

ipp schriften 10



AUSGABE 10

2012

STEFAN GÖRRES, MARTINA STÖVER, JAQUELINE BOMBALL, AYLIN SCHWANKE,
MELANIE BREMER, CHRISTIN ADRIAN

BUNDESWEITER IDEENWETTBEWERB „GESUNDE PFLEGEAUSBILDUNG“

- ANWENDUNGSBEISPIELE FÜR DIE PRAXIS -

SCHRIFTENREIHE DES INSTITUTS FÜR PUBLIC HEALTH
UND PFLEGEFORSCHUNG, UNIVERSITÄT BREMEN
HERAUSGEBER: STEFAN GÖRRES, INGRID DARMANN-FINCK, ANSGAR GERHARDUS

IPP-Schriften, Ausgabe 10 /2012

Titel: Bundesweiter Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“. Anwendungsbeispiele für die Praxis.

AutorInnen: Prof. Dr. Stefan Görres, Dr. Martina Stöver, Jaqueline Bomball, Aylin Schwanke, Melanie Bremer, Christin Adrian

Kontakt AutorInnen: Dr. Martina Stöver,
Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP), Universität Bremen.
E-Mail: stoever@uni-bremen.de

Herausgeber IPP-Schriften: Direktorium des Instituts für Public Health und Pflegeforschung, Fachbereich 11 Human- und Gesundheitswissenschaften, Universität Bremen: Prof. Dr. Stefan Görres (geschäftsführend), Prof. Dr. Ingrid Darmann-Finck, Prof. Dr. Ansgar Gerhardus.

Kontakt Herausgeber: Prof. Dr. Stefan Görres (geschäftsführender Direktor)
Postfach 330440, 28334 Bremen
Besucheranschrift:
Grazer Straße 4, 28359 Bremen
Tel: 0421 – 218 68880
E-Mail: health@uni-bremen.de
Internet: www.ipp.uni-bremen.de
Bremen, Dezember 2012
Umschlaggestaltung: IPP
Download der Online-Ausgabe unter: www.ipp.uni-bremen.de
ISSN 1864-4546 (Printausg.)
ISSN 1867-1942 (Internetausg.)

V.i.S.d.P.: Verantwortlich für die publizierte Fassung sind die Autorinnen bzw. Autoren der vorliegenden Ausgabe

Haftungsausschluss: Es gilt der Haftungsausschluss der Universität Bremen (Online im Internet unter: <http://www.uni-bremen.de/datenschutz/haftungsausschluss.html>):

1. Inhalt des Onlineangebotes

Die Universität Bremen übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche gegen die Universität Bremen, die sich auf Schäden materieller oder immaterieller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens der Universität Bremen kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt. Die Universität Bremen behält es sich ausdrücklich vor, Teile der Seiten oder das gesamte Angebot ohne gesonderte Ankündigung zu verändern, zu ergänzen, zu löschen oder die Veröffentlichung zeitweise oder endgültig einzustellen.

2. Verweise und Links

Die Universität Bremen hat keinerlei Einfluss auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung und auf die Inhalte fremder Internetseiten, auf die direkt oder indirekt verwiesen wird (Links). Deshalb distanziert sie sich hiermit ausdrücklich von allen Inhalten aller gelinkten/verknüpften Seiten. Dies gilt auch für alle Fremdeinträge in von der Universität Bremen eingerichteten Gästebüchern, Diskussionsforen und Mailing-Listen.

3. Urheber- und Kennzeichenrecht

Die Universität Bremen hat in allen Publikationen die Urheberrechte der Autoren der verwendeten Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu beachten. Sie ist bestrebt, möglichst von ihr selbst erstellte Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu nutzen oder auf lizenzfreie Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zurückzugreifen. Eine Vervielfältigung oder Verwendung der innerhalb des Internetangebotes der Universität Bremen verwendeten Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte in anderen elektronischen oder gedruckten Publikationen ist ohne ausdrückliche Zustimmung des Autors nicht gestattet, sofern diese nicht ausdrücklich als lizenzfrei erklärt sind.

4. Datenschutz

Sofern innerhalb des Internetangebotes die Möglichkeit zur Eingabe persönlicher oder geschäftlicher Daten (E-Mail-Adressen, Namen, Anschriften) besteht, so erfolgt die Preisgabe dieser Daten seitens des Nutzers auf ausdrücklich freiwilliger Basis.

5. Urheberrecht (Copyright - Universität Bremen)

Alle Rechte vorbehalten, all rights reserved, Universität Bremen, D-28359 Bremen.
Die Online-Dokumente und Webseiten einschließlich ihrer Teile sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen nur zum privaten, wissenschaftlichen und nichtgewerblichen Gebrauch zum Zweck der Information kopiert und ausgedruckt werden, wenn sie den Copyright-Hinweis enthalten. Die Universität Bremen behält sich das Recht vor, diese Erlaubnis jederzeit zu widerrufen. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Universität Bremen dürfen diese Dokumente/Webseiten nicht vervielfältigt, archiviert, auf einem anderen Server gespeichert, in News-Gruppen einbezogen, in Online-Diensten benutzt oder auf einer CD-ROM gespeichert werden. Sie dürfen jedoch in einen Cache oder einen Proxy-Server zur Optimierung der Zugriffsgeschwindigkeit kopiert werden.

Wir erlauben ausdrücklich und begrüßen das Zitieren unserer Dokumente und Webseiten sowie das Setzen von Links auf unsere Website.

	Seite
0. Vorwort	1
<i>Einführung ins Thema</i>	
1. Die Basisstudie: „Bundesweite Vollerhebung zu Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen“	2
1.1 Ausgangssituation	2
1.2 Zentrale Ergebnisse	2
2. Die Folgestudie: „Bundesweiter Ideenwettbewerb Gesunde Pflegeausbildung“	5
2.1 Methodisches Vorgehen	5
2.2 Die eingereichten Konzepte	6
2.3 Prämierung auf dem Hauptstadtkongress „Medizin und Gesundheit“ 2012	7
3. Die Konzepte und deren Schwerpunkte	11
3.1 Bewegungsförderung / Sport	13
3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung	31
3.3 Kommunikationsförderung	41
3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung	47
3.5 Sonstige	71
4. Abbildungsverzeichnis.....	83
5. Literaturverzeichnis	84
6. Anhang	85

Eine Studie des Instituts für Public Health und Pflegeforschung (IPP) hatte es im Sommer 2010 an den Tag gebracht: Die Gesundheit des Pflegepersonals in Deutschland muss nicht erst im Berufsalltag, sondern schon in der Ausbildung stärker gefördert werden. So hatte die von der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) in Auftrag gegebene „Bundesweite Vollerhebung zu Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen“ gezeigt, dass bereits Pflegegeschülerinnen und -schüler erheblich gesundheitlich belastet sind.

Angesichts dieser Situation lobte das IPP anschließend – ebenfalls im Auftrag der BGW – einen bundesweiten Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“ aus. Ziel war es, die Ausbildungsstätten für Pflegeberufe für die gesundheitliche Situation von Auszubildenden zu sensibilisieren und einer breiten Öffentlichkeit Best-Practice-Beispiele zum Thema zur Verfügung zu stellen. Mit dem vorliegenden Band seiner Schriftenreihe präsentiert das IPP nun 35 Konzepte, die Ausbildungsstätten aus ganz Deutschland bei diesem Wettbewerb eingereicht und zur Veröffentlichung freigegeben haben.

Das Themenspektrum der Beiträge reicht von Bewegungsförderung und Sport über Stressreduktion, Entspannung und Konzentrationsförderung, Kommunikationsförderung und weitere Einzelaspekte bis hin zur themenübergreifenden Gesundheitsförderung. Den Anwendungsbeispielen vorangestellt finden sich in diesem Buch zusammenfassende Informationen zur Basisstudie und zum Wettbewerb.

Unser Dank gilt allen Ausbildungsstätten für Pflegeberufe, die der Publikation ihrer Konzepte für eine gesunde Pflegeausbildung zugestimmt haben. Ferner danken wir allen, die durch ihre Mitarbeit dazu beigetragen haben, dass diese Schrift erscheinen konnte. Zu nennen sind hier vor allem Vertreter des Deutschen Pflegerates (DPR), der Selbstverwaltung der BGW, der Vereinten Dienstleistungsgewerkschaft (ver.di), des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) und der Charité Berlin, die als Mitglieder der Jury bei der Auswahl der besten Konzepte zur Gesundheitsförderung mitgewirkt haben.

Den Leserinnen und Lesern wünschen wir eine nicht nur interessante, sondern auch inspirierende Lektüre. Mögen die in dieser Schrift versammelten Anwendungsbeispiele dazu beitragen, dass die Gesundheitsförderung in der Pflegeausbildung weiter entfaltet wird. Sie gehört zu den Voraussetzungen dafür, dass Pflegekräfte gesund und motiviert ihren wichtigen Dienst an der Gesellschaft leisten können.

Prof. Dr. Stephan Brandenburg
Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst
und Wohlfahrtspflege,
Geschäftsführung



Der Pflegebedarf wird bis 2030 um 50% steigen. Für die Versorgung dieser Pflegebedürftigen fehlen rund 500.000 Vollzeitkräfte in der Pflege, wenn sich die Trends der Vergangenheit fortsetzen. Dies ist das Ergebnis einer jüngst an der Universität Bremen durchgeführten Studie. Es liegt auf der Hand, dass alle in der Pflegebranche tätigen Einrichtungen nicht nur in Zukunft verstärkt Bemühungen unternehmen müssen, kompetentes Pflegekraftpersonal zu gewinnen, sondern auch den Beruf attraktiver zu machen. Dazu gehört vor allem auch die Frage gesundheitsförderlicher Arbeits- und Ausbildungsbedingungen. Letztere war Gegenstand einer Studie, die das Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) im Auftrag der BGW durchgeführt hat. Die Ergebnisse zeigten eines: schon in der Ausbildung ist die Gesundheit von Auszubildenden in der Pflege durchaus belastet und es ist zu erwarten, dass diese Belastungen in den späteren Arbeitsalltag übertragen und dort manifest werden.

Dies war Anlass genug, im Anschluss an diese Studie einen Ideenwettbewerb im Auftrag der BGW durchzuführen, der zum Ziel hatte, die besten Konzepte für Gesundheitsförderung an Pflegeschulen bundesweit auszuloben und zu prämiieren. Mit Begeisterung und viel Engagement haben sich 64 Schulen auf den Weg gemacht und ihre Konzepte eingereicht. Davon wurden insgesamt sechs im Rahmen des Hauptstadtkongresses 2012 prämiert. Im Rahmen der Veranstaltung in Berlin war zu erkennen, wie wichtig dieses Thema für die Pflegeschulen ist, denn ihnen selbst liegt sehr viel daran, nicht nur die besten Pflegekräfte für die Zukunft auszubilden, sondern auch für deren Gesundheit Sorge zu tragen.

Wir hoffen, dass der nun erscheinende Reader, der die Mehrzahl der eingereichten Konzepte in strukturierter Form darstellt, nicht nur die Arbeit derer, die sich bereits auf den Weg gemacht haben würdigt, sondern auch anderen Pflegeschulen zum Anreiz dient, diese Initiative aufzugreifen und nachzuahmen. Die Initiativen sind durchaus vielfältig und zeigen, wie breit das Verständnis einer Gesundheitsförderung in der Pflegeausbildung sein kann und wie kreativ die Ideen sind.

Wir bedanken uns an dieser Stelle ganz herzlich bei den Pflegeschulen, die in äußerst engagierter Weise am Ideenwettbewerb teilgenommen haben und bedanken uns ebenfalls bei denjenigen, die in ebenso engagierter Weise die Preise im Rahmen des Hauptstadtkongresses verliehen haben: Frau Parlamentarische Staatssekretärin Annette Widmann-Mauz, Herr Prof. Dr. Stefan Görres (Uni Bremen), Herr Prof. Dr. Albert Nienhaus (BGW) und Herr Franz Wagner (Deutscher Pflegerat). Besonders aber gilt unser Dank der BGW, die diesen Ideenwettbewerb gefördert und damit ein deutliches Signal für die zwingend notwendige Verbesserung der Attraktivität von Pflegeberufen gesetzt hat. Die Gesundheitsförderung für Auszubildende in der Pflege ist dazu ein wichtiger Baustein.

In diesem Sinne wünsche ich mir viele Nachahmer

Prof. Dr. Stefan Görres,
Institut für Public Health und Pflegeforschung
der Universität Bremen,
Geschäftsführung



**Institut für Public Health
und Pflegeforschung**
Universität Bremen

„Bundesweite Vollerhebung zu Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen“

1.1 Ausgangssituation

Der Pflegeberuf sieht sich aufgrund demografischer, gesellschaftlicher und versorgungsstruktureller Entwicklungen seit vielen Jahren vor komplexe Anforderungen gestellt: So erfordern alternde Belegschaften, belastende Arbeitsbedingungen, ein überdurchschnittlich hoher Krankenstand, eine vergleichsweise hohe Fluktuation, Nachwuchsprobleme sowie der häufige Wunsch nach einem frühzeitigen Berufsausstieg mehr denn je gesundheitsförderliche Maßnahmen, um auch in Zukunft dem qualitativen und quantitativen Anspruch an gut ausgebildetem Personal gerecht zu werden und eine hohe Pflegequalität gewährleisten zu können (Hasselhorn et al. 2005). Darüber hinaus ist angesichts dieser Tendenzen und dem derzeit schlechten Image des Pflegeberufes (Bomball et al. 2010) in naher Zukunft ein Mangel an professionellen Pflegekräften zu befürchten, dem es mit geeigneten Maßnahmen zu begegnen gilt. Eine dieser Maßnahmen ist die betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention.

Professionell Pflegende stellen eine wichtige Zielgruppe für die betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention im Gesundheitswesen dar. Inzwischen ist jedoch die Erkenntnis gewachsen, dass bereits in der Pflegeausbildung gesundheitsförderliche und präventive Maßnahmen angebahnt und vermittelt werden müssen, wenn ein größtmöglicher Nutzen erzielt werden soll. Inwieweit diese Aspekte in den Ausbildungsstätten für Pflegeberufe allerdings thematisiert und in Form gezielter Aktivitäten praktiziert werden, darüber war bislang wenig bekannt. Es lagen keine aussagekräftigen Daten dazu vor, welchen Stellenwert gesundheitsförderliche und präventive Handlungen in der Pflegeausbildung einnehmen und wie die erforderlichen Kompetenzen dazu gezielt vermittelt werden. Dieser Forschungsbedarf wurde mit der Studie „Bundesweite Vollerhebung zu Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen“ aufgegriffen. Dabei wurden Relevanz und Transfer von Maßnahmen zu Gesundheitsförderung und Prävention analysiert, der Gesundheitszustand der Pflegeauszubildenden untersucht sowie Unterstützungsbedarfe der Schulen erhoben. Die Studie wurde finanziell von der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) gefördert.

1.2 Zentrale Ergebnisse¹

Relevanz und Transfer gesundheitsförderlicher Maßnahmen

Die hohe Relevanz des Themas ist inzwischen unbestritten. Grundsätzlich wird von Seiten der Schulleitungen der Vermittlung gesundheitsförderlicher Inhalte eine sehr hohe Bedeutung beigemessen. In nahezu allen befragten Einrichtungen wird das Thema curricular berücksichtigt. Gleichzeitig ergab die Befragung jedoch, dass der Umfang aus Sicht der Lehrkräfte nicht ausreicht, um die Auszubildenden adäquat auf die Anforderungen und Belastungen des Pflegeberufs vorzubereiten. Darüber hinaus gestaltet sich die Umsetzung von erlerntem, theoretischem Wissen in gesundheitsförderliche Verhaltensweisen in der Praxis schwierig. So erfahren bei der Einführung präventiver Verhaltensweisen nur knapp ein Drittel der Schulen gezielte Unterstützung aus der Praxis. Auch wenn das Verhal-

¹ Vgl. Schwanke et al. 2011, Bomball et al. 2010

1. Die Basisstudie

ten der Auszubildenden zunächst positiv beeinflusst wird, können die Rahmenbedingungen Barrieren darstellen und die Umsetzung behindern. So verfügen die Auszubildenden z. B. mehrheitlich über einen hohen Umfang an schulischem Wissen zu rückenschonendem Arbeiten, dennoch können 22% der Befragten diesbezügliche Maßnahmen selten bis gar nicht umsetzen (Bomball et al. 2010). Es genügt also nicht, entsprechendes Wissen erfolgreich zu vermitteln, es muss auch angewandt, geübt und erfahren werden. Dazu ist eine enge Kooperation zwischen den beiden Lernorten Schule und Praxis von entscheidender Bedeutung.

Gesundheitszustand der Pflegeauszubildenden

Bezüglich des Gesundheitszustandes beschreibt der überwiegende Anteil der befragten Pflegeauszubildenden ihren allgemeinen Gesundheitszustand als sehr gut bis gut (71%). Knapp ein Drittel beurteilt ihn hingegen als befriedigend bis mangelhaft. Eine Gegenüberstellung mit den Daten zur subjektiven Einschätzung des Gesundheitszustandes in der bundesdeutschen Bevölkerung zeigt im Vergleich, dass die Zielgruppe der Pflegeauszubildenden ihre körperliche Verfassung schlechter einschätzt als die vergleichbare Altersgruppe der 18- bis 30-Jährigen mit mittlerem Bildungsniveau. Innerhalb dieser Gruppe bewerten knapp 91% der Befragten ihren Gesundheitszustand als sehr gut bis gut (Robert Koch-Institut 2010). Diese Abweichung zeigt einerseits die relativ hohe gesundheitliche Beeinträchtigung von Pflegeauszubildenden im Vergleich zur gleichaltrigen Gesamtbevölkerung und weist andererseits auf die Notwendigkeit eines vermehrten Einbezugs gesundheitsfördernder und präventiver Maßnahmen an Pflegeschulen hin. Auf die Frage, welche körperlichen Beeinträchtigungen die Schüler/innen wahrnehmen, berichteten sie in hohem Maß über Schmerzen im Rücken und Nacken- sowie Schulterbereich. Ebenso bilden Kopfschmerzen, erhöhte Reizbarkeit sowie Schlafstörungen häufige Gesundheitsprobleme.

Unterstützungsbedarfe der Schulen

Um Arbeits- und Gesundheitsschutz in Pflegeeinrichtungen erfolgreich einbetten zu können, müssen die Mitarbeiter/innen ein Bewusstsein für diese Themen entwickeln und ihr eigenes Gesundheitsverhalten daran ausrichten. Bisherige Erfahrungen zeigen jedoch, dass allein verhaltensbezogene Ansätze wenig erfolgversprechend sind. Vielmehr hat die Verbindung mit der Lebenswelt und den hier vorzufindenden Rahmenbedingungen im Sinne des Setting-Ansatzes einen entscheidenden Einfluss auf die Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen. Die Ergebnisse der Basisstudie belegen, dass es die bestehenden Rahmenbedingungen in den Schulen erheblich erschweren, die Entwicklung und Umsetzung konkreter Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention voranzutreiben. In lediglich einem Drittel der Schulen sind finanzielle Ressourcen für gesundheitsfördernde Maßnahmen in ausreichendem Umfang vorhanden. Nur in etwas mehr als der Hälfte der Schulen entsprechen die Schulgebäude gesundheitsförderlichen Anforderungen (bezogen auf Lichtverhältnisse, Schutz vor Schadstoffen und Lärm, Sauberkeit und Hygiene). Am wenigsten wurde bisher in die gesundheitsförderliche Gestaltung der Unterrichtsräume investiert. Sie entsprechen selten gesundheitsförderlichen oder ergonomischen Prinzipien bezogen auf Sitzordnung, Mobiliar und Raumklima.

1. Die Basisstudie

Schlussfolgerung

Mit der Novellierung des Krankenpflegegesetzes (2004) und der Einführung des bundeseinheitlichen Altenpflegegesetzes (2003) wurden Gesundheitsförderung und Prävention explizit als Aufgabenbereiche der Pflege benannt (Bonse-Rohmann 2007). Diese gesetzlichen Neuerungen, die u.a. zu der neuen Berufsbezeichnung Gesundheits- und Krankenpfleger/in geführt haben, legen den Fokus auf ein neues Gesundheits-, Krankheits- und Pflegeverständnis, das nicht nur kurativ, sondern auch durch die „Philosophie“ der Gesundheitsförderung und Prävention geprägt ist. Um eine frühzeitige Auseinandersetzung der Pflegenden mit Gesundheitsförderung und Prävention sowie deren nachhaltige Integration in die Pflegepraxis zu gewährleisten, muss die Vermittlung entsprechender Maßnahmen demnach bereits in der Pflegeausbildung beginnen. Eine systematische Entwicklung entsprechender Strategien, die Etablierung zielgruppenspezifischer Angebote sowie die Einbindung gesundheitswissenschaftlicher Themen in die Pflegeausbildung bilden den Ausgangspunkt für eine Schärfung des eigenen Gesundheitsbewusstseins und folglich für einen besseren Umgang mit körperlichen und psychischen Arbeitsbelastungen. Damit kann eine Pflegeschule bereits in einem frühen Stadium der beruflichen Sozialisation einen Beitrag zu einer besseren Gesundheit, erhöhten Arbeitszufriedenheit und einem längeren Verbleib im Pflegeberuf leisten. Gleichzeitig bildet diese Auseinandersetzung mit der eigenen Gesundheit eine wertvolle Basis, um in der Rolle als Pflegekraft gesundheitsorientiert zu agieren.

Um gute Beispiele der Integration von Prävention und Gesundheitsbeförderung in die Pflegeausbildung öffentlichkeitswirksam aufgreifen zu können, wurde in einer Folgestudie ein bundesweiter Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“ initiiert².

² Der bundesweite Ideenwettbewerb wurde von der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) gefördert und vom Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) organisiert.

„Bundesweiter Ideenwettbewerb Gesunde Pflegeausbildung“

Mit dem bundesweiten Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“ sollten zukunftsweisende Ideen und Konzepte gesammelt und i. S. von „best practice“ Transferoptionen für andere Pflegeschulen eröffnet und einer breiten Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt werden. Hierzu wurden alle bundesdeutschen Pflegeschulen, die bereits Maßnahmen im Rahmen von Prävention und Gesundheitsförderung in der Pflegeausbildung vornehmen, dazu angeregt, ihre Konzeptionen und Erfahrungen einzusenden. Die Ausschreibung richtete sich insbesondere an Pflegeschulen bzw. Bildungseinrichtungen und Berufsfachschulen, die partnerschaftliche Ideen und Konzepte zur theoretischen Vermittlung und berufspraktischen Umsetzung von arbeitsschutz- und gesundheitsrelevanten Kenntnissen verfolgen.

2.1 Methodisches Vorgehen

Die Fachjury

Die Auswertung der eingereichten Ideen und Konzepte erfolgte entsprechend der Anregung der Selbstverwaltung der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) über eine hochkarätige Fachjury, die sich aus Vertretern/innen der BGW, des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG), des Deutschen Pflegerates (DPR), der Gewerkschaft ver.di, der Von Bodelschwinghschen Stiftung Bethel sowie aus Personen der Pflegepraxis und der Pflegeausbildung zusammensetzte:

- Brunhild Bald, Selbstverwaltung der BGW
- Maren Böhmert³, BGW
- Prof. Dr. Stephan Brandenburg³, BGW
- Michael Breuckmann, Deutscher Pflegerat (DPR)
- Ira Chatzicharalambous, Charité Berlin
- Elisabeth Deterding, Rotes Kreuz Krankenhaus Kassel, Selbstverwaltung der BGW
- Gerd Dielmann⁴, ver.di
- Franziska Landgraf, Charité Berlin
- Prof. Dr. Albert Nienhaus³, BGW
- Dr. Thomas Remé³, BGW
- Christian Rettberg, Von Bodelschwinghsche Stiftung Bethel, Selbstverwaltung der BGW
- Parlamentarische Staatssekretärin Annette Widmann-Mauz, BMG; in Vertretung: Ministerialrat Ralf Suhr, BMG

Der Kriterienkatalog

Das Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) der Universität Bremen entwickelte auf der Grundlage einer systematischen Literaturrecherche und in Zusammenarbeit mit der Fachjury einen Kriterienkatalog zur Bewertung der Wettbewerbsbeiträge. Daraus wurden sechs Leitkriterien gene-

³ Teilnahme an den Fachjury-Sitzungen, nicht beteiligt bei der Endbewertung

⁴ Fehlende Teilnahme an den Fachjury-Sitzungen und der Endbewertung

2. Die Folgestudie

riert und durch verschiedene Items operationalisiert. Auf dieser Basis konnte seitens der Mitarbeiterinnen des Instituts für Public Health und Pflegeforschung (IPP) eine erste Vorauswahl getroffen werden.

Leitkriterien des Kriterienkatalogs (*vollständiger Katalog siehe Anhang*)

- Selbstverständnis
- Theorie-Praxis-Transfer
- Reichweite und Übertragbarkeit
- Nachhaltigkeit
- Machbarkeit

Die Vorauswahl

Die Vorauswahl und abschließende Auswahl der zehn besten Konzepte erfolgte durch mindestens 2 Prüferinnen des Instituts für Public Health und Pflegeforschung (IPP). Dies erfolgte auf der Grundlage des gemeinsam beschlossenen Kriterienkatalogs und mittels statistischer Berechnungen (Mittelwerte) sowie Interrater-Abstimmungen der Prüferinnen untereinander. Dabei durfte keines der eingereichten Projekte in einem der Leitkriterien einen schlechteren Durchschnittswert als „3,6“ erreichen. Die so ausgewählten Konzepte wurden den Jury-Mitgliedern zusammen mit einem komprimierten Kriterienkatalog (siehe Anhang) für die Endbewertung zur Verfügung gestellt.





Die Endbewertung

Bei der Endbewertung der zehn besten Konzepte stand das Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) beratend zur Seite. Die finale Bewertung und Auswahl der sechs prämierten Konzepte wurde ausschließlich durch die Fachjury vorgenommen. Im Ergebnis dieser Einzelbewertungen der Jurymitglieder ließen sich anhand von Mittelwertberechnungen und mittels intensiver Abstimmungsprozesse letztlich die sechs Preisträger des Ideenwettbewerbs ermitteln.

2.2 Die eingereichten Konzepte

Die Resonanz auf die Wettbewerbsausschreibung war beeindruckend: Insgesamt gingen bis zum Einsendeschluss 64 Konzepte am Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) der Universität Bremen ein. Die höchste Beteiligung konnte in den alten Bundesländern verzeichnet werden: Mit jeweils 13 Konzepten waren Bayern und Nordrhein-Westfalen am häufigsten vertreten, aber auch zahlreiche Bildungseinrichtungen aus Niedersachsen und Baden-Württemberg nutzten die Gelegenheit, sich am Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“ zu beteiligen.

Legende: Beteiligung

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Hoch (13-9) |  Mittel (8-4) |
|  Gering (3-1) |  Keine |

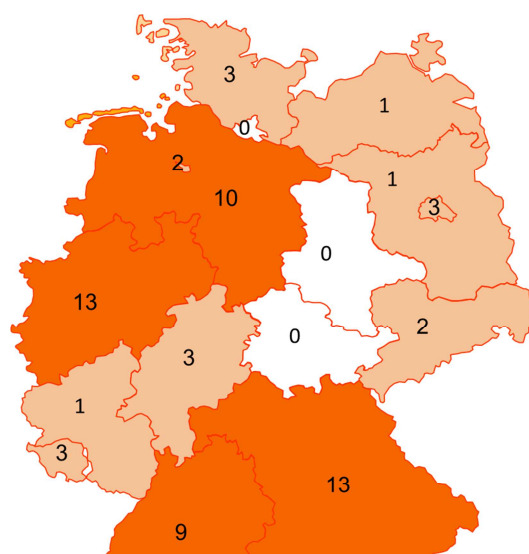


Abbildung 1: Eingang der Wettbewerbsbeiträge – Verteilung nach Bundesländern

2. Die Folgestudie

2.3 Prämierung auf dem Hauptstadtkongress „Medizin und Gesundheit“ 2012

Auf dem Hauptstadtkongress „Medizin und Gesundheit“ am 15. Juni 2012 in Berlin wurden sechs Ausbildungseinrichtungen für Pflegeberufe für ihre vorbildlichen Konzepte zur Gesundheitsförderung ausgezeichnet. Dabei reichte das inhaltliche Spektrum der Preisträger aus Erlenbach, Celle, Rendsburg, Saarlouis, Braunschweig und Paderborn von „Bewegungsförderung und Sport“ über „Ernährung und Kommunikationsförderung“ bis hin zum „Betrieblichen Gesundheitsmanagement“. Mit dieser Preisverleihung fand der Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“ seinen Abschluss.

1. Platz: Projekt „Kinaesthetics – Gesundheitsförderung im Berufsalltag für Auszubildende und alte Menschen“

Der erste Preis ging an die BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe in Erlenbach (Bayern). Ihr Projekt „Kinaesthetics – Gesundheitsförderung im Berufsalltag für Auszubildende und alte Menschen“ (s. S. 13) ist aus der Tatsache heraus entstanden, dass zwar rückenschonende Pflegetechniken in einem Kinaesthetic-Grundkurs theoretisch gelehrt und praktisch geübt werden konnten, die praktische Umsetzung jedoch in den kooperierenden Einrichtungen weitgehend misslang. Starre Strukturen und wenig „gute“ Vorbilder seitens der examinierten Pflegefachkräfte haben dazu geführt, dass Pflegehandlungen weiter durch ein den Rücken belastendes „Heben“ und „Tragen“ bestimmt waren. In das neue Konzept sind alle Mitarbeiter/innen der Praxiseinrichtungen über In-house-Schulungen eingebunden, damit sie die Schüler/innen in ihrer dreijährigen Ausbildung aktiv dabei unterstützen können, den Theorie-Praxis-Transfer nachhaltig zu verbessern.



Abbildung 2: Parlamentarische Staatssekretärin Annette Widmann-Mauz (rechts) mit Vertreterinnen der BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe Erlenbach

2. Platz: Projekt „Wertschätzung“

Den zweiten Platz belegte das Schulzentrum für Gesundheitsberufe am Allgemeinen Krankenhaus Celle (Niedersachsen). Das Konzept zum Projekt „Wertschätzung“ (s. S. 41) zielt darauf ab, ein gesünderes Lernklima zu fördern und den Auszubildenden gezielt Gehör zu verschaffen. In den bisher am Schulzentrum durchgeführten Reflexionsgesprächen wurde darüber berichtet, wie unbedachte Äußerungen und eine geringe Bereitschaft der examinierten Pflegekräfte, sich der Perspektive der Auszubildenden anzunehmen, bei diesen das Gefühl aufkommen ließen, den Anforderungen der

2. Die Folgestudie



Abbildung 3: Franz Wagner (Deutscher Pflegerat) (rechts) mit Vertreterinnen des Schulzentrums für Gesundheitsberufe Celle

Praxis nicht gewachsen und nicht willkommen zu sein. Um weitere Einbrüche in der Motivation und Lernfreude zu vermeiden, wurde ein Verfahren erarbeitet, das es den Auszubildenden ermöglicht, in den Praxisphasen täglich über das Erlebte sprechen zu können. Weiter werden in Konferenzen zusammen mit den Teamleitern/innen und Praxisanleitern/innen Konflikte gezielt besprochen und Lösungsmöglichkeiten erarbeitet.

3. Platz: Projekt „gesund essen, gesund pflegen“

Den dritten Preis erhielt die „imland“ Pflegeschule an den Kliniken Rendsburg und Eckernförde in Rendsburg (Schleswig-Holstein). Eine an der Pflegeschule in Rendsburg fest etablierte und kursübergreifende Arbeitsgemeinschaft „AG WissenSchaffen“ greift seit Jahren aktuelle Probleme und Fragestellungen der Ausbildung auf und versucht diese forschend zu bearbeiten. Mit dem Projekt „gesund essen, gesund pflegen“ (s. S. 71) sollte dem Phänomen der starken Gewichtsschwankungen unter den Auszubildenden auf den Grund gegangen werden. Dazu wurde zunächst ein standardisiertes Befragungsinstrument für Schulen zum Thema Ernährung erarbeitet. Im Anschluss wurden durch gezielte Interviews, Ursachen und Auswirkungen veränderter Essgewohnheiten während der Ausbildung ermittelt und daraus passgenaue Angebote zur Prävention ungesunden Essverhaltens abgeleitet. Das Befragungsinstrument wird interessierten Schulen auf Anfrage zur Verfügung gestellt.



Abbildung 4: Prof. Dr. Albert Nienhaus (BGW) (rechts) mit Vertretern/innen der imland Pflegeschule Rendsburg

4. Platz: Projekt „Von 0 auf 5000 – gesund und mit Spaß in der Pflegeausbildung“

Platz vier erreichte die DRK-Krankenpflegeschule in Saarlouis (Saarland) mit einem Sportprojekt. Dass Bewegung einen positiven Effekt auf die Gesundheit hat, ist unstrittig. Dennoch zeigt die Erfahrung, dass mit Einstieg in den Berufsalltag die regelmäßige sportliche Betätigung zunehmend in den Hintergrund rückt. Unter dem Motto „Von 0 auf 5.000 – gesund und mit Spaß in der Pflegeausbil-

2. Die Folgestudie

dung“ (s. S. 15) sollten die Auszubildenden eine aktive Rolle einnehmen und versuchen, innerhalb eines halben Jahres in der Lage zu sein, 5.000 Meter am Stück im Rahmen eines Firmenlaufs zu absolvieren. Die Trainingseinheiten erfolgten während der regulären Unterrichtszeiten.

Ergänzend zum Lauftraining werden anatomische, physiologische und ernährungswissenschaftliche Kenntnisse vermittelt. Um das Laufangebot über die weitere Ausbildung hin zu ergänzen, werden zusätzlich Nordic-Walking-Kurse, Kurse zum Rückengerechten Arbeiten sowie zu Entspannungstechniken angeboten.

Abbildung 5: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertretern/innen der DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis



5. Platz: Projekt „Gesund und fit am Krankenbett“

Platz fünf ging an die Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Herzogin Elisabeth Hospital (HEH) in Braunschweig (Niedersachsen) für das Projekt „Gesund und fit am Krankenbett“ (s. S. 49). Die Einrichtung reichte im Rahmen ihrer bereits etablierten Gesundheitsförderung ein Konzept für eine spezielle Gesundheitswoche zum Abschluss der dreijährigen Ausbildung ein. In Anlehnung an die zusätzlich mit Stress behaftete Prüfungszeit sollte das Projekt gezielt dazu beitragen, die Auszubildenden für das Examen zu stärken und sie dazu befähigen, ihre Verhaltensweisen besonders im Umgang mit belastenden Situationen reflektieren zu können. Das Angebot umfasste neben Bewegungseinheiten, wie Morgensport und den Besuch eines Fitnessstudios, Informationen zur gesunden Ernährung, die in den Berufsalltag integriert werden können. Weitergehend wurden Entspannungstechniken angeboten sowie Copingstrategien für belastende Situationen analysiert. Konfliktkommunikation sowie ein Selbstverteidigungstraining sollten helfen, sich im Berufsalltag behaupten und abgrenzen zu können. Abgerundet wurde die Gesundheitswoche mit einem gemeinsamen Ausflug.



