



Pflege **Prävention** 4.0
Expertenworkshop 2017

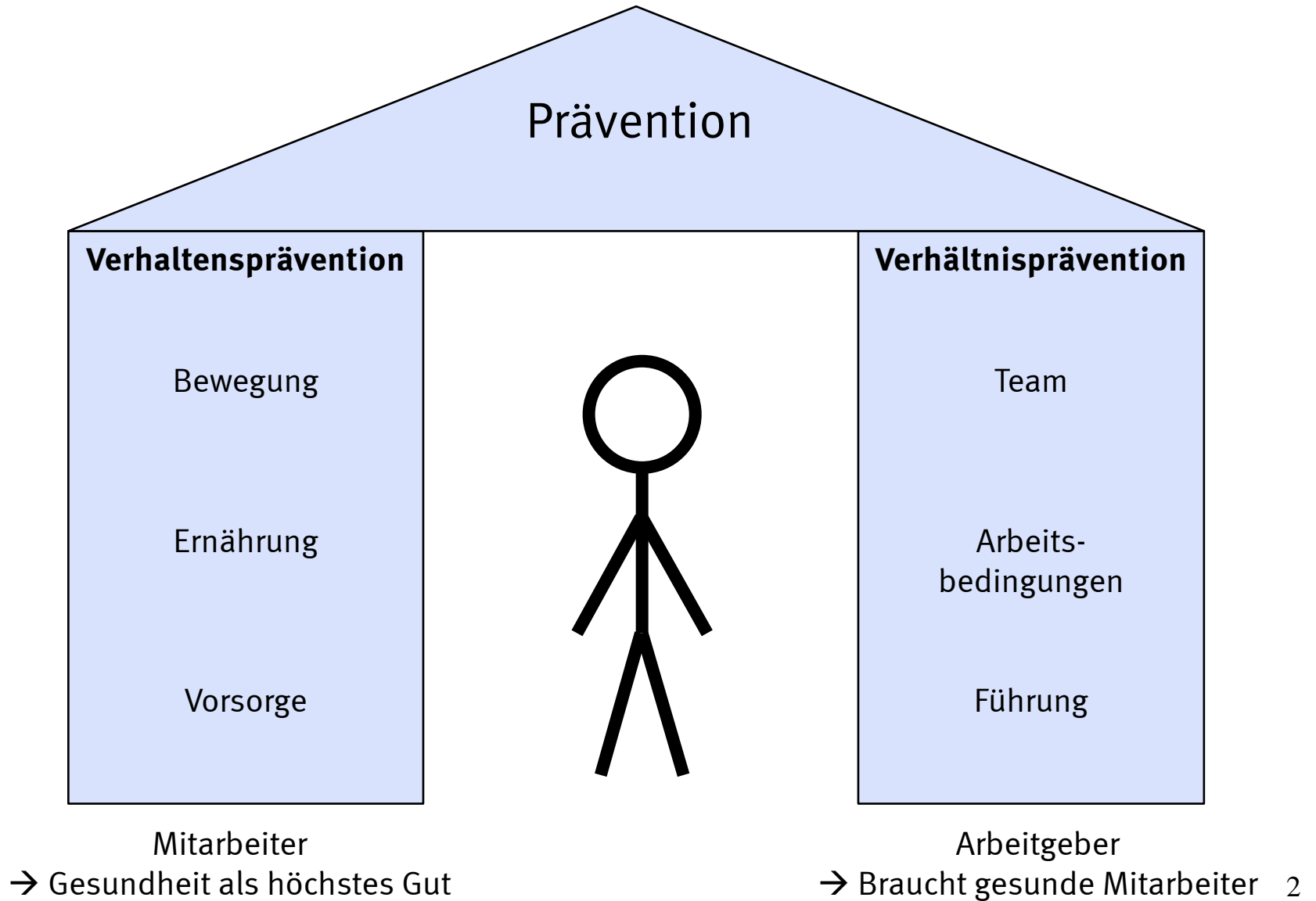
Gute Arbeit in der Altenpflege - Konzepte und Entwicklungswege

