



**empCARE:**  
**Pflege für Pflegende.**  
**Ein empathiebasiertes**  
**Entlastungskonzept.**



# Auswirkungen von Empathie: empirische Studien

---

## Mit *mehr Empathie* erzeugt bei den Pflegenden ...

- mehr Altruismus bzw. helfendes Verhalten
- mehr Lebenszufriedenheit
- weniger Aggressivität
- weniger gefühlter Stress
- ...

## und bei *Patienten* ...

- mehr Offenbarung von relevanten Symptomen
- mehr Compliance
- mehr Zufriedenheit mit der Behandlung
- mehr Übernahme von Eigenverantwortung



# Konsequenz für Interventionen

---

logische Konsequenz:

Training für mehr Empathie

Und mehr ...

Und MEHR ...

Und MEHR ...

Und **MEHR** ... ?



# Auswirkungen von Empathie: weitere Studien

---

## Denn mit **MEHR Empathie** erzeugt auch...

- HÖHERES berufliches Burnout
- STÄRKERE Irritation (nicht „abschalten“ können)
- HÖHERE berufliche Überforderung
- HÖHERE Depressivität
- HÖHERE Ängstlichkeit
- HÖHERE emotionale Erschöpfung
- STÄRKERE Ablehnung emotionaler Botschaften
  - z.B. von Werbung (für Hilfe für hungernde Kinder in Afrika)
  - z.B. von emotionalen Äußerungen von Patienten
- ...

(z.B. Altmann, Schönefeld & Roth, 2015; Figley, 2012; Gleichgerrcht & Decety, 2013; Halpern, 2012; Neumann et al., 2011)

# empCARE – mehr als ein Empathietraining

---

## Was macht empCARE besonders?

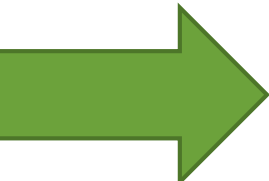
- (Selbst-)Reflexion und –Wahrnehmung
- empCARE arbeitet damit direkt in der pflegerische Interaktion
- empCARE ist ein Entlastungskonzept, das über das Training empathischer Kompetenz eine reflektierte, wohltuende und gesunderhaltende Interaktionsarbeit für die/den Pflegenden fördert.
- Fokus: Balance aus Empathie und Selbstempathie



# empCARE – mehr als ein Empathietraining

## Was macht empCARE besonders?

- (Selbst-)Reflexion und –Wahrnehmung
- empCARE arbeitet damit direkt in der pflegerische Interaktion
- empCARE ist ein Entlastungskonzept, das über das Training empathischer Kompetenz eine reflektierte, wohltuende und gesunderhaltende Interaktionsarbeit für die/den Pflegenden fördert.
- Fokus: Balance aus Empathie und Selbstempathie

- 
- Im Kontakt mit sich und der anderen Person bleiben
  - Langfristige Entlastung
  - Mehr Zufriedenheit im Beruf



# Empathie

---

Empathie wird definiert als Fähigkeit, die **emotionale Situation eines anderen Menschen** zu **erkennen**, zu **verstehen** und **mitzufühlen**.

Dabei muss **gleichzeitig** ein **Bewusstsein** dafür bestehen, dass die mitgefühlten Emotionen empathisch übertragen sind, also der **Ursprung dieser Emotionen in der anderen Person** liegen.