Abbildung 6: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertreterinnen der Gesundheits- und Krankenpflegeschule des Herzogin Elisabeth Hospitals Braunschweig

2. Die Folgestudie

6. Platz: Projekt „Gesundheit für Gesundmacher“

Den sechsten Preis erhielt die Krankenpflegeschule am Brüderkrankenhaus St. Josef in Paderborn (Nordrhein-Westfalen) für das Projekt „Gesundheit für Gesundmacher“ (s. S. 47). Um die Auszubildenden neben der Vermittlung von Inhalten auch in der Entwicklung von Gesundheitskompetenz zu unterstützen, bemühte sich die Krankenpflegeschule immer wieder um einen gesundheitsfördernden Schulalltag. In der Evaluation der Lerneinheiten fiel jedoch auf, dass die Themen Stressbewältigung, Ernährung und Bewegung im Unterricht der jeweiligen Lerneinheit zwar bearbeitet wurden, eine kontinuierliche Verankerung während der gesamten Ausbildung allerdings nur rudimentär vor-



Abbildung 7: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertretern/innen der Krankenpflegeschule am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn

handen war. Das Projekt sollte dabei helfen, eine nachhaltige Verhaltensänderung zu bewirken, indem die Themen intensiver theoretisch und praktisch bearbeitet wurden als im Rahmenplan bisher vorgesehen war. Um zusätzliche Ressourcen zur Verfügung zu stellen, erfolgte eine Kooperation mit der Siemens Betriebskrankenkasse als sinnvolle Ergänzung zu den bisherigen Angeboten (z.B.

Organisation externer Angebote wie Baseball oder Squash). Die Inhalte des Unterrichts sowie begleitende Angebote können entsprechend angepasst werden, um auf Dauer einen Beitrag zur Gesunderhaltung der Auszubildenden leisten zu können.

Alle weiteren Pflegeschulen, die die Möglichkeit einer Veröffentlichung ihrer Konzepte genutzt haben, werden auf den folgenden Seiten vorgestellt. Diese praxisorientierten Konzepte sind als Ideenpool für interessierte Bildungseinrichtungen der Pflege mit der Intention einer breiten Verstetigung gesundheitsförderlicher Maßnahmen gedacht. Sie sind in der nachfolgenden Konzeptübersicht nach den Bereichen „Bewegungsförderung / Sport“, „Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung“, „Kommunikationsförderung“, „Themenübergreifende Gesundheitsförderung“ und „Sonstige“ gegliedert.

3. Die Konzepte und deren Schwerpunkte

Konzeptübersicht

	Seite
3.1 Bewegungsförderung / Sport	13
Kinaesthetics – Gesundheitsförderung im Berufsalltag für Auszubildende und alte Menschen	13
Von 0 auf 5.000 – Gesund und mit Spaß in der Pflegeausbildung	15
Rückengerechter Patiententransfer in der Pflegeausbildung	17
Bewegte Schule für Gesundheitsfachberufe am IbBG	18
Hebst du noch oder bewegst du schon? Kinaesthetics als Baustein einer gesunden Pflegeausbildung	21
Förderung der Gesundheit durch Bewegungsangebote im Rahmen der Ausbildung...	23
Herausbildung einer leiborientierten Kompetenz	25
Fit for Health and Education – Teilprojekt: Selbstpflege durch Bewegung.....	27
Gemeinsam ins Ziel laufen	29
3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung	31
Stressless-Day	31
Mit einem Nickerchen durchs Schul- und Arbeitsleben	33
SOS – Schule ohne Stress	35
Pflege relaxen, relaxt pflegen	37
Burnout – das Spiel mit dem Feuer – Gestaltung einer multimedialen Ausstellung...	39
3.3 Kommunikationsförderung	41
Wertschätzung	41
Pflegeausbildung – Gemeinsam oder Einsam?! Entwicklung eines Kriterienkatalogs	43
Der KursErlebnisTag	45
3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung	47
Gesundheit für Gesundmacher	47
Gesund und fit am Krankenbett – Die Gesundheitswoche vor dem Examen	49
Curriculare Einbindung gesundheitsfördernder Maßnahmen	51
Gesundheitsförderung für Auszubildende in Pflegeberufen	53
Mir geht es gut!	55
Meine Gesundheit in meiner Hand	57
Gesundheitsförderung in der Gesundheits- und Krankenpflege	59
Wir sind STREBER!	61
Gesundheit pflegen	63
Ganzheitliche Gesundheitsförderung in der Krankenpflegeausbildung	65
Gesundheitstage im Rahmen eines Gesundheits- und Präventionsprogrammes	67
Das Gesundheitskonzept	69
3.5 Sonstige	71
Ernährung: Gesund essen, gesund pflegen	71
Boys’ Day: Männer, wir brauchen euch!	73
Fußgesundheitstag	75

3. Die Konzepte und deren Schwerpunkte

Heidelberger Kompetenztraining (HKT) zur Entwicklung mentaler Stärke	77
Kunst als Mittel der Kontaktaufnahme und Stressbewältigung	79
Suchtfrei leben	81

Projekt „Kinaesthetics – Gesundheitsförderung im Berufsalltag für Auszubildende und alte Menschen“

Bundesland: Bayern

Name der Schule: BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe Erlenbach

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz Bezirksverband Unterfranken

Fachrichtungen: Altenpflege, Altenpflegehilfe, Praxisanleitung

Anzahl der Auszubildenden: 100

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

In der Altenpflege sind in den letzten Jahren vielfältige neue Anforderungen entstanden. Die Praxis zeigt, dass die Pflege multimorbider Menschen viel Kraft kostet und zusätzlich häufig durch ungünstige Arbeitsbedingungen erschwert ist. Von großer Relevanz ist es daher, dass Pflegenden für ihre Gesundheit sorgen, denn nur dann ist es möglich, den alten Menschen gesundheitsfördernd zu begleiten. Eine rückengerechte, physiologische Arbeitsweise im Pflegealltag hilft, körperliche Belastungen zu minimieren und gesundheitlichen Einschränkungen präventiv entgegen zu wirken. Kinaesthetics ist ein Modell, welches Gesundheitsförderung und Prävention für Auszubildende, Pflegenden und zu Pflegenden als zentrale Inhalte beschreibt. Trotz verschiedener Kinaesthetics Angebote gestaltet sich der Transfer von der Theorie in die Praxis jedoch bislang schwierig. Die praktischen Tätigkeiten waren weiter durch Heben und Tragen der zu pflegenden älteren Menschen bestimmt. Darüber hinaus wurden Ressourcen der Senioren/innen bisher nicht ausreichend erkannt und genutzt. Neben einer hohen Eigeninitiative der Schüler/innen, Kinaesthetics und somit auch rückenschonende Verhaltensweisen umzusetzen, ist es entscheidend, Unterstützung sowie Anleitung von examinier-ten Pflegekräften zu erfahren. Bis zum Projektstart war Kinaesthetics jedoch in den praktischen Einsatzorten häufig noch nicht in die Pflegeroutine integriert.

2. Ziele

Der Kinaesthetics-Grundkurs soll für die Auszubildenden eine Basis schaffen, mit Beginn ihres pflegerischen Handelns physiologische Bewegungsabläufe und Möglichkeiten zur eigenen Gesunderhaltung kennen zu lernen sowie diese in den Berufsalltag zu integrieren. Kinaesthetics ist mehr als das Erlernen von Pflegetechniken. Auszubildende lernen, die eigene Bewegung bewusst wahrzunehmen und dies als Ressource für die eigene Gesundheitsentwicklung zu nutzen. Langfristig sollen damit Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems vermieden und das subjektive Wohlbefinden der Pflegenden gefördert werden. Da die Unterstützung von Seiten der praktischen Einsatzorte bislang nicht ausreichend gegeben war, sollen die Schüler/innen in ihrer Ausbildung durchgängig bei der Integration von Kinaesthetics in die Praxis begleitet werden. Letztlich wird durch diese Maßnahmen nicht nur die Gesundheit der Pflegekräfte gefördert. Auch den Senioren/innen bietet die aktive Umsetzung des Konzepts eine Möglichkeit zur Steigerung von Unabhängigkeit, Wohlbefinden und Lebensqualität, denn der pflegerische Unterstützungsbedarf ist ihren Ressourcen angemessen und förderlich.

3. Umsetzung des Projektes

Seit einigen Jahren ist der Kinaesthetics-Grundkurs fester Bestandteil der Pflegeausbildung an der BRK Berufsfachschule. Dazu werden an drei Kurstagen die wesentlichen Kinaesthetics-Konzepte

3.1 Bewegungsförderung / Sport

vermittelt und die Bedeutung der eigenen aktiven Bewegung im pflegerischen Handeln erarbeitet. Die Schüler/innen lernen, rückschonend zu arbeiten und dabei die Ressourcen der zu Pflegenden zu erkennen und sie in ihren physiologischen Bewegungsmustern individuell zu unterstützen. Darüber hinaus wird der Einsatz von Hilfsmitteln gelehrt und praktisch geübt. Auch finden in jedem Schulhalbjahr fachpraktische Übungen, die aufeinander aufbauen, statt. Erfahrungen und Erkenntnisse werden reflektiert, die eigene Bewegungskompetenz gefördert und mögliche Lösungswege zur Bewegungsunterstützung der alten Menschen gesucht. Um den Transfer in die Praxis zu erleichtern, werden die Auszubildenden mindestens einmal – wünschenswert wären zweimal – während ihrer Ausbildungszeit von einer Lehrkraft im praktischen Einsatzort begleitet, damit der Kompetenzerwerb sowie Fortschritte kritisch reflektiert werden können. Ein den Theorie- und Praxisstunden ergänzender, klassenübergreifender Projekttag, an dem sich Schüler/innen gegenseitig anlernen, soll darüber hinaus zu einem aktiven Austausch beitragen. Die Auszubildenden reflektieren gemeinsam das bisher Erlernte, ihre Erfolge und Misserfolge und versuchen Lösungsansätze zu finden.

4. Beteiligte

Neben der Integration aller Auszubildenden ist es von besonderer Bedeutung, die Mitarbeiter/innen der verschiedenen Kooperationspartner (Heime, Sozialstationen) einzubeziehen. Zum einen haben die Mentoren/innen somit die Möglichkeit während der Praxisbegleitungen in der praktischen Einrichtung zugegen zu sein. Zum anderen sind künftig Inhouse-Schulungen vorgesehen, damit sich Auszubildende und Pflegekräfte auf gleichem Niveau begegnen. Auch ist angedacht, die Praxisanleiter/innen weiterzubilden, damit diese die Auszubildenden in der Umsetzung von Kinaesthetics adäquat unterstützen können.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die im Sommer 2011 durchgeführten Praxisanleitungen wurden anhand eines Fragebogens reflektiert. Im Ergebnis ließ sich feststellen, dass die Auszubildenden die praktische Begleitung als sehr lehr- und hilfreich ansehen. Die Schüler/innen gaben an, dass die Umsetzung des Konzeptes in der Praxis gelingt und die Ressourcen der Bewohner/innen besser genutzt werden können: sie sind aktiver, wacher und entspannter. Darüber hinaus ist ein positiver Einfluss auf die zu Pflegenden wahrzunehmen. Insgesamt fühlen sich die Auszubildenden in der Bewegungsunterstützung sicherer und zeigten dies am Projekttag der Schule. Sie sind offen für neue Ideen und entwickeln selbständig eigene Lösungsmöglichkeiten.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Neben Übungsräumen und Hilfsmitteln, die die Schule zur Verfügung stellt, ist die Ausbildung eines/r Fachdozenten/in zum/r Kinaesthetics-Trainer/in erforderlich. Darüber hinaus besteht erhöhter Personalaufwand, bedingt durch die begleitenden Praxiseinsätze. Aufgrund der geltenden Lehrplanrichtlinien können die fachpraktischen Stunden in das schuleigene Curriculum aufgenommen werden.

Kontaktadresse

BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe
Krankenhausstraße 50
63906 Erlenbach
www.altenpflegeschule-erlenbach.de

Ansprechpartnerin

Jennifer Dyroff (Fachdozentin)
Tel.: 0 93 72 / 61 29
E-Mail: dyroff@aps-erlenbach.brk.de

Projekt „Von 0 auf 5.000 – Gesund und mit Spaß in der Pflegeausbildung“

Bundesland: Saarland
Name der Schule: DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis
Träger: Deutsches Rotes Kreuz
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 75
Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Mit dem Projekt „Von 0 auf 5000“ setzt die DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis an der Bewegungsförderung ihrer Auszubildenden an. Das Ziel ist, dass nach einem halben Jahr intensiven Trainings alle in der Lage sind, einen 5.000m-Lauf zu absolvieren, denn dass Bewegung einen positiven Effekt auf die Gesundheit hat, ist unstrittig. Dennoch zeigt die Erfahrung, dass mit Einstieg in den Berufsalltag die regelmäßige sportliche Betätigung zunehmend in den Hintergrund rückt. Hier reicht es nicht aus, im Rahmen des theoretischen Unterrichts Gesundheitsförderung und Prävention für die Zielgruppe der Pflegenden mit ihren spezifischen Belastungssituationen zu analysieren und Präventionsmöglichkeiten aufzuzeigen. Die Schülerinnen und Schüler sollen mit dem Projekt eine aktive Rolle einnehmen und eigene Grenzen ausloten. Gleichzeitig können Bezugswissenschaften wie Anatomie, Physiologie und Ernährungslehre einbezogen und Zusammenhänge verdeutlicht werden.

2. Ziele

Ziel ist es, die Schüler/innen an Bewegung und Ausdauer heranzuführen und ihnen ihr eigenes Gesundheitsverhalten bewusst zu machen. Um das Thema Gesundheitsförderung und Prävention positiv zu besetzen, lernen die Auszubildenden ihre persönliche Leistungsfähigkeit kennen und erleben über die körperliche Beanspruchung hinaus, dass Sport auch Freude bereiten kann. Weitergehend wird ihre Teamfähigkeit gestärkt und das Bewusstsein für Beratungssituationen, in denen Pflegekräfte zum gesunden Verhalten anleiten müssen, geschärft.

3. Umsetzung des Projektes

Das Projekt setzt sich insgesamt aus drei Bausteinen zusammen und wurde bereits fünf Mal durchgeführt. Während der theoretischen Schulblöcke finden wöchentlich Lauftrainings statt, die sich dem Leistungsstand jeder und jedes Einzelnen angepasst steigern. Eine sich in der Nähe befindende Laufstrecke kann dafür kostenlos genutzt werden. Die Trainingseinheiten finden während der regulären Schulzeit statt und werden von den Lehrkräften sowie einem Physiotherapeuten betreut. Ein trainingsbegleitender Unterricht thematisiert die Auswirkung sportlicher Aktivität auf den aktiven und passiven Bewegungsapparat und das Herz-Kreislauf-System. Darüber hinaus werden die Folgen körperlicher Inaktivität und Fehlbeanspruchung analysiert und der Einfluss der Ernährung besprochen. Durch Selbsterfahrung und Visualisierung bekommen bis dahin abstrakt wirkende Unterrichtsinhalte einen neuen Bezugspunkt und werden persönlich verknüpft. Abschließender Höhepunkt des Projektes ist in jedem Jahr die Teilnahme am Firmenlauf der Stadt mit ca. 10.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern verschiedener Berufsbranchen. Da weitere Mitarbeiter/innen des Hauses teilnehmen, erfolgt die Anmeldung über den Krankenhausträger. Der Zieleinlauf wird durch eine Teilnehmermedaille und eine Urkunde bestätigt. Um das Laufangebot über die weitere Ausbildung hin zu

3.1 Bewegungsförderung / Sport

ergänzen, werden zusätzlich Nordic-Walking-Kurse, Kurse zum Rücken gerechten Arbeiten sowie zu Entspannungstechniken angeboten.

4. Beteiligte

Das Projekt richtet sich in erster Linie an alle Schüler/innen des ersten Ausbildungsjahres der DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis. Neben den Pflegelehrkräften werden zusätzlich Physiotherapeuten/innen sowie eine Biologin und Ökotrophologin in das Projekt einbezogen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Bisher haben alle Auszubildenden, die am Firmenlauf teilnahmen, die 5km Distanz bis zum Abschluss des Projektes erfolgreich absolviert. Einige Schüler/innen nutzen das Laufen weiterhin als Ausgleichssport und nehmen auch in den Folgejahren am Firmenlauf teil. Weiterhin ist zu beobachten, dass die Akzeptanz begleitender Angebote wie Rückengymnastik und Nordic-Walking gestiegen ist. Durch die gemeinsame sportliche Aktivität von Schüler- und Lehrerschaft bildet sich eine neue Ebene, bei der sich beide Gruppen mit gegenseitiger Offenheit begegnen. Zudem reflektieren die Auszubildenden ihr eigenes Gesundheitsverhalten in einem stärkeren Maße als zuvor.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Grundvoraussetzung ist, dass bei den Auszubildenden keine medizinische Kontraindikation zum Laufen vorliegt. Bei gesundheitlichen Bedenken bedarf es eines ärztlichen Attests. Nichtteilnehmende Auszubildende werden in die Organisation des Projektes eingebunden, lauferfahrene Auszubildende werden in die Projektbetreuung aufgenommen. Das Projekt wird vom Ausbildungsträger durch Erstattung der Startgelder beim Firmenlauf und der Trainingsmöglichkeit in der Arbeitszeit im Unterrichtsblock unterstützt.



Abbildung 8: DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis

Kontaktadresse

DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis
Vaubanstraße 25
66740 Saarlouis
www.drk-kps-sls.de

Ansprechpartner

Michael Becker (Schulleitung)
Tel.: 0 68 31 / 17 14 87
E-Mail: michael.becker@drk-kliniken-saar.de

Projekt „Rückengerechter Patiententransfer in der Pflegeausbildung“

Bundesland: Bayern
Name der Schule: Berufsfachschule für Krankenpflege
Träger: Klinikum Fichtelgebirge gGmbH
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 90
Entwicklungsstand des Projektes: Idee – noch nicht mit der Umsetzung begonnen

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Da Rückenschmerzen ein großes Problem in der Gesundheits- und Kranken- sowie Altenpflege darstellen, hat sich das Klinikum Fichtelgebirge im Jahr 2007 dazu entschlossen, zwei ihrer Pflegekräfte an der Instruktorenschulung des bundesweiten Präventionsprogramms „Rückengerechter Patiententransfer“ der Gesetzlichen Unfallversicherung (GUV) teilnehmen zu lassen. Nach erfolgreichem Abschluss findet seitdem über die innerbetriebliche Fortbildung das erarbeitete Umsetzungskonzept in Form von Schulungsmaßnahmen für die Mitarbeiter/innen des Hauses statt. Bisher wurden nahezu 70% aller Pflegekräfte erreicht. Leider besteht bisher nicht die Möglichkeit auch den zukünftigen Pflegekräften, die sich bislang in der Ausbildung befinden, die wesentlichen Inhalte zu vermitteln. Mit der nachfolgenden Projektidee soll diesem Umstand jedoch entgegen gewirkt werden.

2. Ziele

Das Projekt „Rückengerechter Patiententransfer in der Pflegeausbildung“ hat sich zum Ziel gesetzt, den Schüler/innen der Berufsfachschule für Krankenpflege von Beginn an gesundheitsförderliche Verhaltensweisen in Bezug auf den Patiententransfer mit auf den Weg zu geben. Dadurch können das Anbahnen von gesundheitsschädigenden Bewegungen vermieden und die körperliche Gesundheit nachhaltig positiv beeinflusst werden. Die Vermittlung theoretischen Wissens und praktischer Übungen dient weitergehend dazu, ein Grundgerüst an Wissen und Fertigkeiten zu vermitteln, um für jede Pflegesituation die individuelle und geeignete Technik anzuwenden. Mit diesem Projekt wird somit gewährleistet, dass am Klinikum Fichtelgebirge neben den examinierten Pflegekräften auch die Auszubildenden aktiv am Erhalt ihrer Gesundheit mitwirken können.

3. Umsetzung des Projektes

Zu Ausbildungsbeginn werden alle Schüler/innen innerhalb des ersten siebenwöchigen Blockunterrichts im Fach Gesundheits- und Krankenpflege durch zwei Pflegekräfte, die die Instruktorenschulung absolviert haben, zum rückengerechten Patiententransfer geschult. Neben der Vermittlung anatomischer Grundlagen werden vor allem die besondere Problematik des Rückenleidens in Pflegeberufen sowie die Ursachen und Einflussfaktoren besprochen. Darüber hinaus werden die Grundsätze des ergonomischen Patientenhandlings, die Prinzipien des rückengerechten Transfers, Basistechniken und Einsatzhilfen vermittelt. Anwendungsbeispiele und praktische Übungen helfen dabei, das Erlernte zu vertiefen. Eingebettet in das Lernfeld 4: „Menschen mit Einschränkungen in der Beweglichkeit pflegen“ werden so acht Unterrichtseinheiten zu 45 Minuten unterrichtet.

4. Beteiligte

Das Projekt bezieht sowohl die Schüler/innen des ersten Ausbildungsjahres als auch die Lehrkräfte der Bildungseinrichtung ein, die es im Vorfeld ebenfalls im rückengerechten Patiententransfer zu schulen gilt. Um die Umsetzung in der Praxis gewährleisten zu können, bedarf es sowohl eine Begleitung durch Praxisanleiter/innen als auch die Unterstützung der Pflegekräfte in den stationären Einrichtungen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Da das Projekt bislang auf einer Projektidee beruht, können an dieser Stelle keine Ergebnisse berichtet werden. Es ist jedoch vorgesehen, mit dem Einsatz von Evaluationsbögen die Qualität und Umsetzbarkeit bewerten zu können. Darüber hinaus können Reflexionsgespräche sowie die Überprüfung durch Praxisanleitungen gezielt Aussagen liefern. Die Evaluationen der bisherigen Schulungen der Pflegekräfte des Hauses kamen zu folgenden Ergebnissen: Die Relevanz der Fortbildung für die praktische Arbeit wurde als sehr hoch eingestuft. 90% der Teilnehmer/innen an der innerbetrieblichen Fortbildung gaben an, die Inhalte aus der Schulung sehr gut an Kollegen/innen weiter vermitteln zu können. Im Rahmen einer ersten Erprobung wurden Schüler/innen, die an einem grenzübergreifenden Projekt mit einer tschechischen Gesundheitsschule teilnahmen, geschult. Die Rückmeldungen waren auch hier ausgesprochen positiv. Aspekten der Bewegungsförderung wurde eine große Bedeutung zugesprochen.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Um das bundesweite Präventionsprogramm als Teil der Pflegeausbildung aufnehmen zu können, bedarf es Pflegekräfte, die an der Instruktorenschulung der GUV teilgenommen haben. Darüber hinaus gelingt ein erfolgreicher Theorie-Praxis-Transfer nur, wenn nicht nur die Schüler/innen, sondern das gesamte Personal der stationären Pflegeeinrichtungen über die Umsetzung rückengerechten Patiententransfers in Kenntnis gesetzt sind. Dazu zählt auch die Schulung der Lehrkräfte. Weiterhin sind der Einbezug und die Unterstützung der Schulleitung unabdingbar. Die Lehrplanrichtlinien für Berufsfachschulen für Krankenpflege und Kinderkrankenpflege des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus lassen den Schulen genügend Freiraum zur Umsetzung des Projektes. Den einzelnen Schulen obliegt es, dem Aspekt der Bewegungsförderung die gebotene Priorität einzuräumen.

Kontaktadresse Berufsfachschule für Krankenpflege am Klinikum Fichtelgebirge gGmbH Schillerhain 1-8 95615 Marktredwitz www.klifi.de/krankenpflegeschule.html	Ansprechpartnerinnen Tanja Chlup (Projektleitung) Margarete Gude (Schulleitung) Tel.: 0 92 31 / 8 09 - 17 00 E-Mail: krankenpflegeschule@klinikum-fichtelgebirge.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Bewegte Schule für Gesundheitsfachberufe am IbBG“

Bundesland: Berlin

Name der Schule: Institut für berufliche Bildung im Gesundheitswesen

Träger: Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Altenpflege, Hebammenwesen, Operationstechnische Assistenz, Sozialassistenten

Anzahl der Auszubildenden: ca. 850

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Im Schulalltag zeigt sich, dass die Konzentrationsfähigkeit der Schüler/innen im Verlauf eines Unterrichtstages beständig abnimmt. Eine kurzzeitige Erholung bringen die regulären Pausen zwischen den Unterrichtseinheiten. Diese reichen jedoch in der Regel nicht für eine vollständige Regeneration der Konzentrationsfähigkeit aus. Anhand des aktuellen Kenntnisstands ist anzunehmen, dass Bewegung einen positiven Einfluss auf die Konzentration und die Lernleistung ausübt. In den Schulen für Gesundheitsfachberufe findet diese Erkenntnis jedoch bislang zu wenig Beachtung, wenngleich bereits gesundheitsfördernde Ansätze als Ausbildungsschwerpunkte vorhanden sind. Neben dem konzentrationssteigernden Effekt wird der Bewegung auch eine positive Wirkung in Bezug auf bewegungsarme und einseitig kognitive Beanspruchungen zugesprochen. So zeigen Studienergebnisse, dass bereits jüngere Auszubildende an Beschwerden im Bewegungsapparat sowie an einer Zunahme des Körpergewichtes leiden. Durch regelmäßige Bewegungsangebote im Sinne von Gesundheitsförderung kann dieser Entwicklung jedoch entgegengewirkt werden.

2. Ziele

Mit dem Projekt „Bewegte Schule für Gesundheitsfachberufe am IbBG“ soll die Konzentrationsfähigkeit der Auszubildenden mit Hilfe von Bewegungsangeboten nachhaltig gefördert sowie ein Beitrag dazu geleistet werden, dass Gesundheitsförderung einen höheren Stellenwert bei den Auszubildenden einnimmt. Primär gilt es, das Lernpotential der Schüler/innen auszuschöpfen und damit die Lernzufriedenheit zu steigern. Durch Schaffung eines Alleinstellungsmerkmals lässt sich damit gleichzeitig die Attraktivität des Instituts für berufliche Bildung im Gesundheitswesen (IbBG) steigern. Auch werden die Verbesserung der Arbeitszufriedenheit der Lehrkräfte und die des Lern- und Arbeitsklimas angestrebt.

3. Umsetzung des Projektes

Im theoretischen Teil der Pflegeausbildung werden sowohl in den Pausen als auch im Unterricht Bewegungssequenzen eingebaut. So wird im Rahmen des Themenfeldes „persönliche Gesunderhaltung“ und der Verteilungsstunden ein regelmäßiges Bewegungsangebot durch die Kursleitungen unterbreitet. Im Unterricht sind regelmäßig kleine Übungseinheiten integriert, die neben einer allgemeinen Aktivitätssteigerung insbesondere die Konzentration verbessern sollen. Dazu stehen verschiedene Sportgeräte bereit, die sowohl für Indoor- als auch für Outdooraktivitäten genutzt werden können. In den Pausen ist des Weiteren die Nutzung der Parkanlage, welche u.a. mit einem Volleyballfeld ausgestattet ist, sowie die Nutzung vorhandener Geräte in den Klassenräumen möglich.

3.1 Bewegungsförderung / Sport

Die Bewegungssequenzen im Unterricht orientieren sich am Brain-Gym-Konzept nach Dennison. Auch andere Berufsgruppen beschreiben einen positiven Effekt auf die Lernleistung unter Anwendung dieses Konzeptes und nutzen es bereits erfolgreich in der Behandlung von Lernblockaden. Dennison sieht vor, mittels Überkreuzbewegungen oder bilateraler Armbewegungen Blockaden beim Lernen zu beseitigen. Nach seiner Vorstellung würden durch diese spezifischen Bewegungen rechte und linke Hirnhälfte optimal zusammenarbeiten. Abgerundet wird das Sportangebot des IbBG durch regelmäßig stattfindende sportbetonte und fachbereichsübergreifende Veranstaltungen.

4. Beteiligte

Neben den Schülern/innen des Instituts werden auch die Lehrkräfte der Bildungseinrichtung einbezogen. Weiterhin ist geplant, eine Kooperation mit der Fachhochschule für Sport und Management einzugehen, um ein erweitertes Angebot sportlicher Aktivitäten zu entwickeln/aufzubauen. Die Zusammenarbeit mit dem Projektteam „Rücken Aktiv“ der Vivantes GmbH Netzwerk für Gesundheit, welches die Mitarbeiter/innen für ein rückengerechtes Arbeiten im Pflegealltag schult, ist bereits ein fester Bestandteil.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Zielerreichung wurde 2009-2010 zunächst im Rahmen einer Pilotierung überprüft. Im Ergebnis konnten über eine Befragung der Auszubildenden und der Lehrkräfte zu verschiedenen Zeitpunkten des Projekts eine Verbesserung der Konzentration, einer Abnahme der Müdigkeit sowie der Muskelverspannungen bei den Auszubildenden festgestellt werden. Das Projekt ist seit 2011 am IbBG fest installiert und wird von den Auszubildenden sowie den Kollegen/innen gern angenommen. Inzwischen konnten weitere Sportgeräte – wie zwei Tischtennisplatten, Badmintonspiele und auch Basketballbälle – angeschafft werden. Die Bewegungssequenzen im Unterricht werden oft von den Auszubildenden im Unterricht nachgefragt, da der Effekt einzelner Übungen als sehr positiv wahrgenommen wird.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Projektrealisierung ist ein Projektteam bestehend aus vier Kollegen/innen des IbBG verantwortlich, die sich in ihrer regelmäßigen Arbeitszeit um alle erforderlichen Belange kümmern. Dabei ist für die Ausleihe, Wartung und Pflege der Sportgeräte ein sog. Medienwart erforderlich. Zusätzlich war zu Beginn des Projektes eine einmalige finanzielle Aufwendung für die Anschaffung der Sportgeräte in Höhe von ca. 2.000 € notwendig.

Kontaktadresse Institut für berufliche Bildung im Gesundheitswesen Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH Rudower Str. 48 12351 Berlin www.vivantes.de	Ansprechpartner Ulrich Söding (Leitung) Tel.: 0 30 / 1 30 14 - 27 01 E-Mail: ulrich.soeding@vivantes.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Hebst du noch oder bewegst du schon? Kinaesthetics als Baustein einer gesunden Pflegeausbildung“

Bundesland: Nordrhein-Westfalen

Name der Schule: kbs – Die Akademie für Gesundheitsberufe

Träger: Kliniken Maria Hilf

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Altenpflege, Gesundheits- und Krankenpflegeassistenten, Operationstechnische Assistenz

Anzahl der Auszubildenden: 500

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Bislang überwiegen im pflegerischen Arbeitsalltag immer noch das „Heben und Tragen“ pflegebedürftiger Menschen sowie deren passive Transfers. Eine Ursache dafür ist u.a. in der Tatsache zu sehen, dass in den Einrichtungen der Alten- und Gesundheitspflege bislang die Bewegungsressourcen pflegebedürftiger Menschen von examinierten Pflegekräften zu wenig genutzt werden. Da sich Auszubildende jedoch an examinierten Pflegefachkräften orientieren, kommt es zum Festhalten an gesundheitsschädigenden Verhaltensweisen. Infolgedessen sind aufgrund körperlicher Beschwerden ein hoher Krankenstand sowie ein vorzeitiger Ausstieg aus dem Pflegeberuf zu verzeichnen. Gleichzeitig hat die Passivität älterer Menschen negative Auswirkung auf deren Gesundheit, da individuelle Bewegungsfähigkeiten einen großen Anteil an der Gesundheitsentwicklung eines Menschen nehmen. Gerade im höheren Alter bringen Veränderungen und Verluste hier häufig Einschränkungen mit sich. Das Leben von Menschen im Heim und im häuslichen Umfeld ist bei steigender Pflegebedürftigkeit oft von Bewegungsmangel geprägt. Mangelndes Wissen im Bereich guter Bewegungsunterstützung führt dazu, dass sich dieser Bewegungsmangel manifestiert. Die Folgeprobleme von Immobilität und Bettlägerigkeit sind hinreichend bekannt (z.B. Dekubiti, Pneumonien, Kontrakturen).

2. Ziele

Um dieser Problematik zu begegnen, nutzt die kbs – Die Akademie für Gesundheitsberufe das Konzept der Kinaesthetics, um künftig für dieses Thema zu sensibilisieren und die Akzeptanz zu steigern. Eine Schulung aller Auszubildenden, Lehrkräfte, Praxisanleiter/innen sowie Pflegekräfte in den kooperierenden Praxiseinrichtungen soll zur Steigerung gesundheitsförderlicher Bewegungskompetenzen beitragen und körperliche Einschränkungen und Beschwerden vermeiden.

3. Umsetzung des Projektes

Seit 12 Jahren entwickelt die kbs ein unternehmensinternes Know-how zu Kinaesthetics. Bis Ende 2011 wurden so bereits drei Mitarbeiter/innen zu Trainer/innen ausgebildet. In den nächsten Jahren ist es vorgesehen, schrittweise alle Pflegelehrer/innen und Praxisanleiter/innen bis zur Stufe Kinaesthetics Peer-Tutoring bzw. Trainerstufe 1 auszubilden. Seit 2009 werden darüber hinaus alle Auszubildenden in der Altenpflege in Kinaesthetics im Rahmen eines erweiterten Grundkurses (40 Ustd.) in den Lernfeldern 1.3 und 4.4 systematisch geschult. Die Inhalte werden von Kinaesthetics-Trainern/innen in den Einrichtungen der Kooperationspartner unterrichtet. Im Rahmen des Lernzyk-

3.1 Bewegungsförderung / Sport

lus' wird das erworbene Wissen direkt in Praxissituationen verfestigt. Die Trainer/innen begleiten die Auszubildenden und analysieren mit ihnen die Pflegesituation im Wohnbereich. Somit findet ein guter Theorie-Praxistransfer statt. Die Gesundheits- und Krankenpflegeausbildung ist seit Oktober 2010 modularisiert. Ab Oktober 2012 wird auch die Altenpflegeausbildung nach dem „Modulhandbuch für die dreijährige Altenpflegeausbildung in NRW“ (im Rahmen des Projektes „Modell einer gestuften und modularisierten Altenpflegequalifizierung“) strukturiert. Kinaesthetics wird dann in die einzelnen Pflichtmodule, wie z.B. PM3 „Alte Menschen in ihrer Selbstständigkeit und Selbstpflege unterstützen“, PM7 „Alte Menschen mit chron. somatischen Erkrankungen pflegen“, PM 18 „Lernen lernen“ und PM 20 „Die eigene Gesundheit erhalten und fördern“ als roter Faden integriert. Die Angebote zur Fort- und Weiterbildung im Bereich Kinaesthetics werden ausgebaut.



