

# ZUKUNFTSFORUM 2024

STARKE  
FRAUEN.  
**STARKES**  
**LAND.**



CHRISTINE HABERLANDER  
LANDESHAUPTMANN-STELLVERTRETERIN

Frauen 

**Oberbank**

# Wissen.schafft.Gesundheit

- ▶ Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?!  
Wie findet frau die Balance?



# Zur Person

Sabine Dielacher

Ergotherapeutin Handlungsfeld  
Neurorehabilitation in eigener Praxis

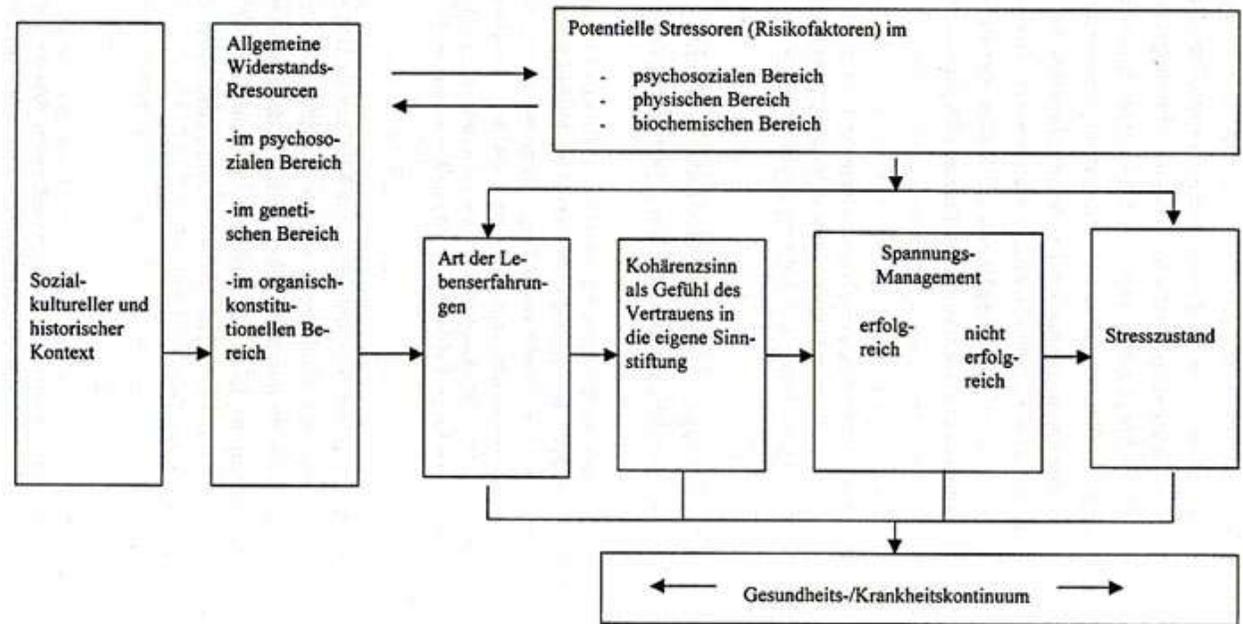
Gesundheitswissenschaftlerin

Studiengangsleitung des  
Bachelorstudiengangs Ergotherapie an der  
FH Gesundheitsberufe OÖ am NMC



