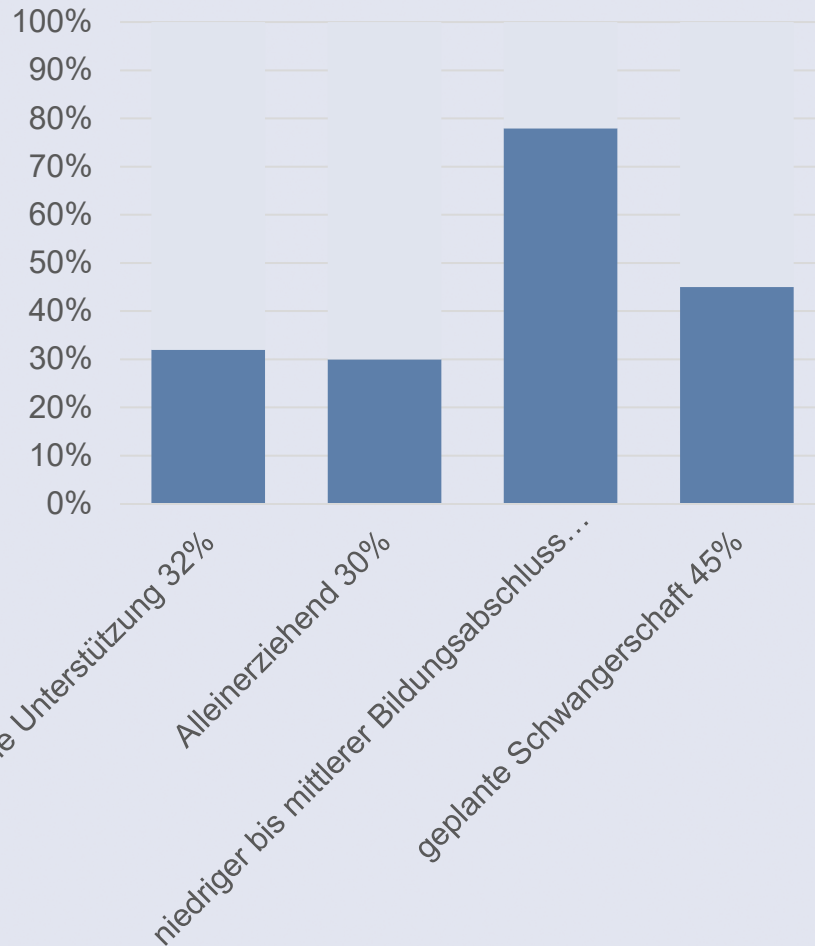


(n=180; FK n=43))

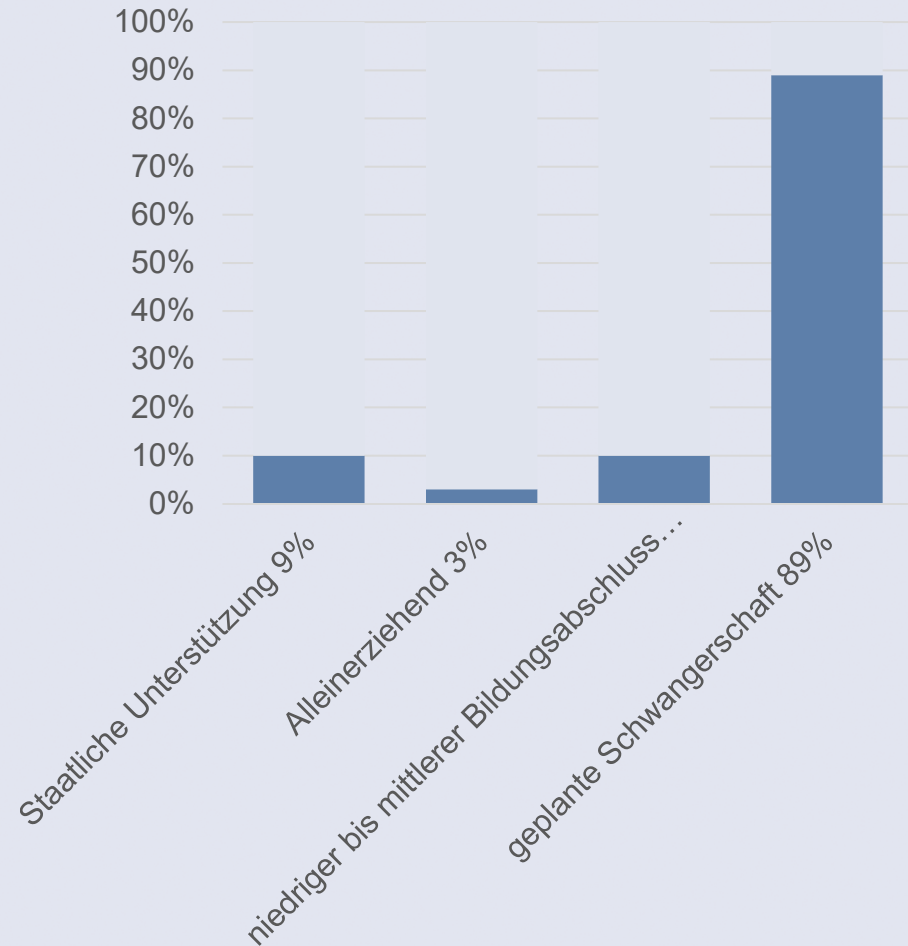
"Auseinandersetzung mit Themen die ich sonst gar nicht so genau bedenke"

Nutzung vorhandener Versorgungsstrukturen

Blended Care



Self-Guided



Agenda

- Einführung
- Präventionsdilemma
- Überblick Projekt I-PREGNO und Appentwicklung
- Vorstellung der App
- Evaluation
- **Fazit**



Sie finden uns im Netz....

<https://www.i-pregno.org>

Kontakt:

i-pregno@uni-bamberg.de



Info: Die App ist aktuell nicht frei verfügbar. Wir können ihnen einen Testzugang für 12 Wochen einrichten (Stand: 22.04.2024).