Abbildung 9: Kinaesthetics-Übung, kbs – Akademie für Gesundheitsberufe

4. Beteiligte

Die kbs wird im nächsten Jahr verstärkt Workshops und Fachtagungen ausrichten. Hier werden die Bedeutung der Bewegungskompetenz von Pflegenden und die Wirkung auf die Gesundheit der Mitarbeiter/innen vorgestellt. Ziel ist es, mehr Piloteinrichtungen zu gewinnen, die Kinaesthetics strukturiert in ihrer Organisationen umsetzen. Eingeladen werden die leitenden Mitarbeiter/innen der Kooperationspartner sowie Interessierte der Fachöffentlichkeit. In den Einrichtungen wird über Informationsmaterialien (Poster, Zeitschriften etc.) auf Kinaesthetics aufmerksam gemacht.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Schüler/innen sind für das Thema sensibilisiert, thematisieren jedoch den Theorie-Praxis-Transfer und wünschen sich mehr gute Vorbilder sowie eine stärkere Unterstützung in den Einrichtungen.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Umsetzung bedarf es drei ausgebildete Kinaesthetics-Trainer/innen. Die Übungsräume und Hilfsmittel stehen in der Schule sowie bei den Kooperationspartnern zur Verfügung.

Kontaktadresse

kbs – Die Akademie für Gesundheitsberufe
Viersener Straße 450
41063 Mönchengladbach
www.kbs-mg.de

Ansprechpartnerin

Johanna Thesing
Tel.: 0 21 61 / 8 92 - 25 05
E-Mail: Johanna.thesing@kbs-mg.de

Projekt „Förderung der Gesundheit durch Bewegungsangebote im Rahmen der Ausbildung“

Bundesland: Baden-Württemberg

Name der Schule: Pflegeschule für Gesundheits- und Krankenpflege / Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Träger: Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen-Schwenningen GmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Hebammenwesen

Anzahl der Auszubildenden: 185

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Pflegeauszubildende weisen, wie auch andere junge Menschen in ihrer Altersgruppe, generationstypische Verhaltensweisen auf, bei denen Bewegung und Sport oftmals eine eher untergeordnete Rolle spielen. Freizeitaktivitäten sind in der heutigen Zeit bei jungen Menschen eher durch eine Bewegungsarmut geprägt. Die Schüler/innen besitzen damit wenige Kompetenzen, um einen Ausgleich zu den Belastungen in der Praxisphase und in den Theorieblöcken während der Ausbildung zu schaffen. Häufig angewandte Strategien sind „chillen“, „shoppen“ bzw. viel Zeit am Computer bei Spielen und im Internet zu verbringen. Für die hohen Belastungen in der Pflege, insbesondere im letzten Jahr der Ausbildung, stehen wenig effektive Coping-Strategien zur Verfügung, die es ermöglichen, „den Kopf wieder frei zu bekommen“ und den eigenen Körper zu spüren.

2. Ziele

Mit dem Projekt verfolgt die Pflegeschule für Gesundheits- und Krankenpflege am Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen/Schwenningen das Ziel, Gesundheitsförderung in die Pflegeausbildung zu bringen und einen aktiven Ausgleich zum überwiegend kognitiv ausgerichteten Unterricht zu schaffen. Die Schüler/innen erlernen Coping-Strategien, um Stress, berufliche Belastungen sowie die Prüfungszeit kurz vor dem Examen besser zu verarbeiten. Ein kurs- und schulübergreifender Unterricht soll dabei die sozialen Kompetenzen durch Gemeinschaftsaktivitäten stärken, Impulse für bewegungsfördernde Aktivitäten geben sowie die individuelle Lernleistung steigern.

3. Umsetzung des Projektes

Seit dem Oktober 2009 findet mit Beginn der Pflegeausbildung integriert in die theoretischen Blöcke jeden Montag in der Zeit von 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr ein Bewegungsangebot statt. Dabei können sich die Schüler/innen z.B. zwischen Joggen, Volleyball, Yoga, Tanz, Nordic Walking, Fit-Mix, Walken entscheiden. Durch die Vielfalt wird ein breites Spektrum an Interessen abgedeckt und gewährleistet gleichzeitig, dass jede(r) Auszubildende je nach Kondition und Konstitution ein passendes Angebot wählen kann. Die Teilnahme ist verpflichtend und wird in einer Teilnahmeliste registriert. Für Schüler/innen, die sich in der Praxisphase befinden, ist die Teilnahme optional. Die Bewegungsangebote sind in das Modul 31 „Pflegearbeit und Gesundheit“ integriert und im Lehrplan anteilig verteilt.

4. Beteiligte

Die einzelnen Bewegungsgruppen werden durch die Lehrkräfte der Schule sowie durch externe Dozenten/innen geleitet. Sie setzen sich sowohl aus Schüler/innen der Gesundheits- und Krankenpflege, der Gesundheits- und Kinderkrankenpflege als auch aus der Hebammenausbildung zusammen. Damit ist erstmalig ein kurs- und schulübergreifendes Angebot entstanden, bei denen ein Austausch der verschiedenen Fachrichtungen entstehen kann.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Eine Evaluation des Projektes ergab, dass die Schüler/innen insgesamt das Bewegungsangebot als eine „willkommene Abwechslung“ zum theoretischen Unterricht ansahen und sich ihr Wohlbefinden steigern ließ. So gab knapp 1/5 der Auszubildenden an, dass sie eine positive Veränderung hinsichtlich ihrer Ausdauer spürten und sich sowohl die körperliche Belastbarkeit (19%) als auch Beweglichkeit (21%) verbessert habe. Weiter waren knapp 45% der Überzeugung, dass sich die kognitive Leistungsfähigkeit positiv veränderte. Zudem konnten mit Hilfe von Bewegungsangeboten Aggressionen bei mehr als der Hälfte der befragten Personen (53%) abgebaut werden. Erfreulich war darüber hinaus die Tatsache, dass der überwiegenden Mehrheit (72%) das Angebot Spaß bereitete.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Um ein Bewegungsangebot wie im Rahmen des Projektes der Pflegeschule für Gesundheits- und Kranken- bzw. Kinderkrankenpflege am Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen-Schwenningen durchzuführen, muss die Nutzung einer Sporthalle, des umliegenden Geländes sowie der Klassenräume gewährleistet sein. Weiter können finanzielle Kosten durch das Bereitstellen von Sportgeräten entstehen. Im Falle des vorliegenden Konzeptes wurden die Gesamtkosten pro Bewegungstermin anteilig zur Schülerzahl von der jeweiligen Schule (Pflegeschule, Hebammenschule) getragen.

Kontaktadresse Pflegeschule für Gesundheits- und Krankenpflege / Gesundheits- und Kinderkrankenpflege am Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen- Schwenningen GmbH Vöhrenbacher Str. 23 78050 Villingen-Schwenningen www.sbk-vs.de	Ansprechpartner Jochen Behret (Schulleitung) Tel.: 0 77 21 / 93 17 70 E-Mail: jochen.behret@sbk-vs.de
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Herausbildung einer leiborientierten Kompetenz“

Bundesland: Niedersachsen
Name der Schule: Gesundheits- und Krankenpflegeschule
Träger: St. Ansgar Klinikverbund
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 81
Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Mit dem Umzug der Gesundheits- und Krankenpflegeschule des St. Ansgar Klinikverbandes vor zwei Jahren an einen anderen Standort und mit den damit einhergehenden Veränderungen in der Umgebung der Schule entwickelten sich konzeptionelle Überlegungen für Verbesserungen sowohl in der Umgebungs- als auch in der Unterrichtsgestaltung. Darüber hinaus regten die Schüler/innen des Kurses 09/12 im Rahmen des Unterrichts „Betriebliche Gesundheitsförderung“ dazu an, die bestehenden räumlichen Gegebenheiten besser zu nutzen. Die neue ländliche Umgebung mit parkähnlichem Gelände sowie die renovierten Räumlichkeiten boten bislang ungenutztes Potential. Den Lehrenden war es ein Anliegen, dieses in Zukunft zu nutzen, um die curricular verankerten Themen Gesundheitsförderung und Prävention mit ihrer salutogenetischen Ausrichtung verstärkt in den Fokus zu rücken.

2. Ziele

Mit dem unterrichtsbezogenem Projekt zur Herausbildung einer leiborientierten Kompetenz verfolgt die Gesundheits- und Krankenpflegeschule in Eydelstedt das Ziel, den Schülern/innen die Fähigkeit zu vermitteln, die eigenen Bedürfnisse und Gefühle wahrzunehmen, zu empfinden und zu spüren sowie ein höheres Körperbewusstsein zu entwickeln. Dazu zählen die Wahrnehmung von Atmung, Muskeltonus, Körperhaltung und Gefühlen sowie die Lenkung der Aufmerksamkeit auf emotionale und leibliche Prozesse. Gleichzeitig sollen mit dem umgebungsbezogenem Konzept das Interesse und die Lust an körperlicher Bewegung hervorgerufen und die Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme für die eigene Gesundheit gesteigert werden.

3. Umsetzung des Projektes

In einem ersten Schritt wurden die Schüler/innen in der Lerneinheit „Gesundheitsförderung und Prävention“ für die Förderung der eigenen Gesundheit sensibilisiert und nach Möglichkeiten zur positiven Beeinflussung des eigenen Gesundheitsverhaltens befragt. Sie kamen zu dem Ergebnis, dass körperliche Bewegung einen hohen Einfluss auf das Wohlbefinden hat und entschlossen sich dazu, einen Bewegungsraum einzurichten. In mehreren Arbeitsgruppen wurde die Raumplanung vorgenommen und im Detail die Ausgestaltung erarbeitet (Wandfarbe, Sportgeräte etc.). Des Weiteren wurde beschlossen, die Außenanlagen stärker für die Bewegungsförderung zu nutzen.

4. Beteiligte

Auszubildende der Gesundheits- und Krankenpflege in den drei Ausbildungsjahren, insbesondere der Kurs 2009/12 und 2010/13 sowie die Schulleitung und die Lehrkräfte.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Idee der Gestaltung eines Bewegungsraumes konnte bislang leider nicht in die Praxis umgesetzt werden, da der Träger sich zwischenzeitlich entschieden hat, die Räumlichkeiten anderweitig zu nutzen. Die Außenanlagen werden jedoch von den Schüler/innen im Sommer für Gruppenarbeiten genutzt. Zeitweise kann auch der Unterricht in der großen



Abbildung 10: Gesundheits- und Krankenpflegeschule des St. Ansgar Klinikverbandes

Gruppe außerhalb des Schulgebäudes absolviert werden. Über das Projekt hat eine Sensibilisierung der Schüler/innen stattgefunden. Die bestehende Bewegungsarmut in der Schule wird nun häufiger wahrgenommen und eine Änderung des persönlichen Bewegungsverhaltens häufiger als noch vor dem Start des Projektes angesprochen. Seitens der Schüler/innen wurde z.B. die Einrichtung einer Jogging-Gruppe vorgeschlagen, die sich in regelmäßigen Abständen trifft. Die Schüler/innen fordern zudem für ihr eigenes Wohlbefinden häufiger Pausen und Bewegungszeiten ein; für eine dynamische Sitzhaltung werden so genannte „Petzi“-Bälle genutzt. Abschließend kann festgehalten werden, dass sich die Körperwahrnehmung der Schüler/innen verbessert und insgesamt die Teilnahme am Ideenwettbewerb dazu geführt hat, dass die Schüler/innen sich nicht nur mehr Zeit für Reflexionen nehmen, sondern sich qualifizierter reflektieren und wie oben genannte konstruktive, umsetzbare Vorschläge machen.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Das Einverständnis der Geschäftsführung ist unabdingbar. Es entstehen Kosten für die Ausstattung des Bewegungsraumes sowie für die Bereitstellung von Experten/innen für die sportlichen Aktivitäten. Ebenso müssen Stühle und Tische für die Grünanlagen der Schule zur Verfügung stehen.

Kontaktadresse

Gesundheits- und Krankenpflegeschule
St. Ansgar Klinikverbund
Hülsmeierstr. 42
49406 Eydelstedt
www.klinikverbund.de

Ansprechpartner

Martin Müller (Schulleitung)
Tel.: 0 54 42 / 87 90 95 02
E-Mail: m.mueller@st-ansgar-klinikverbund.de

Projekt „Fit for Health and Education – Teilprojekt: Selbstpflege durch Bewegung“

Bundesland: Baden-Württemberg

Name der Schule: Schule für Pflegeberufe

Träger: Kliniken Ludwigsburg-Bietigheim gGmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 25

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Der Schule für Pflegeberufe am Klinikum Ludwigsburg war es lange ein Anliegen, Gesundheitsthemen nicht nur auf kognitiver Ebene anzusprechen und zu vermitteln, sondern den Auszubildenden eine Möglichkeit zu geben, ihr Gesundheitsverhalten praktisch zu reflektieren und damit ggf. Veränderungsprozesse anzubahnen. Eine Umfrage im Jahr 2010, in der das persönliche Gesundheitsverhalten der Auszubildenden des zweiten Ausbildungsjahres erfasst wurde, stärkte das Vorhaben in seiner Umsetzung.

2. Ziele

Mit dem Teilprojekt „Selbstpflege durch Bewegung“ soll eine Bewegungseinheit implementiert werden und so zu einer Sensibilisierung der Auszubildenden beitragen. Ergänzend zur kognitiven Vermittlung von Gesundheitsthemen soll, neben der Reflexion des eigenen Verhaltens und der Anbahnung alternativer Strategien, das Wissen und das Bewusstsein für gesundheitsförderliches Verhalten gestärkt werden. Nach Abschluss des Projektes soll Bewegung als positiver Einfluss auf die körperliche Verfassung und damit gleichzeitig eine Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens wahrgenommen werden. Es gilt, Nackenverspannungen und Rückenbeschwerden präventiv entgegen zu wirken bzw. vorhandene Beschwerden zu lindern, eine Stressentlastung zu spüren, die Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit im Unterrichtsgeschehen wahrzunehmen und einschätzen zu lernen sowie individuelle Strategien für eine längerfristige eigene Verhaltensänderung abzuleiten und weiterzuentwickeln.

3. Umsetzung des Projektes

Das bewegungsfördernde Teilprojekt setzt sich aus zwei Bausteinen zusammen: So wird zum einen im achten Theorieblock der Pflegeausbildung wöchentlich eine Fitness-Stunde („Fit-Hour“) durchgeführt. Diese setzt sich aus den Bestandteilen „Warm-Up“, „Koordinations- und Beweglichkeitsübungen“, einem „Zirkeltraining“ sowie „Theraband-Übungen“ zusammen. Beim Zirkeltraining werden an mehreren Stationen verschiedene Materialien – z.B. Schwingstab, Pezzi-Ball oder Airex – mehrmals durchlaufen.



Abbildung 11: Zirkeltraining an der Schule für Pflegeberufe am Klinikum Ludwigsburg

3.1 Bewegungsförderung / Sport

Der zweite Baustein umfasst eine Pausenbewegung („Fit-Einheit“) von 15 Minuten an vier Tagen pro Woche, die in einem Zeitraum von einem Monat durchgeführt wird. Dafür wird ein sog. „Gesundheitskoffer“ zusammengestellt, der neben Therabändern, Bällen und Igelbällen in verschiedenen Größen, Gewichtsmanschetten, Entspannungsölen und Massagerollern auch Anleitungen zu verschiedenen Übungen enthält. Unter Anweisung der Schüler/innen setzt sich diese Bewegungseinheit aus „Warm-Up“ (ca. 5 Minuten), anschließenden Gymnastik-, Kräftigungs- und Koordinationsübungen (ca. 6 Minuten) sowie dem „Cool-Down“ mit leichten Dehnübungen (ca. 4 Minuten) zusammen. Die Auszubildenden sind darüber hinaus angehalten, den Koffer jederzeit neu zu bestücken und das Bewegungsangebot täglich zu wechseln.

4. Beteiligte

Insgesamt waren an der Umsetzung des Projektes 25 Auszubildende während des Blockunterrichtes im zweiten Ausbildungsjahr beteiligt. Die Lehrkräfte der Pflegeschule (Pflegepädagogen/innen) führten die Unterrichtseinheiten durch. Physiotherapeuten/innen sowie Fitnesstrainer/innen standen beratend zur Seite.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Um die Effektivität der Bewegungseinheiten objektiv messen zu können, wurden die Auszubildenden vor der Einführung des Projektes sowie im Anschluss befragt. Die Ergebnisse zeigen, dass die „Fit-Hour“ bei fünf Schülern/innen (20%) zu einer signifikanten Verbesserung und einer längerfristigen Verhaltensänderung geführt hat. Darüber hinaus konnte bei sieben Personen (30%) eine positive Auswirkung auf die Konzentration und die Aufmerksamkeit festgestellt werden. Insgesamt wurde seitens der Auszubildenden angegeben, dass sich das allgemeine Wohlbefinden verbessert und die körperliche Verfassung sogar deutlich verbessert habe. Rücken- und Nackenbeschwerden sowie Stressbelastungen wurden reduziert. Die Konzentrationsfähigkeit blieb eher konstant, die Aufmerksamkeitsfähigkeit im Unterricht stieg leicht an. Die Auswertung der täglichen Pausenbewegung ergab, dass sich Konzentration und Aufmerksamkeit bei vier Personen (23%) deutlich verbessern ließ. Sowohl die „Fit-Hour“ als auch die tägliche „Fit-Einheit“ wurden daher als fest eingeplante Unterrichtseinheit im Rahmen der Gesundheitsmodule im zweiten Ausbildungsjahr in der Schule für Pflegeberufe am Standort Bietigheim implementiert.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Durch die Bereitstellung von Materialien für verschiedenen Bewegungs- und Entspannungselemente können Kosten entstehen.

Kontaktadresse Schule für Pflegeberufe an den Kliniken Ludwigsburg-Bietigheim gGmbH Meiereistraße 1 12351 Ludwigsburg www.kliniken-lb.de	Ansprechpartnerin Petra Fischer Tel.: 0 71 42 / 79 - 55 614 E-Mail: petra.fischer@kliniken-lb.de
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gemeinsam ins Ziel laufen“

Bundesland: Schleswig-Holstein

Name der Schule: Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Bad Oldesloe

Träger: Asklepios Krankenpflegeschulen gGmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 23

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Die Auszubildenden des Asklepios Bildungszentrums für Gesundheitsfachberufe stellten bereits kurz nach ihrem ersten Praxiseinsatz auf den Stationen ihre mangelnde Ausdauerfähigkeit fest. Die körperliche Belastung durch langes Stehen und Gehen über acht Stunden machten sich sehr schnell bemerkbar. Sie berichten über Bewegungseinschränkungen, mangelnde Fitness sowie Schmerzen in den Schultern, im Rücken und den Sprunggelenken.

2. Ziele

Das Bildungszentrum verfolgt mit ihrem Projekt zur Bewegungsförderung das Ziel, bereits mit Beginn der Ausbildung in der Gesundheits- und Krankenpflege gesundheitsfördernde Maßnahmen anzubieten und praktisch umzusetzen. Durch dieses Angebot soll die Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Schmerzfreiheit der Auszubildenden gefördert und verbessert werden. Geplant ist die freiwillige Teilnahme an einem Stadtlauf in Bad Oldesloe im Sommer, woraus die Idee zum Titel des Projektes „Gemeinsam ins Ziel laufen“ entstand.

3. Umsetzung des Projektes

Schon während der ersten theoretischen Blockwochen ist mittels eines Fragebogens die Fitness der Auszubildenden erfragt worden. Der Theorieblock zu Beginn der Ausbildung umfasst 12 Wochen. In dieser Zeit erhielten die Schüler/innen sechs Unterrichtseinheiten á 45 Minuten und bis zum Ende des ersten Ausbildungsjahres insgesamt 15 Sporteinheiten. Während dieser Sporteinheiten werden mehrere Schwerpunkte gesetzt:

- Steigerung der Ausdauer/Fitness,
- Förderung der koordinativen Fähigkeiten und
- Balanceübungen.

Da keine Sporthalle zur Verfügung steht, wurde das Training auf das Gelände des Bildungszentrums verlagert. Da es sowohl Hügel als auch befestigte Wanderwege und eine 60-stufige Außentreppe aufweist, eignet es sich sehr gut. Zusätzlich verläuft ein ca. 800 Meter langer Rundkurs um das Schulgebäude, der die Gruppe beim Ausdauerprogramm zusammenhält. Die Sporteinheiten bestehen jeweils aus einem Aufwärmprogramm mit schnellem Gehen, Bewegung der Arme, Rückwärtsgehen, Beschleunigen des Tempos sowie einem Bewegungsspiel. Anschließend folgt der Hauptteil mit einem der beschriebenen Schwerpunkte. Als Hilfsmittel werden Tennisbälle, Zeitungen, Kreide etc. eingesetzt. Der Schlussteil setzt sich aus verschiedenen Dehn- und Balanceübungen zusammen. Die Sporteinheit endet mit einem gemeinsamen Schlusssatz: „Ich bin Top fit“!

4. Beteiligte

Die Schulleitung ist ein wichtiger Bestandteil. Sie erstellt den Stoffverteilungsplan und vertritt die gesundheitsfördernden Maßnahmen gegenüber Dritten. Der/die jeweilige Klassenlehrer/in achtet auf die Umsetzung. Die motivierten Schüler/innen sind die Hauptakteure in diesem Projekt. Die Projekt- und Praxisanleiterin verfügt über eine Trainer-B-Lizenz für Sportvereine und ist selbst aktive Triathletin.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Auswertung des ersten Fragebogens zu Beginn der Ausbildung ergab, dass der Body-Mass-Index bei knapp 25% der befragten Schüler/innen über 25 lag und damit auf Übergewicht bei jedem/r vierten Auszubildenden hinwies. Weiterhin waren knapp die Hälfte der Auszubildenden während ihrer Freizeit sportlich inaktiv (51%). Mit Beginn der Trainingseinheiten im Herbst und Winter konnte bei ca. 45% eine Verbesserung der Kondition und Koordination festgestellt werden – einige Schüler/innen treffen sich zusätzlich privat nach dem Unterricht zum Joggen oder haben sich gemeinsam in einem Fitnessstudio angemeldet. Darüber hinaus motivierten sie sich während der Sporteinheit gegenseitig zum Durchhalten einer bestimmten Strecke (Förderung des Teamgeistes). Letztlich kann festgehalten werden, dass das Projekt Spaß an der Bewegung während der gemeinsamen Aufwärm-, Lauf- und Dehnungsphase mit sich bringt und das persönliche Wohlbefinden und die Lebensfreude erhöht. Die Erkenntnis der Auszubildenden, dass sie selbst etwas für ihre Fitness tun müssen, damit sie den Anforderungen während der Ausbildung in der Gesundheits- und Krankenpflege körperlich standhalten, ist ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsförderung. Die gemeinsame Teilnahme am Stadtlauf konnte bis zu diesem Zeitpunkt noch nicht umgesetzt werden. Da sich die Schüler/innen dieses Projektes erst im zweiten Ausbildungsjahr befinden, wird dieses Ziel weiter angestrebt.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Alle beteiligten Akteure in diesem Projekt sind ein wichtiger Bestandteil. Die Schulleitung gewährleistet die Ausweisung der Unterrichtseinheiten. Die Projektleiterin übernimmt die inhaltliche Gestaltung und Durchführung der Sporteinheiten. Ein Sponsor für die Übernahme der Startgebühren zur Teilnahme am Stadtlauf ist wünschenswert.

Kontaktadresse Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Bad Oldesloe Kastanienallee 23 23843 Bad Oldesloe www.asklepios.com	Ansprechpartnerin Ursula Rohwer (Schulleitung) Tel.: 0 45 31 / 68 18 01 E-Mail: u.rohwer@asklepios.com Anke Püttjer (Projektleiterin) E-Mail: a.puettjer@asklepios.com
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Stressless-Day“

Bundesland: Hessen

Name der Schule: Kranken- und Kinderkrankenpflegeschule am Schulzentrum der Klinikum Fulda gAG

Träger: Klinikum Fulda gAG

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 150

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Eine theoretische Blockphase umfasst am Schulzentrum Fulda in der Regel fünf bis sechs Wochen. In dieser Zeit ist eine hohe Konzentration bedingt durch die Vermittlung einer Vielzahl theoretischen Wissens gefordert. Gleichzeitig nehmen die körperliche Bewegung ab und negative gruppensdynamische Prozesse aufgrund des täglichen Zusammenseins im Klassenverband zu. Durch die Verankerung der eigenen Gesundheitsvorsorge im hessischen Curriculum bot sich die Möglichkeit, den so genannten „Stressless-Day“ als planmäßige Einheit zum entspannenden Ausgleich in den Unterrichtsablauf zu integrieren.

2. Ziele

Das Projekt verfolgt den salutogenetischen Ansatz im Sinne der Gesundheitserhaltung. Es dient u.a. dem Stressabbau und der Stressbewältigung und somit der Erhaltung des Wohlbefindens sowie letztlich auch dem Erhalt von Motivation und Arbeitskraft für die sich anschließende Praxisphase. Die Schüler/innen erleben in einem Lernprozess, dass die eigene gezielte Psychohygiene wichtig ist und gut tut. Darüber hinaus werden Methoden und Möglichkeiten vermittelt, die zur eigenen Gesunderhaltung beitragen können. Die Mitgestaltung der Angebote und praktische Erfahrung erhöhen den Lerngewinn im Vergleich zur ausschließlich theoretischen Vermittlung um ein Vielfaches.

3. Umsetzung des Projektes

Der „Stressless-Day“ wird jeweils am Ende eines theoretischen Ausbildungsblocks durchgeführt und setzt sich aus verschiedenen Angeboten zusammen. Ferner besteht die Möglichkeit, dass einzelne Personen oder Gruppen nicht das gesamte Programm, sondern nur einzelne Sequenzen nutzen. Damit können individuelle Präferenzen berücksichtigt werden.

- **1. Gesundes Frühstück**

Die Schüler/innen teilen selbst ein, wer welche Zutaten mitbringt. Die Kosten werden von ihnen selbst übernommen. Priorität haben gesunde Lebensmittel im Sinne der Vollwertkost. Es wird im Klassenraum ein dekoriertes Buffet aufgebaut, an dem sich alle bedienen können.

- **2. Indoor-Barfußpfad**

Für einen Indoor-Barfußpfad werden von den Auszubildenden verschiedene Materialien mitgebracht (alle Materialien können anschließend gewaschen, desinfiziert oder entsorgt werden). Gut einsetzbar sind z.B. Badvorleger, verschiedene Getreidekörner, Vogelsand, Kieselsteine, Heu, Stroh, Kastanien, Kieferzapfen, ein Stück Baumstamm mit/ohne Rinde u.a.m. Alle Materialien werden für den Parcours in Waschschüsseln oder flache Pappkartons gelegt und an einer Laufstrecke im Klassenraum oder auf dem Flur angeordnet. Vor Beginn und am Ende des Parcours stehen für die Teilnehmer/innen feuchte Einmalwaschlappen zum Reinigen der Füße zur Verfügung.

3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung

• 3. Handmassage

Materialbedarf/Vorbereitung: mehrere Waschschüsseln mit kaltem Wasser, ca. 100 g Salz oder Zucker und ca. 20 ml Mandel- oder Olivenöl (für 25 TN), ätherische Öle z.B. Lavendel (entspannend, ausgleichend) oder Orange/Zitrone (aufmunternd, erfrischend), Handtücher oder Stoffwindeln. Durchführung: Die Massage kann als Einzel- oder Partnerarbeit durchgeführt werden. Handschmuck und Armbanduhren werden vorher abgelegt. Salz oder Zucker wird mit dem Öl zu einer „Paste“ verrührt, dann werden ca. 5 Tropfen des ätherischen Öles nach Wahl zugegeben. Die Massage wird im Sitzen durchgeführt, ein Handtuch oder eine Stoffwindel liegen auf den Oberschenkeln; dann werden die Hände in das kalte Wasser eingetaucht. Auf die feuchten Hände wird ein Teelöffel „Peeling-Paste“ gegeben, welche entweder selbst oder von der Partnerin/des Partners in den Händen verrieben und gründlich einmassiert wird. Wenn sich Salz bzw. Zucker weitgehend aufgelöst haben, werden die Hände wieder im Wasser abgespült und abgetrocknet.

• 4. Traumreise

Vorbereitung: Im Klassenraum wird eine Liegefläche mit Gymnastikmatten für alle geschaffen, außerdem auf eine Ruhezone geachtet (z.B. außen ein Hinweisschild an die Klassentür). Durchführung: Die Schüler/innen nehmen eine entspannte Liegeposition ein. Die Klassenleitung liest eine Geschichte/Entspannungsanleitung; im Hintergrund läuft leise Entspannungsmusik.

4. Beteiligte

Die Schüler/innen einer jeweiligen Klassengruppe nehmen mit einer Lehrkraft bzw. der Klassenleitung am Projekt teil.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass es nach einer anstrengenden Theorie-Phase allen Beteiligten Freude bereitet, einen lebhaften und entspannenden Ausklang zu erleben. Das gemeinsame Vorbereiten und Gestalten des Stressless-Days fördert eine gute Atmosphäre in der Klasse und steigert die Motivation. Sozialkompetenzen wie z.B. Teamfähigkeit und Gemeinschaftsgefühl werden erheblich gestärkt. Die Schüler/innen erkennen, dass sie selbstwirksam etwas zu ihrer Gesundheit beitragen können.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Der „Stressless-Day“ kann laut Ausbildungs- und Prüfungsordnung für Berufe in der Krankenpflege (KrPflAPrV) von 2003 offiziell verbucht werden. Der Zeitbedarf beläuft sich für das Gesamtprogramm auf ca. 3x90 Minuten (90 Minuten für Frühstück, 45-60 Minuten für Barfußpfad, 45 Minuten für Handmassage, 45 Minuten für Traumreise, 30-45 Minuten Verteilzeit für jeweilige Vor- und Nachbereitung). Gegebenenfalls können Kosten für z.B. Gymnastikmatten und Verbrauchsmaterialien anfallen. Alle anderen benötigten Materialien sind in jeder Pflegeausbildungseinrichtung vorhanden.

Kontaktadresse Kranken- und Kinderkrankenpflegeschule am Schulzentrum der Klinikum Fulda gAG Carl-Schurz-Straße 14 36041 Fulda www.klinikum-fulda.de	Ansprechpartnerin Marga Schneider (Schulleitung) Tel.: 06 61 / 84 67 00 E-Mail: marga.schneider@klinikum-fulda.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Mit einem Nickerchen durchs Schul- und Arbeitsleben“

Bundesland: Bayern
Name der Schule: Berufsfachschule für Altenpflege
Träger: Heimerer GmbH
Fachrichtungen: Altenpflege, Altenpflegehilfe
Anzahl der Auszubildenden: ca. 340
Entwicklungsstand des Projektes: Idee – teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Auszubildende in Pflegeberufen leiden häufig unter einem hohen Lern- und Arbeitsstress. Nicht Wenige üben darüber hinaus einen Nebenjob aus oder sind mit privaten Problemen zusätzlich belastet. Konzentrationsstörungen sowie Demotivation, verstärkt in den letzten Unterrichtsstunden oder zum Ende der Woche, treten auf, obwohl gezielt Medienwechsel und schülerorientiertes Lernen eingesetzt werden. Die hohen psychischen und physischen Herausforderungen des Berufes, geprägt durch die Arbeit im Schichtdienst, häufig auftretende Gesundheitsbeschwerden wie Burnout und Schlafstörungen bewirken, dass die durchschnittliche Verweildauer im Altenpflegeberuf bei ca. fünf Jahren liegt. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken und Gesundheitsrisiken zu vermeiden, ist es sinnvoll, bereits in der Ausbildung aktiv zu werden und selbst zu erleben, dass schon einfache Entspannungstechniken eine große Auswirkung auf das Wohlbefinden haben können. Diese können sowohl in der Schule als auch in der Praxis angewendet und problemlos im Alltag integriert werden.

2. Ziele

Mit dem Projekt verfolgt die Berufsfachschule für Altenpflege zum einen das Ziel, die Konzentration und Motivation im Schul- bzw. Berufsalltag zu steigern sowie zur Erhaltung und Stärkung der physischen und psychischen Gesundheit der zukünftigen Pflegekräfte beizutragen. Darüber hinaus soll eine Verbesserung der Qualität der Pflegehandlungen durch ein erhöhtes Wohlbefinden bei den Auszubildenden erreicht werden. Dies könnte sich auf eine höhere Verweildauer im Altenpflegeberuf aufgrund höherer Zufriedenheit positiv auswirken. Weiterhin wird angestrebt, hohe Fehlzeiten aufgrund von Überforderung zu vermeiden und das Arbeitsklima durch eine stabilere psychische Verfassung und Ausgeglichenheit zu verbessern. Alles in allem könnte die Attraktivität des Altenpflegeberufs damit gesteigert und somit dem Pflegekräftemangel entgegengewirkt werden.

3. Umsetzung des Projektes

Das Projekt „Mit einem Nickerchen durchs Schul- und Arbeitsleben“ kann in die theoretische und praktische Ausbildung integriert werden. Zunächst ist ein täglicher Kurzschlaf von 15 Minuten vorgesehen. Studien der Schlafforschung weisen darauf hin, dass der so genannte Kurzschlaf (Power Napping) am Mittag dazu führt, dass die Konzentrationsfähigkeit und das Leistungsvermögen gesteigert werden können. Da die Müdigkeit um die Mittagszeit dem natürlichen Biorhythmus entspricht, wirkt ein Kurzschlaf Energie bringend und erholend. Aufgrund der räumlichen Gegebenheiten der Berufsfachschule für Altenpflege in München können die Schüler/innen auf Matten am Boden im Unterrichtsraum, an ihren Tischen bzw. in den Pausenräumen der praktischen Einrichtungen schlafen.

3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung

Darüber hinaus werden die Schüler/innen mit Entspannungsarmbändern ausgestattet. Das Tragen und Berühren eines Edelstein-Perlenarmbandes in der Hosentasche kann beruhigende und entspannende Wirkung entfalten und hilft Spannungen abzubauen. Das Ausmalen von Mandalas fördert Kreativität und Phantasie – die Konzentration wird gebündelt, Ruhe und Entspannung wirken dem Lern- und Arbeitsstress entgegen. Regelmäßige Frühgymnastik belebt, bringt den Kreislauf in Schwung und steigert Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit. Einfache Entspannungsübungen ermöglichen ein besseres Körpergefühl und ein erhöhtes Bewusstsein für vorhandene Spannungen und Verkrampfungen. Alle Bausteine können in den Schulblöcken sowie auch im Praxisalltag verteilt ein- bis zweimal wöchentlich für 10-15 Minuten eingeplant bzw. individuell eingesetzt werden.