# Aaron Antonovsky: Salutogenese

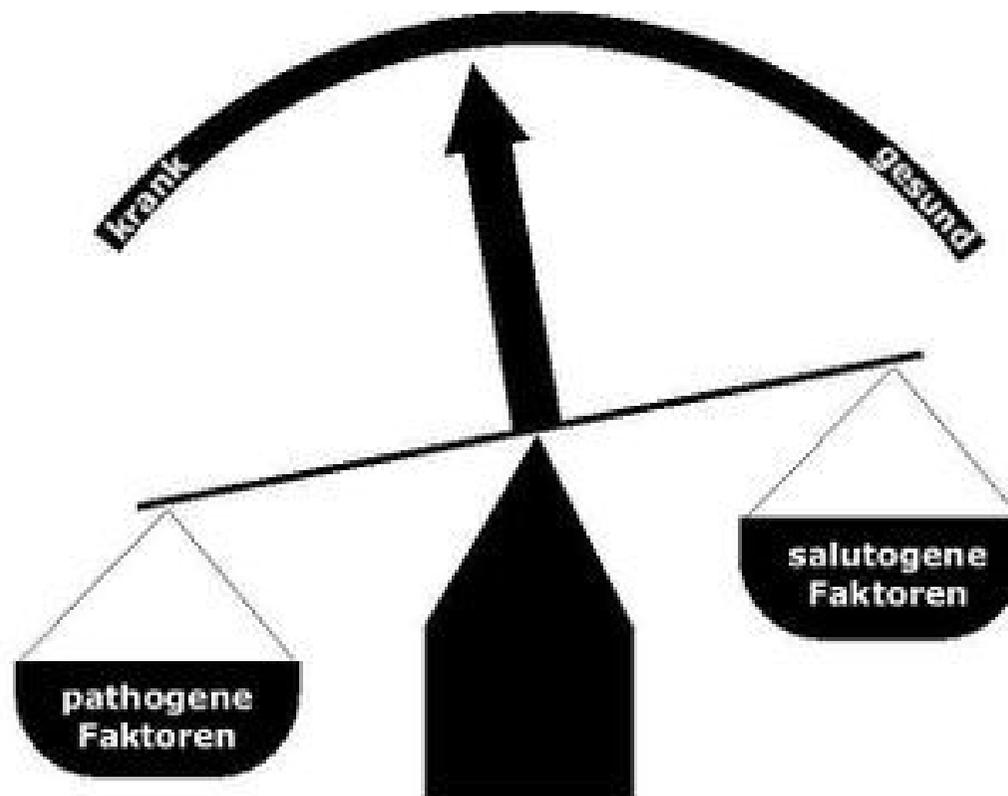
Das salutogenetische Modell nach AARON ANTONOVSKY



Quelle: in HURRELMANN (1994, 135)  
Abb. 6: Das Salutogenese-Modell nach ANTONOVSKY

Quelle im Detail: Hurrelmann, Klaus (2006): Gesundheitssoziologie : eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung. 6., völlig überarb. Aufl. - Weinheim [u.a.] : Juventa-Verlag

# Ansatz der Salutogenese



# Gesundheits- Krankheits- Kontinuum



[Salutogenese Fragebogen RZ.pdf](#)