Kognitive Komponente

Affektive Komponente

Selbst-Andere-  
Differenzierung



5 / 13

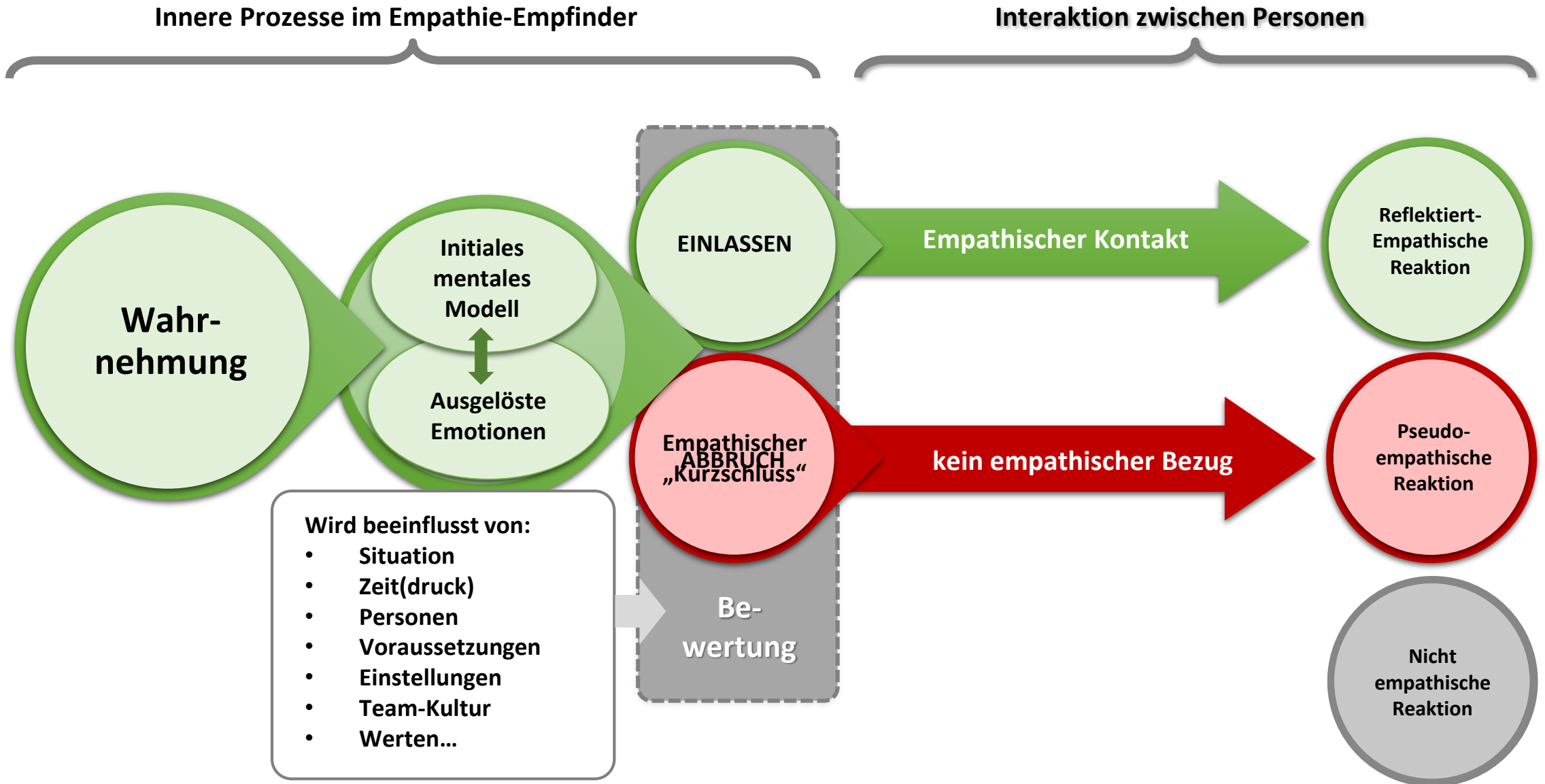
**"Wir haben uns der Macht Benetton bedient":** Das Foto des US-amerikanischen Aidskranken David Kirby, der am 5. November 1990 im Kreise seiner Familie starb, stammt ursprünglich von der Fotografin Therese Frare - Oliviero Toscani erwarb für Benetton nur die Rechte. Die im Februar 1992 veröffentlichte Benetton-Kampagne sorgte weltweit für Entsetzen, die Öffentlichkeit warf dem Strickwarenkonzern vor, das Leid der Kirbys kommerziell auszunutzen. Die Familie des Aidskranken indes vertrat eine ganz andere Ansicht: "Wir haben uns der Macht und der Popularität Benetton bedient, damit die Öffentlichkeit aller Länder diese fürchterliche und unbekannte Krankheit, der niemand ins Gesicht zu schauen wagt, endlich zur Kenntnis nimmt und darüber spricht", sagte der Vater Kirby damals.