Abbildung 12: Altenpflegeschule Heimerer GmbH

4. Beteiligte

Alle Schüler/innen der Berufsfachschule für Altenpflege sowie die Kooperationspartner der praktischen Ausbildung, die Lehrkräfte der Berufsfachschule für Altenpflege sowie die Klassen- und Schulleitung als Projektleitung werden in die Umsetzung des Projekts integriert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Das Projekt soll zunächst über ein Schuljahr hinweg stattfinden. Eine Evaluation wird in Form einer Befragung der Schüler/innen, der Lehrkräfte sowie der Pflegekräfte in den praktischen Einsatzorten zu Beginn, in der Halbzeit und am Ende des Projektes durchgeführt. Die Ergebnisse können Anhaltspunkte dazu geben, inwiefern Entspannungstechniken bereits im Vorfeld bekannt waren, ob die erlernten Techniken im schulischen und beruflichen Alltag eingesetzt werden konnten und ob diese eine Reduktion von Müdigkeit und Angespanntheit sowie eine Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Motivation und Leistung zur Folge hatten.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Benötigt werden Klassen- bzw. Pausenräume in den praktischen Einsatzorten. Alle Beteiligten müssen vorab schriftlich und mündlich über das Projekt informiert werden. Die Materialien (Armbänder, Matten, Mandalas, Übungsblätter) und deren Einsatz sind klar definiert.

Kontaktadresse

Berufsfachschule für Altenpflege Heimerer GmbH
Bayerstraße 73
80335 München
www.heimerer-schulen.de

Ansprechpartnerin

Aurora Dongoroz (Schulleitung)
Tel.: 0 89 / 54 59 47 - 75
E-Mail: dongoroz@heimerer.de

Projekt „SOS – Schule ohne Stress“

Bundesland: Bayern

Name der Schule: BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe

Träger: BRK Bezirksverband Schwaben

Fachrichtungen: Altenpflege, Pflegefachhelfer (Altenpflege)

Anzahl der Auszubildenden: ca. 90

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Stress und Burnout haben in der Altenpflege bedeutsame Ausmaße erreicht. Der Begriff „Stress“ erscheint oft im Zusammenhang mit starken Belastungen und wird von Auszubildenden der Altenpflege subjektiv sehr unterschiedlich sowie in der Regel eher negativ wahrgenommen. Eine interne Umfrage ergab, dass 65% der Schüler/innen bereits Betroffene mit Burnout kennen oder diesen selbst erlebt haben. In der theoretischen und praktischen Ausbildung zum/zur Altenpfleger/in nehmen Maßnahmen zur Stressbewältigung und Burnoutprävention daher bereits eine zentrale Rolle ein. Denn dass Auszubildende im Pflegebereich mit verschiedenen Stressfaktoren wie Leistungsdruck, Zeitmangel, Lernstress und Überforderung konfrontiert sind und damit einem hohen Gesundheitsrisiko unterliegen, ist bereits in verschiedenen Untersuchungen aufgezeigt worden. Die Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe hat sich dazu entschlossen, dieses Thema im Lernfeld Berufskunde als Projekt „SOS – Schule ohne Stress“ im Rahmen des Unterrichts vertiefend zu thematisieren.

2. Ziele

Oberstes Ziel des Stressprävention-Projektes ist es, dass Auszubildende Stressauslöser frühzeitig erkennen und Strategien zur Stressbewältigung einsetzen können. Dadurch soll ihre individuelle Kompetenz im Umgang mit Stress gestärkt, persönliche Energiequellen und Strategien zur Stressbewältigung entdeckt und das körperliche Gleichgewicht erhalten werden. Wichtig ist, den Auszubildenden Lernstrategien zu vermitteln, die zum eigenverantwortlichen Lernen helfen. Durch die Bereitschaft zur Arbeit im Team sollen individuelle Lern- und Arbeitstechniken sowie die eigenständige Zielsetzung und Wissensaneignung zur persönlichen Weiterentwicklung beitragen. Stress auslösende Situationen sollen durch das Lernen im Team den Leistungsdruck mindern und die Freude am Lernen ermöglichen. Ein weiteres Ziel liegt auch auf der schulstrukturellen Ebene. Lehrkräfte und Dozenten/innen bieten durch die aktive Umsetzung des Konzeptes eine Reduzierung des Leistungsdrucks und dadurch eine Entspannung der Situationen.

3. Umsetzung des Projektes

Das Projekt „SOS – Schule ohne Stress“ startete mit dem Prozess der Ideenfindung, der sehr intensiv und zeitaufwändig war. Die Vorbereitungsphase zur Themenauswahl und Gruppenzuordnung fand am 16.02.2012 statt. Für die Koordination wurde ein Projektplan erstellt. Der erste Teil der Umsetzungsphase wurde im Schulblock vom 12.-30.03.2012 durchgeführt. Hier ging es vor allem um die Planung und Kalkulation der einzelnen Gruppen. Jede Gruppe arbeitete intensiv ihren Themenbereich aus und erstellte dazu einen Material- und Kostenplan. Im zweiten Teil der Umsetzungsphase, am 03.05.2012, wurde eine Einladung an die Altenpflegeklasse im ersten Ausbildungsjahr, Lehrkräfte und Dozenten/innen erstellt. Des Weiteren wurde eine erste Präsentation vorbereitet. Am

3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung

10.05.2012 fand die erste Präsentation statt. Zentraler Bestandteil war die Sensibilisierung für das Thema Stress in einem kurzen Vortrag. In einem Lernzirkel wurden anschließend die verschiedenen Stationen ausprobiert und drei große Bereiche der Stressbewältigung vorgestellt. Der erste Bereich dient der Entspannung. Hier wurden Möglichkeiten der Entspannung, des „Ablenkens“ und „Abschaltens“ aufgezeigt, um Unterrichtspausen künftig entsprechend effektiver zu nutzen. Im zweiten Bereich ging es vor allem um kurze Auslöschmethoden im Unterricht. Dazu wurde ein Koffer entwickelt, welcher jederzeit und überall einsetzbar ist. Er beinhaltet kurze Entspannungsübungen, Bewegungsspiele und Traumreisen. Der dritte Bereich befasste sich mit Lernstrategien. Dabei entstand ein Memory zu verschiedenen Unterrichtsthemen, die auch lernfeldübergreifend erweiterbar sind. Es wurden Bilder zur „Peg Methode“ erstellt, die im Klassenraum verankert und von allen Schülern/innen verwendet werden können. Insgesamt wurden 10 Spiele zur Veranschaulichung eines einfachen und spielerischen Lernens durchgeführt, welche auf den Unterricht als auch auf die private Anwendung übertragbar sind. Die Auszubildenden sollten hier die Möglichkeiten aufgezeigt bekommen, sich aktiv an der Stressbewältigung zu beteiligen.



Abbildung 13: "Entspannungskoffer"

4. Beteiligte

Das Projekt „SOS – Schule ohne Stress“ wurde von der Altenpflegeklasse im zweiten Ausbildungsjahr erarbeitet und von verschiedenen Fachlehrern/innen betreut. Es richtet sich überwiegend an die Auszubildenden in der Altenpflege sowie an Schüler/innen der Altenpflegefachhilfe. Aufgrund der geplanten, schulstrukturellen Veränderung soll ebenso für die Schulleitung, Lehrkräfte sowie Dozenten/innen eine Nutzbarkeit und Bereicherung ermöglicht werden.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Es sind weitere Präsentationen angedacht, um auch den neuen Auszubildenden die Möglichkeit zur Stressreduktion/Entspannung zu geben. Messbare Ergebnisse liegen bislang nicht vor. Nach einer Probephase werden die Auszubildenden jedoch gebeten zu berichten, wie sich ihr Lernverhalten verändert hat und sie sich eine Weiterentwicklung vorstellen.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Wichtig ist die Unterstützung des Trägers bzw. der Schulleitung und der Lehrkräfte, damit die Auszubildenden auch die erforderlichen Stunden zur Verfügung gestellt bekommen. Finanzielle Aufwendungen entstehen in der Umsetzung des Projekts: Es müssen die Räumlichkeiten und die Einrichtung der Entspannungsecken (z.B. Matratzen, Kissen, Sitzsack) sowie Lernmittel für Lernspiele und Lernhilfsmittel zur Verfügung gestellt werden.

Kontaktadresse

BRK Berufsfachschule für Altenpflege und
Altenpflegehilfe
Pestalozzistraße 5
86637 Wertingen
www.bvschwaben.brk.de/angebote/bfsa-wertingen

Ansprechpartnerin

Monika Egger, Lehrerin für Pflegeberufe,
Qualitätsmanagerin, Q-Auditorin
Tel.: 0 82 72 / 49 46
E-Mail: egger@bvschwaben.brk.de

Projekt „Pfleger relaxen, relaxt pflegen“

Bundesland: Niedersachsen

Name der Schule: Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften, Fakultät Gesundheitswesen

Träger: Land Niedersachsen

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Altenpflege, Dualer Studiengang „Pfleger“

Anzahl der Auszubildenden: ca. 100 Studierende

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

In den letzten Jahren haben zahlreiche Untersuchungen (z. B. der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW), z.T. in Zusammenarbeit mit der Deutschen Angestellten Krankenkasse (DAK) belegt, dass Pfleger erheblichen Gesundheitsrisiken und psychischen Belastungen ausgesetzt sind. Obwohl im Rahmen von Präventionsprogrammen wissenschaftlich anerkannte Entspannungsverfahren seit Jahren eingesetzt werden, haben nur wenige Pflegekräfte bisher ein solches Angebot wahrgenommen.

2. Ziele

Mit der vorliegenden Projektidee erhalten bereits die Schüler/innen in der Berufsausbildung die Gelegenheit, zwei wissenschaftlich anerkannte Entspannungsverfahren kennenzulernen und selbst zu praktizieren. Hierbei sollen die individuellen Kompetenzen gestärkt werden, um stressbedingten Gesundheitsrisiken mit Hilfe von Entspannungstechniken präventiv entgegen zu wirken. Darüber hinaus werden die Auszubildenden im Anschluss aufgefordert, in ihrem persönlichen und beruflichen Umfeld über ihre Selbstwirksamkeitserfahrung, welche sie im Zusammenhang mit dem erlernten Entspannungsverfahren machen konnten, zu berichten, um dadurch weitere Personen zu motivieren, ebenfalls eine Entspannungstechnik zu erlernen. Die Ostfalia bietet hierzu gemeinsam mit ihren Kooperationspflegesschulen entsprechende Kurse an. Studierende des Studiengangs „Pfleger“ erhalten darüber hinaus die Möglichkeit, eine Kursleiterqualifikation für Entspannungsverfahren zu durchlaufen und in Folge die Präventionskurse selbst durchzuführen.

3. Umsetzung des Projektes

Das Projekt verläuft in mehreren Phasen. Seit dem Sommer 2012 werden in einer ersten Phase Entspannungskurse für Auszubildende und Studierende angeboten. Ab 2013 werden diese in der zweiten Phase durch Kursangebote auch für Mitarbeiter/innen der Gesundheitseinrichtungen ergänzt. Zudem starten die Kursleiterschulungen und Hospitationen für Studierende zur „Progressiven Muskelrelaxation“ und „Autogenes Training“. In einer dritten Phase übernehmen die Absolventen/innen des Studiengangs „Pfleger“ selbst die Leitung von Entspannungskursen.

3-Stufen-Modell des Projektes „Pfleger relaxen – relaxt pflegen“:

- Stufe 1: Selbsterfahrung
- Stufe 2: Multiplikation
- Stufe 3: Nachhaltigkeit

3.2 Stressreduktion, Entspannung, Konzentrationsförderung

Die Auszubildenden, Studierenden und Pflegefachkräfte erwerben somit die Kompetenzen, sich selbst zu pflegen und andere beruflich Pflegende, pflegende Angehörige, Pflegebedürftige und sonstige belastete Personen zu motivieren, wirksame Verfahren zur Stressprävention zu erlernen, anzuwenden und diese Verfahren später in entsprechenden Kursen sogar selbst zu vermitteln. Auf diese Weise entsteht langfristig ein auf Nachhaltigkeit ausgerichtetes, sich selbst erhaltendes und stetig erweiterndes Präventionssystem.

4. Beteiligte

Das Projekt ist so angelegt, dass es neben den Auszubildenden der Pflegeberufe und Studierenden der Ostfalia auch die Mitarbeiter/innen der Krankenhäuser und Altenheime sowie die Lehrkräfte der Schulen einbezieht. Somit wird das Angebot langfristig einem großen Personenkreis zugänglich.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Das Projekt wird wissenschaftlich begleitet. Hierzu nehmen alle Teilnehmer/innen an Erhebungen – vor und nach ihrer Teilnahme an einem Entspannungskurs – teil. Eine dritte Erhebung erfolgt zeitversetzt ca. 3-4 Monate nach dem letzten Kurstermin. Die Erhebungsbögen werden standardisiert ausgewertet. Eine (Zwischen-)Auswertung der bisher durchgeführten Erhebungen steht jedoch noch aus. Die bisherigen Beobachtungen zeigen aber, dass das Interesse der Auszubildenden zur Teilnahme an fakultativen Angeboten eher gering ist. Kurse, die im Anschluss an den regulären Berufsschulunterricht stattfinden sollten, kamen mangels Interesse nicht zustande. Die derzeit laufenden Kurse wurden in das Curriculum der Kooperationsschulen integriert. Das Interesse der Studierenden war insbesondere hinsichtlich der Möglichkeit zur späteren Teilnahme an der Kursleiterqualifizierung groß.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Um eine Umsetzung des Projektes zu gewährleisten, bedarf es zwei Trainer/innen für „Autogenes Training“ und „Progressive Muskelrelaxation“. Notwendige Materialien wie z.B. Bodenmatten und Decken sind in den Kooperationspflegeschulen vorhanden bzw. werden von den Kursleitern/innen gestellt. Die Finanzierung der Koordination des Projekts erfolgt über Mittel der Hochschule. Die Kooperationspflegeschulen stellen für die wohnort- und arbeitsplatznahe Durchführung der Entspannungskurse Räumlichkeiten zur Verfügung. Die Kosten der Projektdurchführung werden über Kursgebühren gedeckt. Die gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen die Teilnahme an den Präventionskursen mit bis zu 80% der Kursgebühr.

Kontaktadresse Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften Fakultät Gesundheitswesen Rothenfelder Straße 10 38440 Wolfsburg www.ostfalia.de	Ansprechpartner Tobias Immenroth Tel.: 0 53 61 / 89 22 - 23 230 E-Mail: to.immenroth@ostfalia.de
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Burnout – das Spiel mit dem Feuer“ – Gestaltung einer multimedialen Ausstellung

Bundesland: Baden-Württemberg

Name der Schule: Berufsfachschule für Altenpflege Kloster Lorch

Träger: Diakonisches Institut für Soziale Berufe

Fachrichtungen: Altenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 17

Entwicklungsstand des Projektes: umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Im Rahmen einer offenen Projektarbeit an der Berufsfachschule für Altenpflege im Kloster Lorch hat sich der Ausbildungskurs des zweiten Ausbildungsjahres für das Thema Burnout entschieden. Bei der Themenfindung spielten eigene Erfahrungen als auch die von Kollegen/innen eine wesentliche Rolle, wodurch bereits erste Kontakte mit Überforderung, Frustration und Erschöpfung gesammelt wurden. Anlass für die Auszubildenden war die Erkenntnis, dass sie selbst jederzeit von Burnout betroffen sein können und dass die Pflegeberufe zur „Risikogruppe“ gehören. Durch den künstlerischen Ansatz versprach sich die Schule, einen anderen Zugang zum Thema für die Auszubildenden zu schaffen (erfahrungsorientiert) als im bisherigen handlungsorientierten Ansatz.

2. Ziele

Durch die Kunst als handlungsleitender Ansatz sowie die Konfrontation mit Neuem, Unbekanntem und Unbequemem wird das Standhalten erfahren und die Auszubildenden lernen, solche Situationen auszuhalten. Sie bringen die unangenehmen Dinge in eine andere Form – aus einem Eindruck wird ein Ausdruck – es wird demnach etwas auf eine andere Ebene gebracht, über die sie lernen, sich auszutauschen (Transformation). Jedes „Kunst-Werk“ wird zu etwas Eigenem und erfährt Wertschätzung. Die Auszubildenden lernen ihre eigenen Ansprüche kennen und damit umzugehen. In Bezug auf die Projektarbeit wird durch ein offenes Vorgehen selbstständiges Arbeiten, Planen und Organisieren im Team gelernt. Es werden gemeinsame Entscheidungen getroffen und Konflikte bearbeitet. Durch das Erreichen eines gemeinsamen Ergebnisses werden Anerkennung und Selbstbewusstsein weiterentwickelt. Die Gestaltung einer multimedialen Ausstellung zum Thema Burnout (Abschlusspräsentation am 29.2.12) lässt die Besucher/innen selbst einen anderen Zugang zum Thema erfahren. Durch die Ausstellung wird das Thema öffentlich gemacht, regt zum Austausch an und durchbricht dadurch das mit dem Thema verbundene Stigma.

3. Umsetzung des Projektes

Im Dezember 2010 erfolgte eine erste Einführung in die Projektarbeit. Im Januar/Februar 2011 folgte dann eine erste Ideensammlung, mit der sich der Kurs im April weiter auseinandersetzen konnte. Zudem mussten die Vorbereitungen für die Kickoff-Veranstaltung abgeschlossen werden, so dass diese dann im Juli 2011 stattfinden konnte. Nach dem Kickoff konnte die Projektarbeit weiter geplant werden. Diese sah unter anderem vor, dass im September 2011 zwei Burnout-Betroffene eingeladen wurden. Der Austausch darüber gab genügend Ideen für die Abschlusspräsentation, die im November/Dezember 2011 abschließend vorbereitet sein sollte. Die Konzeption der Ausstellung musste bis Ende des Jahres stehen. Im Februar erfolgten dann die letzten Vorbereitungen und die Abschlusspräsentation mit der Ausstellungseröffnung am 29.2.12.

4. Beteiligte

Am Projekt waren das zweite und dritte Ausbildungsjahr beteiligt. Die Projektleitung übernahmen eine Pflegepädagogin sowie eine Kunsttherapeutin. Weiter standen die Praxiseinrichtungen (z.T. finanziell) unterstützend beiseite und wurden angeregt, die Projektidee in ihren Einrichtungen aufzugreifen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

In den gemeinsamen Projektsitzungen meldeten die Auszubildenden zurück, dass sie Spaß und Freude bei den künstlerischen Arbeiten empfanden, da sie sich gut darauf einlassen konnten. Sie erfuhren die Bedeutung von Teamarbeit durch das gemeinsame Schaffen und den Austausch über das, was sie bewegt. Es wurde in den Projektsitzungen ein Forum für den gemeinsamen Austausch geschaffen, um auch kritische Aspekte anzusprechen. So konnten Konflikte, die in der Teamarbeit entstanden sind, offen ausgesprochen und gemeinsam bearbeitet werden. Durch die gemeinsame Entwicklung der Ausstellungskonzeption setzten sich die Auszubildenden mit ihren Belastungen, aber auch mit Lösungsmöglichkeiten zur Burnoutprävention auseinander. Sie entwickelten gegenseitiges Verständnis und eine wertschätzende Haltung anderen gegenüber. Die Abschlusspräsentation mit der multimedialen Ausstellung Ende Februar war ein voller Erfolg. Weit über 200 Gäste folgten der Einladung. Die Ausstellungsräume und die entstandenen Kunstwerke luden zum regen Austausch untereinander an. Es entstanden zahlreiche Gespräche zum Thema Burnout Anregungen für die eigene Pflegeeinrichtung konnten mitgenommen werden.



Abbildung 14: Ausstellung: Burnout – Das Spiel mit dem Feuer: "Burnout-Labyrinth", Berufsfachschule für Altenpflege Kloster Lorch

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Die Projektarbeit ist inzwischen fest im Curriculum der Schule verankert. Die künstlerischen Arbeiten wurden gezielt mit kostengünstigen Materialien hergestellt und ausgestellt, um einen niederschweligen Zugang zu schaffen, z.B. Pappe, Kopierpapier, Kohlestifte. Der Schule entstehen somit lediglich die anfallenden Honorarkosten für die Unterrichtsstunden der Projektbegleitung und ggf. ein Beitrag bei den beiden Präsentationen (Kickoff und Abschluss), die jedoch auch zur Öffentlichkeitsarbeit der Schule einen wesentlichen Teil beisteuern.

Kontaktadresse

Diakonisches Institut für Soziale Berufe,
Berufsfachschule für Altenpflege Kloster Lorch
Kloster Lorch
73547 Lorch
www.diakonisches-institut.de

Ansprechpartnerin

Catrin Schmid (Schulleitung)
Tel.: 0 71 72 / 18 99 09 - 0
E-Mail: cschmid@diakonisches-institut.de

Projekt „Wertschätzung“

Bundesland: Niedersachsen

Name der Schule: Schulzentrum für Gesundheitsberufe

Träger: Allgemeines Krankenhaus Celle

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 75

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

„Wertschätzung“ wird am Schulzentrum für Gesundheitsberufe in Celle als eine wesentliche Determinante für die Gesundheit der Auszubildenden gesehen, denn sie trägt wesentlich zur Entwicklung pflegeberuflicher Kompetenz bei. Aus der Perspektive der Lernenden wurde das (Lern-)Klima jedoch in einzelnen praktischen Lernorten im allgemeinen Krankenhaus Celle als belastend und ungesund empfunden. Unbedachte Äußerungen sowie eine geringe Bereitschaft seitens der Pflegekräfte, sich der Perspektive der Lernenden anzunehmen, ließen bei den Auszubildenden das Gefühl entstehen, nicht Willkommen sowie den Anforderungen in der Praxis nicht gewachsen zu sein. Die Folgen waren deutliche Einbrüche in der Motivation sowie in der Arbeitsfreude. In klärenden Gesprächen zwischen den Lehrenden des Schulzentrums und den Pflegekräften der praktischen Lernorte wurde dies als negativ für die berufliche Zufriedenheit und Gesundheit der Lernenden empfunden. Auf dieser Grundlage ist die Idee zu einer Plattform geschaffen worden, die es den Lernenden und Lehrenden zeitnah ermöglicht, Erfahrungen des Berufsalltags zu reflektieren und konstruktiv zu bearbeiten.

2. Ziele

Ziel des Projektes ist es, dass sich die Pflegekräfte der praktischen Lernorte ihrer exponierten Rolle in der Pflegeausbildung bewusst werden und ihren Einfluss auf die Lernmotivation, Leistungsfähigkeit und Berufszufriedenheit der Lernenden reflektieren und positiv gestalten. Dazu wird eine Ausgangslage geschaffen, die dieses Vorhaben in den praktischen Lernorten zeitnah ermöglicht und dem Erleben der Lernenden Gehör verschafft. Sie dient als Grundlage der weiteren Gestaltung der Lernentwicklung und trägt zur zeitnahen Klärung von Konflikten bei. Damit wird ein gesundes Lernklima geschaffen, in dem die Lernenden in der Entwicklung ihrer beruflichen Handlungskompetenz begleitet werden und „Wertschätzung“ als wesentlicher Einflussfaktor auf die Gesundheit und Motivation gesehen und unterstützt wird.

3. Umsetzung des Projektes

In einem ersten Schritt wurden Konferenzen mit den Teamleitern/innen ausgewählter praktischer Lernorte initiiert, um die Ist-Situation vor Ort zu analysieren und gemeinsam Ziele, Vorgehen und Instrumente für ein verbessertes Lernklima zu erarbeiten. Unter Einbezug der Praxisanleiter/innen wurden anschließend die Erprobungsphase und das weitere Vorgehen geplant. Als Ergebnis findet täglich eine zeitlich begrenzte Reflexion zwischen Praxisanleitung und Lernenden über die vorherrschenden Lernbedingungen mit folgenden Inhalten statt:

3.3 Kommunikationsförderung

- Was bewegt mich heute in der Zusammenarbeit mit dem/r Praxisanleiter/in oder innerhalb des Teams?
- Welche Pflegesituationen beschäftigen mich?
- Was hat dazu geführt?
- Was möchte ich klären?

Diese Kriterien werden als Vorlage in das vorhandene Portfolio (Lerntagebuch) für die praktische Ausbildung eingefügt und sind von den Lernenden entsprechend zu führen sowie in den festgelegten zeitlichen Intervallen (z.B. Zwischengespräch) zwischen Lernenden und Lehrenden beider Lernorte als Reflexionsgrundlage zu den Lernbedingungen und zur Lernentwicklung zu Grunde zu legen und zu bewerten.

4. Beteiligte

Das Projekt bezieht alle Ausbildungsjahrgänge des Schulzentrums ein. Um die Umsetzung gewährleisten zu können, stehen Schulleitung sowie Kursleitungen der Ausbildungsjahrgänge gemeinsam hinter dem Projekt. Darüber hinaus ist an den praktischen Lernorten die jeweilige Pflegedienstleitung, Teamleitung sowie Praxisanleitung, die eine Multiplikatorenrolle einnimmt, involviert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Lernenden beschreiben die täglich kurze Reflexion in den ausgewählten praktischen Lernorten zu den Aspekten „Was beschäftigt oder bewegt mich heute“ sowie „Was möchte ich klären“ positiv, obgleich die Reflexion der eigenen Arbeit und des eigenen Erlebens durchaus auch anspruchsvoll betrachtet wird. Darüber hinaus bewerten sie positiv, dass ihre Perspektive wahrgenommen wird und sie sich in ihrem Erleben ernst genommen fühlen, ohne darum kämpfen zu müssen. Auch wirke sich die regelmäßige gegenseitige Perspektiveinnahme positiv auf das gesamte Klima innerhalb des Teams aus.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Vorrangig ist das Bewusstsein bei den Pflegekräften bezüglich der Rahmenbedingungen und Einflussfaktoren auf die Lernmotivation und Gesundheit der Lernenden zu schärfen. In diese Prozesse ist ebenfalls die Klinikleitung zu involvieren, da ggf. entsprechende Konsequenzen nur aus der Leitungsebene zu steuern sind. Des Weiteren sind zeitliche Ressourcen für Informationsveranstaltungen, Ist-Analyse und Schulungen oder ggf. finanzielle Aufwendungen für ein Coaching der Pflegekräfte erforderlich.

Kontaktadresse Schulzentrum für Gesundheitsberufe am Allgemeinen Krankenhaus Celle Siemensplatz 4 29223 Celle www.akh-celle.de	Ansprechpartnerin Monika Hofer-Klapschuweit (Schulleitung) Tel.: 0 51 41 / 7 22 400 (7 22 40 - 1 Sekretariat) E-Mail: Monika.Hofer-Klapschuweit@akh-celle.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Pflegeausbildung – Gemeinsam oder Einsam?! Entwicklung eines Kriterienkatalogs“

Bundesland: Sachsen

Name der Schule: Heimerer Schulen Oschatz

Träger: Heimerer GmbH

Fachrichtungen: Altenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 19

Entwicklungsstand des Projektes: Idee – noch nicht mit der Umsetzung begonnen

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Die Schüler/innen der Altenpflegeklasse (APF) 7 der Heimerer Schule in Oschatz nutzten den Aufruf zum Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“, um zu reflektieren, in welchem Umfang sich jede/r Einzelne in der bisherigen Ausbildungszeit gesund fühlt. Im Ergebnis beklagte eine große Mehrheit die Personalknappheit in den Pflegeeinrichtungen. Gleichzeitig diskutierten sie jedoch auch den Vorteil, dass relativ schnell praktische Erfahrungen in der Pflege und Behandlungspflege gesammelt werden könnten, wobei die Zeit zur praktischen Anleitung dieser pflegerischen Tätigkeit oft fehlt. Die daraus resultierende Verantwortung lastet zeitweise schwer auf den Schultern der Auszubildenden. Die Angst vor Fehlern sowie die persönliche Unzufriedenheit steigen. Um Transparenz und Orientierung zu verbessern, entstand bei den Auszubildenden die Idee, einen Kriterienkatalog nach Vorgaben der Transparenzvereinbarungen des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen zu entwickeln. Diese bilden die Grundlage, eine Pflegeeinrichtung hinsichtlich ihrer Pflegequalität bewerten zu können. Die daraus resultierenden „Pflegetoten“ helfen, z.B. pflegenden Angehörigen, sich für ein geeignetes Pflegeheim zu entscheiden. Eine ähnliche Entscheidungshilfe zu entwickeln, haben sich die 19 Auszubildenden zum Ziel gesetzt.

2. Ziele

Ziel dieses Kriterienkatalogs soll sein, eine Orientierung anzubieten, welche die Möglichkeit schafft, sich für eine Pflegeeinrichtung zu entscheiden, welche die Schüler/innen je nach ihrer psychischen und physischen Entwicklung fördert und fordert. Entscheidend soll hierbei sein, den Auszubildenden eine Orientierung bei der Auswahl der Pflegeeinrichtung anzubieten, welche durch eine professionelle und objektive Prüfung entstanden sind. Mit Hilfe eines Ampelbewertungssystems (rot = mangelhaft, gelb = ausreichend, grün = gut bis sehr gut) kann diese Entscheidung, in optischer Form und im Internet einsehbar, erleichtert werden und die Ausbildungsqualität der Pflegeeinrichtungen darstellen bzw. nachweisen.

3. Umsetzung des Projektes

Die Schüler/innen der teilnehmenden Altenpflegeklasse erstellten einen Kriterienkatalog, der drei große Qualitätsbereiche umfasst, an denen teilnehmende Pflegeeinrichtungen hinsichtlich ihrer Ausbildungsqualität geprüft werden sollen: „Gestaltung der Arbeitszeit“, „Dienstplangestaltung“ sowie „Praxisanleitung“. Um eine objektive Überprüfung sicherstellen zu können, müssen die einzelnen Kriterien der Qualitätsbereiche nachweisbar sein. Um dies zu gewährleisten, entschied sich die Projektgruppe als Grundlage das Arbeitszeitgesetz, den Dienstplan sowie das Tätigkeitsnach-

3.3 Kommunikationsförderung

weisheft heranzuziehen. Jedes Nachweiskriterium bildet damit die notwendige Sicherheit sowohl für die Schüler/innen als auch für den Arbeitgeber beziehungsweise die ausbildende Pflegeeinrichtung.

Im ersten Qualitätsbereich „Arbeitszeit“ wird geprüft, wie sich dieser gestaltet und ob die gesetzlichen Rahmenbedingungen (lt. Arbeitszeitgesetz) eingehalten werden. Dies beinhaltet im Besonderen die Pausenregelung, die Ruhezeit, die Schichtarbeit sowie den Einsatz an Sonn- und Feiertagen mit dem dazugehörigen Freizeitausgleich. Der sich anschließende Qualitätsbereich zwei „Dienstplangestaltung“ knüpft an den ersten Bereich „Arbeitszeit“ an und überprüft, ob sich der Dienstplan durch den Einsatz von Auszubildenden verändert: „Gibt es eine Veränderung im monatlichen Verlauf?“, „Inwieweit werden Wünsche der Schüler/innen berücksichtigt?“, „Wie gestaltet sich der Schichtwechsel?“. Der abschließende Qualitätsbereich drei orientiert sich an der „Praxisanleitung“: „Gibt es eine/n Mentor/in, welche/r direkt für die Auszubildenden zuständig ist?“, „Wie oft haben Praxisanleitung und Schüler/in gemeinsam Dienst?“. Auch hier kann der Dienstplan als Nachweisgrundlage dienen. Des Weiteren bildet das Tätigkeitsnachweisheft eine wichtige Funktion. Als Grundlage dient das Motto „Was nicht dokumentiert ist, ist nicht passiert!“. Weiter wird hinterfragt, wie intensiv sich die Praxisanleitung mit den dem Ausbildungsstand entsprechenden Aufgaben der Schüler/innen beschäftigen.

4. Beteiligte

An der Ideen- und Projektentwicklung waren in erster Linie die 19 Altenpflegeschüler/innen der Heimerer Schule in Oschatz beteiligt. Unterstützt und beraten wurden sie von der Schulleitung sowie einer Fachlehrerin. Darüber hinaus übermittelte ein Praxisanleiter Ansätze zur Ideenfindung. Um das Projekt durchführen zu können, ist die Kooperation der Pflegeeinrichtungen notwendig, die sich durch die Schüler/innen hinsichtlich der Ausbildungsqualität bewerten lassen und einer Ergebnisveröffentlichung im Internet zustimmen. Im Anschluss daran bedarf es einer Evaluation und ggf. einer Überarbeitung des Kriterienkataloges, um die gewünschte Ergebnisqualität erzielen zu können.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Da es sich bisher um eine Projektidee handelt und noch keine praktische Umsetzung erfolgt ist, können an dieser Stelle keine Ergebnisse vorgewiesen werden. In der Projektvorbereitung und in anschließenden Gesprächen mit weiteren Schülern/innen der Altenpflegeausbildung zeichnete sich jedoch bisher ein positives Feedback ab.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Die Teilnahmebereitschaft der praktischen Einsatzorte ist unabdingbar. Weiterhin sind ehemalige sowie sich derzeit in der Ausbildung befindende Schüler/innen der jeweiligen Pflegeeinrichtung notwendig.

Kontaktadresse Heimerer Schulen Oschatz Riesaer Straße 23 04758 Oschatz www.heimerer-schulen.de	Ansprechpartnerin Ute Schurig (Schulleitung) Tel.: 0 34 35 / 90 24 84 E-Mail: schurig@heimerer.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Der KursErlebnisTag“

Bundesland: Baden-Württemberg

Name der Schule: Akademie für Gesundheitsberufe, Schule für Pflegeberufe

Träger: Städtisches Klinikum Karlsruhe gGmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Operationstechnische Assistenz

Anzahl der Auszubildenden: 350

Entwicklungsstand des Projektes: umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Der erlebnispädagogische Ansatz ist bereits zentraler Bestandteil des (Pflege-) Ausbildungs-Curriculums der Akademie für Gesundheitsberufe, welcher bisher von einer Fremdorganisation (CVJM – Christlicher Verein Junger Menschen) umgesetzt wurde. Der Schwerpunkt lag bislang auf der Förderung der Gruppendynamik und des Zusammengehörigkeitsgefühls der Ausbildungskurse. Da dieser Ansatz jedoch zu wenig Praxisnähe besitzt, entwickelte die Akademie für Gesundheitsberufe eine eigene Unterrichtseinheit, die den Blick zwar auch auf die bereits genannten Punkte richtet, aber den bislang nicht enthaltenen Aspekt der „Gesunderhaltung der Auszubildenden“ in den Mittelpunkt rückt. Hintergrund des Projektes stellt neben dem erweiterten Ansatz die Tatsache dar, dass einige Auszubildende schon während der Ausbildung gesundheitliche Probleme jeglicher Form aufwiesen, welche eine frühzeitige Intervention erfordern.

2. Ziele

Die Ziele des „KursErlebnisTages“ (KET) sind vielfältig und an die einzelnen Gruppen und ihre Bedürfnisse angepasst. Die Bandbreite reicht von grundlegenden Maßnahmen zur Persönlichkeitsentwicklung der einzelnen Teilnehmer/innen bis hin zu Maßnahmen der Teamentwicklung. Hierbei legen wir ein besonderes Augenmerk auf die Reflektion der einzelnen Übungsergebnisse und den Transfer in den Berufsalltag.