# Stressoren

- Psychosoziale
- Physische
- Biochemische

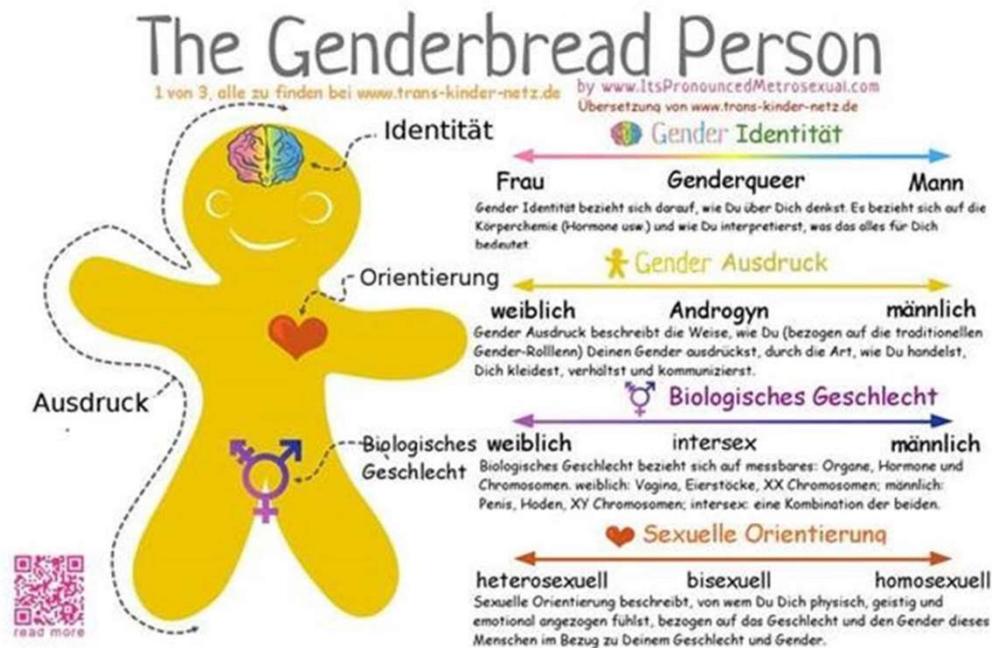


## Widerstandsressourcen

- psychosoziale, genetische und generalisierte
- entscheidend ob wir den Stressoren (Risikofaktoren) auch genügend **Widerstandsressourcen** (Schutzfaktoren) entgegenstellen können



# Sidestep: gender- begriffliche Basis



Diese Grafik kann gerne in unveränderter Form weiter verbreitet werden.  
 Die Hinweise auf [www.ItsPronouncedMetrosexual.com](http://www.ItsPronouncedMetrosexual.com) und [www.trans-kinder-netz.de](http://www.trans-kinder-netz.de) dürfen nicht entfernt werden.

## Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?! Wie findet frau die Balance?

Definitionen mit KI  
Unterstützung:

ChatGPT: Prompt:  
schreibe eine  
Zusammenfassung zum  
Thema Mentale  
Gesundheit bei Frauen -  
KI als Chance und  
Herausforderung

- ▶ Mentale Gesundheit bei Frauen ist ein vielschichtiges Thema, das sich aus biologischen, sozialen und psychologischen Faktoren zusammensetzt. Frauen sind häufig anfälliger für bestimmte psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und Essstörungen. Diese Unterschiede werden durch hormonelle Einflüsse (z.B. Menstruationszyklus, Schwangerschaft, Menopause) aber auch durch Mehrfachbelastungen (Arbeit, Haushalt, Familie, Partnerschaft; pflegende Angehörige...), sowie gesellschaftlichen Druck/Erwartungen und traditionelle Geschlechterrollen verstärkt.
- ▶ In diesem Kontext birgt Künstliche Intelligenz (KI) sowohl Potenzial als auch Risiken für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von Frauen:

# Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?! Wie findet frau die Balance?

## Dr. Deniz Kirschbaum praktizierende Psychotherapeutin

- ▶ Frauen haben statistisch gesehen eine höhere Vulnerabilität, das heißt, ihre Anfälligkeit für äußere Einflüsse und psychische Erkrankungen ist insgesamt höher. Einen medizinischen Grund gibt es dafür nicht. In der Praxis begegnen mir häufig Frauen, die zum Beispiel deutlich vom Mental Load, der mentalen Belastung durch dauerhaftes Organisieren und Erfüllen alltäglicher Aufgaben, betroffen sind“,

## Axa Mental health report 2024

49 Prozent der Frauen aber nur 39 Prozent der Männer bewerten ihre psychische Verfassung als durchschnittlich, schlecht und sehr schlecht.