Foto: © Ho New / Reuters/ REUTERS

Spiegel, 29.06.2015

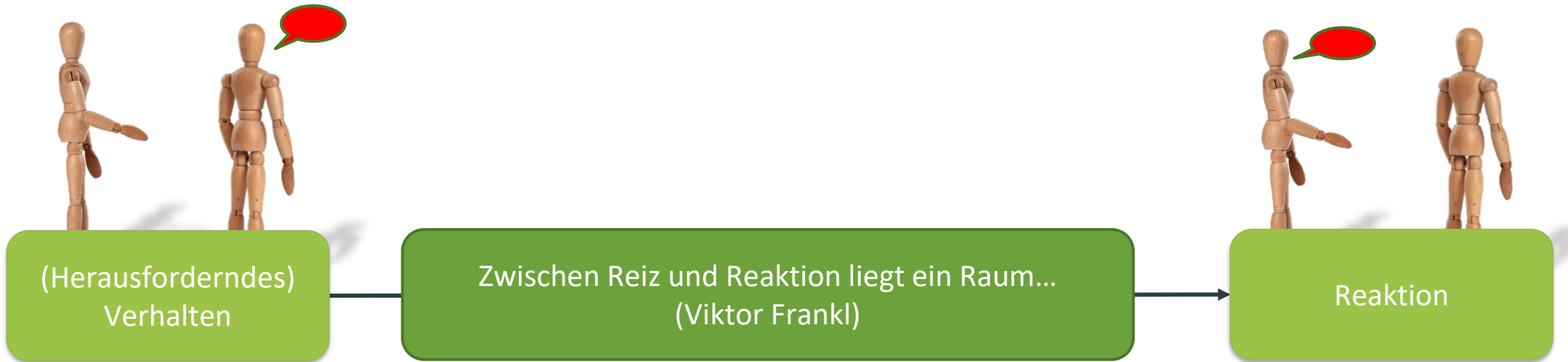


# Empathie-/Pseudo-Empathie-Prozessmodell (EPPM)



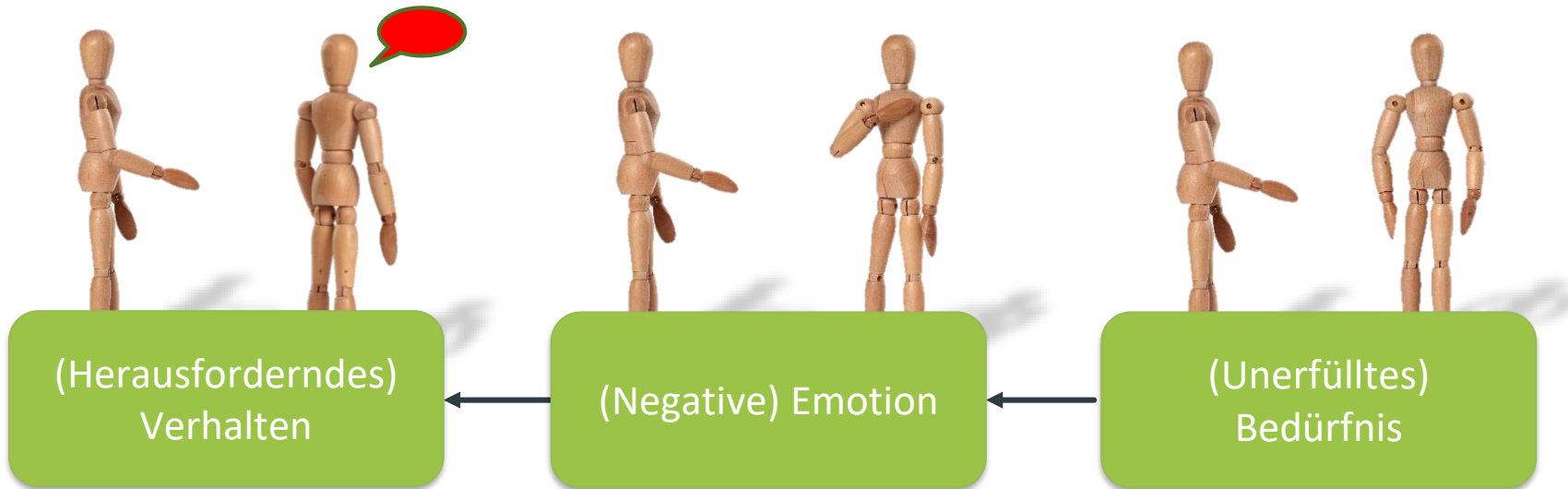
# Gestalten einer gewaltfreien Interaktion

---



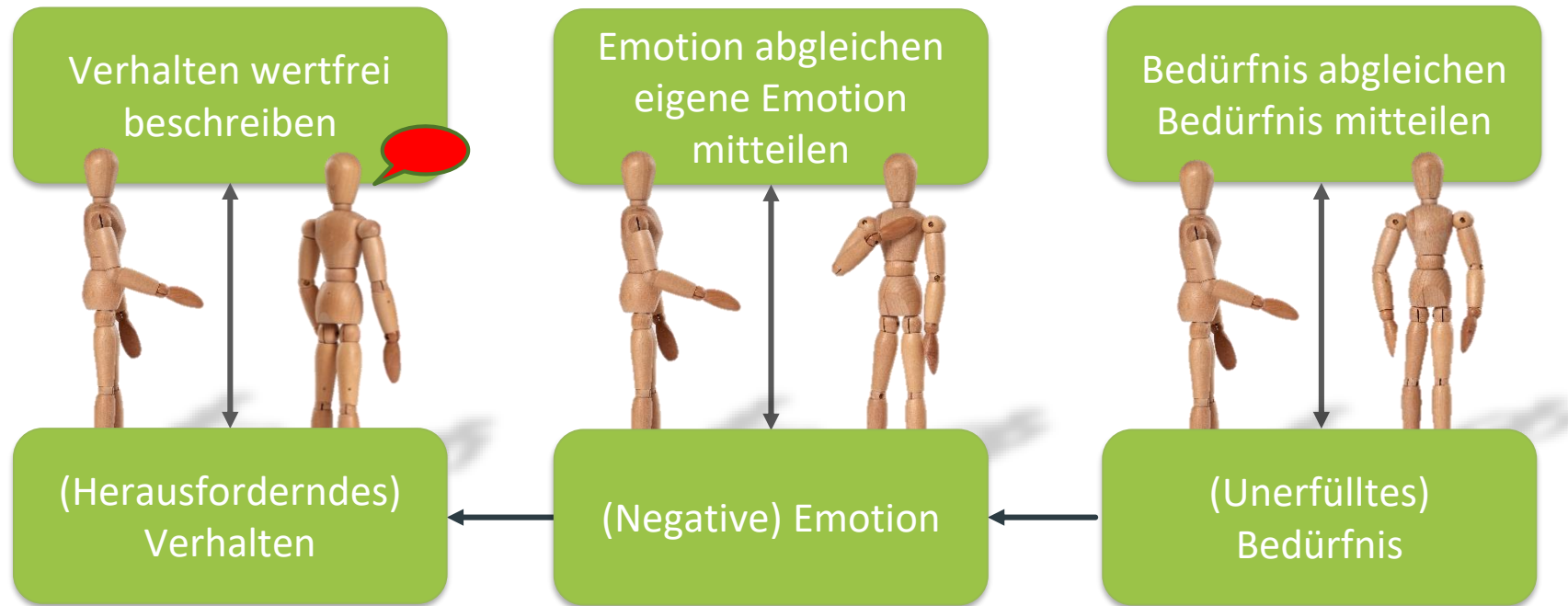
# Gestalten einer gewaltfreien Interaktion

