



Mensch, Technik & Ökonomie
im Gesundheits- und
Sozialmarkt



Gesunde Pausen in der Pflege – Ergebnisse einer qualitativen Studie

Nürnberg, 28.11.2019

Julia Maria Ott, Peter Jaensch, Jürgen Zerth und Werner Winter,

Einfach nah. Meine AOK.

Hintergrund und Ausgangssituation

WAS IST ERHOLUNG?



Erholung ist die Wiederherstellung der psychologischen und physiologischen Kräfte nach einer Beanspruchung.

Nur nach ausreichender Erholung ist die erneute Bewältigung von Anforderungen möglich und nach Bewältigung einer anstrengenden Tätigkeit bedarf es einer Erholungsphase.

Wann findet Erholung statt?

- » Freizeit
- » Pausen



STEIGENDE ANFORDERUNGEN: PFLEGEBERUF

Beispiele

-
- | | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| » Hohe körperliche Belastungen | » Arbeiten im Stehen und Gehen |
| | » Heben und Tragen schwerer Lasten |
| | » Einseitige Haltungen |
-
- | | |
|--------------------------|------------------------------------|
| » Psychische Belastungen | » Hohe Verantwortung |
| | » Unterbrechungen |
| | » Multitasking oder Zeitdruck |
| | » Emotional belastende Situationen |
-
- | | |
|-----------------------------|-------------------------------|
| » Flexibilisiertes Arbeiten | » Unregelmäßige Arbeitszeiten |
|-----------------------------|-------------------------------|
-
- | | |
|---------------------------------|-----------------|
| » Ständige Veränderungsprozesse | » Dokumentation |
|---------------------------------|-----------------|