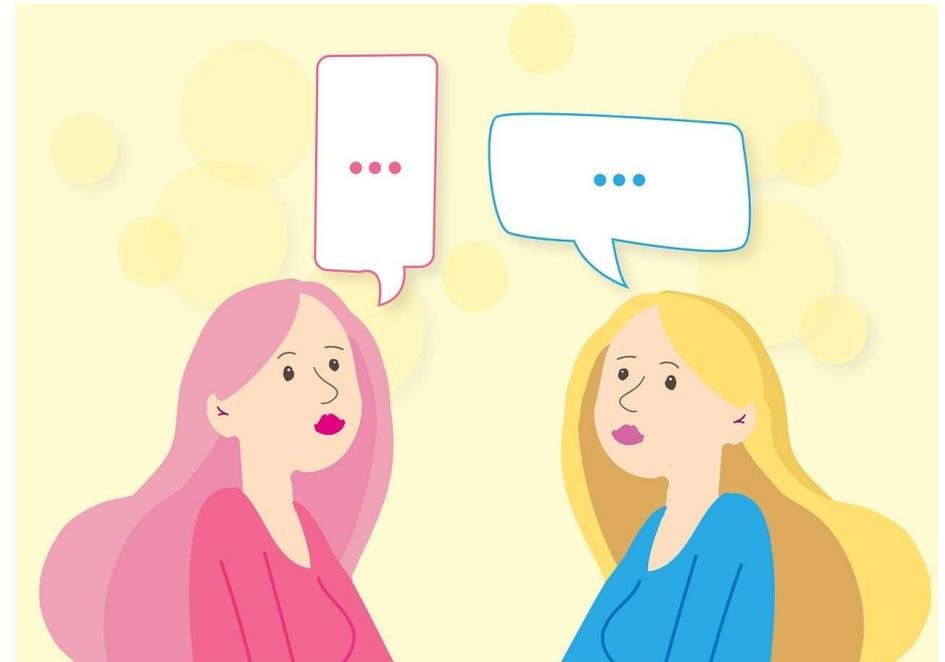
Rund ein Drittel der Frauen (31 Prozent) aber nur gut ein Viertel (28 Prozent) der Männer bezeichnen sich selbst als psychisch erkrankt.

Frauen erleben deutlich häufiger Symptome, die auf mentale Erkrankungen hinweisen können.

AXA hat zum vierten Mal in Folge den Mental Health Report erhoben. Die internationale Studie ermittelt Aussagen zum mentalen Gesundheitszustand der Bevölkerung und wurde anlässlich des Weltfrauentags mit Blick auf Geschlechterunterschiede ausgewertet.

**Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?!  
Wie findet frau die Balance?**

- ▶ . ....Trotz der höheren Bereitschaft, über psychische Probleme zu sprechen, nehmen immer noch viele Menschen in Deutschland, insbesondere in älteren Altersgruppen, keine professionelle Hilfe in Anspruch, was auf anhaltende Hemmungen oder Unsicherheiten im Umgang mit mentaler Gesundheit hinweist.....



Frauen Freundinnen Freundschaft - Kostenloses Foto auf Pixabay

## Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?! Wie findet frau die Balance?

- ▶ Erste Studien, die untersuchen, inwieweit Frauen- künstliche Intelligenz (KI) zur Unterstützung bei mentalen Problemen nutzen
  - Durch KI sollen Chats zu mentaler Gesundheit empathischer werden
- ▶ Frauen, die wenig über psychische Probleme sprechen, eher bereit sind, mit KI-gestützten Chatbots zu interagieren
- ▶ Langfristig erhoffen sich Wissenschaftler *innen*, *dass KI als ergänzendes Werkzeug funktioniert, das Nutzerinnen einen niedrigschwelligen Einstieg zu psychologischer Beratung ermöglicht, ohne dabei professionelle Hilfe zu ersetzen*
  - Erforschung der Rolle der KI in der psychischen Gesundheit: Eine Zukunftsperspektive

# Die relevantesten AI- Technologien

Physische  
Roboter

Spracherkennung  
und –  
Verarbeitung

Maschine  
Learning

Software Robots  
(RPA)

Bilderkennung &  
Computer vision

Deep learning (  
generative AI)

