

Vortragsankündigung

Psychologischen Forschungskolloquium
Graduate School der Pädagogischen Hochschule Weingarten

Andreas Heissel

Universität Potsdam

Bewegungstherapie bei psychischen Erkrankungen: Von den psychologischen Grundbedürfnissen zur Versorgungspraxis

Mittwoch, 11. November 2026, 13:15 – 14:15 Uhr

Online

Abstract:

Bewegungstherapie ist eine wirksame, evidenzbasierte Intervention bei psychischen Erkrankungen, insbesondere bei Depression. Gleichzeitig stellt sich die Frage, wie diese Erkenntnisse nachhaltig in die Routineversorgung übertragen werden können. Der Vortrag gibt einen Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu Bewegung und psychischer Gesundheit und beleuchtet die Bedeutung der Self-Determination Theory (SDT) sowie insbesondere der psychologischen Grundbedürfnisse für Motivation, Verhaltensänderung und nachhaltigen Therapieerfolg.

Am Beispiel des Innovationsfondsprojekts STEP.De wird gezeigt, wie eine SDT-basierte Bewegungstherapie erfolgreich in die Versorgung transferiert werden kann. Dabei wird das Konzept der Psychologischen Sporttherapie vorgestellt, das evidenzbasierte Bewegungstherapie mit psychologischen Kompetenzen verbindet. Im Mittelpunkt stehen zentrale Ergebnisse zur Wirksamkeit, gesundheitsökonomischen Relevanz und Versorgungsimplementierung sowie die Qualifizierung von Sport- und Bewegungstherapeutinnen im Umgang mit motivationsfördernder Kommunikation, der Unterstützung psychologischer Grundbedürfnisse und Strategien der Verhaltensänderung. Perspektiven für Forschung, Ausbildung und die zukünftige Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen werden abschließend diskutiert.

Herzlich eingeladen sind sämtliche Kolleginnen und Kollegen sowie Studierende der HS Ravensburg-Weingarten sowie der PH Weingarten und weitere Interessierte