3. Umsetzung des Projektes

Der KET ist bereits fest in das Curriculum der Akademie für Gesundheitsberufe implementiert worden und wurde seit Herbst 2009 bereits sieben Mal mit jeweils ca. dreißig Teilnehmern/innen durchgeführt. Die nächsten Termine sind für Oktober und November 2012 geplant. In diesen KETs werden die Auszubildenden durch erlebnispädagogische Übungen und Aufgaben sowohl in ihrer Persönlichkeit weiterentwickelt – großer Zuwachs zeigt sich immer auf der Ebene des Vertrauens in die eigenen Stärken – als auch in ihrer Teamfähigkeit gefördert. Der gesundheitliche Schwerpunkt liegt hierbei auf der Anleitung zu rückschonenden Bewegungsweisen sowie der Kompetenzentwicklung, die im Pflegeberufsalltag unerlässlich ist. Wichtig ist jedoch neben den Gesundheitsförderungsaspekten der Transfer des Erlernten in den Berufsalltag, der nach jeder Übung erfolgt und der aus reinem Spaßcharakter – der hinter vielen erlebnispädagogischen Übungen steht – eine fundierte und Arbeitsprozesse fördernde Gesamteinheit macht. Hierin liegt die Besonderheit des KETs, der ihn von „normalen“ erlebnispädagogischen Angeboten abgrenzt.

4. Beteiligte

Der Kurserlebnistag wird von zwei erfahrenen Pflegepädagogen geleitet. Darüber hinaus sind die Auszubildenden der Akademie für Gesundheitsberufe in Kursstärke von 28-32 Teilnehmer/innen beteiligt.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Im Rahmen einer Bachelorthesis wurde eine fundierte Evaluation des KursErlebnisTages durchgeführt. Die Evaluation erfolgte mittels eines qualitativen Fragebogens, der sich an alle Kurse, die bisher am KET teilgenommen hatten, richtete. Für diese Kurse lag der KET zum Teil erst 3 Wochen, teils aber auch ein Jahr zurück. Dadurch war es möglich, den Aspekt der Nachhaltigkeit näher zu beleuchten. Die Ergebnisse zeigten zunächst ein interpretatives Bild, das sich aber anhand der teils sehr konkreten Angaben der Auszubildenden beurteilen und bewerten ließ. Inhaltlich bezogen sich die Fragen z.B. auf Situationen, in denen die Schüler/innen gefordert waren, persönliche Grenzen zu erkennen und diese zu überwinden sowie, welche Strategien hierbei hilfreich waren. In Bezug auf die Übertragbarkeit und Umsetzbarkeit in Schul- und Berufsalltag wurde anhand der Aussagen der Auszubildenden deutlich, dass die Wichtigkeit von körperlicher Belastbarkeit, Teamfähigkeit sowie Wertschätzung der Teammitglieder klar erkannt wurde. Aufgrund der nach jeder Übung durchgeführten Eigenreflexion jedes/r Teilnehmers/in konnten die Auszubildenden ihre Problemlösungskompetenz in Bezug auf psychische und physische Anforderungen ausbauen. Auch die Trainer/innen evaluieren jeden durchgeführten KET auf seine Umsetzbarkeit und nehmen gegebenenfalls Korrekturen im Ablauf vor. Ein weiteres wichtiges Ergebnis zeigt sich in der Tatsache, dass das Projekt im September 2012 im Rahmen des internationalen Kongresses „erleben & lernen“ bei einem bundesweiten Wettbewerb mit dem zweiten Preis im Bereich erlebnispädagogischer Publikationen ausgezeichnet wurde.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Umsetzung wurden zwei Dozenten/innen bzw. Trainer/innen mit pädagogischem Studium sowie erlebnispädagogischer Zusatzausbildung und einem Unterrichtszeit-Kontingent von jeweils 8 x 45 Minuten eingesetzt. Weiter fielen Materialkosten im Wert von ca. 500€ (einmalige Anschaffung) an. Darüber hinaus bedarf es eines Veranstaltungsortes, der eine gewisse Infrastruktur bieten muss.

Kontaktadresse Akademie für Gesundheitsberufe am Städtischen Klinikum Karlsruhe gGmbH Schule für Pflegeberufe Neureuter Straße 37b 76185 Karlsruhe www.klinikum-karlsruhe.de	Ansprechpartner Diplom-Pflegepädagoge (FH) Axel Hudak Tel.: 0721 / 989778 - 14 E-Mail: axel.hudak@klinikum-karlsruhe.com
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesundheit für Gesundmacher“

Bundesland: Nordrhein-Westfalen
Name der Schule: Krankenpflegeschule am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn
Träger: Brüderkrankenhaus St. Josef
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 26
Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Um die Schüler/innen auf die Anforderungen des Pflegeberufs vorzubereiten und ihre Gesundheit langfristig zu erhalten, sollte bereits während der Ausbildung präventiv angesetzt werden. Auf der curricularen Ebene findet dieses Thema bereits in verschiedenen Lerneinheiten seinen Platz. Um die Auszubildenden neben der Vermittlung von Inhalten auch in der Entwicklung von Gesundheitskompetenz zu unterstützen, bemüht sich die Krankenpflegeschule am St. Brüderkrankenhaus immer wieder um einen gesundheitsfördernden Schulalltag, in dem u.a. Sporttage, gesundes Frühstück etc. angeboten werden. In der Evaluation der Lerneinheiten fiel jedoch auf, dass die Themen Stressbewältigung, Ernährung und Bewegung im Unterricht der jeweiligen Lerneinheit zwar bearbeitet werden, aber eine kontinuierliche Verankerung während der gesamten Ausbildung noch ausbaufähig ist. Eine intensivere theoretische und praktische Bearbeitung der Themen als im Rahmenplan vorgesehen soll dabei helfen, eine nachhaltige Verhaltensänderung zu bewirken.

2. Ziele

Durch das Projekt wird angestrebt, die Auszubildenden für das Thema Gesundheit stärker zu sensibilisieren, ihnen Anregungen zur individuellen Gesundheitsförderung zu geben und sie dazu zu befähigen, eigene Ressourcen zu erkennen und nutzbar zu machen. Ziel ist es, dass sie bis zum Ende der Ausbildung sich der eigenen Verantwortung bewusst werden und langfristig präventive Maßnahmen, die im Rahmen des Projektes vorgestellt und umgesetzt werden, in den eigenen Berufsalltag zu integrieren. Dabei liegt der Fokus vorwiegend auf den Bereichen Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung. Eine kontinuierliche Rückmeldung zum Trainings- und Ernährungszustand dient der positiven Entwicklung jeder Schülerin und jedes Schülers je nach individueller Konstitution.

3. Umsetzung des Projektes

Das Projekt beginnt bereits mit den Schülern/innen des ersten Ausbildungsjahres und umfasst die gesamte Ausbildungszeit. Neben den regulären Unterrichtsinhalten werden die Themen Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung gezielt aufgegriffen sowie theoretisch und praktisch vertieft. Schwerpunkt des ersten Jahres bildet die Bewegungsförderung und die Vermittlung von Kompetenzen zur Erhaltung eines gesunden Rückens. Neben kinästhetischen Grundlagen, die curriculärer Bestandteil sind, wird die Arbeit am Krankenbett genauer unter die Lupe genommen. Es erfolgen praktische Transfer- und Lagerungsübungen sowie Möglichkeiten einer ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung. Zusätzliche Bewegungsangebote (z.B. Squash, Baseball, Laufsport) dienen der individuellen Bewegungsförderung über den Berufsalltag hinaus und zeigen alternative Freizeitangebote auf. Die Themen Ernährung und Stressbewältigung werden zwar ebenfalls bereits im ersten Ausbildungsjahr aufgegriffen, eine Vertiefung erfolgt jedoch erst im darauf folgenden Jahr. Neben der Vermittlung theoretischer Kenntnisse wird die Umsetzung durch die Erstellung eines Ernährungsplans sowie

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

durch verschiedene Stressbewältigungskonzepte (z.B. chinesische Medizin, Power-Yoga) gefördert. Der Erfolg von Ernährungsumstellung und Bewegungsförderung wird anhand einer jährlich stattfindenden BIA-Messung (Bioelektrische Impedanz-Analyse) evaluiert. Schwerpunkte des dritten Ausbildungsjahres bilden der betriebliche Arbeitsschutz und die betriebliche Gesundheitsförderung. Es geht u.a. darum, berufstypische Belastungen und Besonderheiten zu analysieren, Belastungsgrenzen frühzeitig zu erkennen, eigene Ressourcen stärker nutzen zu können sowie Gesundheitsprogramme für Pflegeberufe und Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten zum Gesundheitsmanager bzw. zur Gesundheitsmanagerin zu kennen.

4. Beteiligte

Um zusätzliche Ressourcen zur Verfügung zu stellen, erfolgte eine Kooperation mit der Siemens Betriebskrankenkasse als sinnvolle Ergänzung zu den bisherigen Angeboten. Die Inhalte des Unterrichts sowie begleitende Angebote können entsprechend angepasst werden, um auf Dauer einen Beitrag zur Gesunderhaltung der Auszubildenden leisten zu können. Zielgruppe bilden die Schüler/innen des Hauses. Involviert sind neben den Lehrkräften auch die Schul- und Klinikleitung.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

In der Gesamtheit wird das Projekt als wertvolle Ergänzung zur Ausbildung wahrgenommen, auch wenn die verschiedenen Sequenzen je nach individuellen Präferenzen unterschiedlich gewertet werden. Eine Evaluation nach jedem Ausbildungsjahr ermöglicht die Inhalte anzupassen und damit eine hohe Compliance zu erreichen. Dies stellt eine besondere Bedeutung dar um individuelle Ressourcen entdecken und mögliche Strategien entwickeln zu können. Angeregt durch das Projekt konnte erreicht werden, dass einige Schüler/innen neu gewonnene Verhaltensmuster in das Berufs- und Privatleben transferieren konnten.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Das Projekt findet im Rahmen der Lerneinheiten statt. Darüber hinaus investieren die Schüler/innen Zeit außerhalb des regulären Unterrichts. Engagierte Pädagogen/innen führen die inhaltlichen Planungen und die Organisation von Bewegungseinheiten durch.

Kontaktadresse Krankenpflegeschule am Brüderkrankenhaus St. Josef Husener Straße 46 33098 Paderborn www.bk-paderborn.de	Ansprechpartnerin Silvia Blazejewski Tel.: 0 52 51 / 7 02 19 36 E-Mail: s.blazejewski@bk-paderborn.de
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesund und fit am Krankenbett – Die Gesundheitswoche vor dem Examen“

Bundesland: Niedersachsen

Name der Schule: Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Herzogin Elisabeth Hospital (HEH)

Träger: Herzogin Elisabeth Hospital (HEH)

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 62

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Spätestens seit der Studie des Instituts für Public Health und Pflegeforschung (IPP) der Universität Bremen zur Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen ist bekannt, dass die Ausbildung in der Pflege mit gesundheitlichen Einschränkungen der Auszubildenden verbunden ist (Schwanke et al. 2011). Darüber hinaus scheint vor allem die lernintensive Zeit kurz vor dem Examen mit Verhaltensweisen der Schüler/innen verknüpft zu sein, die diese Situation verschärfen (Nervosität, Geiztheit, Angst vor Überforderung, Schlafstörungen, verändertes Ernährungsverhalten, Gewichtsschwankungen, erhöhter Nikotinkonsum etc.). In der Gesundheits- und Krankenpflegeschule des Herzogin Elisabeth Hospitals werden diesbezüglich bereits gesundheitsförderliche Angebote im Verlauf der Pflegeausbildung intensiv durchführt, wie z. B. Aquajogging, Rückenschule, Progressive Muskelentspannungen, Handmassagen, Stressbewältigung. Das Projekt „Gesund und fit am Krankenbett“ soll jedoch in Anlehnung an die zusätzlich mit Stress behaftete Prüfungszeit gezielt dazu beitragen, die Auszubildenden für das Examen zu stärken und sie dazu zu befähigen, ihre Verhaltensweisen besonders im Umgang mit belastenden Situationen reflektieren zu können.

2. Ziele

Im Rahmen einer Gesundheitswoche sollen bereits bekannte Inhalte zu Gesundheitsförderung und Prävention durch Wiederholung und Festigung in komprimierter Form erlebt und verinnerlicht werden. Darüber hinaus sollen die Schüler/innen befähigt werden, ein gesundheitliches Verantwortungsbewusstsein für sich selbst und andere zu entwickeln. Dabei steht im Vordergrund, das erlernte Wissen in den Berufsalltag integrieren zu können. Weitläufiges Ziel dieses Projektes ist, den berufsspezifischen Erkrankungen und einer wachsenden Berufsfluktuation entgegen zu wirken.

3. Umsetzung des Projektes

Die Gesundheitswoche umfasst einen zeitlichen Rahmen von 38,5 Stunden, der jedoch von den üblichen Unterrichtszeiten abweicht. Das Angebot umfasst neben Bewegungseinheiten, wie Morgensport und den Besuch eines Fitnessstudios, Informationen zur gesunden Ernährung, die in den Berufsalltag integriert werden können. Einen Teilaspekt stellt dabei die selbstständige Organisation und Zubereitung eines gemeinsamen Frühstücks mit Milch und Gemüseshakes, gesunden Dips, Kräutertees, frisch gepressten Säften, Müsli und Vollkornprodukten dar. Weitergehend werden Entspannungstechniken, wie z.B. ein afrikanischer Trommelkurs, Lesungen und Puzzlearbeiten angeboten sowie Copingstrategien für belastende Situationen analysiert. Darüber hinaus werden Lernstrategien besprochen und die Bildung von Lerngruppen gefördert. Konfliktkommunikation sowie ein Selbstverteidigungstraining sollen helfen, sich im Berufsalltag behaupten und abgrenzen zu können. Abgerundet wird die Gesundheitswoche mit einem gemeinsamen Ausflug (z.B. Wanderung), der den

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

Teamaspekt nochmal unterstreichen soll. Bei Interesse stellt die Gesundheits- und Krankenpflegeschule HEH den konkreten Ablauf der Gesundheitswoche gern zur Verfügung.

4. Beteiligte

Primäre Zielgruppe der Gesundheitswoche sind die Schüler/innen des dritten Ausbildungsjahres. Denkbar ist jedoch einzelne Themen der Gesundheitswoche, das gesamte Angebot oder einzelne Module flexibel auf Lehrende, Praxisanleiter/innen sowie Mitarbeiter/innen der Klinik zu übertragen. Neben den Lehrenden der Pflegeschule können in die Gesundheitswoche auch Experten/innen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung involviert werden.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Aufgrund der regen Teilnahme und Begeisterung der Schüler/innen kann gegenwärtig von einem Erfolg der Gesundheitswoche gesprochen werden. Die Auszubildenden berichten über einen hohen Spaßanteil, verbunden mit gesteigerter Leistungsfähigkeit sowie persönlichem und körperlichem Wohlfühl. Zudem wird über einen besseren Zusammenhalt innerhalb des Kurses berichtet. Das Verhältnis zu den Lehrenden habe sich positiv verändert, da diese jede Aktivität aktiv begleiten und damit andere Facetten als im Schulalltag aufzeigen. Dies baut zusätzlich Ängste bezüglich der Prüfungen ab. Den Abschluss der Gesundheitswoche bildet ein persönlicher Brief, den jede/r Schüler/in an sich selbst richtet. Inhalt des Briefes soll die Reflexion der Gesundheitswoche sein. Dabei steht das eigene Erleben oder Veränderungsmöglichkeiten der einzelnen Angebote im Vordergrund. Der Brief wird den Schülern/innen einige Wochen/Monate später unmittelbar vor dem Abschluss der Ausbildung zugesandt und erinnert auf diese Weise an ihr Vorhaben. Aus den Erfahrungen der Gesundheitswoche wurde bereits ein modifizierter Aktionstag mit einem weiteren Kurs zur Teambildung durchgeführt und positiv bewertet.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Durchführung des Projektes ist eine modern ausgestattete Pflegeschule mit verschiedenen medialen Möglichkeiten, mehreren Räumen, Sitzecken für Gruppenaktivitäten und einer Teeküche mit Ausstattung wünschenswert. Finanziell sind neben den Dozentenhonoraren ein geringer Selbstkostenanteil der Schüler/innen (Verpflegung, Reisekosten etc.) aufzubringen. Grundvoraussetzung ist die Unterstützung der Klinik und Schulleitung, um andere Fachabteilungen in das Projekt einbeziehen zu können (z.B. Physiotherapie). Aufgrund der Flexibilität der Module kann das Projekt auch als Einzelveranstaltung, als Tagesseminar oder Gesamtprojekt genutzt werden.

Kontaktadresse Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Herzogin Elisabeth Hospital (HEH) Leipziger Str. 24a 38124 Braunschweig www.heh-bs.de	Ansprechpartnerin Sabine Müller (Stellv. Schulleitung) Tel.: 05 31 / 6 99 - 48 02 E-Mail: s.mueller@heh-bs.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Curriculare Einbindung gesundheitsfördernder Maßnahmen“

Bundesland: Nordrhein-Westfalen

Name der Schule: Staatliche anerkannte Schule für Gesundheits- und Krankenpflege

Träger: Kreiskrankenhaus Mechernich GmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 75

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

In allen pflegerischen Handlungsfeldern ist im Vergleich mit anderen Berufsgruppen ein hoher Krankenstand zu verzeichnen. Dies erfordert gezielte und nachhaltige Maßnahmen einer betrieblichen Gesundheitsförderung. Dabei spielt die Integration von Gesundheitsförderung bereits in der Pflegeausbildung eine entscheidende Rolle: Zum einen sollen künftige Pflegekräfte präventiv und gesundheitsfördernd mit Pflegeempfangern arbeiten und dabei sicher und vertrauenswürdig wirken. Gleichzeitig müssen sie selbst professionelle Strategien für ihre eigene Gesunderhaltung entwickeln, um den schwierigen beruflichen Anforderungen des Pflegeberufs gewachsen zu sein. Darüber hinaus kann einem vorzeitigen Berufsaustritt von Pflegekräften, der vorrangig durch berufliche Belastungen bedingt ist, entgegen gewirkt werden, indem institutionelle Rahmenbedingungen gesundheitsförderlicher gestaltet werden und Pflegekräfte Kompetenzen entwickeln, um für ihre eigene Gesunderhaltung zu sorgen. Aus diesem Grund möchte sich die Pflegebildungseinrichtung der Kreiskrankenhaus Mechernich GmbH innovativ und nachhaltig dieser Aufgabe widmen und sowohl für Lernende als auch für Lehrende eine gesundheitsförderliche Umgebung schaffen, in der Kompetenzen zur Gesunderhaltung angebahnt werden.

2. Ziele

Mit der curricularen Einbindung verschiedener gesundheitsförderlicher Maßnahmen sollen die Schüler/innen Strategien und Kompetenzen entwickeln, die sie befähigen, sich selbst gesund zu erhalten. Grundsätzlich sollen sowohl die körperliche als auch die seelische Gesundheit gezielt unterstützt werden. Neben sportlichen Aktivitäten und Maßnahmen zum Stressabbau erlernen die Auszubildenden die Fähigkeit zur Selbstreflexion. Zudem liegt ein besonderer Fokus auf der Entwicklung psychosozialer Kompetenzen.

3. Umsetzung des Projektes

Die einzelnen Teilaspekte der gesundheitsförderlichen Maßnahmen sind auf die gesamte dreijährige Ausbildung ausgelegt. So befinden sich in allen Theorieblöcken definierte Anteile des Programms und werden immer wieder aufgegriffen und erneut bearbeitet, um einen nachhaltigen Effekt zu erzielen. In jedem Theorieblock finden z.B. Spaziergänge oder Gruppensportarten (z.B. Völkerball) für die Schüler/innen gemeinsam mit den Lehrkräften statt. Auch die Teilnahme an einem regionalen Streckenmarathon wurde von den Auszubildenden des Mittelkurses vorbereitet und durchgeführt. Dabei werden soziale Fähigkeiten ebenso gefördert, wie der gezielte Stressabbau durch den Einsatz von sportlichen Aktivitäten. Ein weiteres Angebot zur Stressreduktion liegt in der Möglichkeit zur Teilnahme an einem Yoga-Kurs. Im Oberkurs haben die Schüler/innen die Gelegenheit, bei einer ausgebildeten Yoga-Lehrerin diese Form der Entspannung zu erfahren. Die Einheiten finden während der Examensvorbereitungen statt, die bekanntermaßen eine sehr stressreiche Zeit darstellen.

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

Im ersten Ausbildungsjahr dient der Besuch eines Hochseilgartens dazu, Ängste zu überwinden, Teamentwicklung im Klassenverband zu fördern sowie sich selbstwirksam zu erleben. Im darauffolgenden Jahr (Mittelkurs) wird ein Sterbebegleitseminar durchgeführt, bei dem das Thema Reflexion zentraler Bestandteil ist. Der eigene Umgang mit Tod und Sterben wird thematisch bearbeitet. Gleichzeitig ist ein wesentlicher Aspekt, dass die Schüler/innen gemeinsam ihre Freizeit aktiv gestalten. Häufig werden eigenverantwortlich sportliche Tätigkeiten gewählt (Joggen, Schwimmen) oder ein Grillabend organisiert. Insgesamt liegt der pädagogische Fokus speziell auf der Entwicklung psychosozialer Kompetenzen, um die psychische Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Weitere Angebote der Schule sind spezielle Einheiten zum Rückenschonenden Arbeiten, die bereits im ersten Ausbildungsjahr durch die Mitarbeiter/innen der krankengymnastischen Abteilung stattfinden, sowie die Themen gesunde Ernährung und spezielle Gesprächsstrategien, die in den dazugehörigen Unterrichtseinheiten immer wieder aufgegriffen und thematisiert werden. All diese Inhalte sind derart curricular eingebunden, dass sie innerhalb der Unterrichtszeit stattfinden können.

4. Beteiligte

Alle Kollegen/innen des Schulteams arbeiten an der Umsetzung dieses Projekts mit. Unterstützung erfolgt in besonderem Maße durch den Ausbildungsträger. Gemeinsam mit den Spezialisten der krankengymnastischen Abteilung, dem Betriebsarzt und der Sicherheitsfachkraft ergibt sich ein breites Spektrum an Möglichkeiten, um das Thema Gesundheit ganzheitlich zu erfassen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Zu Beginn jedes Ausbildungsjahres erfolgt eine Befragung der Schüler/innen anhand eines anonymisierten Fragebogens. Er dient der Erfassung der „Gesundheitssituation“ sowie der Evaluation der Maßnahmen. Die Ergebnisse zeigen, dass die Schüler/innen nach anfänglicher Skepsis das Programm insgesamt gut annehmen. Besonders gut gefallen ihnen der Besuch des Klettergartens, die gemeinsame Fahrt zum Sterbebegleitseminar sowie der Yoga-Schnupperkurs. Aber auch die Integration „neuer“ Unterrichtsmethoden, die mit Bewegung während des Unterrichts verbunden sind, werden nach ebenfalls anfänglicher Skepsis von allen Schülern/innen akzeptiert und mitgemacht.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Unabdingbar ist ein Konzept, dass die Durchführung in jedem Ausbildungsjahr in gleicher Weise garantiert, um Benachteiligungen zu vermeiden. Weiter müssen die curricularen Schnittstellen allen Beteiligten bekannt sein und getragen werden. Um Authentizität zu gewährleisten, verwendet jede Lehrkraft nur solche Methoden und unterbreitet Angebote, die ihrer jeweiligen Kompetenz entsprechen. Zusätzliche Kosten entstehen durch den Besuch des Klettergartens (ca. 500 Euro), das Sterbebegleitseminar (ca. 1500 Euro) und die Experten/innen (Yoga-Lehrerin etc.). Durch eine gute interne Kooperation können jedoch Synergien geschaffen werden, die weitere Kosten vermeiden.

Kontaktadresse Staatliche anerkannte Schule für Gesundheits- und Krankenpflege des Kreiskrankenhauses Mechernich GmbH St. Elisabethstr. 2-6 53894 Mechernich www.kreiskrankenhaus-mechernich.de	Ansprechpartnerin Nadine Zens (Schulleitung) Tel.: 0 24 43 / 17 18 10 E-Mail: nadine.zens@kkhm.de
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesundheitsförderung für Auszubildende in Pflegeberufen“

Bundesland: Nordrhein-Westfalen

Name der Schule: Schulen für Pflegeberufe Herford-Lippe

Träger: Klinikum Herford, Klinikum Lippe

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 400

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Auszubildende der Gesundheits- und (Kinder-) Krankenpflege haben sich für einen anspruchsvollen Beruf entschieden. Psychische und physische Belastungen manifestieren sich in erhöhten, krankheitsbedingten Fehlzeiten. Gesundheitliche Beschwerden zeigen sich bereits in der Ausbildung: So weisen Ergebnisse des Bremer Forschungsinstitutes IPP (Schwanke et al. 2011) daraufhin, dass knapp die Hälfte der Schüler/innen täglich bis einmal wöchentlich unter Kreuz- und Rücken- sowie Nacken- und Schulterschmerzen leiden. Ebenso häufig berichten sie über eine erhöhte Reizbarkeit sowie Kopfschmerzen. Auch Schlafstörungen sowie Bauch- und Magenschmerzen werden verhältnismäßig oft geschildert. Es wird deutlich, dass vor allem die berufsspezifischen Risikofaktoren verbunden mit einem erhöhten Stressaufkommen für die angegebenen Beschwerden verantwortlich sind. Innerhalb der Befragung von Bonse-Rohmann (2007) zeigte sich zudem, dass Rückenbeschwerden während der Ausbildung vom ersten bis zum dritten Ausbildungsjahr kontinuierlich zunehmen. Ähnliches ließ sich für psychische Belastungen, bedingt durch Zeitdruck und Stress, nachweisen.

2. Ziele

Mit dem Programm zur Gesundheitsförderung an der Schule für Pflegeberufe Herford-Lippe wird den Auszubildenden das Wissen über den Aufbau und die Funktion der Wirbelsäule und des Herzkreislaufsystems im Kontext mit der rückschonenden Arbeitsweise und der Trainingslehre vermittelt. Des Weiteren wird ihnen der Zusammenhang zwischen körperlichem und seelischem Befinden aufgezeigt. Sie sollen künftig gesundheitsbelastende Situationen erkennen und befähigt sein, Copingstrategien zu nutzen, um Belastungen und daraus entstehende Beanspruchungen möglichst gering zu halten. Die Grundlage dafür bilden verschiedene Entspannungs- und Fitnessübungen, über welche die Auszubildenden zusätzlich Kondition sowie Koordination bei sportlichen Aktivitäten erlangen sollen. Darüber hinaus wird angestrebt, sie durch das gemeinsame Durchführen von praktischen Übungen und Fitnesstraining zu motivieren, ihre Gesundheit nachhaltig zu fördern. Sie sollen sensibilisiert werden, ihre persönliche Gesundheit wertzuschätzen und neben einer salutogenen Perspektive eine positive Einstellung im Bereich der Selbstwirksamkeit und Verhaltensänderung zu entwickeln. Das Programm zielt letztlich darauf ab, dass Auszubildende nachhaltig dazu motiviert werden, ihre Gesundheit aktiv zu gestalten und psychische sowie psychosoziale Ressourcen zu erkennen sowie darüber hinaus gesundheitsförderliche Gegebenheiten am Ausbildungsplatz wahrzunehmen und zu nutzen.

3. Umsetzung des Projektes

Entscheidend für eine erfolgreiche und gesunde Ausbildung sowie Berufsausübung ist die Entwicklung von gesundheitsbezogenen Widerstandsressourcen unter Berücksichtigung der biopsychosozialen Einflussfaktoren von Gesundheit. Im Rahmen der Ausbildung wird hierzu bereits

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

eine Vielzahl von Grundlagen gelegt und über alle drei Ausbildungsjahre salutogene Kompetenzen vermittelt. Um das Bewusstsein für die eigene Gesundheit sowie die Fähigkeit, die eigene Gesundheit positiv zu beeinflussen, nachhaltig zu verbessern, wurden reguläre Ausbildungsinhalte mit ergänzenden Maßnahmen verknüpft: Zu Beginn der Ausbildung lernen die Auszubildenden in einem Tagesseminar verschiedene Techniken der rückschonenden Arbeitsweise kennen und setzen sie praktisch um. Des Weiteren wird in einem Kinästhetik-Grundkurs der Grundsatz „Gewicht ist zur Bewegung und nicht zum Heben da“ praktisch vermittelt. Die Bewegungsabläufe in der täglichen Pflege können so nicht nur schonend für die Patienten/innen, sondern auch für die Pflegenden ausgeführt werden. Im zweiten Ausbildungsjahr findet darüber hinaus eine eintägige Vertiefung statt. Das Thema „Stress bewältigen und Entspannen lernen“ wird in mehreren verschiedenen Lerneinheiten aufgenommen und bearbeitet. Eine besondere Stellung nimmt an der Schule für Pflegeberufe das Programm „Azubifit – Fit in Pflegeberufen“ ein. Der erste Teil (zwei Tage) findet im ersten Ausbildungsjahr statt. Es verstärkt das salutogene Verständnis von Gesundheit und knüpft weiter an die bereits vermittelten Themen „Bewegung“ und „Entspannung“ an. Der zweite Teil mit ebenfalls zwei vorgesehenen Fortbildungstagen setzt sich im zweiten Ausbildungsjahr fort. Die Schwerpunkte liegen hier jedoch auf den Inhalten „Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln“ sowie „Umgang mit Konflikten zur Vermeidung psychosomatischer Störungen“.

4. Beteiligte

In die Maßnahmen werden alle Auszubildenden der Schule für Pflegeberufe Herford-Lippe einbezogen. Für das Gelingen der Umsetzung ist die Beteiligung verschiedener interner und externer Lehrkräfte erforderlich. Weiterhin wurde im Rahmen des Azubifit-Programms mit dem Institut für Gesundheit und Management (IfG) mit Sitz in Bielefeld kooperiert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Teile des Programms wurden hinsichtlich der Bereiche „Wissen und Einstellung“ sowie „Verhalten“ wissenschaftlich evaluiert. So konnte nachgewiesen werden, dass ein deutlicher Wissenszuwachs sowie in vielen Teilbereichen auch eine messbare Einstellungsänderung erreicht werden konnte. Eine nachhaltige Verhaltensänderung zeigte sich in einigen Teilbereichen (z.B. „Umgang mit Stress“, „Zunahme an körperlicher Aktivität“). Weniger gut gelang der Transfer des rückengerechten Arbeitens in den beruflichen Alltag.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Die Durchführung des Projektes ist mit Kosten für Dozenten/innen sowie Trainern/innen verbunden. Eine Kompensation kann z.T. durch die Verknüpfung mit dem regulären Unterricht erreicht werden (z.B. Kinästhetik®, Stressbewältigung, Rückenschule). Teile des Programms „Azubifit“ wurden jedoch von Experten/innen der IfG durchgeführt, dessen Finanzierung durch die Krankenkassen nach § 20 SGB 5 gelang. Diese Art der Finanzierung erfordert jedoch einen höheren Aufwand, da die Krankenkassen die Anerkennung nicht pauschal erteilen.

Kontaktadresse Schulen für Pflegeberufe Herford-Lippe Schwarzenmoorstr. 70 32045 Herford www.pflegeschulen-hl.de	Ansprechpartner Dirk Zimmermann Tel.: 0 52 21 / 94 26 54 E-Mail: dirk.zimmermann@pflegeschulen-hl.de
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Mir geht es gut!“

Bundesland: Bremen
Name der Schule: Krankenpflegeschule St. Joseph-Hospital Bremerhaven
Träger: St. Joseph-Hospital
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 60
Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Die 2004 neu eingeführte Berufsbezeichnung „Gesundheits- und Krankenpfleger/in“ und deren Bedeutung für die Pflege scheinen noch nicht in allen Köpfen der Pflegenden angekommen zu sein. Selbst die Fachzeitschrift des Berufsverbandes kann sich bis heute nicht von dem Namen „Krankenschwester“ trennen. Aus diesem Grund hat es sich die Krankenpflegeschule am St. Joseph-Hospital in Bremerhaven mit dem Kurs 2007/10 zur Aufgabe gemacht, den Begriffen „Gesundheit und Gesundheitspflege“ eine große Bedeutung im Rahmen der der Ausbildung einzuräumen.

2. Ziele

Mit dem Projekt „Mir geht es gut“ soll das Bewusstsein für die eigene Gesundheit bei den Auszubildenden entwickelt und geschärft werden. Die Wahrnehmung des eigenen Gesundheitsempfindens und das Wissen zur individuellen Gesunderhaltung macht es möglich, die gesundheitliche Situation von Patienten/innen einzuschätzen und gezielt zu fördern. Auch die Umsetzung des Grundsatzes „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“ der katholischen Bildungseinrichtung des St. Joseph-Hospitals ist nur durch die Schaffung von Selbstliebe und Achtsamkeit für die eigene Gesundheit möglich. Aus diesem Grund werden verschiedene Methoden der Gesunderhaltung gelehrt, die sowohl in den theoretischen als auch in den praktischen Ausbildungsphasen ihre Umsetzung finden.