---



# Gestalten einer gewaltfreien Interaktion

---



# Die Macht der Bedürfnisse: Free trial - empCARE

## Bedürfniskarte

Körperliche Bedürfnisse	seelische Nahrung	Geistige Bedürfnisse	Kontakt	Identität	Harmonie	Autonomie	Feiern
Überleben Nahrung Wasser Luft Licht Bewegung Kraft Schutz vor Schaden Raum Unterkunft Kühle Wärme Rhythmus Spannung Erregung Entspannung Ruhe Erholung sinnliche Reize Sexualität Schlaf Wohlbefinden	Geborgenheit Wärme Berührung Bindung Nähe Intimität Empathie Fürsorge Trost Anteilnahme Mitgefühl Ermutigung Elternschaft Wertschätzung Liebe Freundlichkeit Beruhigung Aufmerksamkeit Bestätigung Verständnis Wahrnehmen Annahme Bewunderung Vertrauen	Inspiration Anregung Abwechslung Entdecken Wissen Verstehen Herausforderung Wachstum Entwicklung Lernen Ordnung Struktur Klarheit Bewusstheit Selbstkenntnis Wirksamkeit Effektivität Kreativität	Gemeinschaft Rücksichtnahme Respekt Präsenz Unterstützung Zugehörigkeit Verständigung Menschlichkeit Zusammenarbeit Gerechtigkeit Austausch Einbezogen-Sein Offenheit Würdigung Kameradschaft Freundschaft Gemeinsamkeit gemeinsame Werte gemeinsame Geschichte	Authenzität Kompetenz Integrität Selbstbehauptung Selbstaussdruck Einzigartigkeit Selbstvertrauen	Balance Frieden Schönheit Ganzheit Stimmigkeit Gleichwertigkeit Gegenseitigkeit	Privatsphäre Selbstbestimmung Freiheit Wahl Freiwilligkeit	Trauern Leichtigkeit Lebendigkeit Erleben Spiel Spaß Vergnügen Freude Humor Rituale
				<b>Spiritualität und Sinn</b>		<b>Sicherheit</b>	
				Weltorientierung Beitragen zum Leben Bedeutung wichtig sein Sinn seinen Platz finden Verantwortung Arbeit Sinnvolle Tätigkeit Verbundenheit Stille Transzendenz		emotionale Sicherheit Verlässlichkeit Diskretion Bedeutsamkeit Verbindlichkeit Beständigkeit Kontinuität Treue Loyalität Ehrlichkeit	

MZ02238\_Stand\_2017-02-21

# Free trial - empCARE

Mein wichtigstes Bedürfnis am Arbeitsplatz ist...

## Schritt 1:

### Schritt 1: (Einzelarbeit)

Wählen Sie aus der Liste der Bedürfnisse die fünf aus, die für Sie persönlich am Arbeitsplatz am wichtigsten sind, und tragen Sie unten ein.

#### Meine persönliche Bedürfnisliste für die Arbeit

- > .....
- > .....
- > .....
- > .....
- > .....

## Schritt 2:

### Schritt 2: (Einzelarbeit)

Nachdem Sie fünf Bedürfnisse ausgewählt haben, stellen Sie sich jetzt vor, Sie können am Arbeitsplatz nur drei befriedigen. Welche zwei würden Sie aufgeben? Streichen Sie sie durch!

Und dann streichen Sie noch eins!

Wählen Sie jetzt eins der beiden übriggebliebenen Bedürfnisse aus und streichen Sie das andere. Welches Bedürfnis auf der Liste ist Ihnen am Arbeitsplatz am allerwichtigsten?

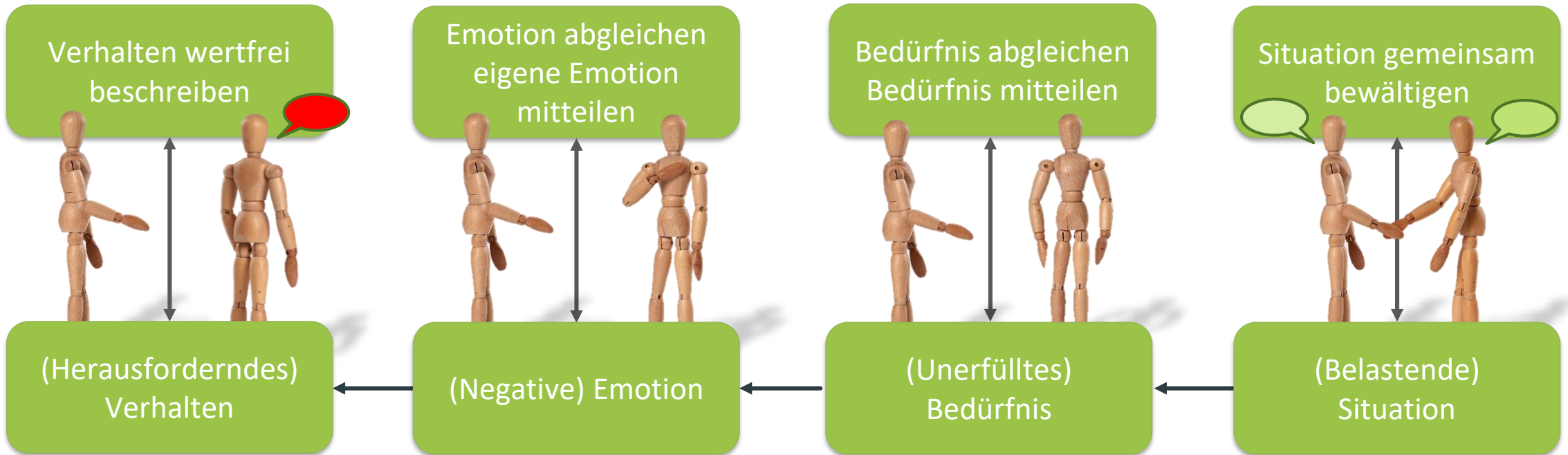
## Schritt 3:

### Schritt 3 (Einzelarbeit)

Überlegen Sie: Mit welcher Strategie befriedigen Sie am Arbeitsplatz Ihr wichtigstes Bedürfnis?

.....

# Gestalten einer gewaltfreien Interaktion



# Evaluation - Gemessene Merkmalsbereiche

*... eine Auswahl*

## Gesundheit und Belastung

- Psychische Befindlichkeit
- Burnout
- Berufliche Belastung

## Einstellungen

- Patientenumgang
- Pflegekultur

## Empathie

- Selbsteinschätzung empathischer Fähigkeiten
- Emotionale Intelligenz
- Fähigkeit zur Perspektivübernahme
- Zufriedenheit mit der eigenen Empathie

## Persönlichkeit

- Big Six der Temperamentsmerkmale
- Selbstwert
- Selbstwertstabilität
- Kognitive Leistungsfähigkeit

## Formatives zum Seminar

- Seminarbewertung
- Praxisanwendbarkeit
- Erfahrungen im Seminars

## „Teammerkmale“

- Offenheit
- Kohäsion

## „Patientenmerkmale“

- Erlebte Empathie
- Wahrgenommene Zufriedenheit



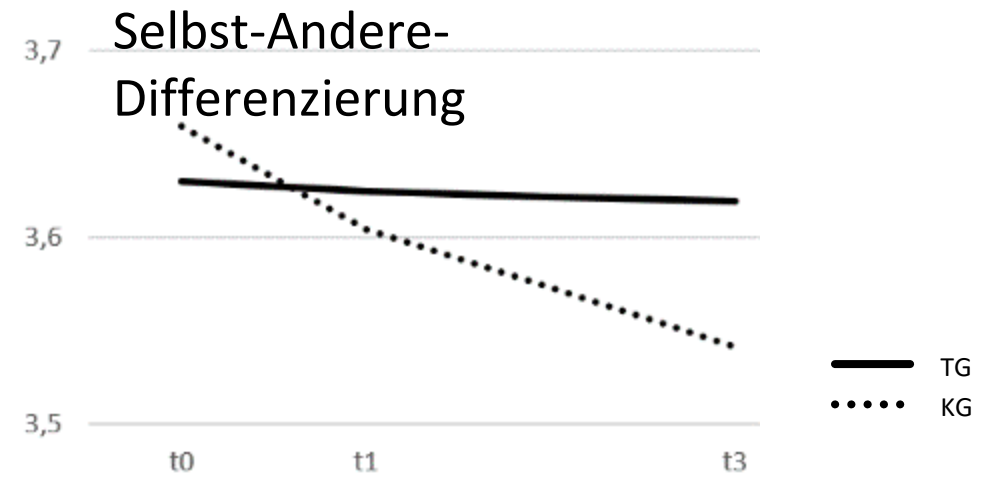
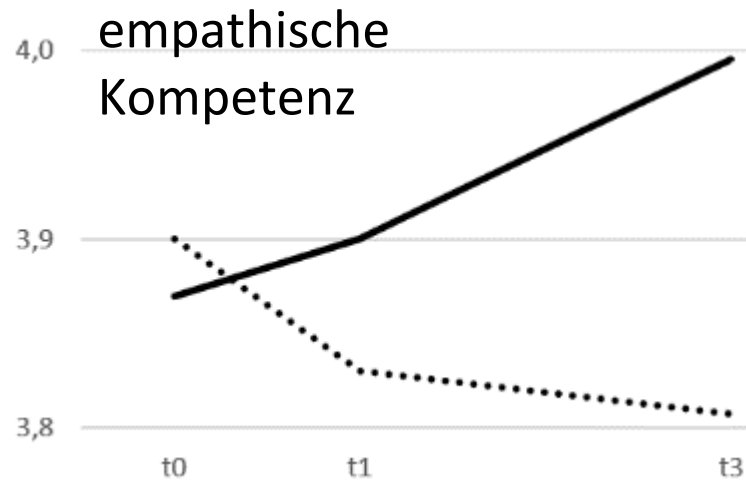
# Datensatz