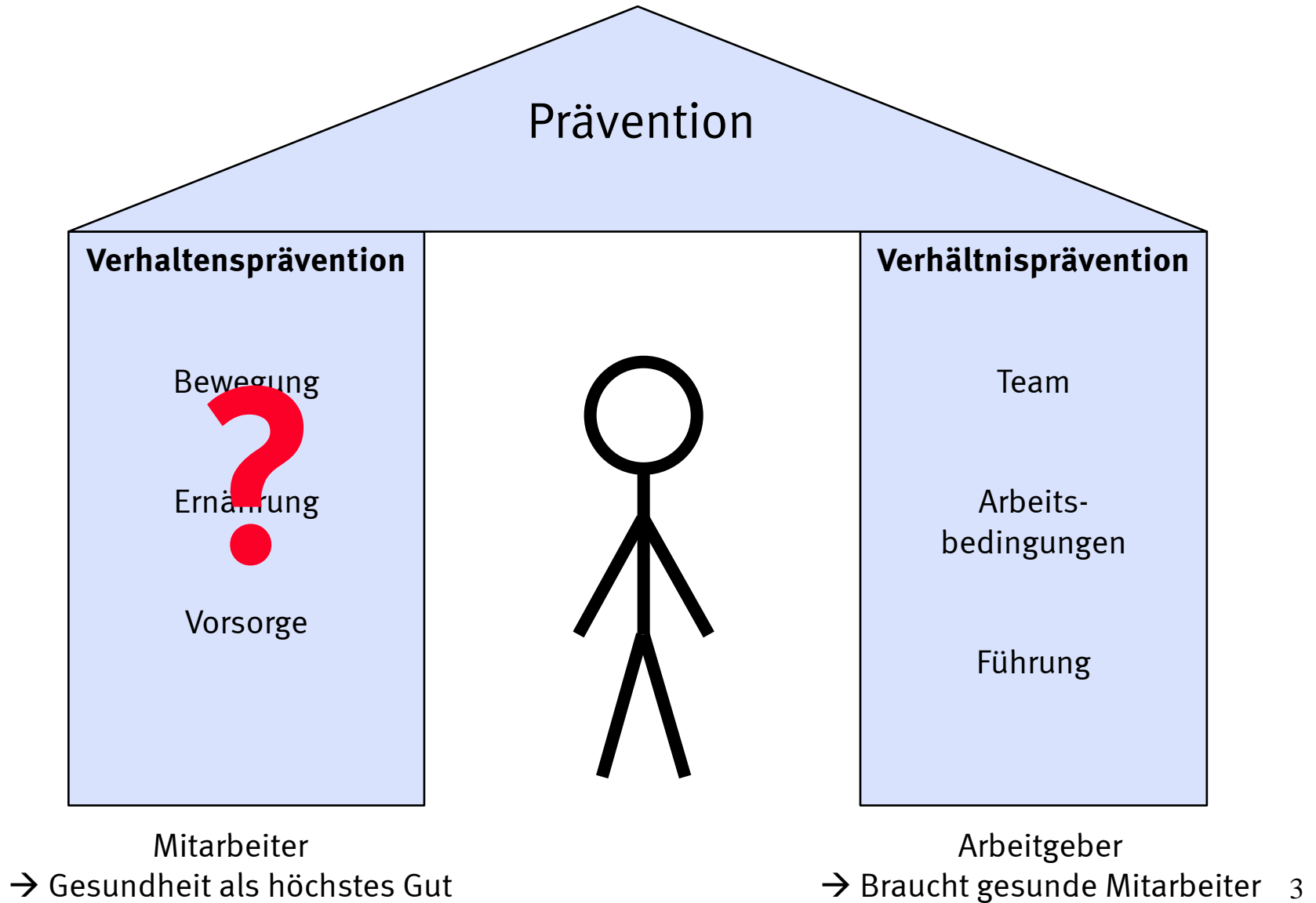
Workshop 1: Gern und gesund arbeiten Ideenforum mit und für Mitarbeitende der Altenpflege

