

Analyse der aktuellen Forschung im Bereich Resilienz, Interviews und Umfrage

Aktivität 1 / Endbericht

care
4YOU
4OTHERS

Resilience training
for the new generation
of caregivers

Care4You4Others
Resilience training
for the new generation
of caregivers

2023-1-AT01-KA210-VET-000151863



| | |
|--------------------------------------|-----------|
| EINFÜHRUNG | 1 |
| RECHERCHE AKTUELLER FORSCHUNG | 1 |
| INTERVIEWS MIT EXPERT:INNEN | 2 |
| UMFRAGE UNTER PFLEGEKRÄFTEN | 7 |
| SCHLUSSFOLGERUNGEN | 10 |
| ANHÄNGE | 11 |

Verantwortlicher Partner: **Acufade**

Erstellt von: **Primož Skrt, Acufade**

Unterstützende Partner: **bit Bildungswelten, Eclectica+**



Dieses Werk ist lizenziert unter **CC BY-NC 4.0**. Eine Kopie dieser Lizenz finden Sie unter <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/> (This work is licensed under **CC BY-NC 4.0**. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

1. EINFÜHRUNG

Dieser Bericht ist die Zusammenfassung von Aktivität 1, die darauf abzielt, klar zu definieren, **welche Inhalte und welche Themen in einem Online-Schulungskurs über Resilienz** ausgearbeitet werden sollten, der auf die Bedürfnisse bestehenden und zukünftigen Pflegekräften zugeschnitten ist.

Dies wurde erreicht durch:

- eine umfassende Sekundärforschung, die bestehende Praktiken, Projekte, Aktivitäten und Literatur untersucht.
- Feldforschung, einschließlich Interviews mit Expert:innen für Pflege und Resilienz
- eine umfassende Umfrage, die sich an formelle und informelle Pflegekräfte richtete.

Der Abschlussbericht fasst die wichtigsten Ergebnisse und Schlussfolgerungen zusammen, die für die Entwicklung des Kurses entscheidend sind. Angesichts der großen Menge an Informationen haben wir uns in diesem Bericht auf die wichtigsten Erkenntnisse konzentriert. Alle relevanten Anhänge (nur auf Englisch verfügbar) sind jedoch beigefügt, um einen detaillierten Einblick in die Untersuchung zu geben.

2. RECHERCHE

Jeder der Partner führte eine Sekundärforschung zu bestehenden Aktivitäten, Projekten, Praktiken, Studien und Definitionen durch, die für das Thema Resilienz in der Pflege relevant sind.

Es wurden mehrere Projekte identifiziert (z. B. Resicare -<https://resicareproject.eu/>;; Resil4Care - <https://www.fabbricaeuropa.eu/resil4care?lang=en>) und eine Literaturrecherche durchgeführt, um die Definition von Resilienz, mit Resilienz verbundene Faktoren, Wirksamkeit von Bildung im Bereich Resilienz, konkrete Herausforderungen im Zusammenhang mit Demenz usw. zu untersuchen.

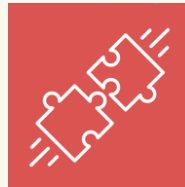
Die Recherchen ergaben drei Hauptschlussfolgerungen:

- Obwohl umfangreiche Forschungsarbeiten zum Thema Resilienz durchgeführt wurden, gibt es keinen Konsens über die Definition des Begriffs, was eine große Herausforderung darstellt.
- Es gibt zahlreiche Instrumente, die im Rahmen ähnlicher Projekte entwickelt wurden und für Care4You4Others eine wertvolle Hilfe sein könnten.
- Es besteht ein deutlicher Unterschied zwischen formellen und informellen Pflegekräften, wobei die Resilienz in beiden Kontexten typischerweise unterschiedlich behandelt wird.

Sie können die wichtigsten theoretischen Eckpunkte in Anhang 1 dieses Berichts nachlesen.