# Veränderungen im Gesundheitswesen

Diagnostische  
Unterstützung

Individualisierte  
Behandlung

Robotik/Automatisierung

Ethische Fragen und  
Entscheide

Datenschutz und  
Sicherheit

Transparenz &  
Nachvollziehbarkeit

Ferndiagnostik

Waerables & medizinische  
Überwachung

Veränderung der Arzt-  
Patient Beziehung

Präventive Medizin

Elektronische  
Gesundheitsakten

Kompetenzverlagerung

# Unterstützung der KI bei der Stressbewältigung

- ▶ KI-gestützte Chatbots und Apps
- ▶ Stressmonitoring und -vorhersage
- ▶ Personalisierte Empfehlungen
- ▶ Virtuelle Assistenten für Achtsamkeit und Entspannung
- ▶ Erkennung und Prävention von Burnout

**Allerdings betonen Experten, dass KI als Ergänzung und nicht als Ersatz für menschliche Unterstützung betrachtet werden sollte. KI-gestützte Tools können zwar helfen, sind aber in komplexen Fällen von psychischen Belastungen nicht immer ausreichend.**



# Unterstützung der KI bei der Stressbewältigung

[Wysa: Anxiety, therapy chatbot – Apps bei Google Play](#)

[Elona Health – Wir gestalten die Psychotherapie von morgen](#)

[Calm - The #1 App for Meditation and Sleep](#)

# Einsatz von KI für...

- ▶ Zeitmanagement :automatisierte Zeitplanung, arbeitsblock- Optimierung, Meeting optimierung
- ▶ Entspannung: Diese Technologien kombinieren oft personalisierte Empfehlungen, Echtzeitanalysen und biometrisches Feedback, um gezielte Entspannungsstrategien anzubieten:-Bsp.: Geführte Meditation und Achtsamkeitstraining

## Product - TRIPP

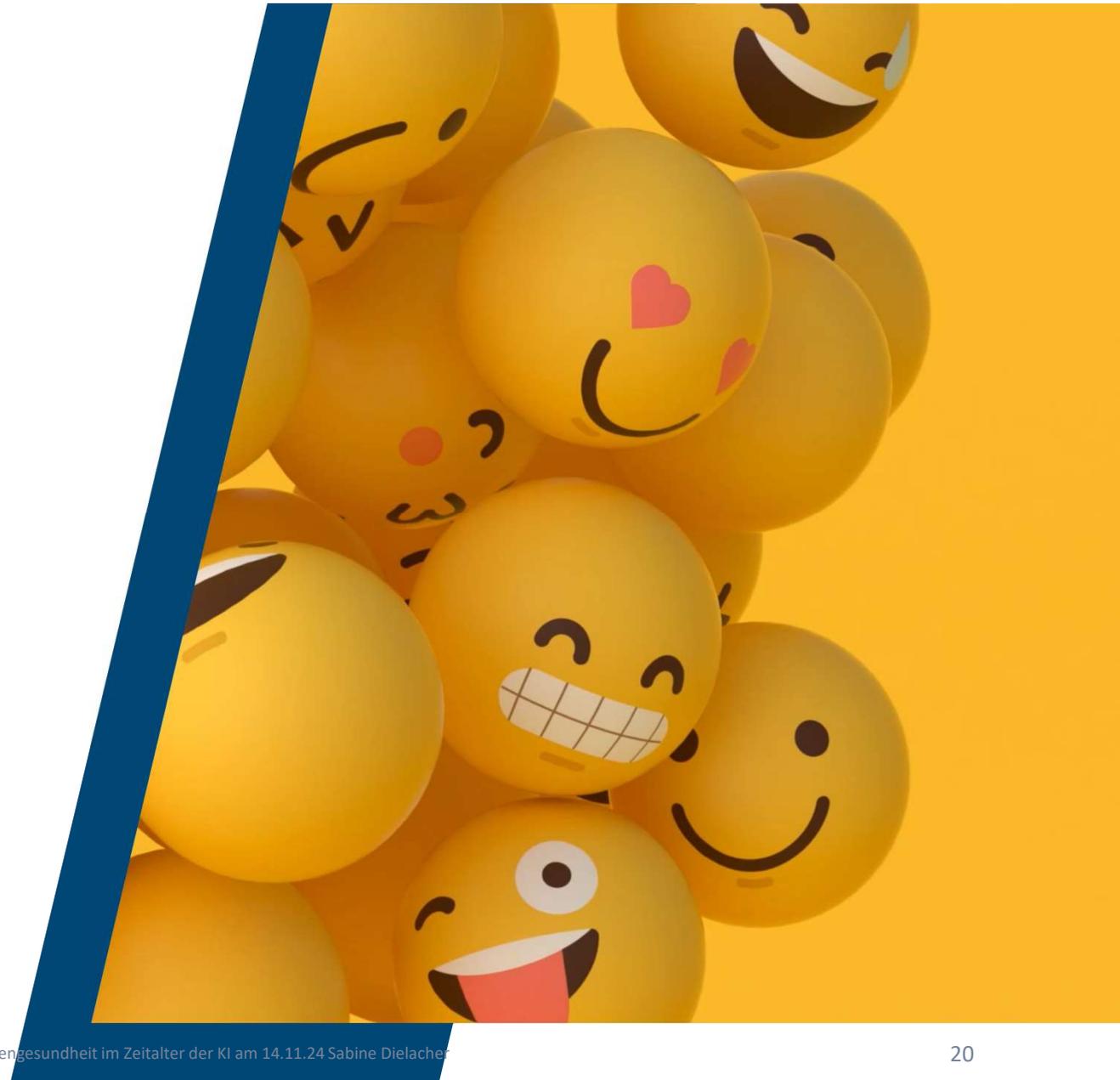
- ▶ Körperliche Aktivität
- ▶ Ressourcen erkennen- Coaching