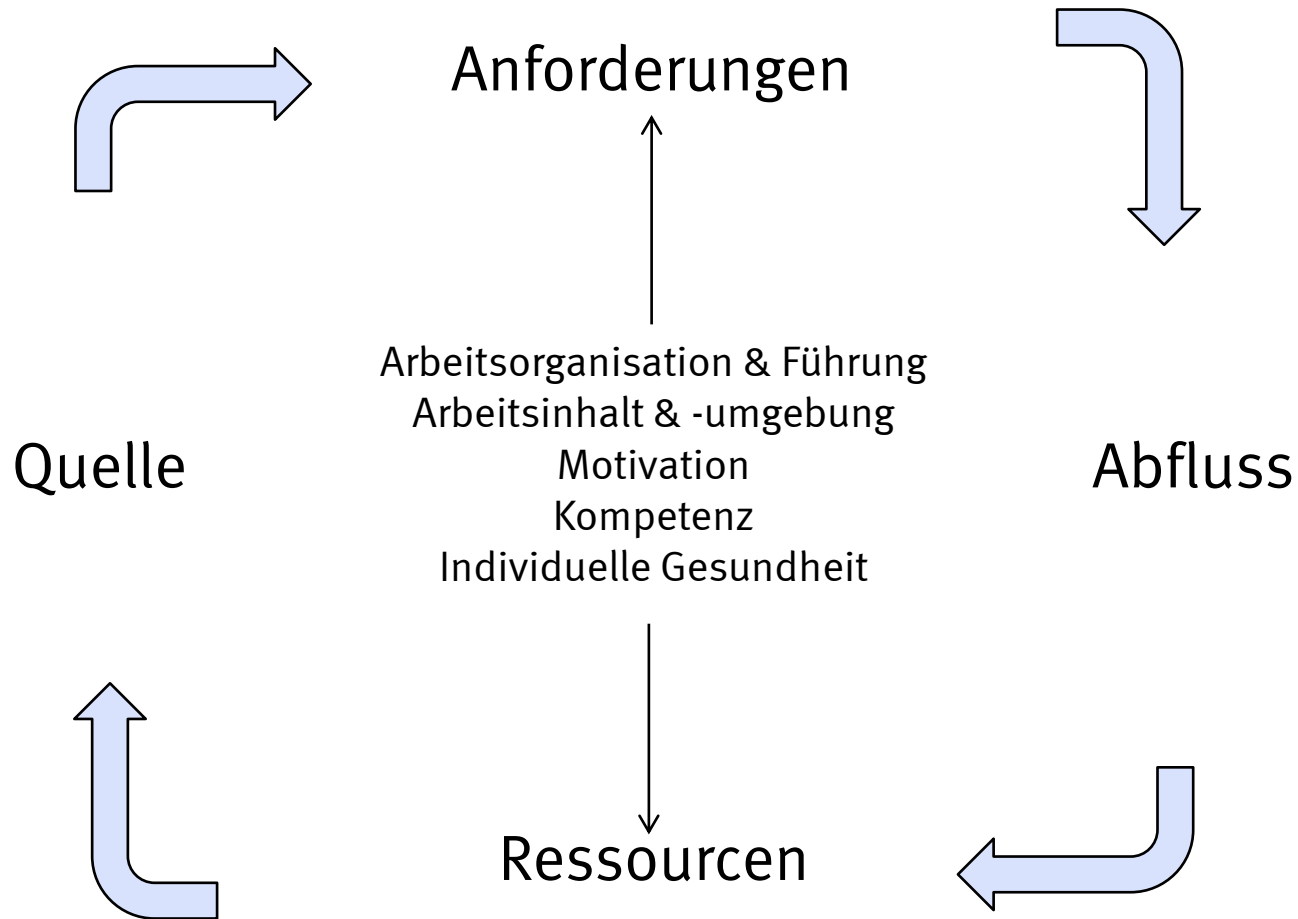
Impuls: Pia Dautzenberg (MA&T Sell & Partner GmbH)