3. INTERVIEWS MIT EXPERT:INNEN

Jeder Partner führte Interviews mit einschlägigen Expert:innen auf dem Gebiet der Resilienz durch. Um Konsistenz zu gewährleisten und den Vergleich der Ergebnisse zu erleichtern, wurde zunächst eine Interviewvorlage erstellt, die in Anhang 2 zu finden ist. Insgesamt wurden 7 Interviews von den Projektpartnern geführt, was über den ursprünglichen Plan im Antragsformular hinausgeht. Der Grund für diese Entscheidung war der nachweisliche Wert der Einbeziehung von Expert:innen in dieser ersten Phase. Das erhaltene Feedback erwies sich als außerordentlich nützlich, da es wertvolle Einblicke in das Thema Resilienz in der Pflege bot und die besonderen Herausforderungen und Anforderungen, denen sich die Pflegenden gegenübersehen, verdeutlichte.



Methodischer Überblick

| | |
|---------------------------|---|
| Zielwert: | geplant 6 / durchgeführt 7 |
| Genderperspektive: | Berücksichtigung eines ausgewogenen Geschlechterverhältnisses bei den Interviewten, was besonders wichtig ist, wenn es um Herausforderungen in der Pflege geht. |
| Interviewmethode: | Persönliches Gespräch oder Videogespräch nach von den Partnern entwickelten Leitfragen. |
| Zeitaufwand: | 30-45 Minuten |
| Sprache: | Das Interview kann in den Landessprachen geführt werden; die Zusammenfassung sollte auf Englisch erfolgen. |
| Ziel: | I. Erhalt von Informationen und Meinungen von den Expert:innen.. II. Weitere Einbindung des Experten in den Projektprozess |
| Analvse: | beschreibende Zusammenfassung für jedes Interview und gemeinsame |

Die folgenden Expert:innen wurden befragt (aus Datenschutzgründen werden nur die Profile der Expert:innen veröffentlicht).

| Verantwortlicher Partner | Expertenprofil | Expertenverbindung zu Pflege/Resilienz |
|---------------------------------|--|--|
| ACUFADE | Experte für Familienpflege | Unterstützungsmaßnahmen für pflegende Angehörige |
| ACUFADE | Universitätsprofessor | Untersuchung im Bereich der Resilienz |
| bit Bildungswelten | Supervisorin & Coach | Arbeitete in der Vergangenheit ausschließlich mit pflegenden Angehörigen |
| bit Bildungswelten | Supervisorin, Coach & Lebens- und Sozialberaterin | Coach für Mitarbeiter eines Krankenhauses |
| Eclectica+ | Coach, Ausbilderin und Managerin für nationale Projekte für pflegende Angehörige | Gestalterin von Resilienztrainingsprojekten für informelle Pflegekräfte |
| Eclectica+ | Leiterin eines Wohnheims für ältere und behinderte Menschen | Expertin für die Pflege von älteren und behinderten Menschen |
| Eclectica+ | Pflegedienstleiterin einer psychiatrischen Abteilung eines Krankenhauses | Expertin für die Betreuung psychiatrischer und psychisch kranker Patienten |

Im Folgenden werden die wichtigsten Erkenntnisse aus den Interviews vorgestellt. Da die Antworten sehr detailliert waren, haben wir sie in Anlehnung an das Interviewkonzept in Gruppen gegliedert. In diesem Bericht haben wir uns darauf konzentriert, die wichtigsten Elemente hervorzuheben und nur die wichtigsten Informationen zu präsentieren, die für die Gestaltung des Online-Kurses als nützlich erachtet wurden.