STEIGENDE ANFORDERUNGEN: PRIVATLEBEN

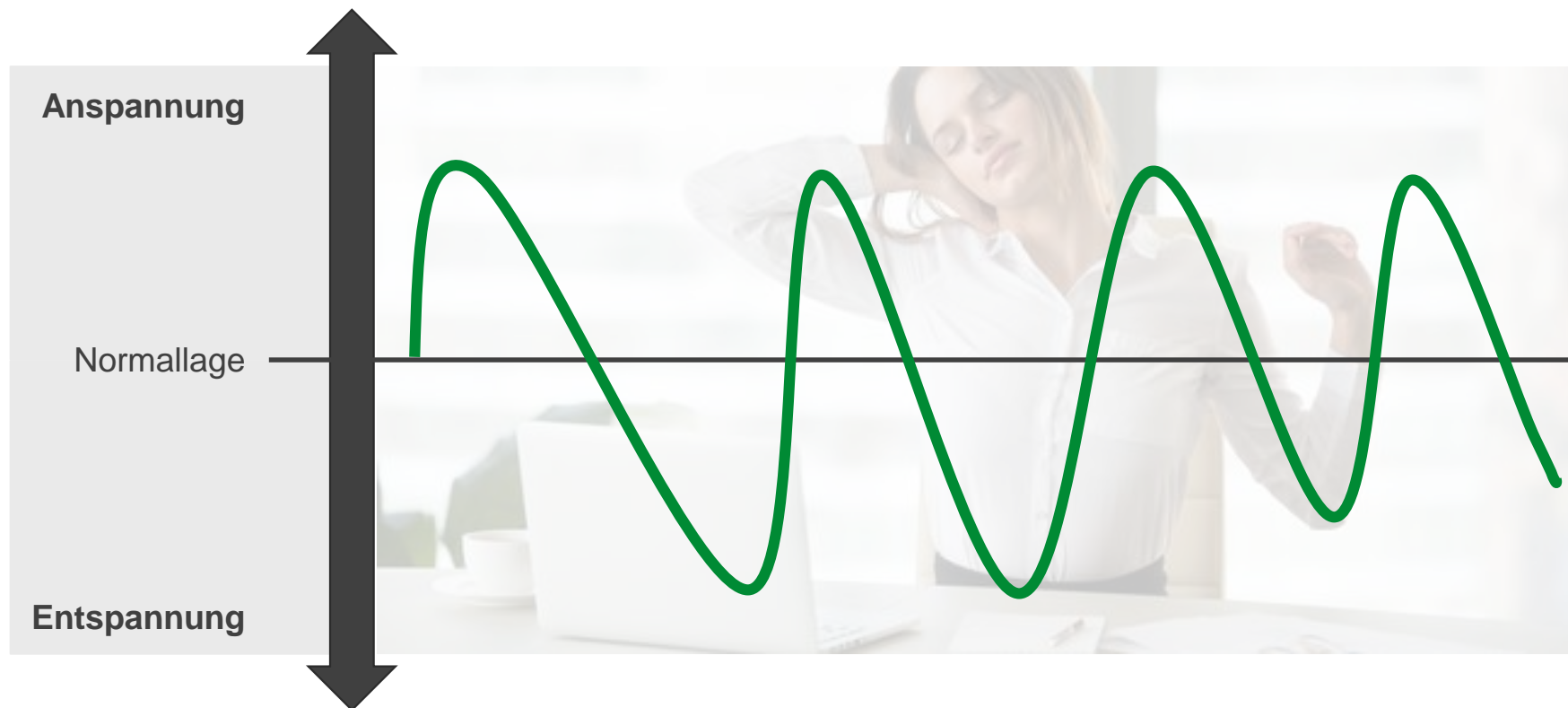
Beispiele

-
- » Familiäre Verpflichtungen
 - » Erziehungsaufgaben
 - » Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger
-
- » Vermischung von Arbeit und Freizeit
 - » Ständige Erreichbarkeit durch die neuen Medien
 - » Zeit- und ortsflexibles Arbeiten
 - » Arbeit zu hause bleibt liegen
-
- » Veränderung privater Beziehungen
 - » Getrennte Partnerschaften
 - » Fernbeziehungen
 - » Patchwork-Familien
 - »