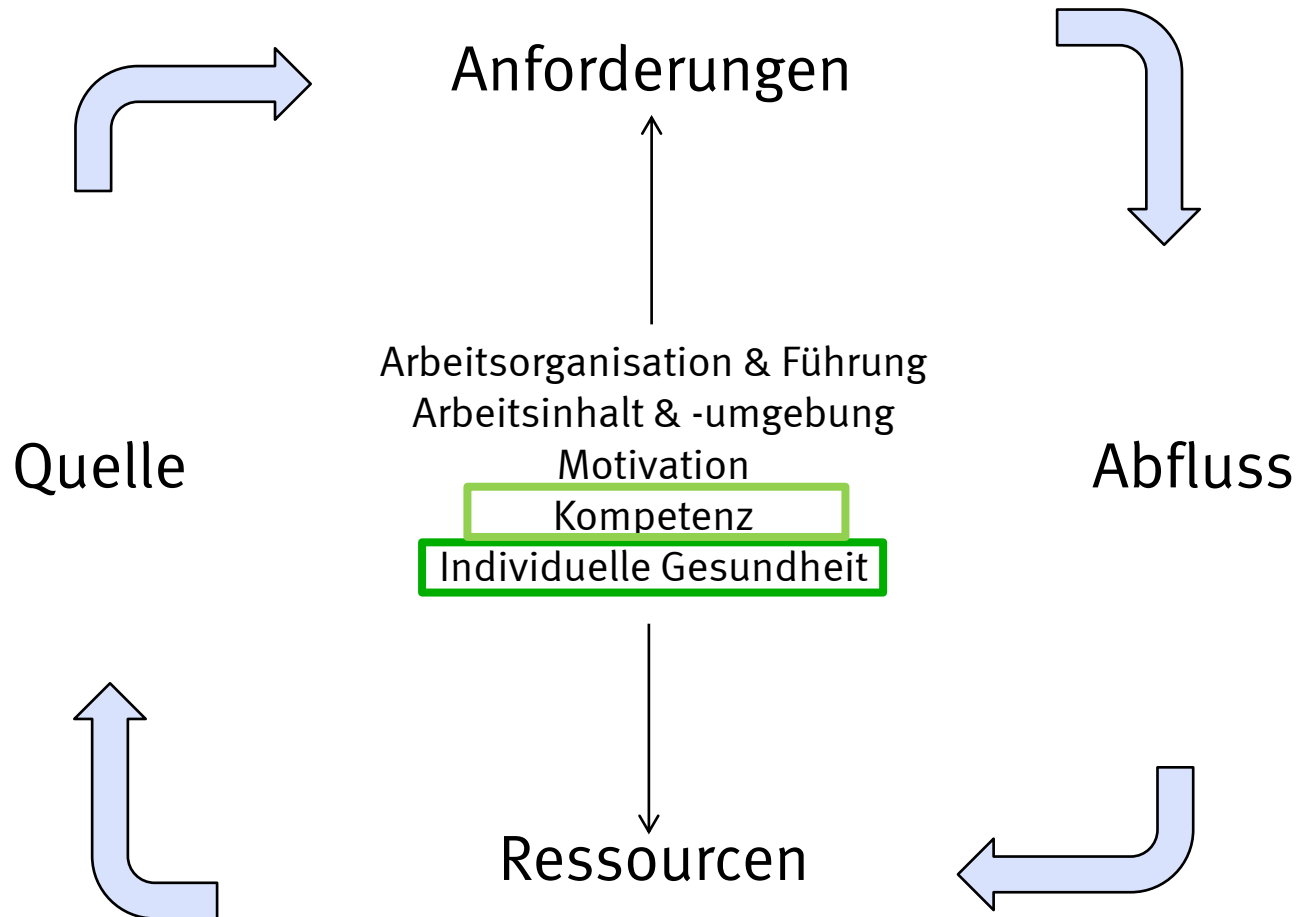
Moderation: Helga Gessenich (DIP e.V.)

14.09.2017, Köln-Riehl











Was sind meine Quellen?
Wo ist mein Abfluss?



