

# NACHRICHTEN

Unterrichtskonzept „Freude pflegen“ in der Pflegeausbildung zeigt Wirkung

## Resilienz stärken, Stressmanagement verbessern



Stressmanagement, Arbeitsmotivation, Resilienz sowie Kommunikation sind die Themen in den Humorworkshops. Foto: Marina Weigl

Ein innovatives Unterrichtskonzept zum Stressmanagement und zur Anhebung der Arbeitsmotivation für Pflegeauszubildende wird derzeit in einer Langzeitstudie der Stiftung Humor Hilft Heilen der Universität Lübeck und der Alexianer-Misericordia wissenschaftlich untersucht. Erste Ergebnisse liegen nun vor.

Von Verena Breitbach

**Bonn //** Seit Mitte 2019 wird das Unterrichtskonzept „Freude pflegen“ in sechs Modulen mit Auszubildenden der Kranken- und Altenpflege der Alexianer Pflegeschule in Münster getestet. Mit ca. 90 Schüler:innen werden halbjährlich dreistündige Interventionen durchgeführt, die Perspektivwechsel ermöglichen und Resilienz fördernd sind, während die Kontrollgruppe an einer Alexianer Pflegeschule in Berlin das Unterrichtskonzept nicht erhält. „Wir haben jetzt erste Informationen darüber, wie die Humorinterventionen wirken“, erklärt Maria Bley, Leiterin der Stiftung Humor Hilft Heilen gGmbH. „Im nächsten Schritt werden die Pflegeschüler:innen weitere zwei Jahre nach Abschluss ihrer Ausbildung im Berufsleben begleitet, um auch die Nachhaltigkeit unserer Maßnahmen überprüfen zu können.“

Pandemiebedingt wurden auch digitale Formate mit einbezogen. Auch hier zeigten sich positive Ef-

ekte, so Bley. „Angesichts der hohen emotionalen und körperlichen Herausforderungen für Auszubildende in der Pflege freuen wir uns sehr über die Teilnahme an diesem Projekt“, sagt Peter Ahaus, stellvertretender Schulleiter der Alexianer Zentralschule für Gesundheitsberufe in Münster. „Das Unterrichtskonzept ‚Humor in der Pflege‘ ermöglicht unseren Auszubildenden die Möglichkeit der Reflexion zum eigenen Umgang mit Unsicherheiten und herausfordernden Arbeitsumständen.“

### Abwanderung aus der Pflege verhindern

„Die insgesamt sechs halbtägigen Modulen des Curriculums, das wir mit wissenschaftlicher Begleitung entwickelt haben, orientieren sich an den Erfahrungen, die die angehenden Pflegekräfte im Verlauf ihrer Ausbildung machen. Themenschwerpunkte sind Stressmanagement, Arbeitsmotivation- und Zufriedenheit, Resilienz, sowie Kommunikation“, erläutert An-

dreas Bentrup, fachlicher Leiter Humorworkshops. Je Ausbildungsjahr liegt der Fokus dabei auf einem anderen Bereich. Im ersten Jahr sind es Selbstwahrnehmung sowie Techniken und Perspektiven, die den persönlichen Kontakt mit den Patient:innen betreffen. Im zweiten Jahr stehen die Bereiche Team und Motivation im Mittelpunkt und im dritten und letzten Jahr der Ausbildung geht es dann um Haltungen, Perspektiven und Techniken, die stärkend wirken (Umgang mit Stress, Quellen der Freude finden), damit die angehenden Pflegekräfte sich ihrer Kräfte bewusst erhalten können. Bentrup: „Methodisch arbeiten wir dabei dynamisch und setzen Elemente aus der Theaterpädagogik ein. Die Auszubildenden können so zunächst selbst Erfahrungen sammeln und aus diesen dann Perspektiven, Erkenntnisse und Haltungen für ihren Arbeitsalltag ableiten.“

Um der Abwanderung des Fachpersonals bereits in der Ausbildung entgegen zu wirken, hat Eckart von Hirschhausens Stiftung Humor Hilft

Heilen gGmbH mit Unterstützung der Universität zu Lübeck dieses Pionierprojekt „Freude pflegen“ entwickelt: ein Curriculum mit Themenschwerpunkten, die in der klassischen Ausbildung oft zu kurz kommen.

Doch kann das Gelernte später im emotional stressigen Pflegealltag abgerufen werden? Lea Böttger, Projektleitung Workshops: „Hier stehen wir mit unserer Evaluation noch am Anfang. Die Erfahrungen aus vorangegangenen Projekten zeigten aber in qualitativen Rückmeldungen, dass Auszubildende ganz konkrete Dinge aus den Trainings mitnehmen und auch anwenden, so zum Beispiel Übungen zum Stressmanagement. Um hier weitere Erkenntnisse zu gewinnen, ist unsere Evaluation als Langzeitstudie angelegt, die die Teilnehmenden auch über die Ausbildung hinaus in die ersten Berufsjahre begleitet.“

Die ersten Studienergebnisse sind vielversprechend: „Die Humorintervention wirkte sich unmittelbar im Anschluss positiv auf die Stimmung der Pflegeschüler:innen aus und diese bewerteten die Intervention als sehr nützlich für ihren Berufsalltag“, sagt Corinna Peifer, Professorin für Arbeits- und Organisationspsychologie am Institut für Psychologie der Universität zu Lübeck. „Während die humorvolle Einstellung in der Kontrollgruppe im ersten halben Jahr sank, blieb sie in der Interventionsgruppe über die Zeit stabil. Wie erwartet hängt eine humorvolle Einstellung u. a. mit reduziertem Stress, höherer Arbeitsfreude und höher wahrgenommener Bedeutsamkeit der Arbeit zusammen.“

Die Ergebnisse der Studie bestätigen die Wirksamkeit des Unterrichtskonzeptes. Jedoch zeigten die Ergebnisse auch, dass die Anwendung des Gelernten in der Praxis noch gesteigert werden kann – z. B. durch die geplante Einführung einer interaktiven App, um die Inhalte in zeitgemäßer Form vertiefen zu können. Das verbesserte Gesamtkonzept soll dann in der Zukunft an einer weiteren Ausbildungsgruppe erprobt werden. (ck)

■ Die Autorin Verena Breitbach ist für Kommunikation und Presse bei der bundesweit agierenden Stiftung Humor Hilft Heilen mit Sitz in Bonn zuständig.