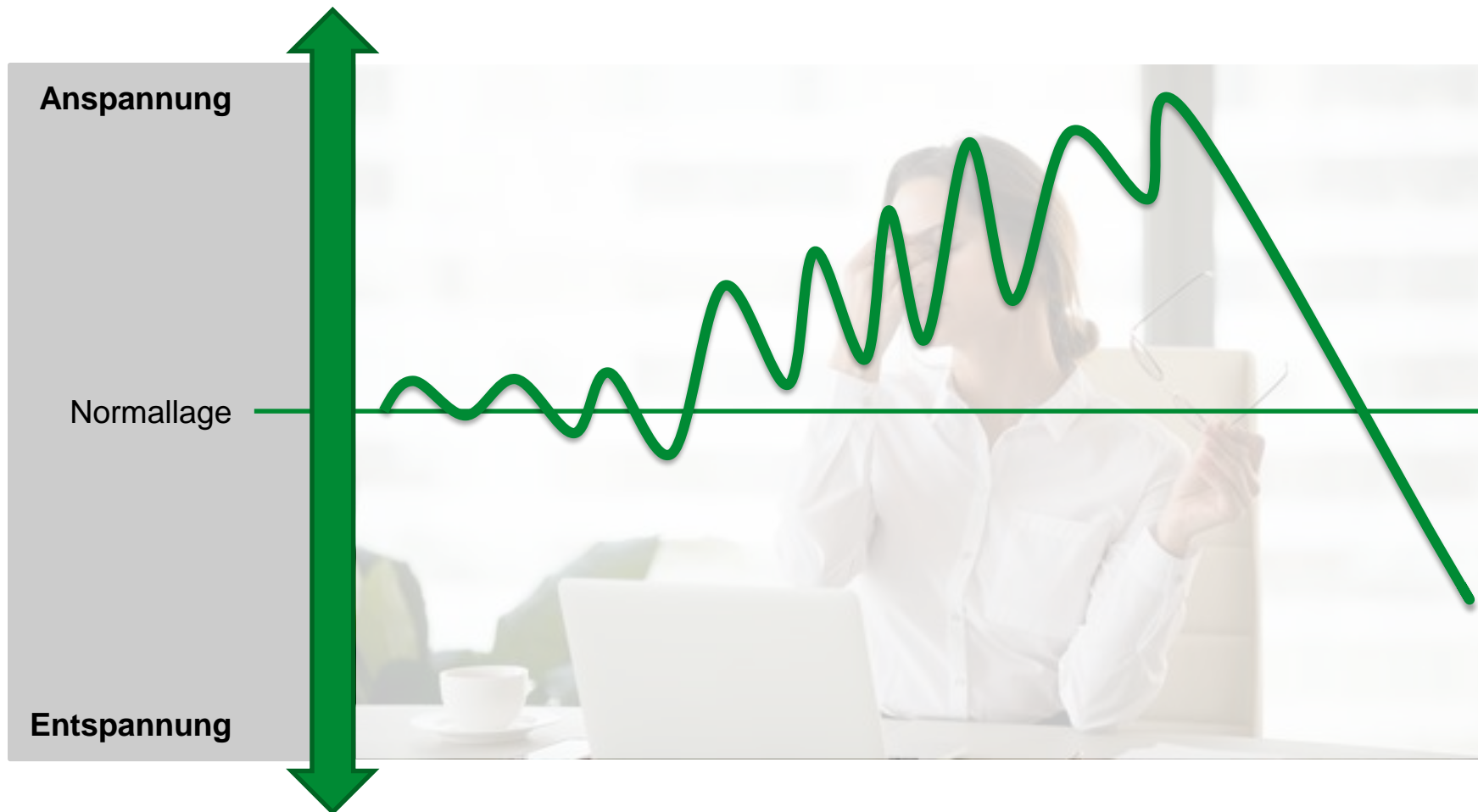


Idealer Belastungs- und Erholungszyklus

Ideal ist ein Wechsel zwischen Beanspruchung und Erholung, um leistungsfähig zu bleiben.



Die Realität



Quelle: Prof. Norbert K. Semmer, Arbeits- und Organisationspsychologe an der Universität Bern