CLUSTER 1: HERAUSFORDERUNGEN FÜR PFLEGEKRÄFTE:

Italien:

- Bewältigung von Trauer und Tod
- Umgang mit schwierigen Gedanken und Gefühlen
- Umgang mit der praktischen Arbeitsbelastung
- Navigieren durch komplexe Informationen über Diagnosen, verfügbare Dienstleistungen und bürokratische Prozesse in Italien
- Umgang mit dem Generationsunterschied zwischen jüngeren und älteren Pfleger:innen
- Wirtschaftliche Probleme der informellen Pflegekräfte
- Unterschiedliche Bedürfnisse, zeitliche Beschränkungen und Verfügbarkeit von formellen und informellen Pflegekräften

Spanien:

- Unzureichende Informationen über die Rechte informeller Pflegekräfte
- Gefühle der Isolation bei informellen Pflegekräften
- Missverständnisse über die Bedeutung der Selbstpflege unter den Pflegenden
- Erhebliche Auswirkungen auf das persönliche Leben und die familiären Beziehungen
- Wirtschaftliche Belastung durch die Betreuungsaufgaben
- Herausforderungen bei der Vereinbarkeit von Pflege und Beruf
- Mangelnde Anerkennung und soziale Bedeutung der Pflegerolle

- Notwendigkeit, die Pflege in der Öffentlichkeit zu würdigen und ihr einen höheren Stellenwert einzuräumen

Österreich:

- Begrenzte Verfügbarkeit von Plattformen für Austausch und Kommunikation zwischen formellen und informellen Pflegekräften
- Wettbewerb unter Kollegen, insbesondere in der formellen Pflege
- Mangel an Kommunikations- und Konfliktlösungsfähigkeiten
- Hohe Arbeitsbelastung und unregelmäßige Schichtpläne
- Unklarheit über die eigene Rolle im Team
- Auftreten von Konflikten innerhalb von Pflorgeteams
- Ein hohes Maß an Stress und Burnout sind weit verbreitete Probleme
- Probleme mit dem Generationsunterschied zwischen älteren und jüngeren Pflegern

CLUSTER 2: SCHLÜSSELKOMPETENZEN, DIE GESTÄRKT WERDEN MÜSSEN:

Italien:

- Die Fähigkeit, nach Prioritäten und Zielen zu arbeiten
- Zeitmanagement
- Stärkung der internen Motivation (die sich aus dem Bewusstsein der ethischen Auswirkungen des Pflegeberufs ergibt)
- Kommunikation
- Über Antifragilität statt über Resilienz sprechen
- Prozesse und Techniken der Zusammenarbeit
- Einfache Coaching-Techniken, um sich selbst Ziele für die Selbstfürsorge zu setzen und zu lernen, wie man persönliche lebenspflegerische Aktivitäten ausbalanciert
- Begleitung bei Tod und Trauer

Spanien:

- Aufbau kultureller Kompetenz, gemeinsame Problemlösung und Anpassung der Unterstützungssysteme an die spezifischen Bedürfnisse der verschiedenen kulturellen Gruppen.
- Die Auseinandersetzung mit geschlechtsspezifischen Stereotypen innerhalb einer Gemeinschaft kann die Resilienz verbessern, indem sie die Gleichberechtigung fördert und Einschränkungen abbaut.
- Verbesserung der Bedingungen in Pflegeeinrichtungen, Verständnis für Resilienz, Empathie und Vermeidung von Auferlegung.
- Förderung von unterstützenden Beziehungen, die von Vertrauen, Respekt und Empathie geprägt sind, wobei auch die Stärken und Bewältigungsmechanismen des Einzelnen anerkannt werden.

- Sensibilisierung für die Bedeutung der Selbstfürsorge zur Förderung der Resilienz.
- Ermutigung zur Selbstwahrnehmung und zur Inanspruchnahme von Unterstützung bei Bedarf, um das körperliche, emotionale und geistige Wohlbefinden zu erhalten.