3. Umsetzung des Projektes

Seit 2007 werden im ersten Ausbildungsjahr im Einführungsblock Arbeitsgruppen „Mir geht es gut“ gebildet, bei denen sich die Schüler/innen mit ihrer Gesundheit und ihrem Gesundheitsverhalten aktiv auseinandersetzen. Die Arbeitsgruppen dienen als Vorbereitung für eine zweiwöchige Hospitation zum Thema Salutogenese. Die Hospitation findet in Einrichtungen statt, die im Sinne der Salutogenese das Kohärenzgefühl und Widerstandsressourcen stärken bzw. der Gesundheitsförderung dienen. Zu Beginn liegt der Fokus auf dem Thema „Reflektion“ und die Frage, wie die Schüler/innen mit ihrem Körper umgehen. Sie werden dazu angehalten, das eigene Gesundheitsverhalten sowohl im privaten als auch im Rahmen der Ausbildung hinsichtlich der Themen Ernährung, Bewegung, Freizeit und Entspannung, Konsumverhalten, Lernverhalten sowie Sozialverhalten zu beobachten. Die Ergebnisse werden in den Arbeitsgruppen reflektiert und in einem kleinen Heft dokumentiert. Anschließend erfolgt die individuelle Erarbeitung von Maßnahmen, die die Schüler/innen benötigen, um ihre Ausbildung weiter erfolgreich und mit Freude zu absolvieren. Die Präsentation der Ergebnisse erfolgt mit Hilfe aktiver Präsentationsformen. So sollen Standbilder und Rollenspiele die Themen Sozialverhalten, Konfliktlösungsstrategien, Verhaltensregeln für den Unterricht, Anforderungen an Pflegekräfte in den praktischen Einsätzen sowie eigene Verhaltensregeln für ein lernreiches und gesundes Arbeiten in den praktischen Einsätzen visualisieren. Darüber hinaus werden gemeinsame Aktivitäten organisiert, die in regelmäßigen Abständen stattfinden. Dazu zählen u.a. ein gemeinsa-

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

mes, gesundes Frühstück zu Beginn jedes Theorieblocks, Studientage bei sehr langen Praxiseinsätzen, gemeinsames Kochen etc. Neben den Arbeitsgruppen zu Beginn des ersten Ausbildungsjahres werden in allen Jahrgängen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung durchgeführt. Schwerpunkt des ersten Ausbildungsjahres ist die Gesundheitsförderung bei Auszubildenden, Patienten/innen, Angehörigen und Kollegen/innen. Inhaltlich werden Anatomie und Physiologie des gesunden Körpers, Prophylaxen und Gesundheitsrisiken gelehrt. Der Schwerpunkt in der Praxis liegt auf den Prophylaxen, der Kommunikation mit den Patienten/innen und den Kollegen/innen. Aus diesem Grund finden ein einwöchiges Seminar zur Kommunikation sowie ein mehrtägiger Kinaethetics-Kurs statt. Im zweiten und dritten Ausbildungsjahr bleibt der Focus auf der Gesundheitsförderung bestehen, indem der Schwerpunkt auf der Fallarbeit liegt. Im Vordergrund steht das Erleben und die Bewältigung bzw. das Leben mit einer Krankheit unter dem Aspekt der Salutogenese. Zur Vorbereitung auf das Examen wird für die Schüler/innen in der Praxis ein Stationsprojekt (abhängig von der Arbeitssituation des Hauses) durchgeführt. Weiter werden Lerngruppen gebildet sowie ein Seminar zum Umgang mit Prüfungsstress und zum Zeitmanagement angeboten.

4. Beteiligte

Die gesundheitsfördernden Maßnahmen beziehen sich auf alle Schüler/innen. Die Dozenten/innen und Praxisanleiter/innen auf den Stationen müssen die Umsetzungen der Aktivitäten zusätzlich unterstützen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Es ist nicht immer einfach, die Schüler/innen für die Arbeitsgruppen zu begeistern und die Ergebnisse reflektieren zu lassen, da sie es nicht gelernt haben, auf ihren Körper zu hören und zu achten. In diesem Jahr wurden seitens der Auszubildenden aktive Rollenspiele zu Konflikten im Kurs entwickelt, eine Charta für die praktischen Einsätze entworfen, Verhaltensregeln für die Klasse aufgestellt und im Ergebnis alle Aktivitäten als positiv bewertet. Die gemeinsamen Aktivitäten beziehen sich in diesem Jahr auf „kindgerechtes und gesundes Kochen mit Hartz-IV-Sätzen“, Kochen mit Kräutern sowie „brainfood“. Diese gemeinsame Kochaktivität ist in Planung und wird Ende dieses Jahres stattfinden. Eine Auswertung kann erst am Ende der Hospitation zur Salutogenese erfolgen.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Sowohl die Mitarbeiter/innen der Schule als auch der Stationen müssen die Maßnahmen durch ihre Mitarbeit unterstützen. Darüber hinaus müssen Pflegedirektion und Geschäftsführung integriert werden, um Arbeitszeit bzw. finanzielle Mittel zur Verfügung stellen zu können. Ebenso werden Räumlichkeiten (z.B. Küche) und praktische Einrichtungen, die für die Hospitationen zur Salutogenese Plätze zur Verfügung stellen, benötigt. Durch die Einführung des dualen Studiengangs an der Krankenpflegeschule des St. Joseph-Hospitals sowie durch die Fusion des Hauses Anfang 2013 werden die curriculare Planung und Aktivitäten künftig erschwert.

Kontaktadresse Krankenpflegeschule St. Joseph-Hospital Bremerhaven Wiener Straße 1 27568 Bremerhaven www.josephhospital.de	Ansprechpartnerin Corinna A. Grill Tel.: 04 71 / 48 05 - 6 47 E-Mail: cagrill@josephhospital.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Meine Gesundheit in meiner Hand“

Bundesland: Bayern

Name der Schule: Bamberger Akademie für Gesundheitsberufe (BAfG)

Träger: Sozialstiftung Bamberg, gemeinnützige Gesellschaft sozialer Dienste, AWO

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Altenpflege, Pflegefachhilfe, Hebammenwesen

Anzahl der Auszubildenden: 220

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Die demografische Entwicklung in der Bundesrepublik Deutschland und der damit verbundene Anstieg pflegebedürftiger Menschen lässt die Schlussfolgerung zu, dass es zunehmend an Bedeutung gewinnt, gute und motivierte junge Menschen für die Ausbildung in einem Pflegeberuf zu gewinnen. Diesem Mehrbedarf an professionell Pflegenden stehen jedoch sinkende Bewerberzahlen gegenüber. Ein weiteres Problem in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass examinierte Pflegekräfte ihren Beruf durch die hohen physischen und psychischen Belastungen im Arbeitsalltag nicht bis zum Eintritt ins Rentenalter ausüben. Somit ist es wichtig, Auszubildende für diesen Beruf zu gewinnen und diese durch gesundheitsfördernde Maßnahmen und Verbesserungen der Rahmenbedingungen gesund zu erhalten, damit sie langfristig den Beruf mit all seinen Anforderungen ausüben können. Dafür müssen Konzepte entwickelt werden, die einerseits das Wohlbefinden der Auszubildenden steigern und zusätzlich das gesundheitsfördernde Verhalten und die Verweildauer im Beruf positiv beeinflussen können.

2. Ziele

Während der theoretischen Ausbildung bekommen die Auszubildenden Angebote, die das Interesse an Gesundheitsförderung wecken, fördern und zusätzlich für das Thema sensibilisieren sollen. Die Auszubildenden stehen dabei im Vordergrund, nicht das Arbeitsleben. Dafür werden jede Schulwoche 90 Minuten (Blockwochensystem) für die Förderung der Gesundheit genutzt. Die Auszubildenden lernen sich untereinander und interdisziplinär kennen, wodurch Vorurteile abgebaut werden sollen. Darüber hinaus wird die Identifikation der Auszubildenden mit dem Unternehmen angestrebt.

3. Umsetzung des Projektes

Mit dem neuen Ausbildungskurs im September 2011 startete das Projekt „Meine Gesundheit in meiner Hand“ unter der Projektleitung von Matthias Drossel. Um dem Setting-Ansatz gerecht zu werden und eine Beteiligung der Auszubildenden zu gewährleisten, wurde ein Fragebogen entwickelt, der die Wünsche und Anregungen der Auszubildenden im Vorfeld erfasste. Zusätzlich diente die Analyse der Handlungsfelder als IST-Situation in der Akademie. So wurde neben dem aktuellen Gesundheitsempfinden auch das Vorliegen gesundheitsschädigender Verhaltensweisen ermittelt. Auch konnten in verschiedenen Arbeitsgemeinschaften der Schüler/innen die Themengebiete „Ernährung“, „Fitness“ und „Stressbewältigung“ festgelegt werden, die im vorgesehenen Projekt aufgegriffen werden sollten. Begünstigt wurde die Projektplanung durch die Kooperation mit der Gesundheitskasse AOK. Für die Umsetzung wurde eine dreimonatige Projektphase geplant, in der jeden Mittwoch 90-minütige Angebote für die Schüler/innen vorgesehen waren. Ein interprofessionell

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

aufgestelltes Team stellte eine Vielzahl an Angeboten bereit, die mindestens einmal von jedem/r Schüler/in genutzt wurden. Zur besseren Koordination und zur Förderung der Kontaktaufnahme der Auszubildenden aus den verschiedenen Berufsfachschulen wurden die Teilnehmer/innen auf die Angebote aufgeteilt. Die angebotenen Programme umfassten die gewünschten Bereiche aus der Eingangserhebung und der Arbeitsgruppentreffen: gesunder Rücken/Rückentraining, Lauftraining/Nordic Walking, Yoga, Pilates, Entspannungsübungen, Qigong und Ernährung im Schichtdienst. Für die Umsetzung wurden die vorhandenen Gegebenheiten genutzt: Klassenzimmer, Sitzungsräume und der Außenbereich (direkte Waldumgebung). Über das Projekt hinaus wurden Freizeitveranstaltungen angeboten und organisiert, damit ein weiteres gegenseitiges Kennenlernen der Auszubildenden außerhalb des Schulalltages möglich war.

4. Beteiligte

Die Gesundheitskasse AOK unterstützte das Projekt sowie die Projektleitung tatkräftig. Für die Umsetzung der gesundheitsfördernden Maßnahmen konnte ein interdisziplinäres Team aus zwei Yogalehrern/innen, einer Qigong-Lehrerin, drei Fitnesstrainern/innen, zwei Sportwissenschaftlern/innen sowie zwei Ernährungsberatern/innen gewonnen werden. Bei Bedarf wurde dieses durch das Personal der BAfG ergänzt. Die Auszubildenden unterstützten durch ihre Arbeit in den Arbeitsgruppen.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Curricula der Bamberger Akademie wurden überarbeitet und der Aspekt Gesundheitsförderung fest aufgenommen. Die Lehrenden wurden bei einer zusätzlichen Multiplikatorenschulung von Experten/innen für die Dimensionen des Themas sensibilisiert. Darüber hinaus wurde in Klassensprecherversammlungen über ein positiv verändertes Lehrer-Schüler-Verhältnis berichtet. Die Auszubildenden der verschiedenen Berufsgruppen kennen einander; die Schulsprecher/innen arbeiten zudem eng zusammen und repräsentieren sich als eine Einheit. Dank der Änderung der Schulordnung ist seit kurzem auch der Schulhof rauchfrei. Weitere Kooperationen (Sozialstiftung Bamberg – Saludis, Brose Baskets Bamberg, Fitnesstrainern/innen) konnten geschlossen werden. Die durchschnittliche Teilnahmezahl lag bei 115 Schülern/innen jeden Mittwoch. Die über das Projekt hinausgehenden Aktivitäten wurden ebenfalls gut angenommen (ca. 80 Personen). Auch eine gemeinsame Gruppe mit 100 Mitgliedern auf einer interaktiven sozialen Plattform wurde gegründet, die einen regen Austausch gewährleistet.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Der erhebliche, koordinatorische Aufwand ist mit vier Arbeitsstunden pro Woche zu berechnen. Räumliche Ressourcen müssen in ausreichender Anzahl zur Verfügung stehen. Materialien, wie Isomatten, Kassettenrekorder etc. sollten zur Verfügung stehen.

Kontaktadresse Bamberger Akademie für Gesundheitsberufe Burger Str. 80 96046 Bamberg www.ba-afg.de	Ansprechpartner Matthias Drossel Tel.: 09 51 / 5 03 - 1 16 25 E-Mail: matthias.drossel@ba-afg.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesundheitsförderung in der Gesundheits- und Krankenpflege“

Bundesland: Baden-Württemberg

Name der Schule: Bildungsinstitut für Gesundheits- und Krankenpflege

Träger: Neckar-Odenwald-Kliniken gGmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 62

Entwicklungsstand des Projektes: abgeschlossen

Pflege mit allen Sinnen



Bildungsinstitut
für Gesundheits- und Krankenpflege



Neckar-Odenwald-Kliniken
gGmbH

1. Ausgangssituation

Der Pflegeberuf stellt für die Beschäftigten eine hohe Belastung der eigenen Gesundheit dar. Die physischen und psychischen Beanspruchungen sind enorm groß, so dass frühzeitig ein Ausgleich gefunden werden muss, um bestehende Risikofaktoren für die Gesundheit ab- und gleichermaßen Schutzfaktoren aufzubauen. Weitergehend sind Arbeitsfelder im Rahmen der Gesundheitsförderung und deren Gestaltung durch Pflegekräfte wenig transparent: Obwohl Pflegende eine wesentliche Rolle im gesundheitsrelevanten Genesungsprozess von Patienten/innen einnehmen, sind sie nicht ausreichend auf Aufgaben in der Gesundheitsförderung vorbereitet und noch stark mit dem medizinisch, krankheitsbezogenen Ansatz beschäftigt.

2. Ziele

Zunächst steht im Vordergrund, das Bewusstsein der Auszubildenden des Bildungsinstituts für Gesundheits- und Krankenpflege für den Erhalt der eigenen Gesundheit zu schärfen. Dieses selbstzentrierte Gesundheitsbewusstsein gilt als Voraussetzung dafür anschließend andere Menschen beim Gesundwerden zu unterstützen. Es gilt, die eigene körperliche Fitness und mentale Kompetenz zu überprüfen, ein positives Verhältnis zum eigenen Körper zu entwickeln, sich Gesundheitswissen anzueignen sowie Zugang zur Gesundheitsversorgung zu finden. Letztlich sollen die Auszubildenden nicht nur aktiv werden sondern auch Spaß und Freude bei den verschiedenen Anwendungen erleben, so dass daraus ein gesundheitsförderndes Alltagsverhalten resultiert. Gleichzeitig werden sie befähigt, ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu erreichen. Die Schulungen, die bereits ab dem ersten Ausbildungsjahr durchgeführt werden, ermöglichen es den Auszubildenden, ihre Gesundheitskompetenz zu stärken und einen Ausgleich zu den psychischen und physischen Belastungen im Pflegeberuf zu finden.

3. Umsetzung der Projekte

Das Projekt „Aktive Gesundheitsförderung“, welches bereits seit 2009 durchgeführt wird, ist eines der drei Gesundheitsangebote am Bildungsinstitut und findet in Kooperation mit der AOK Rhein-Neckar-Odenwald im ersten Ausbildungsjahr statt. Es umfasst insgesamt 30 Unterrichtsstunden, die auf Blockunterrichte (ca. zwei Unterrichtsstunden innerhalb von drei Wochen) verteilt werden. Die Themen sind breit gefächert: Beim POWER-FOOD geht es darum, die richtige Zusammensetzung der täglichen Mahlzeiten zu erkennen und umzusetzen. Das Erlernen und Ausüben von QIGONG dient der Förderung von Entspannung und Regeneration. Dabei werden koordinative Fähigkeiten verbessert und das Wohlbefinden durch den entspannenden Effekt der fließenden Bewegung verbessert. Das ANTI-AGGRESSIONSTRAINING dient dazu, Konfliktsituationen sicher zu meistern. Da Pflegende in ihrer täglichen Arbeit schnell zur Zielscheibe von Aggressionen werden können, behandelt der Anti-Aggressions-Trainer die wichtigsten Strategien. Beim RÜCKEN-FIT IN DER PFLEGE werden die

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

Belastungen des Rückens, die durch Heben, Bücken und Drehen entstehen, besprochen und Muskelgruppen richtig trainiert, um so einen effektiven Schutz vor Überlastungen aufzubauen. Im Seminar AFTER-WORK-KÜCHE erfahren die Auszubildenden wie einfach es nach einem Arbeitstag sein kann, schnell, gesund und wohlschmeckend zu Hause zu kochen. Ein HERZ-KREISLAUF-TRAINING, NORDIC-WALKING sowie das Programm FIT-MIX – BEWEGUNG MACHT FIGUR setzen an der Bewegungsförderung der Auszubildenden an und helfen ihnen, aktiv zu werden. Da psychische Belastungen und Stress bei Pflegenden ein hohes gesundheitliches Risiko darstellen, dienen die Programmpunkte STRESSBEWÄLTIGUNG sowie AUTOGENES-TRAINING darüber hinaus dazu, Copingstrategien und Entspannungstechniken für den Berufsalltag kennenzulernen. Abgesehen davon soll der hohen Raucherquote mit dem Thema RAUCHEN – NEIN DANKE begegnet werden.

4. Beteiligte

Neben den Auszubildenden des ersten Ausbildungsjahres werden die Lehrkräfte der Pflege sowie verschiedene Experten/innen einbezogen. Die Kooperation mit der AOK Rhein-Neckar-Odenwald erwies sich als vorteilhaft, da sie unseren Auszubildenden im Rahmen ihres Betrieblichen Gesundheitsmanagements ein interessantes und umfassendes Gesundheitsförderpaket anbietet und der Schule stets ein verlässlicher Partner ist.



5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Mit Abschluss des Projektes am Ende des ersten Ausbildungsjahres werden die Auszubildenden, Lehrkräfte sowie Dozenten/innen um ein Feedback gebeten. Die zuletzt durchgeführte Erhebung ergab u.a., dass das Angebot insgesamt als abwechslungsreich, interessant und breit gefächert empfunden wird, es Spaß bereitet und die Motivation, auf die eigene Gesundheit zu achten, steigert. Darüber hinaus gibt laut Angaben der Befragten die Rückengymnastik gute Impulse, so dass ein rüchenschonendes Arbeiten verinnerlicht und konsequenter umgesetzt wird. Des Weiteren wird Sport häufiger auch in der Freizeit betrieben sowie Maßnahmen zur Erholung und Stressbewältigung nach dem Dienst in den Alltag transferiert. Eine gesündere Ernährung gestalte sich im Schichtdienst weiterhin schwierig. Im neuen Durchgang wird das Programm durch die Angebote Schwimmen, gesundes Einkaufen, Krafttraining sowie Bewegung an der Luft erweitert.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Umsetzung der Projektanteile werden Unterrichtsräume der Schule, Multifunktionsräume oder Seminarräume der AOK sowie Parkanlagen im Freien genutzt. Finanzielle Aufwendungen werden von dem Bildungsinstitut für Gesundheits- und Krankenpflege getragen.



Abbildung 15: Auszubildende des Bildungsinstituts Mosbach

Kontaktadresse Bildungsinstitut für Gesundheits- und Krankenpflege an den Neckar-Odenwald-Kliniken gGmbH Knopfweg 1 74821 Mosbach www.neckar-odenwald-kliniken.de	Ansprechpartnerin Brunhilde Marquardt (Schulleitung) Tel.: 0 62 61 / 83 - 1 17 E-Mail: brunhilde.marquardt@neckar-odenwald-kliniken.de
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Wir sind STREBER!“ – Nachhaltige Verbesserung von STREssbewältigung, Bewegungs- und Ernährungsverhalten

Bundesland: Hessen

Name der Schule: Kranken- und Kinderkrankenpflegeschule am Schulzentrum der Klinikum Fulda gAG

Träger: Klinikum Fulda gAG

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 150

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Der Beruf der Gesundheits- und Krankenpflege birgt vielfältige physische und psychische Belastungen. Zahlreiche Lernende beklagen während ihrer Ausbildung einen enormen Leistungs- und Lerndruck. Sie äußern Beschwerden wie Rücken- und Kopfschmerzen, Ausgleichsmöglichkeiten in Form von Bewegung und Stressprävention sind jedoch kaum gegeben. Darüber hinaus wird das Ernährungsverhalten als eher problematisch wahrgenommen und selbst von den Auszubildenden als unausgewogen eingeschätzt. Auch die Studie des IPP der Universität Bremen „Bundesweite Vollerhebung zu Gesundheitsförderung und Prävention an Pflegeschulen“ (Schwanke et al. 2011) hat dieses Problem erkannt und bestätigte die Kranken- und Kinderkrankenpflegeschule am Schulzentrum in Fulda in dem Anliegen, den Bereich der Gesundheitsförderung weiterzuentwickeln und präventiv tätig zu werden.

2. Ziele

Mit dem Projekt „Wir sind STREBER!“ möchte das Schulzentrum gesundheitsförderliche und präventive Verhaltensweisen durch verschiedene Konzepte und Ideen im Unterrichtsgeschehen aufgreifen. Bereits erworbene Kompetenzen sollen gefestigt und in den Alltag transferiert werden. Mit der intensiven Bearbeitung der Themen „Ernährung, Bewegung sowie Stressvermeidung und -bewältigung“ soll eine nachhaltige Verhaltensänderung im Sinne einer gesunden Lebensführung erreicht werden.

3. Umsetzung des Projektes

In Vorbereitung auf die Durchführung des Modellprojektes legten die Lehrkräfte eine so genannte „Ideenmappe“ an, in der bereits vorhandene und praxisbewährte Unterrichtsmaterialien zu den Themen „Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung“ gesammelt wurden. Im Rahmen einer sechs wöchigen Theoriephase wurden dann diese drei Bausteine theoretisch seitens der Auszubildenden erarbeitet und praktisch durchgeführt. Dazu diente eine wöchentlich Doppelstunde (90 Minuten), in der die Lernenden in drei Arbeitsgruppen und in Zusammenarbeit mit den Kursleitern/innen die in der Ideenmappe enthaltenen Konzepte aufgriffen, bearbeiteten und weiterentwickelten. Dabei war die spezifische Wahl der Themen frei. Um die neu erarbeiteten, gesundheitsförderlichen Strategien auch umsetzen zu können, wurden zusätzlich 60 Minuten pro Arbeitsgruppe vereinbart, in der die Auszubildenden jeweils eine Unterrichtseinheit gestalteten. Dazu galt es im Vorfeld die entsprechende Organisation zu planen und Termine mit den Kursleitern/innen abzusprechen.

4. Beteiligte

Der am Projekt teilnehmende Kurs bestand aus 24 Auszubildenden, verteilt auf die jeweiligen Arbeitsgruppen. Für die enorme Vorleistung des Modellprojektes in der Vorbereitungsphase stellten sich sechs freiwillige Schülerinnen, eine Studentin der Pflegepädagogik, die zu diesem Zeitpunkt ein Praktikum an der Schule absolvierte, sowie die Schulleitung und eine Kursleitung zur Verfügung

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Obwohl die Motivation der einzelnen Schüler/innen zu Beginn des Vorhabens sehr unterschiedlich war, sind am Ende eindrucksvolle Unterrichtseinheiten entstanden. So gestaltete die Arbeitsgruppe „Ernährung“ einen „Müsli- Day“, an dem in den Pausen eine Vielfalt an gesunden Pausensnacks angeboten wurde. Die Arbeitsgruppe „Bewegung“ führte hingegen eine Übungsstunde „Der gesunde Rücken“ durch. Die Auszubildenden, die sich dem Thema der Stressbewältigung angenommen hatten, leiteten Entspannungsübungen im Sitzen an. In einem abschließenden Feedback-Gespräch wurde festgestellt, dass für die einheitliche Dokumentation der neuen Ideen ein Formblatt erstellt werden sollte. Darüber hinaus dient künftig eine zweite Ideenmappe dazu, die bereits durchgeführten Arbeitsergebnisse abzuheften, so dass ohne größeren Zeitaufwand eine erneute Umsetzung bei Bedarf stattfinden kann. Die erste Mappe dient weiterhin der Ideen-, Stoff- und Artikelsammlung.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Neben den in der Umsetzung beschriebenen zeitlichen Ressourcen, ergibt sich, je nach Ideenvielfalt der Schüler/innen, ein unterschiedlicher Bedarf. Es ist darauf zu achten, dass die Rahmenbedingungen auch mit dem Träger der Schule vereinbar sind. Eine Aufnahme in das schuleigene Curriculum ist denkbar.

Kontaktadresse Kranken- und Kinderkrankenpflegeschule am Schulzentrum der Klinikum Fulda gAG Carl-Schurz-Straße 14 36041 Fulda www.klinikum-fulda.de	Ansprechpartnerin Marga Schneider (Schulleitung) Tel.: 06 61 / 84 67 00 E-Mail: marga.schneider@klinikum-fulda.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesundheit pflegen“

Bundesland: Berlin

Name der Schule: Akademie für Gesundheits- und Krankenpflege Waldfriede

Träger: Verein Krankenhaus Waldfriede e.V.

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 65

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Gesundheitsförderung und Prävention haben in der Pflegeausbildung eine große Bedeutung. Dabei geht es zum einen darum, die persönliche Gesundheit der Auszubildenden in einem Berufsfeld zu erhalten, in dem sie vielfältigen Gesundheitsrisiken ausgesetzt sind. Zum anderen ist die Vermittlung von Kompetenzen notwendig, um als Akteure in der Gesundheitsförderung und Prävention effektiv handeln zu können. Dieses Handeln richtet sich nicht nur an einzelne Individuen, sondern an spezifische Adressatengruppen, auf die die Lernenden vorbereitet werden müssen. Dazu ist wichtig, auf eigene Erfahrungen zurückgreifen zu können und ggf. Änderungen des Gesundheitsverhaltens vorzunehmen. Hilfreich ist dabei die Kombination der Berufsausbildung in der Gesundheits- und Krankenpflege mit einem dualen Bachelorstudium der Gesundheits- und Pflegewissenschaften, das in Kooperation mit der ThH Friedensau angeboten wird. So kann direkt auf einer wissenschaftlichen Ebene gearbeitet werden.

2. Ziele

Ziel des Projektes „Gesundheit pflegen“ war es, ein Konzept zu entwickeln, mit dem ein förderliches Gesundheitsverhalten von Lernenden dauerhaft aufgebaut wird. Zudem soll das konstruktive Umgehen mit den Gesundheitsverhältnissen, die der Pflegeberuf bietet, erlernt werden. Es geht also primär um Nachhaltigkeit und nicht um singulären Aktionismus. Nach der Sensibilisierung zum eigenen Gesundheitsverhalten durch eine tagebuchartige Selbstbeobachtung sowie Unterrichtung zu allgemeinen und berufsspezifischen Gesundheitsrisiken, wie z.B. der Rückenbelastung, dem Burnout oder dem Ernährungsverhalten im Schichtdienst, werden Gesundheitsprogrammbausteine exemplarisch erprobt. So geht es z.B. um Übungen zur Bewegungsförderung und Entspannung, einen Kinästhetikgrundkurs sowie um Reflexionsrunden nach der Methode der kollegialen Beratung und Mitwirkung bei einer sog. „Health Expo“. In ausbildungsbegleitenden Lernberatungsgesprächen sollen die erworbenen Kompetenzen evaluiert und gefestigt werden. Die einzelnen Projektbestandteile finden oft schon in der Pflegeausbildung Anwendung. Neu ist die konzeptionelle Verknüpfung, über die das Thema Gesundheitsförderung immer wieder auf niederschwelligem Niveau in das Bewusstsein der Lernenden gebracht werden soll.

3. Umsetzung des Projektes

Das Konzept „Gesundheit pflegen“ konnte im Projektverlauf noch nicht vollständig umgesetzt werden. Vorrangig ging es bisher um die Konzeptverbreitung, Evaluation und Modifikation, gemessen an den Gesundheitsbedürfnissen und -bedarfen der Lernenden. Hierbei zeigt sich, dass es insbesondere eine Herausforderung ist, die Einzelinteressen und Bedürfnisse adäquat zu berücksichtigen, zugleich aber zentrale Bedarfe nicht zu vernachlässigen. Somit befindet sich die Umsetzung also noch in einer „Probephase“.

4. Beteiligte

Zunächst entwickelten die Lehrenden der Akademie auf Basis zuvor erhobener Bedarfe- und Bedürfnisse der Lernenden ein Konzept, das sich in das allgemeine Ausbildungscurriculum einfügt. Nach der Vorstellung desselben, wurden Lernende – hierbei vornehmlich Teilnehmende des dualen Bachelorstudienganges – angeregt, es zu überarbeiten, in Teilen mit umzusetzen und mögliche Änderungsbedarfe offen zu legen. Die Erarbeitungsergebnisse wurden in einer gemischten Gruppe von Auszubildenden präsentiert und werden nun im ohnehin existierenden Qualitätszirkel der Akademie von Lehrenden und Lernenden gemeinsam weiter bearbeitet. Da die Umsetzung von arbeitsbezogenen Änderungen auch die Praxiseinsatzgebiete tangiert, wurden zudem die Praxisanleiter/innen einbezogen. Weiterhin ist die Vorstellung des Konzeptes bei der Krankenhausleitung geplant, um eine Unterstützung auch der einzelnen Konzeptinterventionen auf breiterer Basis zu bekommen. Die grundsätzliche Projektidee wurde schon im Vorfeld durch die Verantwortlichen des Krankenhauses unterstützt, da das Krankenhaus sich als gesundheitsförderndes Krankenhaus versteht. Des Weiteren sind als Dozenten/innen auch Vertreter/innen anderer Gesundheits- und Sozialberufe wie z.B. Psychologen/innen, Physiotherapeuten/innen usw. involviert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Schon durch die Konzepterstellung und -überarbeitung konnte das individuelle Gesundheitsbewusstsein von Lehrenden und Lernenden gesteigert werden. Langzeiterfolge sind noch nicht deutlich ablesbar. Auch müssen die Evaluationsmethoden noch überarbeitet werden, denn sie liefern nicht immer wirklich aussagekräftige Daten (z.B. Gruppenblitzlicht). Es ist problematisch, dass die jeweiligen Bedürfnisse und Interessen der Lernenden sehr unterschiedlich und teilweise nicht realisierbar erscheinen, so dass Gruppeninteressen der Vorzug gegeben werden muss. Dennoch bestätigen die insgesamt positiven Rückmeldungen und das grundsätzliche Interesse der Lernenden das Projekt „Gesundheit lernen“. Wünschenswert wäre der Vergleich mit anderen ähnlichen Angeboten, damit auch die Lernenden das Besondere im Alltäglichen transparenter wahrnehmen können. Hierzu muss auch noch eine klarere Kommunikation zwischen allen Beteiligten implementiert werden.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Zur Umsetzung des Konzeptes „Gesundheit lernen“ ist es wichtig, dass die Ausbildungsverantwortlichen über ausreichende Gestaltungsfreiheit verfügen, um die curricularen Bedingungen bis hin zur Feinplanung des Stundenplanes leisten zu können. Gleichzeitig ist die Unterstützung des Schulträgers wichtig, da vorzunehmende Interventionen ja bis hin in Bereiche des Krankenhauses reichen. Ein angemessener Dozentenpool ist ebenso wichtig wie räumliche Ressourcen. Hier erwies sich als hilfreich, dass dem Trägerkrankenhaus ein Gesundheitszentrum angegliedert ist und die örtliche Kirchengemeinde ebenso über zusätzliche Räume z.B. mit Kochgelegenheit verfügt.

Kontaktadresse Akademie für Gesundheits- und Krankenpflege Waldfriede Argentinische Allee 40 14163 Berlin www.pflegestudium-berlin.de	Ansprechpartnerin Bibiane Niemann (Schulleitung) Tel.: 0 30 / 81 810 - 2 28 E-Mail: schule@waldfriede.de
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Ganzheitliche Gesundheitsförderung in der Krankenpflegeausbildung“

Bundesland: Bayern

Name der Schule: Berufsfachschule für Krankenpflege an der Clinic Neuendettelsau

Träger: Clinic Neuendettelsau

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 64

Entwicklungsstand des Projektes: umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Ausgehend von der Definition der WHO muss das Thema „Gesundheit“ ganzheitlich bearbeitet werden, wobei die Bereiche der körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit gleichermaßen Berücksichtigung finden müssen. Die Belastungen des Bewegungsapparates v.a. die des Rückens sind trotz diverser Hilfsmittel und Techniken in der Pflege nach wie vor vorhanden. Die körperliche Fitness bzw. muskuläre Situation der Pflegeschüler/innen ist sehr unterschiedlich. Wenn jedoch keine stabile Muskulatur besteht, werden die Bänder, Sehnen und Bandscheiben überdurchschnittlich stark belastet und Erkrankungen in diesem Bereich sind vorzusehen. Gleichzeitig haben in den letzten Jahren die Stressbelastung sowie die Gefahr an Burnout zu erkranken, bedingt durch Arbeitsverdichtung zugenommen. Entspannungsverfahren sind nur sehr begrenzt bekannt und werden kaum angewendet. Sozialpolitische Veränderungen, wie z.B. die Anhebung des Renteneintrittsalters auf 67 Jahre, bewirken verstärkt die Notwendigkeit, frühzeitig mit einer gesunden Arbeitsweise und Lebensführung zu beginnen, damit die Gesundheit und Fitness für die Lebensarbeitszeit, aber auch für das Rentenalter erhalten bleibt.

2. Ziele

Mit gesundheitsfördernden Maßnahmen an der Berufsfachschule für Krankenpflege der Clinic Neuendettelsau sollen die Auszubildenden einen positiven Zugang zum Thema „Gesundheit“ finden, die Notwendigkeit für einen gesunden Lebenswandel erkennen und wichtige gesundheitsfördernde Methoden anwenden können. Ziel ist es, dass die Schüler/innen psychisch und körperlich belastende Faktoren in der Pflege sowie die Möglichkeiten des psychischen und physischen Ausgleichs und der Selbstpflege kennen und verschiedene Entspannungsverfahren anwenden und durchführen können. Ihnen werden Möglichkeiten des körperlichen Trainings vermittelt, um einerseits Muskulatur aufzubauen und um andererseits Herz und Kreislauf zu stärken und damit gleichzeitig Stress abzubauen. Weiter werden wichtige Grundregeln der Kommunikation vermittelt und Konfliktlösungsstrategien aufgezeigt.

3. Umsetzung des Projektes

Die gesundheitsförderlichen Maßnahmen der Berufsfachschule werden mit Beginn des ersten Ausbildungsjahres bis zum Examen sowohl theoretisch vermittelt als auch praktisch geübt. Die theoretische Vermittlung geschieht schwerpunktmäßig in den ersten zwei Jahren. Die praktischen Übungen finden vor allem in den letzten zwei Jahren statt.

- Im ersten Ausbildungsjahr werden die theoretischen Grundlagen von Lernorganisation, Stress, Burnout und Teamtraining unterrichtet. Praktische Erfahrungen sammeln die Auszubildenden in den Bereichen: Igelballmassage, Körperwahrnehmung, gymnastische Übungen mit dem Gymnastikband, spielerische Pausengestaltung sowie Praxisreflexion.

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

- Im zweiten Ausbildungsjahr werden in der Theorie die Themen Entspannung, Bewegung, Stress, gesunde Ernährung, betriebliche Gesundheitsförderung und „Besser leben mit Schichtdienst“ unterrichtet und praktische Erfahrungen in den Bereichen Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Fantasiereisen, Handmassage, Gesichtspflege, Walken, Muskelaufbau, Fitnesstraining, Rückenschule, gesundes, fettarmes Essen und Pausensnacks, Kommunikation und Konflikte (im Rahmen einer erlebnispädagogischen Woche) und Praxisreflexion gesammelt.
- Im dritten Ausbildungsjahr wird in der Theorie der Umgang mit Prüfungsjüngsten und lernorganisatorische Vorbereitung von Prüfungen thematisiert. Praktische Erfahrungen sammeln die Auszubildenden in den Bereichen Bewegung, Entspannung, alkoholfreie Drinks und Praxisreflexion.