---

- jeder Mensch zu vier Messzeitpunkten
- insgesamt 462 Menschen
  - *TeilnehmerInnen des empCARE-Trainings (281 Personen)*
  - *Kontrollgruppe (kein Training) (181 Personen)*
- pro Mensch insgesamt bis zu 1.545 Daten
- Zusätzlich
  - *Arbeitsteams (~ 48 Teams, 400 Pers.)*
  - *PatientInnen (~ 400 Personen)*
  - *“InformantInnen” (~ 700 Personen)*
- = in der Summe **713.790 Daten**

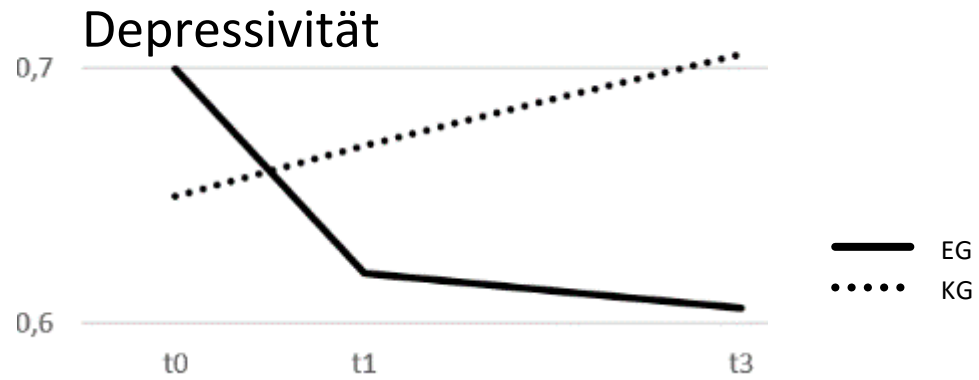
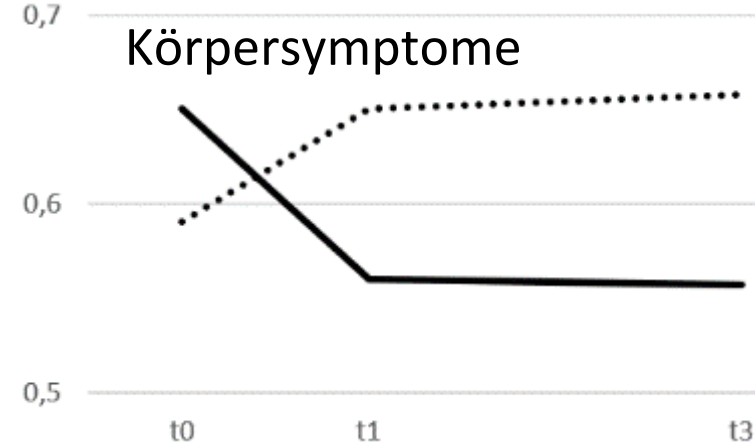
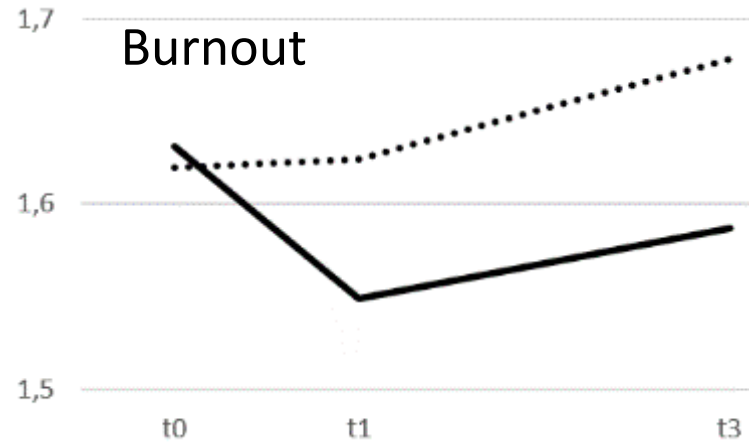


# Quantitative Ergebnisse der Studie



— TG  
•••• KG

# Quantitative Ergebnisse der Studie



— EG  
..... KG

# Veröffentlichungen (eine Auswahl)



1. Aufl. 2020, XIV, 196 S. 15 Abb. Mit Online-Extras.

### eBook

22,99 € (D) | 26,99 € (A) | CHF 31,00

Erhältlich bei Ihrer Bibliothek oder [springer.com/shop](http://springer.com/shop)

### Buch mit Online-Files/Update

34,99 € (D) | 35,97 € (A) | CHF 39,00

## Empathie für sich und andere

Andreas Kocks, Dominik Kaschull, Ulrike Altmann, Stefan Roth

Diese Zeitschrift ist eine gute Quelle für Informationen und praktische Beispiele, die Ihnen helfen, Ihre eigene Empathie zu stärken und sie in Ihrer Arbeit zu nutzen. Sie enthält auch viele Tipps und Tricks, die Ihnen helfen, Ihre Empathie zu verbessern und sie in Ihrer Arbeit zu nutzen.



Abbildung: Ein Beispiel für Empathie in der Pflege. Ein Pfleger hört zu, während ein Patient seine Probleme erzählt.

### Empathie in der Pflege

Empathie ist die Fähigkeit, sich in andere hineinzuversetzen und ihre Gefühle zu verstehen. In der Pflege ist Empathie ein zentraler Bestandteil der Arbeit, da sie es ermöglicht, die Bedürfnisse der Patienten zu verstehen und ihnen die bestmögliche Pflege zu leisten.