Österreich:

- Methoden und Instrumente zur Selbstfürsorge
- Kommunikationsfähigkeiten und -werkzeuge
- Selbstwahrnehmung
- Fähigkeit, schwierige und belastende Situationen zu erkennen

CLUSTER 3: WICHTIGE THEMEN FÜR DEN KURS:

Italien:

- Problemlösung
- Emotionales Management
- Positive Kommunikation
- Entspannungstechniken (z. B. Focusing, Achtsamkeit, einfache Yoga-Atemübungen)
- Wo kann man Hilfe und Unterstützung finden (z. B. Selbsthilfegruppen, freiwillige Vereine in der Umgebung, bürokratische Aspekte)
- Möglichkeiten der Heimautomatisierung
- Berufliche Fähigkeiten und Rollen (z. B. was Psychiater:in/Psycholog:in tut)
- Techniken zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- Elemente der Ernährung
- Mobilisierungstechniken
- Palliative Behandlungen und Medizin

Spanien:

- Persönliche Kontakte (zu Beginn und am Ende des Kurses)
- Geführter Kurs - verschiedene Module
- Fragen zur persönlichen Situation - Verständnis für die Bedürfnisse der Pflegenden / Fragen zu ihrer GESCHICHTE!
- Nicht auf die Herausforderungen, sondern auf die Person konzentrieren / ihr Raum geben, sich mitzuteilen und das Gefühl zu vermitteln, dass sie im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit steht
- Geschichten/Filme/Beispiele einfügen, in denen in einem konkreten Fall die Pflege als Referenz erklärt wird!

Österreich:

- Inhalte: Selbstfürsorge, Achtsamkeitstraining

- Kurs/Inhalt auf die länderspezifischen Bedürfnisse zuschneiden
- Verwendung von einfacher Sprache
- Berücksichtigung von kulturellen und sozialen Unterschieden
- genügend Raum zum Ausprobieren und Üben von Methoden

Schlussfolgerungen aus den Interviews:

Angesichts technischer, zeitlicher und ressourcenbezogener Einschränkungen ist es offensichtlich, dass nicht alle Aspekte vollständig in den Online-Kurs integriert werden können. Auf der Grundlage des erhaltenen Feedbacks sollten jedoch die folgenden Elemente vorrangig und so weit wie möglich einbezogen werden:

- Berücksichtigung verschiedener Situationen, einschließlich Faktoren wie Geschlecht, Alter, Art der Krankheit und der spezifischen Bedürfnisse der betreuten Person sowie der geografischen Lage (Stadt oder Land).
- Der Kurs sollte modular aufgebaut sein, so dass die Teilnehmer:innen die Module nach ihren individuellen Bedürfnissen und Interessen auswählen können.
- Vorrang der Praxis vor der Theorie, wobei die Theorie als einführendes Element verwendet wird, ohne zu sehr ins Detail zu gehen.
- Der Online-Kurs soll gegebenenfalls durch persönliche Sitzungen ergänzt werden, da die Online-Umgebung nicht für jede Herausforderung die optimale Lösung ist.
- Kurze Videosegmente (maximal 15 Minuten) einfügen, die sich mit spezifischen Problemen von Pflegenden befassen, um die Effektivität des Kurses zu erhöhen.
- Über bestehende Hilfsmittel wie Resil4Care informieren und die Möglichkeiten zur Vernetzung und zum Aufbau von Beziehungen zu anderen Pflegenden bieten.
- Die Teilnehmer:innen ermutigen, persönliche Geschichten und Erfahrungen auszutauschen, um ein Gefühl der Gemeinschaft und Unterstützung zu fördern.
- Die Bedeutung der Pflege und ihre Auswirkungen durch klare Fakten erklären.

3. UMFRAGE UNTER PFLEGEKRÄFTEN

Jeder Partner führte eine Umfrage unter formellen und informellen Pflegekräften durch. In einem ersten Schritt wurde die Erhebungsvorlage entworfen und in die einzelnen Sprachen übersetzt. Dieser Ansatz ermöglichte die Zusammenführung der drei Datensätze und die Durchführung einer gemeinsamen statistischen Analyse. Dies erforderte die Ausarbeitung gemeinsamer Leitlinien zum Ausfüllen der Länderdaten. Die Erhebungsvorlage ist in Anhang 3 zu finden. Die Leitlinien und der vollständige Datensatz, der mit SPSS erstellt wurde, sind in Anhang 4 bzw. Anhang 5 enthalten.