# Einsatz von KI für...

- ▶ Erkennung und Prävention von Burnout
  
- ▶ Vorteile und Herausforderungen
- ▶ Der Einsatz von KI zur Burnout-Prävention hat zahlreiche Vorteile, darunter eine frühzeitige Erkennung von Stressfaktoren und eine personalisierte Unterstützung. Dennoch gibt es Herausforderungen:
  - **Datenschutz:** Da die KI persönliche Daten analysiert, ist der Schutz der Privatsphäre besonders wichtig. Unternehmen müssen sicherstellen, dass sensible Informationen nur anonymisiert und vertraulich verwendet werden.
  - **Vertrauen und Akzeptanz:** Mitarbeitende könnten sich durch die Überwachung unwohl fühlen. Hier ist Transparenz entscheidend, um sicherzustellen, dass die Systeme wirklich dem Wohl der Mitarbeitenden dienen.
- ▶ KI-basierte Ansätze zur Burnout-Erkennung und Prävention bieten großes Potenzial, um das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern und langfristige Gesundheitsrisiken zu mindern.

# Mentale Gesundheit

#48: Eine KI für Mental Health - Frauen machen MINT - Apple Podcasts



## Mentale Gesundheit bei Frauen - KI als Chance und Herausforderung zugleich?! Wie findet frau die Balance?

- ▶ <https://katzberger.ai/2020/01/02/ki-erkennt-depression-anhand-von-stimmenanalyse/>

# Überblick Marktsstände

## + Chancen der KI für mentale Gesundheit von Frauen

Niederschwelligkeit,  
Kassenapps- first support, Zeitersparnis, dranbleiben erleichtert

## + Herausforderungen :

KI ersetzt die eigene Körperwahrnehmung, Genderbias, Ökologischer Aspekt

## + Wearables pro-contra

Selbsttimierungswahn- Stress, Verlieren der eigenen Körperwahrnehmung  
Medizinisches Monitoring- gezielter Einsatz- Notfallknopf

## + Apps – pro-contra

Leichter Zugang, Bewegungsempfehlungen, Trainingspläne