Empathie ist eine Fähigkeit, die durch Training und Übung verbessert werden kann. In der Pflege ist Empathie ein zentraler Bestandteil der Arbeit, da sie es ermöglicht, die Bedürfnisse der Patienten zu verstehen und ihnen die bestmögliche Pflege zu leisten.



Thiry, L. (2017): Entlastung durch Zuwendung: Das empathiebasierte Entlastungskonzept empCARE. Die Schwester - Der Pfleger, 56(3), 30-33.



## „Endlich geht es mal um uns“

Das empCARE-Konzept ist ein innovatives Konzept, das die Bedürfnisse der Pflegekräfte in den Mittelpunkt stellt. Es ermöglicht ihnen, sich zu entspannen und ihre eigene Gesundheit zu pflegen, was zu einer besseren Pflege der Patienten führt.

Das empCARE-Konzept ist ein innovatives Konzept, das die Bedürfnisse der Pflegekräfte in den Mittelpunkt stellt. Es ermöglicht ihnen, sich zu entspannen und ihre eigene Gesundheit zu pflegen, was zu einer besseren Pflege der Patienten führt.

Kaschull, K., Kocks, A., & Thiry, L. (2018): „Endlich geht es mal um uns“ - das Entlastungskonzept empCARE. Die Schwester - Der Pfleger, 7, 44-48.

# empCARE aktuell

## empCARE Train the Trainer

Block 1: 13.01.2022 – 16.01.2022

Block 2: 11.02.2022 – 13.02.2022

[bildung.ukbonn.de](http://bildung.ukbonn.de)

## Trainingstermine Köln

05.05. – 06.05.2022

12.10. – 13.10.2022

## Trainingstermine Bonn

in Planung

[www.empcare.de](http://www.empcare.de)

oder

[twitter.com/empcare](https://twitter.com/empcare)

### Was ist empCARE?

Interaktionsarbeit und die damit einhergehende Auseinandersetzung mit eigenen und fremden Bedürfnissen und Gefühlen gehört zum Alltag beruflich Pflegenden. Dabei ist der eigene Anspruch an das einfühlerische Verstehen oft sehr hoch und kann für die Mitarbeiter\*innen auch zur Belastung werden.

empCARE greift diese Herausforderung für die pflegerische und soziale Interaktionsarbeit auf. Es stärkt Beschäftigte in Pflege- und Sozialberufen auf der Basis eines empathiebasierten Entlastungskonzeptes, indem es die Selbstpflege in den Fokus rückt und eine reflektierte und gesunderhaltende Interaktion fördert.

empCARE fördert dabei auch das Aufrechterhalten des zwischenmenschlichen Kontaktes und arbeitet unter anderem mit den Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation.

Das 2-tägige empCARE-Training mit anschließendem Coaching richtet sich an beruflich Pflegenden sowie

### Veranstalter:

Universitätsklinikum Bonn  
Centrum für Personalentwicklung  
Venusberg-Campus 1  
53127 Bonn

Die Veranstaltung findet auf dem Gelände des Universitätsklinikums Bonn statt.  
Weitere Informationen zum Veranstaltungsraum erhalten Sie nach der Anmeldung.

### Kontakt:

Karoline Kaschull  
karoline.kaschull@ukbonn.de  
0228 287-19147



## empCARE

ein empathiebasiertes  
Entlastungskonzept für Pflegenden

## Train the Trainer

### Block 1:

13.01.2022 – 16.01.2022

### Block 2:

11.02.2022 – 13.02.2022

UNIVERSITÄT BONN  universitäts  
klinikumbonn

### Werden Sie empCARE-Trainer\*in!

Erwerben Sie im empCARE-Train the Trainer Seminar in 52 Trainingseinheiten alle theoretischen, sowie methodisch-didaktischen Kompetenzen zur eigenständigen Durchführung des empCARE-Trainings.

Darüber hinaus besteht nach erfolgreichem Abschluss die Möglichkeit zur Listung auf der offiziellen empCARE-Homepage [www.empcare.de](http://www.empcare.de), wenn Sie:

- > einen Erfahrungsbericht zu einer umgesetzten Einheit aus dem empCARE-Training erstellen
- > ein Fallbeispiel zur Nutzung für alle empCARE-Trainer\*innen konzipieren und bereitstellen
- > am jährlichen empCARE-Trainer\*innentreffen teilnehmen zur gemeinsamen Qualitätssicherung

### Anmeldung:

Alle Informationen zu empCARE-Train the Trainer, sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie hier:



Homepage:  
<https://bildung.ukbonn.de>

### Kosten:

1.920€ inklusive Verpflegung und persönlichem Exemplar des empCARE - Arbeitsbuches  
Für Mitarbeiter\*innen des Universitätsklinikums Bonn ist die Teilnahme bei Zustimmung der/des Vorgesetzten kostenfrei.

### Hygienerichtlinien:

Die zum Zeitpunkt des Seminars geltenden Hygienerichtlinien erhalten Sie kurzfristig vor der Veranstaltung.