4. Beteiligte

Neben den Fachlehrkräften für Pflegeberufe und einer Pflegepädagogen (eine Lehrkraft mit Weiterbildung zur Gesundheitspädagogin) sind eine Supervisorin, ein Erlebnispädagoge sowie die Auszubildenden der Berufsfachschule für Krankenpflege an der Umsetzung beteiligt.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Gemäß der Definition von Gesundheit der WHO werden alle Bereiche in der Gesundheitsförderung berücksichtigt. Die Schüler/innen verfügen über eine hohe Kompetenz bezüglich ihrer Gesundheit. Sie gehen in einer positiven Art und Weise an das Thema heran und verändern auch Verhaltensweisen. Sie achten verstärkt auf eine gesunde Ernährung, betreiben Selbstpflege in stressreichen Zeiten, wie z.B. vor den Prüfungen. Sie bewegen sich mehr und wenden Entspannungsverfahren an.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Für die Umsetzung wurden Aufwendungen in Form von Isomatten, Igelbällen und Gymnastikbändern in Klassenstärke sowie CDs mit Entspannungsmusik notwendig. Der finanzielle Aufwand liegt bei ca. 200€ bei günstigem Einkauf für die o.g. Materialien. Zusätzlich entstehen Kosten für eine erlebnispädagogische Woche sowie für das Dozentenhonorar der Supervisorin.

Kontaktadresse Berufsfachschule für Krankenpflege an der Clinic Neuendettelsau Heilsbrunnerstraße 44 91564 Neuendettelsau www.karriere-pflege.de	Ansprechpartnerin Anke Bakeberg Tel.: 0 98 74 / 8 54 91 E-Mail: anke.bakeberg@diakonieneuendettelsau.de
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Gesundheitstage im Rahmen eines Gesundheits- und Präventionsprogrammes“

Bundesland: Bremen
Name der Schule: Alte Rembertischule
Träger: Bildungszentrum der Bremer Heimstiftung
Fachrichtungen: Altenpflege, Physiotherapie
Anzahl der Auszubildenden: 126 Altenpflege, 75 Physiotherapie
Entwicklungsstand des Projektes: umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

In der Krankenstandstatistik befindet sich die Berufsgruppe des/r Altenpflegers/in im oberen Feld. Zu den häufigsten Erkrankungen gehören gesundheitliche Beschwerden des Muskel- und Skelettsystems sowie psychische Beschwerden. Typisch sind Schmerzen in der Lendenwirbelsäule, Beschwerden in der Muskulatur, der Schulter und des Nackens sowie chronische Erschöpfungszustände (Küsgens 2004). Bereits in der Pflegeausbildung beurteilen ein Drittel der angehenden Pflegekräfte ihren körperlichen Gesundheitszustand und ihr allgemeines Wohlbefinden als nur befriedigend bis mangelhaft (Knüppel 2010). Hier herrschen v.a. Beschwerden des Muskel-Skelettsystems sowie Schlafstörungen und Kopfschmerzen vor (vgl. ebd.).

2. Ziele

Im Rahmen der Gesundheitstage haben die Schüler/innen die Möglichkeit, kostengünstige Maßnahmen kennenzulernen, um den o.g. Problematiken präventiv entgegen zu wirken. Konkret handelt es sich dabei um den Erhalt und die Verbesserung der Muskelkraft, die Aneignung von Entspannungstechniken sowie die Stärkung der kardio-pulmonalen Belastbarkeit. Im Rahmen der Maßnahmen erhalten die Teilnehmer/innen ein Angebot, welches sie entsprechend auf ihre individuellen Bedürfnisse anpassen und weiterführend eigenständig anwenden können. Bei der Auswahl der gesundheitsfördernden Maßnahmen werden die finanziellen Ressourcen der Zielgruppe „Auszubildende“ sowie die „Alltagstauglichkeit“ besonders stark berücksichtigt (z.B. Umsetzbarkeit im Schichtsystem).

3. Umsetzung des Projektes

Die Gesundheitstage werden seit 2010 zu Beginn jedes Ausbildungsganges in Form einer interdisziplinären Einführungswoche angeboten. Die Gesundheitstage beinhalten Workshops zu den Themen „Training im Fitness-Studio“, „Entspannung“ und Einführung in das Ausdauertraining (hier: „Laufen“). Das Projekt wird von dem/r jeweiligen Klassenlehrer/in unter Verwendung eines schriftlichen Leitfadens geleitet. Qualifiziertes Fachpersonal steht unterstützend zur Seite. Um einen interdisziplinären Kontakt zu gewährleisten, wird das Projekt zeitlich so geplant, dass die Auszubildenden sowohl der Altenpflege als auch der Physiotherapie gemeinsam daran teilnehmen können.

- **1. Tag:** Sensibilisierung in Bezug auf den eigenen Gesundheitszustand & Workshop „Laufen“: Nach der Begrüßung und der Präsentation der Hintergrundinformationen sowie des Projektverlaufes, haben die Auszubildenden die Möglichkeit, den eigenen Gesundheitszustand anhand eines offenen Fragebogens für sich zu reflektieren. Danach erfolgt die Einteilung der Auszubildenden beider Schulen in drei interdisziplinäre Kleingruppen. In den Gruppen findet daraufhin in interdisziplinärer Partnerarbeit ein Austausch über die eigene Einschätzung

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

statt. Anschließend nehmen die jeweiligen interdisziplinären Kleingruppen an dem ersten Workshop teil.

- **2. Tag:** Workshops „Fitness“ und „Entspannung“:

Am zweiten Tag finden sich die Teilnehmer/innen in ihren Kleingruppen zusammen und nehmen entsprechend eines Übersichtsplanes an den Workshops 2 und 3 teil. Bei der Planung der Workshops ist zu berücksichtigen, dass den Teilnehmern/innen genügend Zeit eingeräumt wird, um die jeweiligen Veranstaltungsorte zu erreichen.

- **3. Tag:** Auswertung und gemeinsamer Abschluss:

Am dritten Tag werden die Gesundheitstage ausgewertet. Es erfolgt eine Punktabfrage sowie die Möglichkeit, Anmerkungen, Wünsche und Kritik zu äußern. Zudem wird jede/r Auszubildende aufgefordert, einen Brief an sich selbst zu schreiben. Diese Briefe werden von den jeweiligen Kursleitern/innen eingesammelt und im späteren Verlauf der Ausbildung wieder an die Auszubildenden verteilt. In diesem Zusammenhang kann jede/r Auszubildende eruieren, ob die eigenen Vorsätze umgesetzt werden konnten.

4. Beteiligte

Am Projekt sind die Schüler/innen und Lehrkräfte der Altenpflegeschule sowie die der Fachschule für Physiotherapie der Bremer Heimstiftung beteiligt.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die bisherigen Ergebnisse in Form einer Punktabfrage zeigen eine positive Rückmeldung der Teilnehmer/innen. Hervorgehoben wird die praktische Umsetzbarkeit und Alltagstauglichkeit der Angebote. Angestrebt wird im Jahr 2013 eine rückblickende, standardisierte, schriftliche Befragung der teilnehmenden Schüler/innen in Hinblick auf Veränderungen der eigenen gesundheitsfördernden Verhaltensweisen. Derzeit können daher keine Ergebnisse und Erfahrungen bezogen auf die Nachhaltigkeit und Wirksamkeit des Projektes gemacht werden.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Neben Fachdozenten/innen zum Thema Entspannung sind entsprechende Übungsräume und die Kooperation zu einem kostengünstigen/kostenfreien Fitnessstudio notwendig. Erhöhter Aufwand besteht für die jeweiligen Klassenlehrer/innen in der Vorbereitungsphase. Die geltenden Lehrplanchrichtlinien erlauben es, die Gesundheitstage im Rahmen des Unterrichtes im Lernfeld 4.4. „Die eigenen Gesundheit erhalten und fördern“ aufzunehmen.

Kontaktadresse Alte Rembertschule Bildungszentrum der Bremer Heimstiftung Fedelhöfen 78 28203 Bremen www.altenpflegeschule-bhs.de	Ansprechpartnerin Dr. Angela Sallermann (Schulleitung) Tel.: 04 21 / 24 34 - 4 10 E-Mail: angela.sallermann@bremer-heimstiftung.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Das Gesundheitskonzept der Beruflichen Schule am Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg“

Bundesland: Mecklenburg-Vorpommern

Name der Schule: Berufliche Schule am Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg

Träger: Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Altenpflege, Medizinisch technische Radiologieassistenten, Physiotherapie

Anzahl der Auszubildenden: 401

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Mit Beginn der Pflegeausbildung beginnen auch bereits die ersten Gesundheitsbeschwerden bei den Auszubildenden in der Beruflichen Schule am Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg. Doch nicht nur die Schüler/innen, sondern auch die Lehrkräfte berichten über Rückenschmerzen, eine geringe, konditionelle Leistungsfähigkeit, Konzentrationsmangel, Stresssymptome sowie Übergewicht bis hin zur Adipositas. Verstärkt wird diese Tatsache durch ein fehlendes Wissen zur physiologischen Haltung. Die Berufliche Schule am Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg verfolgt daher den Leitsatz, funktionelle Bewegung und Körpererfahrung gemeinsam und mit Freude zu vermitteln und möchte die Schüler/innen zu einer aktiven und gesunden Lebensweise animieren.

2. Ziele

Mit dem Gesundheitskonzept sollen Bewegung und Ausdauer gesteigert sowie rückengerechte Hebe- und Transfertechniken vermittelt werden, um langfristig körperlichen Einschränkungen entgegen zu wirken. Mit regelmäßigen, fakultativen Angeboten sowie mit der Teilnahme an verpflichtenden Veranstaltungen wird versucht, Bewegung und Sport in den Alltag zu integrieren. Die Zusammenarbeit mit Hort- und Kita-Kindern dient dem Transfer des Wissens in die Praxis auf eine besondere Weise.

3. Umsetzung des Projektes

Das Konzept der beruflichen Schule in Neubrandenburg setzt sich aus mehreren Komponenten zusammen. Neben der Integration von Ausdauersport (z.B. Nordic Walking) über alle drei Ausbildungsjahre hinweg und in allen Ausbildungsfachrichtungen werden im theoretischen Unterricht Maßnahmen zur physiologischen Haltung und Bewegung gelehrt. Dabei beträgt der Präventionssport für Auszubildende der Altenpflege 120 Stunden, die aktive Haltungsschule im Arbeitsschutzunterricht für Pflegeschüler/innen 10 Stunden sowie die funktionelle Gymnastik für die Schüler/innen der Physiotherapie 130 Stunden. Darüber hinaus werden zwei Mal im Jahr themenorientierte Sportfeste organisiert und die regionalen, städtischen Veranstaltungen, z.B. das „Sport statt Gewalt“-Volleyballturnier, das Drachenbootrennen, der Frauenlauf und der regionale Tollenseseeerlauf für die Teilnahme genutzt. Weiter soll das Aufzeigen alternativer Sportmöglichkeiten die Bereitschaft zur aktiven Freizeitgestaltung erhöhen. So wird der Klettergarten in Waren und die Eishalle in Neubrandenburg besucht, das Jonglieren bei den Physiotherapieschülern/innen erlernt sowie „Drums Alive“ und Kampfsportelemente im Rahmen des Sportfestes vorgestellt. Die fakultativen Sport- und Entspannungsangebote bieten die Möglichkeit, an einem Yoga- (8x90 Minuten) und/oder Stepaerobic-Kurs (10x60 Minuten) teilzunehmen. Darüber hinaus werden seit 1,5 Jahren freitags differenzierte

3.4 Themenübergreifende Gesundheitsförderung

und aktuelle Sportangebote auch für Lehrkräfte unterbreitet. Auch die Vermittlung einer gesunden und abwechslungsreichen Ernährung wird thematisiert. Im Rahmen des Unterrichts bekommen die Pflegeschüler/innen vielfältige Möglichkeiten der Umsetzung und gesunde Alternativen aufgezeigt. Die Auszubildenden gestalten eine gesunde Pausenversorgung (Snackbar) selbst; auf dem Sportfest stellen die Lehrkräfte ein kostenfreies und gesundes Buffet zur Verfügung. Eine Besonderheit ist der Besuch von Kindertageseinrichtungen der Region. Die Auszubildenden des ersten und dritten Lehrjahres leiten Kinder zu den Themen „Fußgymnastik“, „Haltungsschule“ und „Psychomotorik“ an. Jede Kindergruppe enthält mindestens zwei Einheiten mit entsprechendem Informationsmaterial für sie und ihre Eltern. Die Anleitung in Pflegeheimen der Stadt mit Altenpflegeschülern/innen ist in Planung.



Abbildung 16: Anleitung von Kita-Kindern durch die berufliche Schule in Neubrandenburg

4. Beteiligte

Neben den Lehrkräften sind die Auszubildenden aller Fachrichtungen in das Projekt integriert. Eine Besonderheit stellt die Zusammenarbeit mit dem Hort der Grundschulen West und Ost, der evangelischen Schule und den Kitaeinrichtungen der Stadt Neubrandenburg dar.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Schüler/innen reflektieren offen und engagiert das Gesundheitskonzept. Die Befragungen bestätigen reduzierte Rückenschmerzen durch regelmäßige Bewegung. Das kontinuierliche Umsetzen der Bewegungsangebote fällt jedoch schwer. Weiter ergab eine Auswertung, dass die Schüler/innen des dritten Ausbildungsjahres beweglicher und leistungsfähiger hinsichtlich ihrer aeroben Grundlagenausdauer sind als die Schüler/innen des ersten Ausbildungsjahres. Bei den Sportfesten zeigen die Auszubildenden Teamgeist und sportlichen Ehrgeiz in einer stimmungsvollen Atmosphäre.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Neben einem höheren personalem Aufwand müssen entsprechende räumliche (z.B. Turnhalle) sowie materielle Aufwendungen (Sportgeräte) zur Verfügung stehen. Darüber hinaus entstehen Kosten für Preise für die aktivsten Schüler/innen und Kinder.

Kontaktadresse

Berufliche Schule am Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum
Neubrandenburg
S.-Allende-Straße 30a
17036 Neubrandenburg
www.dbknb.de

Ansprechpartnerin

Silke Wenzel
Tel.: 03 95 / 7 75 23 56
E-Mail: dsjawenzel@freenet.de

Projekt „Gesund essen, gesund pflegen“

Bundesland: Schleswig-Holstein

Name der Schule: imland Pflegeschule Rendsburg und Eckernförde

Träger: Kliniken Rendsburg und Eckernförde gGmbH

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 140

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

An der imland Pflegeschule führten häufig auftretende, starke Gewichtsschwankungen der Auszubildenden und damit verbundene spezifische Folgen für das Wohlbefinden zu der Annahme, dass sich die Ausbildungsstruktur der Gesundheits- und Krankenpflege negativ auf die Ernährungsgewohnheiten der Schüler/innen auswirkt. Eine Literaturrecherche ergab, dass dieses spezifische Problem bisher nicht untersucht wurde und damit keine belastbare Datengrundlage für den Zusammenhang von Ausbildungsstrukturen in der Gesundheits- und Krankenpflege und den Ernährungsgewohnheiten von Auszubildenden existiert, die diese Vermutung untermauert. Damit fehlten bislang fundierte Ergebnisse, um gemeinsam mit dem Träger der Ausbildung dauerhafte und effiziente Maßnahmen für eine positive Beeinflussung der Ernährungsgewohnheiten von Schüler/innen der Gesundheits- und Krankenpflege einzuleiten.

2. Ziele

Mit dem Projekt „gesund essen, gesund pflegen“ sollen auf Basis des beobachteten Ernährungsproblems konkrete Maßnahmen für eine nachhaltige Verbesserung der Ernährungsgewohnheiten etabliert werden. Darüber hinaus wird ein Befragungsinstrument entwickelt, mit welchem Schulen eine standardisierte Befragung zum Zwecke der Problemeinschätzung bzw. Evaluation von Maßnahmen durchführen können.

3. Umsetzung des Projektes

Die Arbeitsgruppe *WissenSchaffen* der imland Pflegeschule beschäftigt sich mit aktuellen Problemen und Fragestellungen der Ausbildung und Pflege und versucht, diese forschend zu lösen. Da sich das Ernährungsverhalten von Schülern/innen im Verlauf der Ausbildung zu verändern scheint und gesundheitliche Auswirkungen nach sich zieht, wurde das Problem in der AG aufgegriffen. In einem ersten Schritt ist über eine standardisierte schriftliche Befragung ermittelt worden, ob und in welchem Ausmaß das beobachtete Phänomen existiert sowie welche möglichen Ursachen der Verhaltensänderung zugrunde liegen. Die ermittelten Ergebnisse bilden anschließend die Basis für Leitfaden gestützte Interviews mit Schülern/innen, die signifikante Gewichtsveränderungen nach oben oder nach unten aufwiesen und diese für sich als problematisch deuteten. Die Analyse der getroffenen Aussagen soll verantwortliche Ursachen, die zu einer Veränderung der Ernährungsgewohnheiten führen, verdeutlichen. Daraufhin wird im Anschluss ein Katalog mit konkreten und überprüfbareren Maßnahmen entwickelt, um gesundheitsförderliche Essgewohnheiten in Zukunft zu unterstützen. Weiterhin soll der entwickelte standardisierte Fragebogen anderen Schulen zur Verfügung gestellt werden, um ebenfalls eine Problemanalyse des Themas „Ernährungsgewohnheiten von Auszubildenden“ vornehmen zu können. Es ist vorgesehen, dass der Fragebogen auf der Internetseite der imland Pflegeschule zur Verfügung steht.

4. Beteiligte

Die AG *WissenSchaffen* ist als kursübergreifende Arbeitsgemeinschaft angelegt und besteht aus 10 Auszubildenden. Sie ist für die Planung, Umsetzung sowie Auswertung des Projektes zuständig und darauf bedacht, den überwiegenden Teil der Schüler/innen der Pflegeschule zu involvieren. Der Einbezug der Schulleitung ist ein wichtiger Bestandteil und sichert, dass Maßnahmen, die Veränderungen innerhalb der Schulstruktur bedeuten, Umsetzung finden können. Die Zusammenarbeit mit der hauseigenen Küche ist für die geplante Umsetzung präventiver Maßnahmen sinnvoll.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Im Ergebnis der standardisierten, schriftlichen Befragung von 100 Schülern/ innen konnte bestätigt werden, dass der Beginn der Pflegeausbildung mit veränderten Ess- und Ernährungsgewohnheiten, Gewichtsveränderungen und einer daraus resultierenden Unzufriedenheit in Verbindung steht. So gab mehr als die Hälfte der befragten Personen an, ihre Ernährungssituation habe sich verändert. Am häufigsten wurden unregelmäßige Mahlzeiten, eine ungesündere Ernährung, Nahrungsaufnahme unter Zeitdruck sowie eine mengenmäßige Zunahme der Lebensmittel benannt. Ferner stellen mehr als 30% der Personen mit veränderten Essgewohnheiten eine Gewichtszunahme von 5 bis 10kg fest. Dabei wächst die Unzufriedenheit mit dem Grad der Gewichtszunahme signifikant. Daneben wurden insgesamt 145 veränderte Ernährungsgewohnheiten beschrieben (129 negativer Art), die sich seit Beginn der Ausbildung eingestellt haben. Diese Ergebnisse werden zum Anlass genommen, um Leitfaden gestützte Interviews zu entwickeln und den Ursachen sowie Auswirkungen der veränderten Ernährungs- und Essgewohnheiten auf den Grund zu gehen und gezielte Angebote für eine präventive Strategie zu entwickeln.

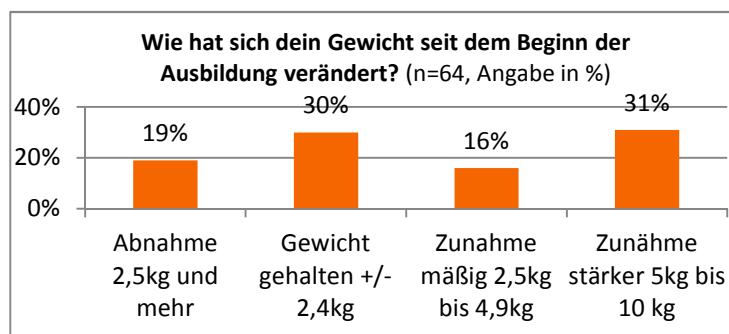


Abbildung 17: Erhebung "Gewichtsveränderung" der imland Pflegeschule Rendsburg

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Unabdingbar für die Umsetzung des Projektes ist die Unterstützung des Trägers. Damit kann gewährleistet werden, dass die Schüler/innen der AG in einem erforderlichen Umfang freigestellt werden, notwendige technische Mittel (z.B. Statistikprogramm) zur Verfügung stehen und fachliche Unterstützung gewährleistet wird. Für die Umsetzung von konkreten Maßnahmen müssen Kooperationspartner (z.B. Küche) akquiriert werden. Nur durch eine gemeinsame Zusammenarbeit von Träger, Schulleitung und Kooperationspartner ist es möglich, konkrete Maßnahmen (z.B. vergünstigtes Mittagessen für Auszubildende, Kochkurse, veränderte Pausenzeiten) umzusetzen.

<p>Kontaktadresse</p> <p>imland Pflegeschule an den Kliniken Rendsburg und Eckernförde gGmbH Lilienstraße 20-28 24768 Rendsburg www.imland.de</p>	<p>Ansprechpartner</p> <p>Hans Joachim Carlsen (Schulleitung) Tel.: 0 43 31 / 2 00 90 61 E-Mail: hans-joachim.carlsen@imland.de</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Boys' Day – Männer, wir brauchen euch!“

Bundesland: Bayern

Name der Schule: Staatliche Berufsfachschule für Krankenpflege

Träger: Universitätsklinikum Erlangen

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege

Anzahl der Auszubildenden: 210

Entwicklungsstand des Projektes: teilweise umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Ein Plakat im Wohnheim mit der Aufschrift „Warum Krankenpfleger krank werden?“ sollte die Aufmerksamkeit einiger Schüler/innen erregen. Hintergrund für diese Aktion ist die erhöhte Konfrontation von männlichen Krankenpflegern mit ungerechtfertigten Vorurteilen und Mobbing im beruflichen Alltag: Im Gespräch mit mehreren Auszubildenden wurde deutlich, dass sie häufig Aussagen, wie „Das ist doch ein typischer Frauenberuf“ oder „Hast du eine andere Ader?“, begegnen. Aufgrund ständiger Rechtfertigungen erhöhte sich dadurch das Auftreten von Minderwertigkeitskomplexen und Unsicherheiten darüber, ob die richtige Berufswahl getroffen wurde. Die Folge ist eine erhöhte Bereitschaft der Pflegeauszubildenden die Ausbildung abbrechen. Des Weiteren existieren gegenwärtig deutschlandweit umfangreiche Angebote für Frauen, z.B. in Form eines sogenannten „Girls' Days“ (ca. 115.000 Ausbildungsplätze für Mädchen), in denen auch für klassische Männerberufe geworben wird. Für Männer hingegen bestehen deutlich weniger Angebote sich über stereotypische Berufe hinaus zu informieren. „Der Boys' Day“ bietet bundesweit derzeit nur ca. 33.600 Ausbildungsplätze für Jungen. Auch am Universitätsklinikum Erlangen existierte bislang kein Boys' Day.



Abbildung 18: Boys' Day, UK-Erlangen

2. Ziele

Das Projekt „Männer, wir brauchen euch!“ legt das zentrale Augenmerk auf die Stärkung der Berufswahlentscheidung für männliche Ausbildungsplatzsuchende in der Pflege sowie in der Stärkung der sich bereits in Ausbildung befindenden jungen Männer. Ferner ist es das Ziel, das Image und die Außenwahrnehmung des Berufsbildes positiv zu verändern, wobei letzteres als langwieriger Prozess zu betrachten ist, der viel Geduld und Zeit in Anspruch nehmen wird. Der Boys' Day als praktische Umsetzung dieser Ziele soll daher am Universitätsklinikum Erlangen fest etabliert werden.

3. Umsetzung des Projektes

Im Rahmen der Organisation des Boys' Days entstand zur Visualisierung der Ziele zunächst die Idee eines Filmprojektes. Von einem klassischen, attraktiven Werbefilm wurde in diesem Zusammenhang rasch Abstand genommen, aufgrund der Tatsache, dass ein solcher Film nicht so gut im Gedächtnis verharret, wie ein provokativer Film, der mit Klischees spielt. Gerade dadurch soll der Film für die junge Zielgruppe ansprechend gestaltet werden. So entstanden Szenen, die den Alltag der Pflege unkonventionell in seinen allgemein verbreiteten Vorstellungen sowie in Extremsituationen darstellen. Die eigentliche Umsetzung des Projektes - die Durchführung des Boys' Days am Universitätsklinikum Erlangen - fand in Zusammenarbeit mit der Pressestelle des Klinikums am 26. April 2012 statt. Unter primärer Leitung von drei Schüler/innen konnten sich die Teilnehmer ausführliche Informati-

3.5 Sonstige

onen über die Ausbildung und den Beruf des Gesundheits- und Krankenpflegers aneignen. Sie erhielten einen praxisnahen Einblick in den beruflichen Alltag auf Station sowie Abläufe in den OP-Sälen. Ersterfahrungen in beruflichen Tätigkeiten und Rahmenbedingungen wie Blutdruckmessen, Gips anlegen und Reanimation an Simulationspuppen konnten ebenfalls gesammelt werden. Den Jugendlichen wurde hierbei stets ausreichend Raum für Austausch und Fragen geboten. Ein gemeinsames Mittagessen mit männlichen Auszubildenden ließ den Tag gelungen ausklingen.

4. Beteiligte

Das Projekt „Männer, wir brauchen euch!“ wurde von einer Klasse der Berufsfachschule für Gesundheits- und Krankenpflege Erlangen ins Leben gerufen und betreut. Das Filmprojekt wurde unter Mitwirkung der gesamten Klasse entwickelt und umgesetzt. Gedreht wurde unter Leitung des Filmemachers Marco Schneider, der ebenfalls für Schnitt und Bearbeitung zuständig ist. Für Organisation und Durchführung des Boys' Days waren in enger Zusammenarbeit mit der Pressestelle des Universitätsklinikums Erlangen vorrangig zwei Schülerinnen verantwortlich. Unterstützend stand in der gesamten Projektarbeit die Schulleitung hinter der Klasse.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Der Boys' Day fand im April 2012 erstmals erfolgreich am Universitätsklinikum Erlangen statt. Insgesamt nahmen 16 Jugendliche zwischen 14 und 15 Jahren teil. Damit war das Kontingent an Teilnehmerplätzen, die die Pressestelle zur Verfügung gestellt hatte, ausgeschöpft. Die Resonanz war durchweg positiv, was sich sowohl durch direktes Feedback an die Veranstalter, als auch durch die spätere Erhebung durch die Pressestelle und die Institution des Boys' Days abzeichnete. 15 der 16 Teilnehmer gaben an, dass ihnen der Boys' Day insgesamt sehr gut gefallen habe. 12 Teilnehmer möchten im nächsten Jahr „sehr gern“, zwei „gern“ und zwei „vielleicht“ wieder teilnehmen. In der regionalen Tageszeitung sowie im internen Netzwerk der Klinik wurde der Boys' Day beworben und öffentlich als gelungene und zukunftssträchtige Veranstaltung bewertet. Aufgrund der guten Ergebnisse und der derart erfolgsgekrönten Zusammenarbeit zwischen Krankenpflegeschüler/innen und Universitätsklinikum Erlangen, soll der Boys' Day als Event fortbestehen. Die Dreharbeiten für das Filmprojekt wurden im Juni 2012 abgeschlossen, das fertige Produkt wird der Schule Ende September 2012 vorliegen und bei künftigen Boys' Days fester Bestandteil sein.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Unabdingbar für den Erfolg des Projektes war vor allem die Unterstützung der Schulleitung und der Pressestelle als Repräsentant des Universitätsklinikums. Dies äußerte sich praktisch in der Freistellung der beteiligten Schüler im erforderlichen Umfang für Dreharbeiten, Organisation und Mitwirkung am Boys' Day. Technische Mittel, Räumlichkeiten und finanzielle Mittel wurden vom Klinikum zur Verfügung gestellt. Nur durch die weitere erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen der Berufsfachschule für Krankenpflege und dem Universitätsklinikum können der Erfolg und die Resonanz des Projekts langfristig gesichert werden.

Kontaktadresse Staatliche Berufsfachschule für Krankenpflege am Universitätsklinikum Erlangen Universitätsstraße 42-44 91054 Erlangen www.bfskp.med.uni-erlangen.de	Ansprechpartnerin Gunda Kramer (Schulleitung) Tel.: 0 91 31 / 85 - 33 42 1 E-Mail: gunda.kramer@bfskp.med.uni-erlangen.de
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Fußgesundheitstag“

Bundesland: Hessen

Name der Schule: Elisabeth von Thüringen Akademie (EvTA) für Gesundheitsberufe

Träger: Universitätsklinikum Gießen und Marburg, Standort Marburg

Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, Krankenpflegehilfe, Operationstechnische Assistenz

Anzahl der Auszubildenden: 420

Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Das Projekt der EvTA verdeutlicht eine Möglichkeit zur Umsetzung der Ausbildungskonzeption für den Bereich der Pflegeausbildungen, deren zentrale Aussage in der Handlungsorientierung des Unterrichtes zu sehen ist. Auf Basis des Hessischen Rahmenlehrplanes wurde ein Test-Curriculum erstellt. Obwohl weder der Gesetzgeber noch die Rahmenlehrplanentwicklungsgruppe am Hessischen Sozialministerium den Lernfeldansatz explizit zur Ausbildungsgrundlage machten, entschied sich die Curriculumgruppe an der EvTA ihn anzuwenden. In der Berufspädagogik gilt er als viel versprechender Ansatz für eine notwendige Neuordnung der Ausbildungen. Der Autorin, Lehrerin für Pflegeberufe an der EvTA, wurde die Leitung einer Modellklasse zur integrativen Pflegausbildung mit gleichzeitiger Vorbereitung auf die externe Fachhochschulreifeprüfung übertragen. Die damit verbundene Umsetzung des neuen Curriculums wurde für sie zur Projektidee. Da berufsqualifizierende Handlungskompetenzen nur in solchen Situationen erworben werden können, die auch Handlungen fordern, entstand die Projektidee, einen „Fußgesundheitstag“ auf der Basis des Zyklus der vollständigen Handlung zu gestalten. Selbständiges Lernen steht dabei im Vordergrund.

2. Ziele

- Test-Curriculum anwenden
- Kombinierte, komplexe Lernsituation entwickeln und das Handlungsprodukt veröffentlichen
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit fördern (Podologin, Orthopädieschuhtechniker)
- Zielgruppenspezifische Projekte der Gesundheitsförderung entwickeln und durchführen

Die Umsetzung des Lernfeldkonzeptes bietet die einzigartige Gelegenheit, Projekte in der Pflegeausbildung zu realisieren. So können bestehende Bedingungen verändert und verbessert werden. Zudem leisten sie einen wichtigen Beitrag für die Weiterentwicklung der Pflegeberufe. Sie bieten umfassende Möglichkeiten, Themen mehrperspektivisch zu betrachten und fördern bei idealem Verlauf die Kooperation und Integration der beteiligten Berufsgruppen. Eine besondere Bedeutung kommt dabei dem gewählten Thema zu. Es bietet eine gute Gelegenheit, weitere Experten/innen des Gesundheitswesens einzubinden und dadurch den Schülern/innen die Bedeutung der interdisziplinären Zusammenarbeit erfahrbar zu machen. Die Gestaltung eines Fußgesundheitstages an der EvTA für Gesundheitsberufe soll innerhalb der geplanten Projektstage als Handlungsprodukt von den Schülern/innen während des Einführungsblockes gemeinsam mit der Projektleiterin erarbeitet werden. Orientiert am Entwicklungsstand der Schüler/innen finden dann zwei Projektstage statt, an denen selbständiges Arbeiten stark im Vordergrund stehen soll. Hier gilt es, die im Unterricht erarbeiteten Inhalte in die Praxis zu übertragen und anzuwenden. Der Fußgesundheitstag stellt somit eine erste Praxiserprobung für die Schüler/innen dar.

3. Umsetzung des Projektes

Der Fußgesundheitstag fand in den Räumen der EvTA für Gesundheitsberufe statt. Die Angebote zur Fußgesundheit umfassten einen langen Barfußparcours zur Selbstwahrnehmung, eine Abteilung zur Fußgymnastik, eine Fußsynchronmassagestation, eine professionell unterstützte Fuß- und Schuhgrößenermittlung inklusive der erforderlichen Beratung, eine Beratung zur Fußpflege mit der Möglichkeit der Inanspruchnahme einer professionellen podologischen Diagnose und Beratung.

4. Beteiligte

Auf der einen Seite sind die Leistungserbringer/innen zusammengesetzt aus Projektleiterin, Podologin, Orthopädieschuhtechnikermeister und Schüler/innen beteiligt. Auf der anderen Seite werden Leistungsempfänger/innen einbezogen. Auftraggeberin des Projektes ist die Schulleiterin; für die Erstellung einer Fotodokumentation konnte der EDV-Koordinator der Akademie gewonnen werden. Eine eingeladene Vertreterin der regionalen Zeitung konnte als Gast begrüßt werden; ein Zeitungsbericht zum Fußgesundheitstag erschien am Folgetag.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die den Besuchern/innen professionell vermittelten Inhalte und ermöglichten Erfahrungen am Fußgesundheitstag leisteten einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsaufklärung, -schulung, und -beratung. Durch die erworbene Handlungskompetenz, die während der Präsentation für die Schüler/innen erfahrbar war, sind diese in der Lage, komplexe Themenbereiche selbständig zu erarbeiten sowie ihre Arbeitsergebnisse reflektiert in die Praxis zu übertragen. Die so entfaltete Kraft ist der Ausgangspunkt zur Stärkung der Schlüsselrolle der Pflegekräfte im Rahmen der Public-Health-Herausforderungen. Mündige und kritische Gesundheits- und Krankenpflegeschüler/innen, die über berufliche Handlungskompetenz verfügen und auch an zukünftige Generationen von Auszubildenden reflektiert weiter geben können, werden überzeugend in der Lage sein, einen entscheidenden Beitrag zur Lösung der Gesundheitsprobleme zu leisten. Mit 90 Besuchern/innen verschiedener Altersklassen (Kindergartenkinder, Schüler/innen der Akademie, Lehrer/innen, Praxisanleiter/innen, Eltern u. a. Angehörige der Schüler/innen), die die vielfältigen Angebote zum Thema Fußgesundheit intensiv nutzten, war der Tag für alle Beteiligten ein voller Erfolg.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Aufgrund des konkreten Auftrages der Schulleitung wurde eine kombinierte komplexe Lernsituation für das vorliegende Projekt entwickelt. Die dafür notwendigen zeitlichen und räumlichen Ressourcen wurden zur Verfügung gestellt. Da die Umsetzung neuer Lehr- und Lernmethoden von den Auszubildenden ausdrücklich gewünscht ist, wird das initiierte Projekt insgesamt sehr positiv bewertet. Der Fußgesundheitstag findet im Eingangsbereich der Akademie statt, der Unterrichtsbetrieb bleibt davon unbeeinträchtigt. Dadurch wird deutlich, dass solche Projekte auch ohne größere räumliche Ressourcen durchführbar sind. Der Eingangsbereich bietet zudem den Vorteil, dass auch alle anderen Menschen, die ihn passieren, als eine weitere Zielgruppe erreicht werden können.