Die Studie: Vorbemerkungen

Pflege und Belastungen; Vertragsart

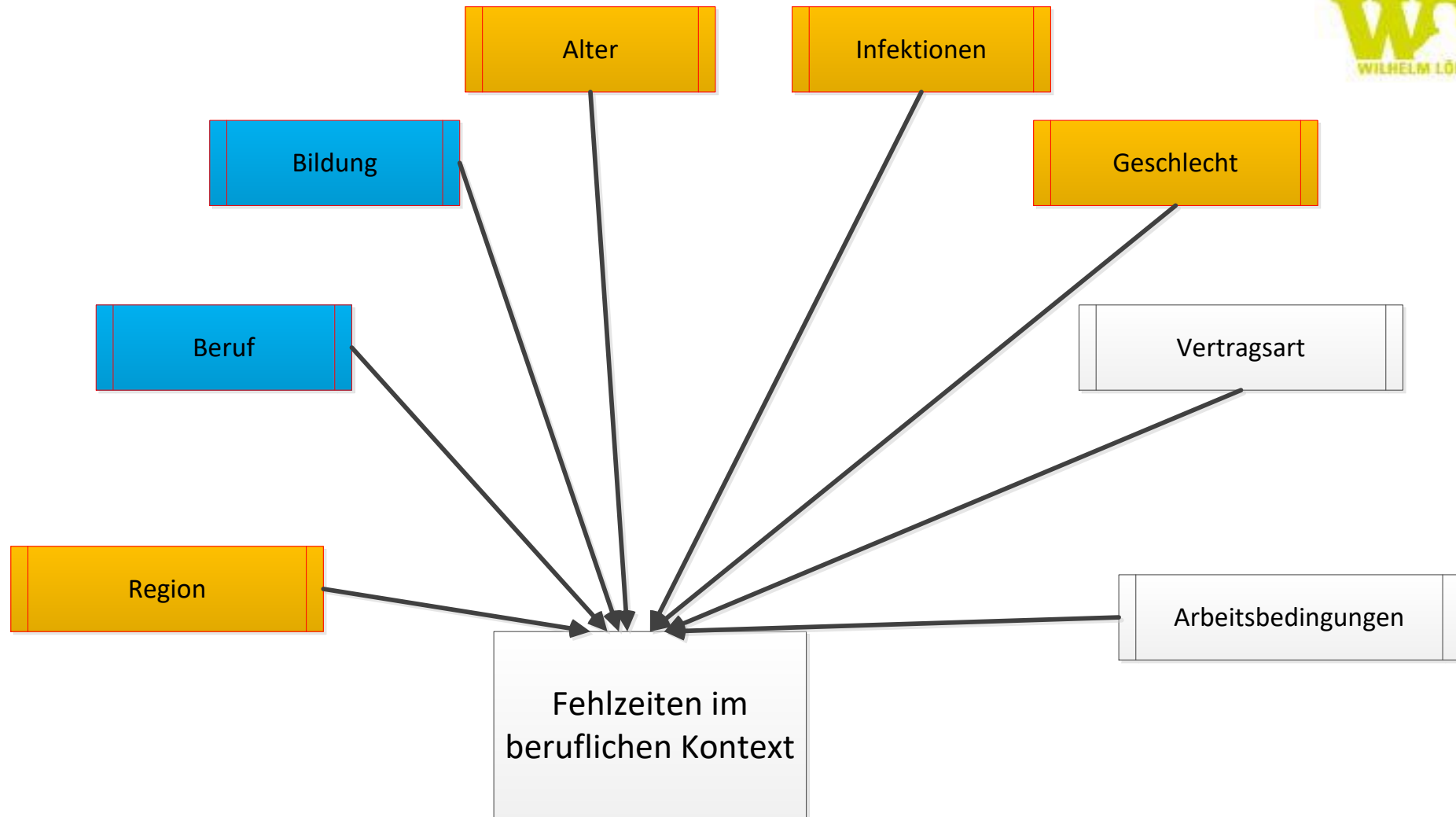


2017: AOK-Mitglieder	Pflegende Berufe	Alle Berufe
Unbefristet	63,6	72,5
Befristet	36,4	27,5
Vollzeit	44,1	70,8
Teilzeit	55,9	29,2

Quelle: Eigene Darstellung in unmittelbarer Anlehnung an Drupp/Meyer 2019, S. 30

Die Studie: Vorbemerkungen

Pflege und Belastungen; Fehlzeitenfaktoren



Quelle: Eigene Darstellung in unmittelbarer Anlehnung an Drupp/Meyer 2019, S. 26

Qualitative Studie „Pause in der Pflege“



Ziele

- Was sind förderliche Bedingungen einer guten Pause?
- Lassen sich Hinweise für „Best-Practice“ generieren?
- Wie sieht die bisherige Forschung aus?
- Ableitung von Bewertungskriterien für den Wettbewerb „Mach mal Pause“

Methode

- Strukturierte Literaturrecherche
- Basis für qualitative Interviews in den Pflegesettings
 - Krankenhaus (n=5)
 - ambulante und (n=4)
 - stationäre Altenpflege (n=4)



Methode

Strukturierte Literaturrecherche

- Zeitraum 01.04. bis 30.04.2019
- Datenbanken: Google Scholar, PubMed und CINAHL

