



## Hintergrund & Ziel

Über 20% der Kinder und Jugendlichen in Deutschland sind stark psychisch belastet [1]. Es besteht ein hoher Bedarf an präventiven Ansätzen.

Serious Games können unterstützend auf die mentale Gesundheit wirken [2; 3; 4] und sind ein vielversprechendes Tool für die Psychotherapie. Das UKH entwickelt im Rahmen des Projekts SMILE (Supporting Mental Health in Young People: Integrated Methodology for cLinical dEcisions and evidence-based interventions) in Zusammenarbeit mit 15 europäischen Partnerinstitutionen eine Open Knowledge Plattform, deren Nutzung junge Menschen von 10-24 Jahren präventiv und edukativ unterstützen soll.

Ziel dieser Befragung war es, für junge Menschen relevante, Sorgen bereitende Thematiken zu erfassen sowie ihre Vorstellungen von einem hilfreichen und guten Spiel zur Förderung der mentalen Gesundheit. Zudem wurden Details zu Spielgewohnheiten erfasst.

## Methoden

### Studienmerkmale

- 3 Fokusgruppen à 90 Minuten (davon 2 in Präsenz, 1 online für junge Erwachsene)
- Rekrutierung: Universitätsklinikum Heidelberg, E-Mail, Werbung in Schule
- Halbstrukturierte Interviews
- Qualitative Inhaltsanalyse nach Kuckartz

### Stichprobe

- 3 Fokusgruppen (N=22)
  - 10-14jährige (N=6, Alter  $\bar{x}$ =11.3, SD=1.75)
  - 15-19jährige, N=10, Alter  $\bar{x}$ =15.5, SD=0.71)
  - 20-24jährige, (N=6, Alter  $\bar{x}$ =23, SD=1.55)

### Beispielfragen



„Welche 3 Themen haben euch im letzten Jahr besonders beschäftigt und warum?“

„Welche Videospiele spielt ihr gerne und warum?“

## Ergebnisse: Qualitative Analyse

### Relevante Lebensbereiche

- Schule/ Studium/ Ausbildung
- Arbeit
- Hobbys
- Zeitmanagement/ Organisation
- Soziale Kontakte
- Erwartungsdruck
- Persönliche Entwicklung
- Psychische Gesundheit
- Zukunft

### Ressourcen

- Hobbys
- Ziele
- Erfolg
- Medien
- Soziale Interaktionen
- Geld
- Selbstfürsorge
- Selbstreflexion

### Umgang mit Sorgen

- Unterstützung durch soziale Kontakte
- Professionelle Unterstützung
- Selbstfürsorge
- Selbstreflexion
- Schreiben
- Kommunikation
- In Aktion treten
- Veränderung des Umfelds
- Berufliche Orientierung

### Barrieren zur Inanspruchnahme von Hilfe

- Persönlich
- Gesellschaftlich/ Sozial
- Systemisch
- Schlechte Erfahrungen

### Spiele

- Namen der Spiele
- Positive Attribute
- Medien
- Storyline
- Serious Game
- Lernspiele
- Negative Attribute
- Spiele für mentale Gesundheit
- Regeln



m, 10 Jahre

[...] ich kann mir natürlich vorstellen, das es für manche Kinder schlimmer ist, wenn sie jetzt zum Beispiel von den Eltern kein Taschengeld kriegen, wenn's unter ner Zwei ist zum Beispiel.



w, 17 Jahre

Und wenn man halt jetzt nicht [...] dieses „gut“ oder „sehr gut“ erreicht, dass das halt ziemlich an einem kratzt, weil das [...] für viele so das Ding ist, was sagt, „ja, ich hab was geleistet“, oder „ich bin was wert [...]"



w, 24 Jahre

Habt ihr eigentlich auch im Freund\*innenkreis so den Eindruck, dass da Partnersuche und jemanden finden und sich da abgehängt fühlen auch so ein großes Thema war letztes Jahr?

## Diskussion

Insgesamt zeigt sich ein hoher Bedarf an präventiven Maßnahmen, da Stressoren wie z.B. die Schule oder soziale Konflikte junge Menschen stark beschäftigen. Die Teilnehmer\*innen äußerten eine große Bereitschaft und Interesse für das Serious Game. Dieses sollte u. a. günstig und gemeinsam mit Freund\*innen spielbar sein, unabhängig von der Internetverbindung funktionieren, ein Belohnungssystem enthalten und eine schöne Graphik aufweisen.

## Quellen

- [1] Monitor Bildung und Psychische Gesundheit (BiPsy-Monitor). Durch den Aufbau eines längsschnittlichen bundesweiten Versorgungsmonitors soll die psychosoziale Versorgung von Kindern und Jugendlichen in ambulanten Praxen und an Schulen verbessert werden. (o.D.) Robert Bosch Stiftung. <https://www.bosch-stiftung.de/de/projekt/monitor-bildung-und-psychische-gesundheit-bipsy-monitor>
- [2] Gómez-Cambronero, Á., Mann, A. L., Mira, A., Doherty, G., & Casteleyn, S. (2024). Smartphone-based serious games for mental health: a scoping review. *Multimedia Tools and Applications*, 1-48.
- [3] Lau, H. M., Smit, J. H., Fleming, T. M., & Riper, H. (2017). Serious games for mental health: are they accessible, feasible, and effective? A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychiatry*, 7, 211518.
- [4] Reynolds, L. M. (o.D). Serious games for mental health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 24(4), 183-184.



Rechtlicher Hinweis: Weder die Europäische Kommission noch eine im Namen der Kommission handelnde Person ist für die Verwendung der folgenden Informationen verantwortlich. Die in dieser Arbeit geäußerten Ansichten sind die der Autor\*innen und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Kommission wider.

Förderung: Dieses Projekt wird gefördert durch das European Union Horizon Europe Research and Innovation Programme, Grant Agreement No 101080923.