- Fragebogen: **Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM;** Schaarschmidt & Fischer, 2008)
- Erfasst gesundheitsförderliche und –gefährdende Verhaltens- und Erlebensweisen bei der Bewältigung beruflicher Anforderungen

Ansatz zur Reflexion

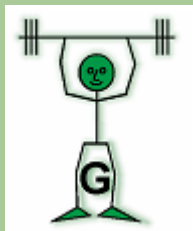
1. Subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
 2. Beruflicher Ehrgeiz
 3. Verausgabungsbereitschaft
 4. Perfektionsstreben
 5. Distanzierungsfähigkeit
 6. Resignationstendenz (bei Misserfolg)
 7. Offensive Problembewältigung
 8. Innere Ruhe/ Ausgeglichenheit
 9. Erfolgserleben im Beruf
 10. Lebenszufriedenheit
 11. Erleben sozialer Unterstützung
- Arbeitsengagement**
- Widerstandsfähigkeit**
- Lebensgefühl, Gesundheitsaspekte**



1. Subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
2. Beruflicher Ehrgeiz
3. Verausgabungsbereitschaft
4. Perfektionsstreben → Alles perfekt machen wollen
5. Distanzierungsfähigkeit → Abschalten können nach der Arbeit
6. Resignationstendenz (bei Misserfolg)
7. Offensive Problembewältigung
8. Innere Ruhe/ Ausgeglichenheit → Belastbar, stabil, gelassen, stressresistent
9. Erfolgserleben im Beruf
10. Lebenszufriedenheit
11. Erleben sozialer Unterstützung → beruflich und privat



Gesundheitsmuster

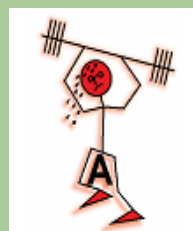


Muster G - berufliches Engagement, ausgeprägte Widerstandskraft gegenüber Belastungen

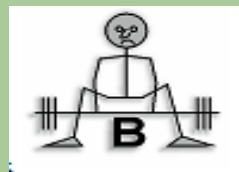


Muster S - ausgeprägte Schonungstendenz gegenüber beruflichen Anforderungen

Risikomuster



Muster A - überhöhtes Engagement bei verminderter Widerstandsfähigkeit und eher eingeschränktem Lebensgefühl



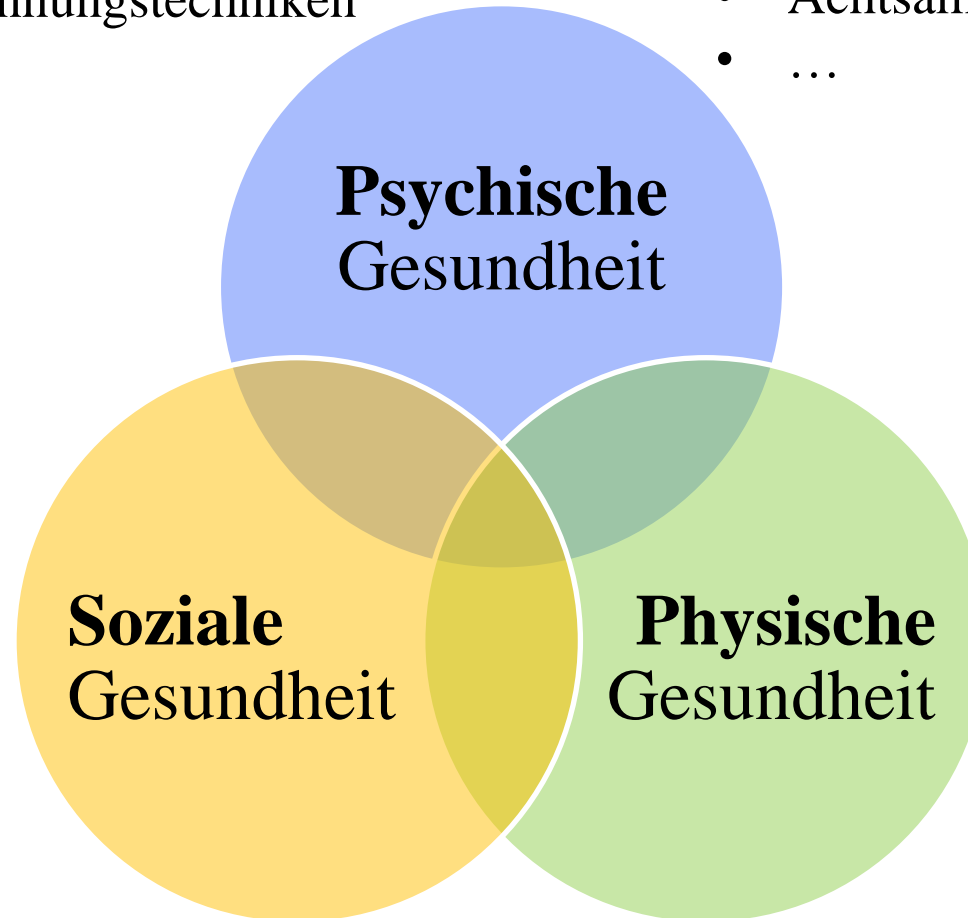
Muster B - Resignation und deutliche verminderte Belastbarkeit, einhergehend mit reduziertem Engagement