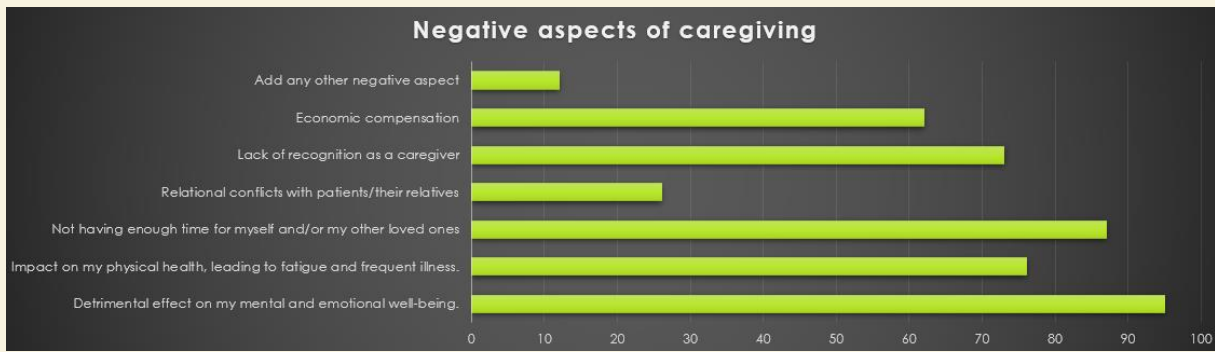


Methodischer Überblick

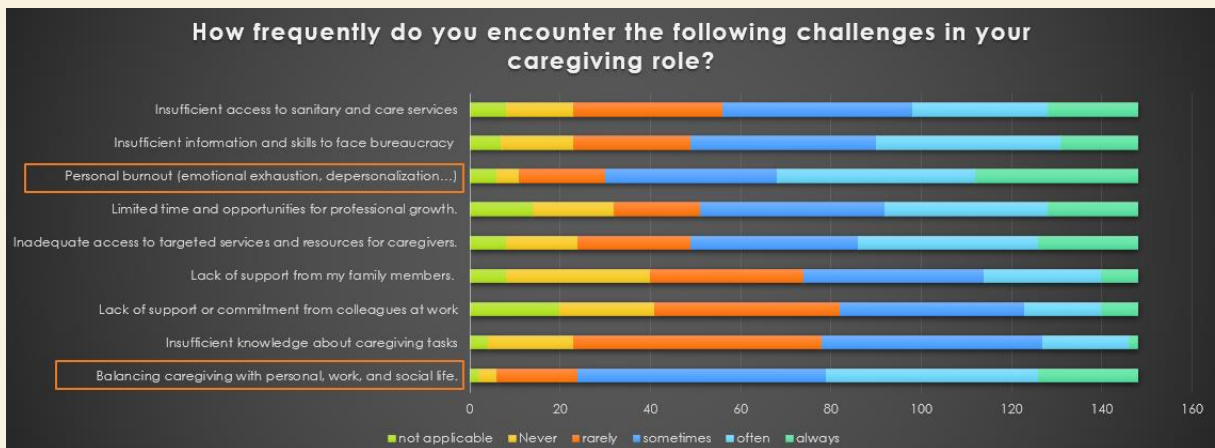
| | |
|-------------------------------|---|
| Zielwert: | 120 Antworten – 148 erhalten |
| Betreuungsperspektive: | Jeder Partner berücksichtigt den gleichen Anteil an formellen und informellen Pflegekräften. |
| Umfragemethodik: | digital - über Microsoft-Forms. Ausarbeitung mit SPSS. |
| Zeitaufwand: | nicht mehr als 15 Minuten für jede Umfrage. |
| