

Paediatr. Paedolog.
<https://doi.org/10.1007/s00608-023-01114-z>
Angenommen: 15. Juni 2023

© The Author(s), under exclusive licence to Springer-Verlag GmbH Austria, ein Teil von Springer Nature 2023



Webplattform PSYDUCATED

Wie Kinder und Jugendliche mithilfe von psychoedukativen Verstehvideos zu Gesundheitsexpert*innen werden

Susanna Neueder · Patrick Neueder
Psyducatred e.U., Wien, Österreich

In diesem Beitrag

- Psychoedukation der Jüngsten – eine Herausforderung
- Digitale Medien zum Zwecke der Gesundheit
- Was sind Verstehvideos?
- Ausblick: eine Webplattform der Psychoedukation

Zusammenfassung

PSYDUCATED hat es sich zur Aufgabe gemacht, vertrauensvolle Gespräche zwischen Kindern und Erwachsenen über gesundheitsrelevante Themen nachhaltig zu unterstützen. In Zusammenarbeit mit Expert*innen des Gesundheitswesens, Pädagog*innen, Eltern, Kindern und Jugendlichen werden psychoedukative Verstehvideos in Form von animierten Zeichentrickfilmen entwickelt, die über Themen rund um die psychische und körperliche Gesundheit aufklären. Die Verstehvideos werden auf www.psyducatred.com zur Verfügung gestellt und können von allen Erwachsenen, die mit Kindern und Jugendlichen leben oder arbeiten, abonniert werden. PSYDUCATED verfolgt nicht die Absicht, persönliche Gespräche zwischen Kindern und Erwachsenen zu ersetzen, sondern Gesprächseinstiege in komplexe, sensible und schambesetzte Themen zu erleichtern. Ziel ist es, Kinder und Jugendliche zu Expert*innen für ihre psychische und körperliche Gesundheit zu machen, die stolz behaupten können: „Ich weiß Bescheid!“

Schlüsselwörter

Psychoedukation · Psychische Gesundheit · Gesundheitskompetenz · Gesundheitsprävention · Verstehvideos



QR-Code scannen & Beitrag online lesen

PSYDUCATED hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Psychoedukation von Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu unterstützen. In Zusammenarbeit mit Expert*innen aus dem Gesundheits- und Bildungswesen, Eltern, Kindern und Jugendlichen produzieren wir psychoedukative Verstehvideos in Form von liebevoll gestalteten Zeichentrickfilmen, die über eine eigens programmierte Webplattform konsumiert werden können. Die Verstehvideos thematisieren psychische und körperliche Erkrankungen sowie allgemeine Themen, die auch gesunde Kinder und Jugend-

liche betreffen können. Das Ziel von PSYDUCATED ist es, Kinder und Jugendliche zu Expert*innen für ihre psychische und körperliche Gesundheit zu machen, die stolz behaupten können: „Ich weiß Bescheid!“

Psychoedukation der Jüngsten – eine Herausforderung

Der Begriff der Psychoedukation beschreibt die Vermittlung von Wissen über Gesundheit und Krankheit [1, 3]. Jeder Mensch hat das Recht, über gesundheits-

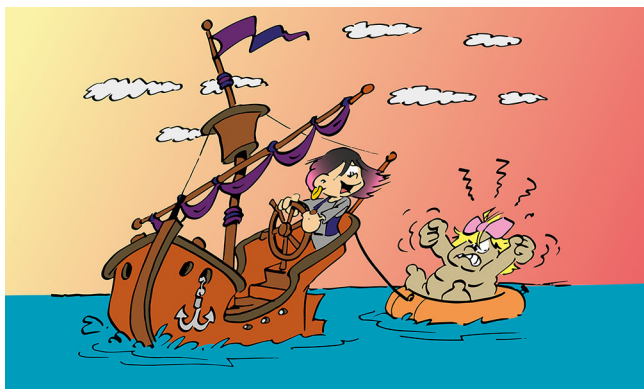


Abb. 1 ◀ Illustration aus dem Verstehvideo *Magersucht*.
© Peter Widmann

relevante Themen aufgeklärt zu werden. Auch die Jüngsten unter uns. Denn nur wer über seine Psyche und seinen Körper Bescheid weiß, ist imstande, die eigene Gesundheit bewusst in die Hand zu nehmen und zu beeinflussen. Leider wird mit Kindern und Jugendlichen noch viel zu selten über ihre psychische und körperliche Gesundheit gesprochen. Obwohl eine frühe Gesundheitskompetenz späteren gesundheitlichen Problemen vorbeugen kann [2], werden eine gesunde Psyche und ein gesunder Körper häufig als selbstverständlich und „nicht der Rede wert“ angesehen. Doch auch wenn bereits Probleme oder gar eine Erkrankung vorliegen, findet eine Aufklärung eher mit den Erziehungsberechtigten als mit den jungen Betroffenen selbst statt [4]. Wieso eigentlich? Weil Psychoedukation von Kindern und Jugendlichen eine große Herausforderung darstellen kann. Es ist nicht leicht, komplexe Informationen über die menschliche Psyche und den menschlichen Körper altersgerecht zu übersetzen. Nicht selten reagieren Kinder und Jugendliche auf psychoedukative Themen mit Langeweile oder haben Schwierigkeiten, das vermittelte Wissen zu verstehen und zu integrieren. Zudem können Themen rund um Gesundheit und Krankheit sensibel und schambesetzt sein. Demnach ist es verständlich, wenn Erwachsene Hemmungen haben, diese anzusprechen und Kinder Schwierigkeiten haben, Gesprächsangebote anzunehmen. Oftmals werden Kinder vor belastenden Tatsachen, die sie betreffen, *geschützt*, indem nicht darüber gesprochen wird. Das ist meist *gut gemeint*, kann aber einem gesunden Verarbeitungsprozess im Wege stehen. Nicht zuletzt sind vor allem psychische

Probleme und Erkrankungen mit gesellschaftlichen Stigmata behaftet. Dies führt dazu, dass diese häufig verschwiegen, versteckt oder verdrängt werden, was den Leidensdruck von Betroffenen massiv erhöht und die Inanspruchnahme von Hilfsangeboten erschwert.

PSYDUCATED versteht Psychoedukation als Maßnahme zur interaktiven Wissensvermittlung, die auf Augenhöhe stattfindet. In der Bereitstellung fachlich fundierter Expertise ist es wichtig zu berücksichtigen, dass jeder Mensch einzigartig ist und seine ganz persönliche Erfahrungsexpertise mitbringt. Menschen können nicht in Schubladen gesteckt werden. Psychoedukation ist dann sinnvoll, wenn die fachliche und die persönliche Expertise miteinander in Dialog treten. Wir behaupten, erst dann ist man PSYDUCATED.

Digitale Medien zum Zwecke der Gesundheit

Kinder und Jugendliche wachsen heutzutage mit digitalen Medien auf und verbringen einen großen Teil ihrer Freizeit mit der Konsumierung multimedialer Inhalte, weshalb sie als *Digital Natives* bezeichnet werden. Im Gegensatz zu *Digital Immigrants* verfügen sie über Fertigkeiten, die ihnen erlauben, neue Informations- und Kommunikationstechnologien auf natürliche Weise zu handhaben [5]. Wenngleich die Mediatisierung von Kindern und Jugendlichen Risiken birgt und eine intensive Auseinandersetzung mit einer verantwortungsvollen Mediennutzung wesentlich ist, eröffnen digitale Medien ebenso Chancen und Potenziale. Neben neuen Möglichkeiten zur sozialen Kommunikation und kreativen Entfaltung hat die Di-

gitalisierung praktische Tools für eine effektive und effiziente Wissensvermittlung hervorgebracht. PSYDUCATED macht sich das Medium *Video* zum Zwecke der Vermittlung von Wissen rund um die psychische und körperliche Gesundheit zunutze mit der Absicht, Kinder und Jugendliche dort abzuholen, wo sie sind. Die Verstehvideos von PSYDUCATED sollen das Interesse junger Menschen für gesundheitsrelevante Themen wecken und sie in ihrer Gesundheitskompetenz stärken.

Was sind Verstehvideos?

Ganz bewusst trägt das Produkt von PSYDUCATED die Bezeichnung „Verstehvideo“. Damit möchten wir uns klar von den sonst üblichen Erklärvideos abgrenzen. Unser Anliegen ist es, Themen rund um die psychische und körperliche Gesundheit nicht nur zu erklären. Wir möchten, dass sich Kinder und Jugendliche verstanden fühlen. Die Verstehvideos von PSYDUCATED erzählen authentische Geschichten, die Kindern und Jugendlichen auf Augenhöhe begegnen und folglich die Identifikation der jungen Rezipient*innen fördern (Abb. 1). Keinesfalls möchte PSYDUCATED persönliche Gespräche zwischen Kindern und Erwachsenen ersetzen. Ganz im Gegenteil. Vertrauensvolle Gespräche sollen angestoßen und stützend begleitet werden (Abb. 2). Die Webplattform kann von allen Erwachsenen abonniert werden, die Kinder und Jugendliche im Verstehen ihrer psychischen und körperlichen Gesundheit unterstützen möchten. Dementsprechend richtet sich das Angebot von PSYDUCATED vor allem an Gesundheitspersonal, Pädagog*innen und Eltern.

PSYDUCATED kooperiert mit Gesundheits- und Bildungsexpert*innen des jeweiligen Themenbereichs, die ihre fachliche Expertise aus Theorie und Praxis zur Verfügung stellen, auf deren Grundlage die Drehbücher der Verstehvideos erstellt werden. In einigen Feedbackschleifen sind die Expert*innen auch in den weiteren Produktionsprozess eingebunden. Ein Konzept, das ausbaufähig zu sein scheint. „Verstehvideos für Kinder? Nicht ohne uns!“ meldete eine 8-Jährige rück als sie von PSYDUCATED erfuhr. Wir möchten uns die Forderung des Mädchens zu Herzen neh-

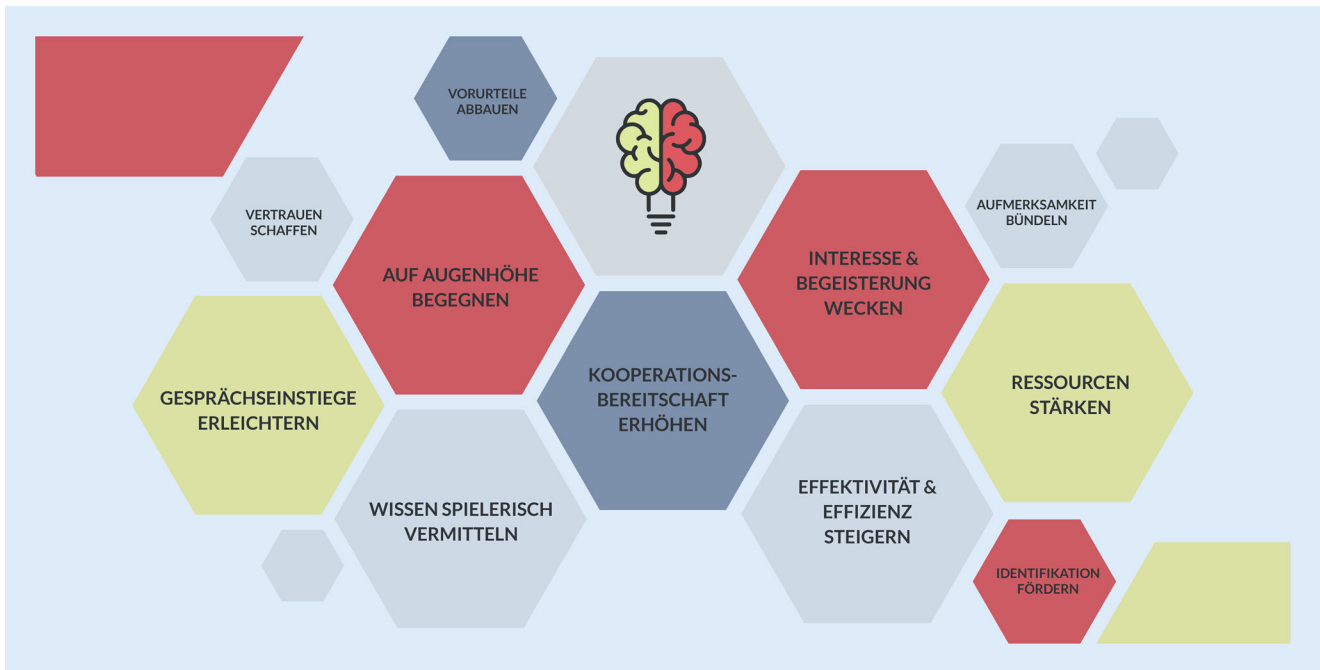


Abb. 2 ▲ Warum Verstehvideos? © Patrick Neueder



Abb. 3 ◀ Neben den Verstehvideos sollen auch Begleithefte und Expert*innen-Podcasts auf der Webplattform abrufbar sein. © Patrick Neueder

men, denn sie hat vollkommen recht. Wir Erwachsenen wissen meist, was am besten für Kinder ist. Dabei vergessen wir aber oft, die Kinder selbst nach ihren Vorstellungen und Wünschen zu fragen. Das möchten wir ändern. Verstehvideos von Kindern für Kinder – eine tolle Idee, die es wert ist, den Produktionsprozess der Verstehvideos zu überdenken. In die Entwicklung künftiger Verstehvideos sollen auch Kinder und Jugendliche als Erfahrungsexpert*innen miteinbezogen werden. In Form von Workshops sollen Gruppen von Kindern und Jugendlichen, z. B. Schulklassen, als Expert*innen für einzelne Themenbereiche konsultiert werden. Mit dieser

Maßnahme kann die Authentizität der Verstehvideos erhöht und die Gesundheitskompetenz der mitwirkenden Kinder und Jugendlichen intensiv gefördert werden.

Ausblick: eine Webplattform der Psychoedukation

Seit August 2022 ist die Webplattform von PSYDUCATED online. Mit ein paar ersten Verstehvideos stehen wir noch ganz am Anfang unserer Reise. Unser Ziel ist es, etwa 150 Verstehvideos auf unserer Webplattform zur Verfügung stellen zu können. Ähnlich wie auf Netflix sollen sich Erwachsene, die mit Kindern

leben oder arbeiten, je nach Bedarf einer breiten Videothek zu beinahe allen wichtigen Lebensthemen bedienen können. Der Hauptfokus kommender Verstehvideos soll vor allem auf der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen liegen. So plant PSYDUCATED unter anderem Verstehvideos zu den Themen „Depression“, „Angst“, „Psychosomatik“, „Autismus-Spektrum“, „AD(H)S“ und „Diversität“. Ebenso stehen Verstehvideos rund um die Mediatisierung von Kindern und Jugendlichen auf der To-Do-Liste, beispielsweise zu „Cybermobbing“, „Cybergrooming“ und „Medienkompetenz“. Auch Begleitmaterial zu den Verstehvideos soll zukünftig abrufbar sein. So sollen Begleithefte die Vor- und Nachbereitung der Verstehvideos unterstützen und Expert*innen-Podcasts fachliche Informationen zu jeweiligen Themenbereich liefern (▣ Abb. 3). Ein weiteres Vorhaben ist die Barrierefreiheit der Webplattform, die insbesondere durch die Übersetzung in weitere Sprachen und Untertitel umgesetzt werden soll. Um diese und weitere Visionen verwirklichen zu können, sind wir laufend auf der Suche nach finanzieller Unterstützung, Kooperationspartner*innen und Expert*innen. Wie gesagt, das ist erst der Anfang – wir sind gespannt, wohin uns unsere Reise noch führen wird.

Korrespondenzadresse



© Lena Ruzicka

Susanna Neueder, MSc

Psyducatied e.U.
Wien, Österreich
susanna@psyducatied.com

Susanna Neueder Founder, Drehbuchautorin, Klinische Psychologin & Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (Systemische Familientherapie)

The Web Platform PSYDUCATED. How Children and Adolescents Become Health Experts with the Help of Psychoeducational Comprehension Videos

PSYDUCATED has set itself the task of sustainably supporting trusting conversations between children and adults about health-related topics. In collaboration with health care experts, educators, parents, children and adolescents, psychoeducational comprehension videos are developed in the form of animated cartoons that provide information on topics related to mental and physical health. The comprehension videos are available at www.psyducatied.com and can be subscribed to by all adults who live or work with children and adolescents. PSYDUCATED does not intend to replace personal conversations between children and adults, but to facilitate conversation starters on complex, sensitive and taboo topics. The goal is to turn children and adolescents into experts in their mental and physical health who can proudly claim, "I know about it!"

Keywords

Psychoeducation · Mental health · Health literacy · Health prevention · Comprehension videos

Einhaltung ethischer Richtlinien

Interessenkonflikt. S. Neueder und P. Neueder geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Für diesen Beitrag wurden von den Autor/-innen keine Studien an Menschen oder Tieren durchgeführt. Für die aufgeführten Studien gelten die jeweils dort angegebenen ethischen Richtlinien.

Literatur

1. Anderson CM, Hogarty GE, Reiss DJ (1980) Family treatment of adult schizophrenic patients: A psychoeducational approach. *Schizophr Bull* 6:490–505
2. Maier G, Felder-Puig R (2017) Gesundheitskompetenz von Kindern und Jugendlichen. Herausforderungen und Überblick zum aktuellen Stand der Forschung. Institut für Gesundheitsförderung und Prävention, Wien
3. Mühlig S, Jacobi F (2020) Psychoedukation. In: Hoyer J, Knappe S (Hrsg) *Klinische Psychologie und Psychotherapie*. Springer, Berlin, S 557–573
4. Schuchardt K, von Salisch M (2021) Lernstörungen erkennen und begegnen: Zur Diagnostik, Psychoedukation und Förderung lernschwacher Kinder. *Prax Kinderpsychol Kinderpsychiatr* 70:277–281
5. Šorgo A, Bartol T, Dolničar D, Podgornik BB (2017) Attributes of digital natives as predictors of information literacy in higher education. *Brit J Educ Tech* 48:749–767

Hinweis des Verlags. Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.