### Ablauf und Inhalte:

#### Block 1

13.01.2022 & 14.01.2022 (18UE)

#### Das empCARE-Training

- > Originaltraining
- > Selbsterfahrung & Reflexion

15.01.2022 (8UE)

#### Theoretische Grundlagen

- > Empathie & empathisches Verhalten
- > Das Empathie-/Pseudo-Empathie-Prozessmodell
- > Auswirkungen von funktional und dysfunktional eingesetzter Empathie
- > Entstehung, Einsatzgebiete und Elemente der Gewaltfreien Kommunikation
- > Vier Dimensionen der didaktischen Planung  
Entwicklung eigener Fallbeispiele, Anpassung von Übungen an eigene Erfahrungen

16.01.2022 (4 UE)

- > Die Geschichte von empCARE
- > Ergebnisse der wissenschaftlichen Evaluation
- > Vermarktungsfragen

#### Termine:

13.01.2022, 10:00 Uhr – 18:00 Uhr

14.01.2022, 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

15.01.2022, 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

16.01.2022, 09:00 Uhr – 12:30 Uhr

### Block 2

11.02.2022 (10UE)

- > Erfahrungsaustausch
- > Austausch zu den Fallbeispielen
- > Wiederholung ausgewählter Lerneinheiten unter enger Begleitung der Trainingsleitung

12.02.2022 (8UE)

- > Praktische Übung: Moderation ausgewählter Lerneinheiten

13.02.2022 (4UE)

- > Coaching und Fallbesprechungen mit empCARE
- > das empCARE-Multiplikatorenkonzept

### Termine:

11.02.2022, 10:00 Uhr – 18:00 Uhr

12.02.2022, 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

13.02.2022, 09:00 Uhr – 12:30 Uhr

### Ihre Trainer\*innen:

Dr. Marius Deckers, M.Sc. Psychologie

Karoline Kaschull, Dipl.-Psychologin

Andreas Kocks, Pflegewissenschaftler (MScN, BScN), Examinierter Gesundheits- und Krankenpfleger

Univ.-Prof. Dr. Marcus Roth, Dipl.-Psychologe

Dr. Victoria Schönefeld, Dipl.-Psychologin

Ludwig Thiry, M.A. Erwachsenenbildung, Examinierter Krankenpfleger

Alle Trainer\*innen haben im

empCARE-Entwicklungsteam an der Konzeption und Evaluation des empCARE-Trainings mitgewirkt.



# Ende

---



**Ludwig Thiry**  
Uniklinik Köln

[l.thiry@web.de](mailto:l.thiry@web.de)



**Karoline Kaschull**  
Universitätsklinikum  
Bonn

[karoline.kaschull@ukbonn.de](mailto:karoline.kaschull@ukbonn.de)



# Literatur

---

Altmann T, Roth M (2014) Mit Empathie arbeiten - gewaltfrei kommunizieren. Praxistraining für Pflege, Soziale Arbeit und Erziehung. Kohlhammer, Stuttgart

Altmann, T. (2015). Empathie in sozialen und Pflegeberufen. Wiesbaden: Springer

Deckers, M., Altmann, T., & Roth, M. (2018). Conceptualizing and Measuring Group Openness and Cohesion as Dimensions of Group Personality. *Psychology*, 9(01), 80. DOI: 10.4236/psych.2018.91006

Kocks, A., & Kaschull, K. (2016): Empathie in der Pflege: Sich in andere und sich selbst einfühlen. *Pflegezeitschrift*, 69(08), 455-457.

Kocks, A., & Kaschull, K. (2017): Pflege für Pflegende: Empathie in der Care-Arbeit. *Pflegenetz - Das Magazin für Pflege*, 02, 15-16. doi: 10.4236/

Kocks, A., Roth, M., & Kaschull, K. (2017): Empathie in der Pflege: Entlastung durch Zuwendung und Selbstpflege, Projektatlas Arbeit 4.0 präventiv gestalten. Heidelberg: Karlheinz Sonntag. verfügbar über <http://gesundearbeit-mega.de/mediathek/publikationen>

Kocks, A., & Roling, D. (2018): Zuviel Empathie? *Häusliche Pflege*(1), 26-28.

Palenga, A. & Schönefeld, V. (2015, September). Empathie ist... Entwicklung einer Skala zur Erfassung des subjektiven Empathiekonzeptes. Poster auf der 13. Arbeitstagung der Fachgruppe Differentielle Psychologie, Persönlichkeitspsychologie und Psychologische Diagnostik (DPPD), Johannes Gutenberg Universität Mainz.

Rosenberg, M (2002) Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. 2. Auflage Junfermann, Paderborn

Schönefeld, V. & Roth, M. (2016, April). Empathy vs. pseudo-empathy: A new model of empathic processes and first empirical contributions. Poster auf dem Medium Size Meeting der European Association of Social Psychology (EASP), Universität zu Köln.

Schönefeld, V. (2019) Pseudo-Empathie – Theorieentwicklung und empirische Beiträge. Veröffentlichte Dissertation, Universitätsbibliothek der Universität Duisburg-Essen, Essen. Zugriff unter [https://duepublico2.uni-due.de/receive/duepublico\\_mods\\_00070445](https://duepublico2.uni-due.de/receive/duepublico_mods_00070445).

Thiry, L. (2017). Entlastung durch Zuwendung. Das empathiebasierte Entlastungskonzept empCARE. *Die Schwester Der Pfleger* 3/17, 30-33