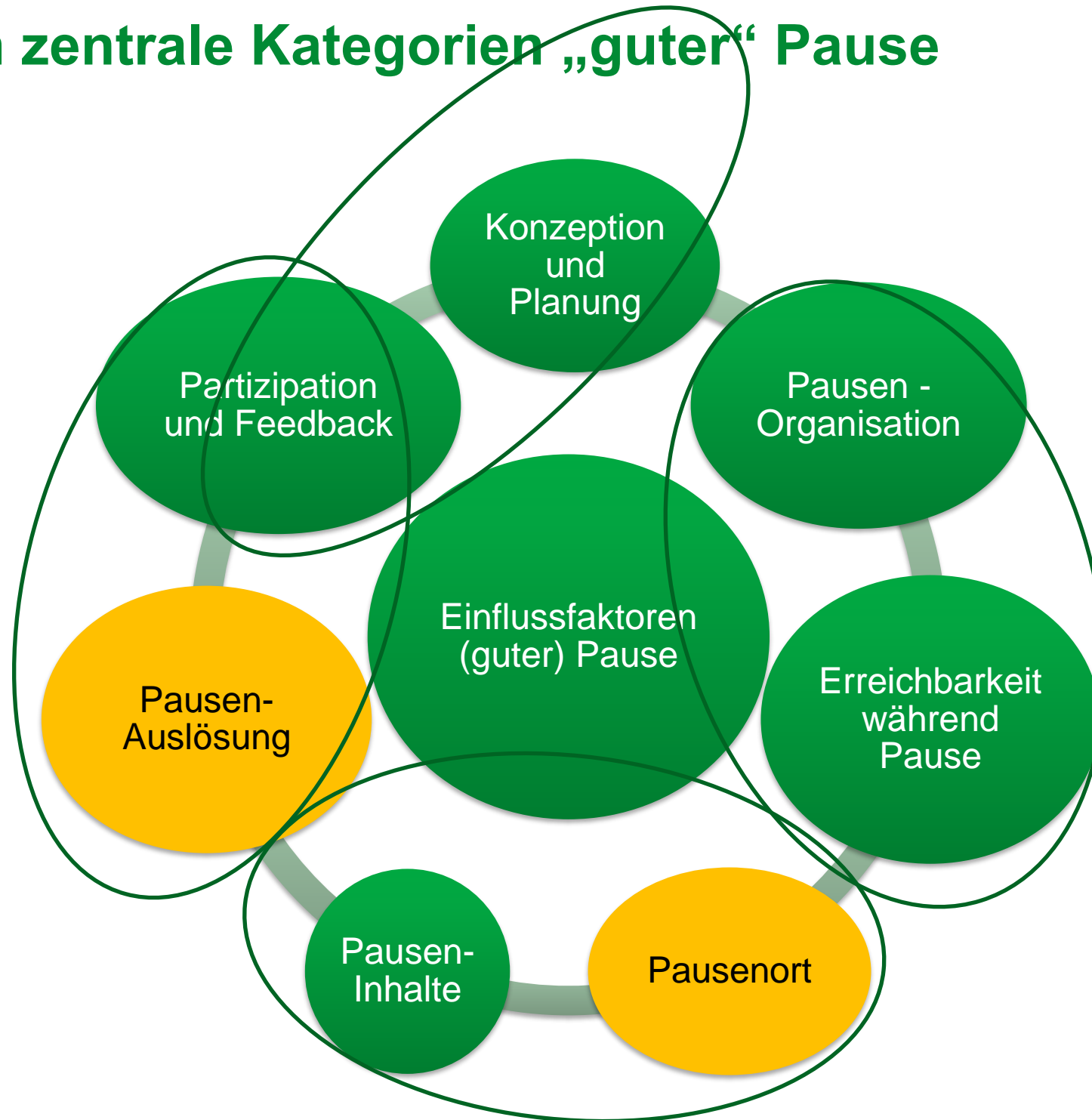


Ergebnisse

- zahlreiche und zunächst unstrukturiert anmutende Kriterien und Merkmale, welche eine (gute) Pause beeinflussen können
- Gliederung zu sieben zentralen Kategorien, die sich im Groben an aufbauorganisatorische Aspekte sowie am Ablaufcharakter von Pausen orientieren
- Induktives (abduktives) Vorgehen; „Phänotypen“ guter Pause