Was brauchen Sie?

- Kognitive Neubewertung
- Entspannungstechniken
- ...

- Stressreduktion
- Achtsamkeit
- ...



- Führung
- Team
- Soziales Umfeld
- ...

- Ernährung
- Bewegung
- Sport
- Rauchen
- ...



ENTWURF
Handlungsanregung

„Gern und Gesund arbeiten in der Altenpflege“

Johanniter Seniorenhäuser GmbH, St. Gereon Seniorendienste gGmbH und MA&T im Rahmen des Forschungsvorhabens Pflege-Prävention 4.0

Lebenslang gesund Arbeiten

Spaß, Lebensfreude, Aktiv, Resilienz, Gesundheit, Glück, Bewegung, Achtsamkeit, Pflege, Zufriedenheit, Stress, Ernährung, Schlaf, Erfolg, Pause, Alkohol, Verhaltensveränderung, Entspannung, Erholung.

1

1. „Gern und Gesund arbeiten in der Altenpflege“ als Untersuchungs- und Gestaltungsgegenstand im Projekt Pflege Prävention 4.0

2. Ziele, Zielgruppen und organisationale Rahmenbedingungen

3. Inhaltliche Schwerpunkte der Handlungsanregung

„Gern und Gesund arbeiten in der Altenpflege“

3.1 Verhaltensprävention vs. Verhältnisprävention

3.2 Gesundheit

3.3 Resilienz

3.4 Gesundes Arbeiten im berufsbiografischen Verlauf

3.5 Leitbild und Organisationskultur

3.6 Führung

4. „Gern und Gesund arbeiten in der Altenpflege“-
einige Hinweise für Beschäftigte

4.1 Erholung

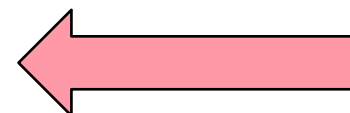
4.2 Stress

4.3 Achtsamkeit

4.4 Ernährung

4.5 Bewegung

4.6 Suchtverhalten



5. Gute Beispiele

Was halten Sie grundsätzlich von der Idee Vorschläge in Bezug auf „Gesundheit“ zu formulieren?

Verhaltensprävention greift zwangsläufig auch ins Privatleben ein – was halten Sie davon das Privatleben mit in die Vorschläge einzubeziehen?

Braucht es einen geschützten Raum, um über gesundheitliche Probleme (physisch, psychisch, sozial) zu sprechen? Funktioniert das zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitern? Bedarf es einer externen Beratung (EAP)?

In Anlehnung an den Vortrag von Frau Seigel: Was halten Sie von einer Handlungsempfehlung in gedruckter Form? Wie muss sie gestaltet sein?

Wie schätzen Sie den Nutzen/ die Nutzung einer solchen Handlungsempfehlung ein?

Mitarbeiter \neq funktionsfähiges, lebenslang
arbeitendes Humankapital

Mitarbeiter = lebenslang gesunder Mensch



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Pia Dautzenberg (B.Sc. Psychologie; MA&T Sell & Partner GmbH)

Experten Workshop am 14.09.2017

Köln-Riehl