Kontaktadresse

EvTA für Gesundheitsberufe
Sonnenblickallee 13
35033 Marburg
www.ukgm.de

Ansprechpartnerin

Anita Pokrandt (Projektleitung)
Tel.: 0 64 21 / 5 86 45 96
E-Mail: anita.pokrandt@uk-gm.de

Projekt „Heidelberger Kompetenztraining (HKT) zur Entwicklung mentaler Stärke“

Bundesland: Baden-Württemberg
Name der Schule: Bildungszentrum Vinzenz von Paul
Träger: Marienhospital Stuttgart
Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 126
Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Die Abschlussprüfungen am Ende der Gesundheits- und Krankenpflegeausbildung stellen immer wieder eine Herausforderung für Auszubildende dar. Die erlangten Kompetenzen dreier Jahre intensiven Lernens und Arbeitens werden innerhalb einer kurzen Prüfungszeit abgefragt. Dabei gilt es, sowohl schriftlich, praktisch, als auch mündlich, das Gelernte umzusetzen. Um die Auszubildenden der Schule für Gesundheits- und Krankenpflege am Marienhospitals Stuttgart in dieser Zeit zu unterstützen, stehen verschiedene Hilfsangebote, wie Praxisbegleitungen und Prüfungssimulationen in allen Bereichen zur Verfügung. Trotzdem geraten viele Auszubildende in der Prüfungszeit in einen Zustand, der von Stress, Versagensängsten oder „Lernmüdigkeit“ geprägt ist. Ebenso stellt der Pflegeberuf an sich eine physische und psychische Belastung dar. Eine Möglichkeit, diese Situation zu entzerren, bietet das „Heidelberger Kompetenztraining zur Entwicklung mentaler Stärke“ (HKT).

2. Ziele

Ziel des Heidelberger Kompetenztrainings ist es, die Schüler/innen mental stark zu machen, damit sie herausfordernde Situationen ressourcenorientiert meistern können. Im Fokus steht dabei nicht nur der Umgang mit Prüfungsstress, sondern auch das Einfinden in immer neue Stationsteams und Arbeitsbereiche sowie das Fußfassen in der Rolle als verantwortliche Pflegeperson. Konkret werden die Schüler/innen durch das HKT dabei unterstützt,

- eigene Ziele nach Zielkriterien exakt zu formulieren und die Zielerreichung mental erleben zu können.
- die Zugangswege zur eigenen Konzentration kennenzulernen und diese in den Lern- und Arbeitsprozess integrieren zu können.
- ihre Stärken kennenzulernen und diese bewusst aktivieren zu können.
- Lösungsstrategien für mögliche Störungen zu formulieren und Möglichkeiten der mentalen Abschirmung anwenden zu können.

3. Umsetzung des Projektes

Das Heidelberger Kompetenztraining wurde bisher zehn Mal als Tagesseminar in der Pflegeausbildung durchgeführt. Jede(r) Auszubildende der Gesundheits- und Krankenpflegeschule nimmt zwei Mal an einem HKT-Seminar teil: einmal zu Beginn und einmal gegen Ende der Ausbildung. Am Seminartag wird in der ersten Lerneinheit den Schülern/innen der Sinn und Zweck des Trainings vorgestellt. Danach geht es darum, für sich ein Ziel zu formulieren, mit dem an diesem Tag gearbeitet werden möchte. Die Zielfindung wird durch verschiedene Übungen unterstützt und konkretisiert. In der zweiten Lerneinheit lernen die Auszubildenden die vier Komponenten der Konzentration kennen: Zentrierung, Atmung, Mittlere Muskelspannung und Körperhaltung. Hier erleben sie zum Bei-

3.5 Sonstige

spiel in verschiedenen Bewegungsübungen, dass die Körperhaltung mit der Stimmung zusammenhängt und diese wiederum die Konzentration beeinflusst. In der dritten Lerneinheit sollen sich die Schüler/innen mit ihren Stärken auseinandersetzen. Ein Satz der hier immer wieder fällt ist „Ich habe keine Stärke – glaube ich...“. Die Stärkenvisualisierung mit musikalischer Begleitung lässt jedoch häufig die Meinung zuverlässig ändern. Wie man sein Ziel gegen Stress und negative äußere Einflüsse abschirmen kann, wird in den Übungen der vierten Lerneinheit gezeigt. Hier kommen Entspannungsübungen und konkrete Verhaltensstrategien für Situationen, die sie vom Ziel ablenken könnten, zum Einsatz. Was im Laufe des Tages gelernt und besprochen wurde, wird in der letzten Lerneinheit in einer Abschlussübung erprobt.

4. Beteiligte

Neben den Schülern/innen sind zwei HKT-Trainer/innen sowie die Schulleitung und Lehrkräfte der Krankenpflegeschule in das Projekt involviert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Schüler/innen werden nach dem Durchlaufen der Seminare gebeten, einen Bewertungsbogen auszufüllen. Der Bogen ist anonym und freiwillig und wird am Ende des Seminars ausgeteilt. Bisher konnten etwa 100 Bögen ausgewertet werden. Aus diesen Fragebögen ergab sich: Etwa 80% der Schüler/innen gefällt das HKT-Seminar. Etwa 90% der Teilnehmer/innen finden das HKT-Seminar gut verständlich. Am meisten fühlen sich die Teilnehmer/innen von den Lerneinheiten zur Konzentration und zu den Stärken angesprochen. Etwa 60% Teilnehmer/innen geben an zu glauben, dass das HKT in Zukunft für sie hilfreich sein wird. Die bisherigen Erfahrungen haben gezeigt, dass die Schüler/innen das HKT-Angebot sehr gut annehmen und daran interessiert sind, es umzusetzen. Weitergehende Angebote wie zum Beispiel halbjährliche „Auffrischungsnachmittage“ sind in Planung.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Je Kurs (ca. 25 Teilnehmer/-innen) werden zwei HKT-Trainer/-innen benötigt. Daraus ergeben sich entsprechende Personalkosten. Zusätzlich können Kosten für die Anmietung von Räumen entstehen, da für Bewegungsübungen ein entsprechend großer Raum zur Verfügung stehen sollte. Weitere benötigte Materialien, wie z.B. CD-Player, Laptop, Beamer, Plakate und Plakatwände, sind meist vorhanden. Interessierte Gruppen können sich mit der Pädagogischen Hochschule Heidelberg in Verbindung setzen, um Trainer/-innen für HKT-Seminare anzusprechen:

www.ph-heidelberg.de/hkt.html

Kontaktadresse Schule für Gesundheits- und Krankenpflege Marienhospital Stuttgart Eierstraße 55 70199 Stuttgart www.marienhospital-stuttgart.de	Ansprechpartner Thomas Gentner (Schulleitung) Tel.: 07 11 / 64 89 - 28 50 E-Mail: thomas.gentner@vinzenz.de
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Kunst als Mittel der Kontaktaufnahme und Stressbewältigung“

<p>Bundesland: Niedersachsen</p> <p>Name der Schule: Gesundheits- und Krankenpflegeschule</p> <p>Träger: Klinikum Oldenburg gGmbH</p> <p>Fachrichtungen: Gesundheits- und Krankenpflege</p> <p>Anzahl der Auszubildenden: 90</p> <p>Entwicklungsstand des Projektes: vollständig umgesetzt</p>

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Infolge veränderter Rahmenbedingungen im Gesundheitssektor, des Wandels im Krankheitspanorama sowie demografischer Veränderungsprozesse führen psychosoziale und körperliche Belastungen in der Krankenpflegeausbildung zunehmend zu hohen Kranken- bzw. Arbeitsunfähigkeitszahlen. Dies zeigt sich auch im Klinikum Oldenburg: Eine geringe Personaldecke und die Pflege multimorbider Patienten/innen wurden hier als Risikofaktoren für die Gesundheit der Auszubildenden identifiziert. Die Krankheitstage liegen bei den Auszubildenden des Klinikums Oldenburg im ersten Ausbildungsjahr bei durchschnittlich 15 Tagen und weisen damit auf fehlende Bewältigungsstrategien der Auszubildenden hin. Ebenfalls fällt während der Studientage auf, dass die Schüler/innen teilweise sehr müde und unkonzentriert wirken. Durch eine salutogenetische Ausrichtung der Ausbildung sollen die Gesundheit gefördert sowie Fertigkeiten, Fähigkeiten und Handlungsmöglichkeiten zur Gesunderhaltung trainiert werden. Zudem ist die Stärkung sozial-kommunikativer Kompetenzen in einer immer älter werdenden Gesellschaft erforderlich, um dementiell erkrankte Menschen optimal betreuen zu können. Ein weiteres Ziel ist, die sozialen Ressourcen der Auszubildenden zu nutzen und gezielt in die pflegerische Arbeitswelt einzubringen.

2. Ziele

Mit dem Projekt „Kunst als Mittel der Kontaktaufnahme und Stressbewältigung“ sollen neue Wege der Kontaktaufnahme zu älteren, kranken und vor allem dementen Menschen gefunden werden. Die Auszubildenden erlernen, eine neutrale und vorurteilsfreie Begegnung mit älteren Menschen herzustellen und gleichzeitig ihre eigene Kreativität zu fördern. Ziel ist es, eine Kombination aus der rationalen/analytischen und der intuitiven/kreativen Gehirnhälfte zu erreichen, um die kognitive Flexibilität bei den Auszubildenden zu verbessern. Sie erhalten damit für die Pflegepraxis geeignete Instrumente, um auf der Grundlage von Erfahrungen mit der eigenen Kreativität in einen Beziehungsprozess mit erkrankten Menschen zu gelangen. Darüber hinaus vermittelt das Projekt ein neues „Werkzeug“ der Stressbewältigung und dient damit der persönlichen Gesunderhaltung: Es stärkt die soziale Kompetenz der Auszubildenden. Der Umgang miteinander wird wertfreier, vertrauensvoller und einfühlsamer.

3. Umsetzung des Projektes

Im Mai 2012 startete das Projekt mit 22 Auszubildenden des vierten Semesters, bei dem mit Hilfe der Kunst neue Wege der Kontaktaufnahme zu älteren, kranken und vor allem dementen Patienten/innen aufgezeigt werden sollten. Die freischaffende Künstlerin Gesine Rothmund aus Hamburg erarbeitete an mehreren Unterrichtstagen mit den Auszubildenden, wie mit Hilfe der Elemente Holz, Stein oder Farbe eine leichtere Kontaktaufnahme zu den Patienten/innen gelingen kann. Den Schülern/innen sollte damit ein persönlicher Zugang zur Kunstwelt ermöglicht werden. Weitergehend

3.5 Sonstige

bildete die Auseinandersetzung mit dem Selbst- und Fremdbild das zentrale Element des Projektes. Mit der Aufgabenstellung, ein Gemeinschaftsportrait zu gestalten, galt es, ein verschwommenes Eigenportrait zu erstellen und das eines/r Mitschülers/in ohne Absprache zu beenden. Dabei sollte die Erfahrung der „Fremdbestimmung“ und des „Annehmens“ gemacht werden. Für den späteren Pflegealltag haben die Schüler/innen damit einen Einblick gewonnen, wie es sich für eine dementiell erkrankte Person anfühlt, wenn die Handlungen durch das Pflegepersonal bestimmt werden. In dieser Art erfolgten weitere kreative Auseinandersetzungen mit dem persönlichen „Ich“, der Kunst und der eigenen Arbeitswelt. Die praktische Umsetzung auf den Stationen des Klinikums sowie im Cura Seniorenzentrum Oldenburg zeigte, wie über ein kreatives Medium oder eine kreative Handlung Kontakt zu einem oder mehreren erkrankten Menschen herzustellen ist. Mit dem Biographischen Ansatz sowie dem kreativen Ansatz entstand eine schnellere und festere Beziehung zu den Erkrankten. Das Erlebte und Erschaffene konnten die Schüler/innen in einer dreimonatigen Ausstellung der Öffentlichkeit präsentieren, um mit Interessierten in den Dialog zu treten.

4. Beteiligte

Neben den Auszubildenden des vierten Semesters, der Schulleitung und einer Pflegepädagogin war die Beteiligung der Künstlerin aus Hamburg von Bedeutung. Für die praktische Umsetzung standen das Klinikum Oldenburg gGmbH sowie das Cura Seniorenzentrum Oldenburg unterstützend beiseite.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

In einem Projekttagbuch konnten die Auszubildenden ihre Erlebnisse dokumentieren: Sie lernten die Bedeutung von Kunst kennen; haben erfahren können, wie sie sich vom Leistungsdruck lösen und wertfrei ausprobieren können sowie, wie sie durch Kunst anders denken und neue Wege finden, um das pflegerische Handlungsfeld besser gestalten zu können. Die Auswertung der Reflexionsbögen ergab, dass der Lernzuwachs vor allem im Bereich der personal- und sozial-kommunikativen Kompetenz lag. Sie lernten, Menschen auf einer anderen Ebene zu begegnen und einen Zugang zu ihnen zu finden. In der Vernissage traten die Auszubildenden mit anderen Menschen in den Dialog und berichteten über ihre Kunstwerke, ihre Erfahrungen mit der praktischen Umsetzung und ihre individuellen Erlebnisse. Dadurch wurde das Selbstbewusstsein der Auszubildenden gestärkt.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Der Träger muss personelle und materielle Ressourcen zu Verfügung stellen. Eine freischaffende Künstlerin mit pflegerischer und pädagogischer Vorerfahrung ist erforderlich. Zukünftig soll das Projekt in das Curriculum implementiert werden.

Kontaktadresse Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Klinikum Oldenburg Rahel-Strauss Straße 10 26133 Oldenburg www.klinikum-oldenburg.de	Ansprechpartnerin Annelene Frerichs (Schulleitung) Tel.: 04 41 / 4 03 - 22 58 E-Mail: frerichs.annelene@klinikum-oldenburg.de
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Projekt „Suchtfrei leben“

Bundesland: Bayern
Name der Schule: Berufsfachschule für Altenpflege
Träger: Heimerer GmbH
Fachrichtungen: Altenpflege
Anzahl der Auszubildenden: 90
Entwicklungsstand des Projektes: abgeschlossen

1. Ausgangslage/Problembeschreibung

Auszubildende in der Altenpflege sind sowohl im beruflichen Kontext (ältere Menschen sowie Mitarbeiter/innen) als auch im privaten Bereich mit der Suchtproblematik konfrontiert. Laut einer Studie des Pflegewissenschaftlichen Institutes der Paracelsus Universität Salzburg, bei der erstmalig 829 Pflegenden in Deutschland und Österreich zum Thema „Suchtverhalten“ befragt wurden, stellte sich heraus, dass rund 40% aller Pflegenden von mindestens einem und in bis zu drei Fällen von suchtbasiertem Verhalten unter pflegerischen Kollegen/innen berichten konnten. Dabei lag schädlicher Alkoholkonsum an erster Stelle, gefolgt vom Missbrauch verschreibungspflichtiger Medikamente sowie dem Missbrauch illegaler Drogen (Wittkamp & Osterbrink 2011). An der Berufsfachschule für Altenpflege in Landsberg am Lech zeigte sich eine Störung des Unterrichtsgeschehens durch den Konsum verschiedener legaler sowie illegaler Suchtmittel. So wiesen z.B. mehr als die Hälfte der Teilnehmer/innen eines Ausbildungsjahres einen hohen Nikotinkonsum auf. Diese Problematik wird mit dem Projekt „Suchtfrei leben“ aufgegriffen.

2. Ziele

Mit dem Projekt „Suchtfrei leben“ soll bei den Auszubildenden eine Sensibilisierung für das eigene Suchtverhalten erreicht werden. Die Schüler/innen werden zudem befähigt, mögliche Ursachen von Sucht zu kennen, Folgen und Konsequenzen einer Suchtkrankheit (z.B. Straf- und arbeitsrechtliche Folgen) abschätzen zu können, den Umgang mit suchtkranken Menschen (Bewohner/innen sowie deren Angehörigen, Kollegen/innen, Mitschüler/innen) zu erlernen sowie im beruflichen und privaten Alltag beratend tätig werden zu können. Darüber hinaus soll ein freiwilliger fünftägiger Verzicht auf potentielle Suchtmittel der Auszubildenden erreicht werden.

3. Umsetzung des Projektes

Über einen längeren Zeitraum von September 2010 bis Juli 2012 wurde das Thema „Suchtfrei leben“ näher beleuchtet. Zunächst wurden von den Schülern/innen in Zusammenarbeit mit der Schul- und Klassenleitung die zu erreichenden Ziele und Meilensteine beschlossen. Eine Literatur- und Internetrecherche über die Suchtproblematik half den Teilnehmern/innen einen ersten Einblick in die Suchtproblematik zu bekommen. Anschließend legten sie fest, welche stoffgebunden und/oder nicht stoffgebundenen Suchtmittel sie für einige Tage meiden können. Der Verzicht von Nikotin und Alkohol sowie die Reduktion der Handynutzung auf 30 Minuten pro Abend galten als grundlegendes Ziel. Durch den Einbezug einer Rechtsanwältin, des Leiters einer Suchteinrichtung sowie der Polizeidienststelle Landsberg war es möglich, die Sichtweise auf das Thema zu erweitern. Darüber hinaus bewirkte das selbstgesteuerte Lernen der Schüler/innen in verschiedenen Arbeitsgruppen die Aneignung unterschiedlicher Aspekte zum Thema Sucht. Da Abhängigkeit und Konditionierung in ei-

3.5 Sonstige

nem engen Zusammenhang stehen, wurde beschlossen, den Versuch suchtfrei zu leben in einem Rahmen zu erproben, der andere Möglichkeiten der Alltagsgestaltung zulässt: Für die Durchführung von Selbsterfahrungsinhalten wurde im Rahmen einer Projektwoche im Jahr 2011 ein Jugendhaus in den westlichen Wäldern bei Augsburg angemietet. Damit bot sich die Möglichkeit, über das Aufbrechen der bisherigen Tagesstruktur und mit Hilfe von Sport, Entspannung und gesunder Ernährung neue Erfahrungen mit einem suchtfreien Leben zu sammeln. Die Schüler/innen reflektierten täglich ihr Verlangen nach Suchtmitteln und erkannten eine Verbesserung der Blutdruck- und Pulswerte, eine verbesserte Atmung bei Abstinenz von Nikotin sowie eine Veränderung des Körpergefühls. Darüber hinaus konnten sie Erfahrungen im Umgang mit starkem Suchtverlangen sammeln.

4. Beteiligte

Neben den Schülern/innen des zweiten Ausbildungsjahres der Altenpflege waren die Schul- und Klassenleitung, eine Sportlehrerin, das Bezirkskrankenhaus Kaufbeuren, das Amtsgericht Landsberg sowie die Polizeiinspektion Landsberg in das Vorhaben involviert.

5. Bisherige Ergebnisse / Erfahrungen

Die Ergebnisse des Projektes wurden den anderen Jahrgängen der Schulen in Landsberg und Schongau vorgestellt: Zwei Teilnehmerinnen der Projektwoche gelang es, das Rauchen aufzugeben. Einige Auszubildende konnten für längere Zeit den Zigarettenkonsum stark einschränken. Eine besondere Herausforderung stellte der Verzicht auf die Handynutzung und die damit verbundenen „sozialen Netzwerke“ dar. Die Verschreibung und der Missbrauch von Medikamenten (insbesondere von Tranquilizern) werden im Arbeitsalltag stärker als zuvor reflektiert. Weiter konnten die Lehrkräfte für das Suchtverhalten von Schülern/innen sowie Kollegen/innen sensibilisiert werden. Das Thema Sucht wird seit dieser Projektwoche zudem verstärkt curricular über das geforderte Maß im Lehrplan hinaus behandelt.

6. Erforderliche Rahmenbedingungen

Unabdingbar für das Gelingen des Projektes war die finanzielle Unterstützung durch den Schulträger. Eine weitere Schulung von Praxisanleitern/innen ist ebenso nötig, damit „auffällige“ Auszubildende rechtzeitig Hilfe erhalten und Erfahrungen von Schülern/innen zum Thema Sucht bewusst reflektiert werden können. Grundsätzlich muss es in Zukunft eine deutliche Verbesserung der Arbeitsbedingungen in der Pflege (z.B. belastende Situationen im Pflegealltag) geben. Ebenso bedarf es konsequenter Handlungsleitlinien beim Umgang mit suchtgefährdeten oder suchtkranken Mitarbeitern/innen sowie Vorgesetzten.

Kontaktadresse Berufsfachschule für Altenpflege Heimerer GmbH Obere Wiesen 9 86899 Landsberg am Lech www.heimerer.de	Ansprechpartnerin Martina Raaf (Schulleitung) Tel.: 0 81 91 / 92 88 - 0 E-Mail: martina.raaf@heimerer.de
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4. Abbildungsverzeichnis

	Seite
Abbildung 1: Eingang der Wettbewerbsbeiträge – Verteilung nach Bundesländern	6
Abbildung 2: Staatssekretärin Annette Widmann-Mauz (rechts) mit Vertreterinnen der BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe Erlenbach	7
Abbildung 3: Franz Wagner (Deutscher Pflegerat) (rechts) mit Vertreterinnen des Schulzentrums für Gesundheitsberufe Celle	8
Abbildung 4: Prof. Dr. Albert Nienhaus (BGW) (rechts) mit Vertretern/innen der imland Pflegeschule Rendsburg	8
Abbildung 5: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertretern/innen der DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis	9
Abbildung 6: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertreterinnen der Gesundheits- und Krankenpflegeschule des Herzogin Elisabeth Hospitals Braunschweig	9
Abbildung 7: Prof. Dr. Stefan Görres (IPP) (rechts) mit Vertretern/innen der Krankenpflegeschule am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn	10
Abbildung 8: DRK-Krankenpflegeschule Saarlouis	16
Abbildung 9: Kinaesthetics-Übung, kbs – Akademie für Gesundheitsberufe	22
Abbildung 10: Gesundheits- und Krankenpflegeschule des St. Ansgar Klinikverbandes	26
Abbildung 11: Zirkeltraining – Schule für Pflegeberufe am Klinikum Ludwigsburg	27
Abbildung 12: Altenpflegeschule Heimerer GmbH	34
Abbildung 13: Entspannungskoffer - BRK Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe Wertingen	36
Abbildung 14: Ausstellung: Burnout – Das Spiel mit dem Feuer: "Burnout-Labyrinth", Berufsfachschule für Altenpflege Kloster Lorch	40
Abbildung 15: Auszubildende des Bildungsinstituts für Gesundheits- und Krankenpflege Mosbach	60
Abbildung 16: Anleitung von Kita-Kindern durch die berufliche Schule Neubrandenburg	70
Abbildung 17: Erhebung „Gewichtsveränderung“ der imland Pflegeschule Rendsburg	72
Abbildung 18: Boys‘ Day, UK-Erlangen	73

5. Literaturverzeichnis

- Bomball, J., Schwanke, A., Stöver, M., Schmitt, S. & Görres, S. (2010): Imagekampagne für Pflegeberufe auf der Grundlage empirisch gesicherter Daten. Einstellungen von Schüler/innen zur möglichen Ergreifung eines Pflegeberufs. Ergebnisbericht. Schriftenreihe des Instituts für Public Health und Pflegeforschung, Universität Bremen, Ausgabe 05/2011.
- Bonse-Rohmann, M. (2007): Gesundheitsförderung und Prävention als Entwicklungsperspektiven der gesundheits- und pflegeberuflichen Bildung. In: Symposiumsbericht: Gesundheitsförderung und Prävention als Herausforderung für die Pflegeausbildung. Deutsches Institut für angewandte Pflegeforschung e.V. (dip) 2007
- Grosser, J. (2007): Gesundheitsfördernde Interventionen im Unterricht: Erfahrungen aus dem TRAFÖ Projekt „Gesundheitsförderung in der Aus- und Fortbildung der Pflegeberufe“. In: Symposiumsbericht: Gesundheitsförderung und Prävention als Herausforderung für die Pflegeausbildung. Deutsches Institut für angewandte Pflegeforschung e.V. (dip) 2007
- Hasselhorn, H. u.a. (2005): Work and Health of nurses in Europe. Results from the NEXT-Study. University of Wuppertal und University of Witten/Herdecke.
- Knüppel, J. (2010): Berufsbelastungen: Hohe Krankenquote bei Pflegefachkräften. Häusliche Pflege. Pflegedienste besser managen. 9/2010. Hannover: Vincentz Verlag.
- Küsgens, I. (2004): Krankheitsbedingte Fehlzeiten in Altenpflegeberufen – Eine Untersuchung der in Altenpflegeeinrichtungen tätigen AOK-Versicherten. In: Badura, H. & Schellschmidt, H. & Vetter, C. (Hrsg.) (2004): Fehlzeiten-Report 2004. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft. Gesundheitsmanagement in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. Berlin u.a.: Springer Verlag.
- Robert Koch-Institut (2010): Gesundheit in Deutschland aktuell - Telefonischer Gesundheitssurvey (GEDA). Subjektive Einschätzung des allgemeinen Gesundheitszustandes nach Alter und Geschlecht, Deutschland, 2008/2009. Robert Koch-Institut: Berlin
- Schwanke, A., Bomball, J., Schmitt, S., Stöver, M. & Görres, S. (2011). Gesundheitsförderung und Prävention in Pflegeschulen. Ergebnisse einer Studie zur Bundesweiten Vollerhebung in Pflegeschulen. In Pflegewissenschaft 04/11. S. 205-11
- Wittkamp, R.; Osterbrink, J. (2011): Suchtverhalten: Pflegende häufig betroffen. In: Die Schwester, der Pfleger 3/2012. S. 216-221

6. Anhang

Checkliste für die Vorauswahl durch das IPP

ID: _____

Prüfer/in: _____

1. Konzeption	1 (trifft zu / sehr gut)	2	3	4	5 (trifft nicht zu / mangelhaft)
Das Vorhaben basiert auf einer Konzeption, aus der ein klarer Zusammenhang zur Gesundheitsförderung / Prävention hervorgeht.					
Das Vorhaben hat eine klare Zielformulierung, z.B. nach SMART.					
Das Vorhaben hat innovativen Charakter.					
Das Vorhaben ist logisch und schlüssig aufgebaut.					
Die Konzeption hat einen Bezug zum aktuellen Stand in der Gesundheitsförderung und Prävention.					
Mittelwert ⁵ (zu 80%)					
Gesamteindruck ⁶ (zu 20%)					
Gesamtnote⁷ für das Kriterium Konzeption					

2. Selbstverständnis	1 (trifft zu / sehr gut)	2	3	4	5 (trifft nicht zu / mangelhaft)
Das Vorhaben ist darauf ausgerichtet, die Lebenswelt und die Bedingungen der Zielgruppe zu beachten.					
Das Vorhaben stellt einen engen Bezug zum Alltagsgeschehen der Zielgruppe her.					
Das Vorhaben ist darauf ausgelegt, möglichst alle Beteiligten (Schüler/innen, Lehrkräfte, Praxisanleiter/innen, Verwaltungskräfte anderes Personal etc.) zu integrieren.					
Bereits bei der Konzeption des Vorhabens wurde/n die Zielgruppe/n einbezogen.					
Die berufsspezifischen Besonderheiten des Pflegeberufes werden beachtet (z.B. Schichtdienst).					
Das Vorhaben ist bemüht, auch die Bedingungen (Schule / Arbeitsplatz) und nicht nur das Handeln von Einzelpersonen einzubeziehen.					
Individuelle Besonderheiten und Voraussetzungen einzelner Teilnehmer/innen finden Beachtung.					
Das Vorhaben unterstützt den Kompetenzerwerb von Schüler/innen.					
Das Vorhaben stärkt bei der/n Zielgruppe/n Selbstbestimmung und Autonomie bezogen auf die eigene Gesundheit.					
Der Ansatz ermöglicht eine Übertragung gesundheitsförderlichen Verhaltens vom Berufs- ins Privatleben.					

⁵ Mittelwert der operationalisierten Unterkriterien.

⁶ Eingeschätzter Gesamteindruck des Gutachters losgelöst von den operationalisierten Unterkriterien. Vergabe der Werte von 1 bis 5 mit einer Kommastelle.

⁷ Durchschnittswert aus 80% Mittelwert und 20% Gesamteindruck.

6. Anhang

Das Vorhaben verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. (Körper, Geist und Psyche finden Beachtung.)					
Das Vorhaben versucht Kommunikationsstrukturen und / oder Regeln des teamorientierten Miteinanders zu verbessern.					
Mittelwert (zu 80%)					
Gesamteindruck (zu 20%)					
Gesamtnote für das Kriterium Selbstverständnis					

3. Theorie-Praxis-Transfer	1 <small>(trifft zu / sehr gut)</small>	2	3	4	5 <small>(trifft nicht zu / mangelhaft)</small>
Der Theorie-Praxis-Transfer wird bei der Konzeption des Vorhabens gezielt beschrieben.					
Die praktischen Lernorte der Schüler/innen werden in die Erstellung des Konzeptes einbezogen.					
Die Praxisanleiter werden in die Umsetzung des Projektes eingebunden.					
Die praktischen Lernorte der Schüler/innen werden in die Umsetzung des Konzeptes einbezogen.					
Das Wissen wird praktisch in der Schule angewendet.					
Das Wissen wird praktisch im Berufsalltag angewendet.					
Das Top-Management wird in die Umsetzung des Vorhabens eingebunden.					
Das Mittlere-Management wird in die Umsetzung des Vorhabens eingebunden.					
Betriebsärzte / Fachkräfte für Arbeitssicherheit werden in die Umsetzung des Vorhabens eingebunden.					
Maßnahmen zur Transfersicherheit werden ersichtlich.					
Mittelwert (zu 80%)					
Gesamteindruck (zu 20%)					
Gesamtnote für das Kriterium Theorie-Praxis-Transfer					

4. Reichweite / Übertragbarkeit	1 <small>(trifft zu / sehr gut)</small>	2	3	4	5 <small>(trifft nicht zu / mangelhaft)</small>
Das Vorhaben bezieht sich auf möglichst viele Schüler/innen (ist klassenübergreifend angelegt / stellt eine Kooperation von mind. zwei Pflegeschulen dar).					
Das Vorhaben ist berufsfeldübergreifend angelegt / stellt eine Kooperation von mind. zwei Berufen dar.					
Das Vorhaben verbindet Schüler/innen und Lehrkräfte. Lehrkräfte nehmen ebenso wie die Schüler/innen am Projekt teil.					
Betriebsärzte/ Fachkräfte für Arbeitssicherheit werden einbezogen.					
Das Vorhaben verbindet Schüler/innen und Fachkräfte aus der Praxis.					
Es werden externe Experten/innen eingebunden, z.B. Physiotherapeuten/innen, Ernährungsberater/innen etc.					
Es werden Kooperationspartner/innen des Gesundheitswesens (z.B. Krankenkassen) eingebunden.					

6. Anhang

Ein Multiplikatoren/innen-Konzept liegt vor.					
Eine Veröffentlichung des Vorhabens (z.B. in Fachzeitschriften / Tagespresse) liegt vor / ist geplant.					
Mittelwert (zu 80%)					
Gesamteindruck (zu 20%)					
Gesamtnote für das Kriterium Reichweite / Übertragbarkeit					

5. Nachhaltigkeit	1 (trifft zu / sehr gut)	2	3	4	5 (trifft nicht zu / mangelhaft)
Das Vorhaben ist auf nachhaltige Veränderungen des Verhaltens ausgelegt.					
Das Vorhaben ist auf nachhaltige Veränderungen der Verhältnisse ausgelegt.					
Das Vorhaben ist / wird nach einer Projektphase in den Regelbetrieb übernommen.					
Das Vorhaben wird / wurde evaluiert.					
Das Vorhaben ist / wurde im Curriculum der Schule verankert.					
Die Aktivitäten des Vorhabens lassen sich mit den regulären Lehrinhalten verbinden / werden verbunden.					
Das Vorhaben wird / wurde einem kontinuierlichen Verbesserungsprozess unterzogen / ist ins schulinterne Qualitätsmanagement aufgenommen.					
Betriebliche Interessenvertretung wurde/wird eingebunden.					
Das Vorhaben wird/wurde in die Innerbetriebliche Fortbildung (IBF) einbezogen.					
Mittelwert (zu 80%)					
Gesamteindruck (zu 20%)					
Gesamtnote für das Kriterium Nachhaltigkeit					

6. Machbarkeit	1 (trifft zu / sehr gut)	2	3	4	5 (trifft nicht zu / mangelhaft)
Das Vorhaben sucht die Zielgruppe/n in deren unmittelbaren Umgebung auf (z.B. Schule).					
Das Vorhaben ist zeitlich und räumlich so strukturiert, dass es von der Zielgruppe leicht in Anspruch genommen werden kann (niedrigschwellig).					
Hindernisse beim Zugang zum Vorhaben werden für die Zielgruppe niedrig gehalten (Anmeldung, Kosten etc.).					
Das Vorhaben findet regelmäßig wiederkehrend (in dem Angebot entsprechend sinnvollen Abständen) statt.					
Die Kosten für die Schule stehen in einem angemessenen Verhältnis zum Nutzen.					
Das Vorhaben nutzt vorhandene Ressourcen der Schule (materiell, räumlich, wirtschaftlich, Fachwissen/Kompetenzen der Lehrenden).					
Mittelwert (zu 80%)					
Gesamteindruck (zu 20%)					
Gesamtnote für das Kriterium Machbarkeit					

6. Anhang

Kurzcheckliste für die Bewertung durch die Fachjury

ID: _____

Vorhaben / Konzept	1 (trifft zu / sehr gut)	2	3	4	5 (trifft nicht zu / mangelhaft)
Konzeption					
Selbstverständnis					
Theorie-Praxis-Transfer					
Reichweite / Übertragbarkeit					
Nachhaltigkeit					
Machbarkeit					
Gesamteindruck des Konzeptes / der Idee⁸					

⁸ Eingeschätzter Gesamteindruck des Gutachters, losgelöst von den Leitkriterien. Vergabe der Werte von 1 bis 5 mit einer Kommastelle. Der Gesamteindruck geht zu 20% in die Gesamtnote ein.



**Institut für Public Health
und Pflegeforschung**

Fachbereich 11
Grazer Straße 4
28359 Bremen

IPP Geschäftsstelle

Grazer Straße 4
28359 Bremen
Phone (+49) (+)421 - 218 68880/-68980
E-Mail health@uni-bremen.de
www.ipp.uni-bremen.de

ipp-Schriften, Ausgabe 10

Titel: Bundesweiter Ideenwettbewerb „Gesunde Pflegeausbildung“. Anwendungsbeispiele für die Praxis.

12/2012
ISSN 1864-4546 (Printausg.)
ISSN 1867-1942 (Internetausg.)