Suchkombination	Treffer in PubMed	Treffer in CINAHL
Staff break AND Hospital	85	25
Staff break AND Nursing home	6	2
Staff break AND Outpatient care	8	0
Rest break AND Hospital	29	7
Rest break AND Nursing home	1	1
Rest break AND Outpatient care	0	0
Break AND Staff AND Hospital	85	93
Break AND Staff AND Nursing Home	6	8
Break AND Staff AND Outpatient care	8	1
Break AND Care AND Criteria	147	30
Staff break AND Care AND Criteria	23	2
Rest break AND Care AND Criteria	5	1

Sieben zentrale Kategorien „guter“ Pause



Qualitative Telefoninterviews

- 13 Telefoninterviews in den Settings Krankenhaus (5), ambulante (4) und stationäre Altenpflege (4)
- Zeitraum: vom 15.05. bis zum 27.06.2019
- Dauer von ca. 30 Minuten bis hin zu einer Stunde

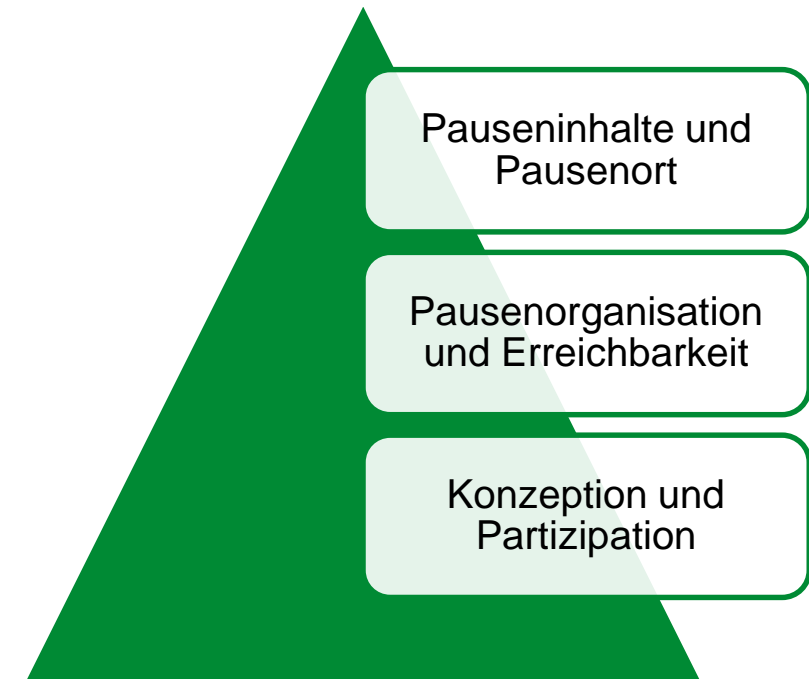
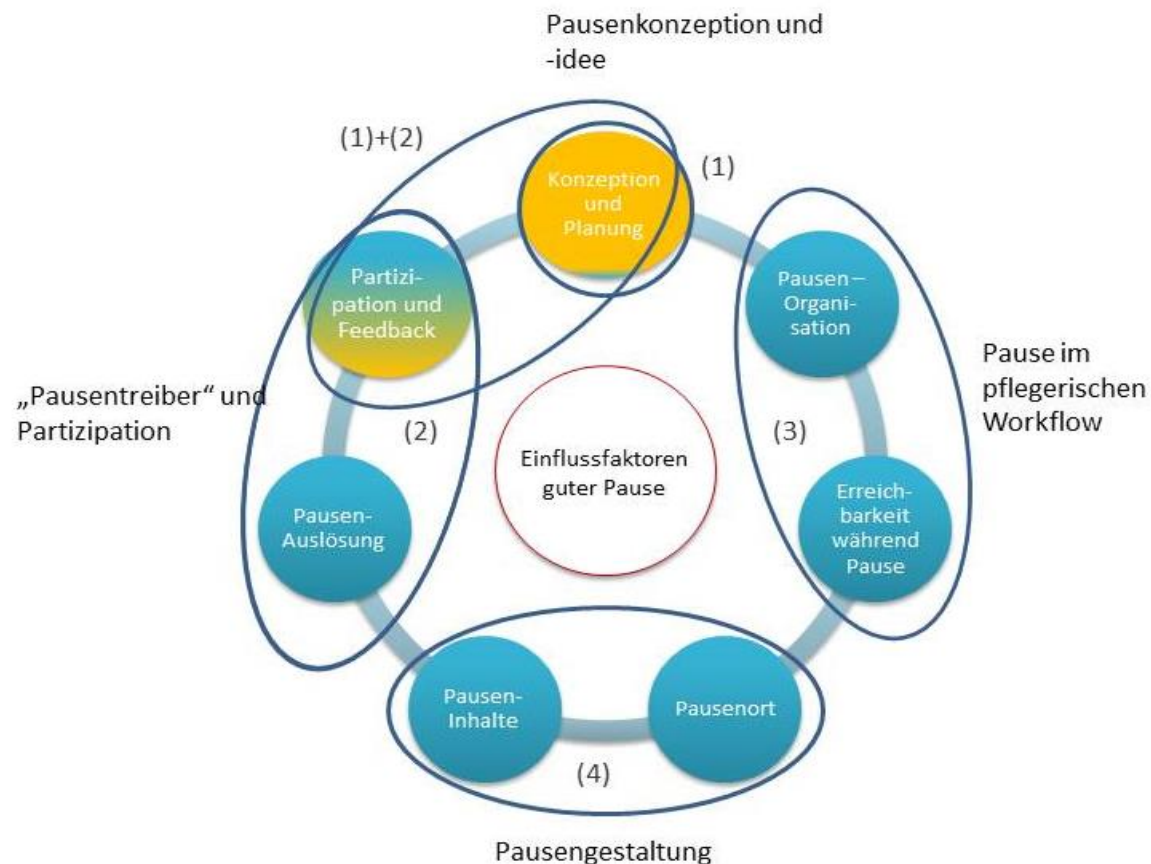
Inhalte der Befragung

- Kontext der Einrichtung
- Pausenorganisation im eigenen Arbeitsumfeld
- Pausenunterbrechungen
- Gestaltung des Pausenumfeldes
- Reflexion des Pausenkonzeptes
- **Validation und Evaluation der Kategorien und Kriterien der Literaturrecherche**



Zentrale Ergebnisse

- Unterschiede zwischen ambulanten und stationären Versorgungsstrukturen
 - Unterschiedliche Gewichtung der Kategorien zu einander
- Organisatorische Aspekte im Vordergrund, Pauseninhalte und Pausenort eher nachrangig



Zentrale Ergebnisse



- Unterschiedliche Gewichtung der Kriterien innerhalb der Kategorien
- Die Literaturrecherche zeigte auf, welche Aspekte in Bezug auf eine gute Pause eine wichtige Rolle spielen. Diese wurden im Rahmen der Befragung der Interviewpartner zusätzlich nach ihrer Wichtigkeit bewertet.
- Kriterien wurden in der Auswertung innerhalb der Kategorien als „vorrangig wichtig“ und „neutral“ gegliedert
- Fallbeispiel „Pausenort“:

Pausenort
Vorrangig wichtig:
Ruhe / Freiheit von akustischen und arbeitsbedingten Störungen
Leichte Erreichbarkeit des Pausenortes
Zugang zu Tageslicht
Zugang zu frischer Luft, z.B. Möglichkeit Fenster zu öffnen
Zugang zur Natur, Möglichkeit an frische Luft zu gelangen, z.B. Balkon
Individualisierung der Ausstattung an Bedürfnisse des Teams
Zugang zu Wasser / Kaffee / Getränken
Möglichkeit Verpflegung zu kühlen und zu erwärmen
Ausreichend, ergonomische Sitzmöglichkeiten
neutral:
Separater Pausenraum im Wohnbereich/ Station, räumliche Distanzierung vom Arbeitsfeld
Distanzierung von dem Wohnbereich/ der Station
Farbkonzept, z.B. knallige, beruhigende, warme Farben
Dekoration, z.B. Pflanzen, Bilder, Kalender, etc.
Möglichkeit Beine hochzulegen, Liegemöglichkeit
Unterhaltung, z.B. Kicker Tisch, Radio, TV

Zentrale Ergebnisse



Bereich Konzeption und Planung des Pausenkonzpts	
Transparenz	1
Motivation des AG erkennbar, eine gute Pausenatmosphäre zu schaffen	1
Pausensituation und Zufriedenheit der MA erheben	1
Bereich Pausenorganisation:	
Möglichkeit Pause nach eigenen Wünschen gestalten zu können	2
Pause im ganzen Team	2
Bereich Erreichbarkeit während der Pause	
Möglichkeit Station / WB / Haus verlassen zu können	3
Privatheit	2
keine Störungen / Unterbrechungen	7
keine Erreichbarkeit	2
keine Abrufbereitschaft	2
keine Zeitdruck	1
Bereich Pauseninhalte	
Pflege sozialer Kontakte mit Kollegen	4
Kollegialität und nettes Miteinander	1
Erholen / Entspannen können	4
Gedankliches Abschalten	4
Tätigung von private Erledigungen	1
Zeitung	1
Bereich Pausenort	
Zugang zu frischer Luft / Natur	1
angemessene Raumtemperatur	1
kurze Wege	1
Möglichkeit sich verpflegen zu können	3
Möglichkeit Essen von Küche bestellen zu können	1
Obstkorb	2
Wasser / Kaffe	1
Literatur	1
Ruheraum	2
Sportraum	1
keine Angabe	0

Frage: „Was macht eine gute Pause Ihrer Meinung nach besonders aus?“

- 27 Antworten, Gruppierung nach Kategorienlogik
- Auswertung nach Häufigkeit der Nennung
- Häufigste Nennungen:

Keine Störung / Unterbrechung der Pause (7)

Pflege sozialer Kontakte mit Kollegen (4)

Erholen / Entspannen (4)

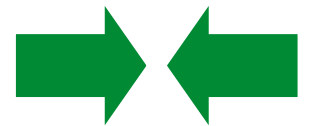
Gedankliches Abschalten (4)

Möglichkeit, sich verpflegen zu können (3)

Konfligierende Zielvorstellungen



- Konflikte zwischen identifizierten Kategorien und Anforderungen des Arbeitsplatzes – was ist das pflegerische Ziel im jeweiligen Pflegearrangement?
- Pausen werden immer erst im Kontext der Arbeit, in die sie eingebettet sind, zu Pausen:
 - hier greift die Logik eines „mehr ist besser“ nicht
 - es gibt keine per se besseren oder schlechteren Lösungen. Für eine Bewertung wäre hier das Ergebnis der Abwägung im jeweiligen Kontext zu würdigen
- Beispiele konfligierender Zielvorstellungen während der Pause:
 - Ungestörtheit / Erreichbarkeit während der Pause und adäquate Versorgung
 - Nähe zu den Patienten / Bewohnern und gedanklich abschalten können
 - Wunsch Pause als Team gemeinsam anzutreten und Unterbrechungen



Implikationen für eine übergeordnete Struktur



- Pause als Ausdruck der Verknüpfung zwischen Aufbau-, Ablauforganisation und Organisationskultur
- Pflegeprozesse stehen im Kontext zwischen Care-Mix, Case-Mix und Organisationscharakteristika (vgl. Görres et al. 2019)
- Pause ist Ausdruck des Führungsverhaltens: welches Bild von Pflege soll in der Kollegenschaft herrschen?
- Pause ist Ausdruck der organisatorischen Gegebenheiten: es geht primär um Begegnungsräume und erst in zweiter Linie um „echte“ Räume
- Welche Pause möglich und denkbar ist, zeigt letztendlich auch „welche Pflege“ möglich und denkbar ist!



AOK
Die Gesundheitskasse.

BAYERN



WLH
WILHELM LÖHE HOCHSCHULE



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!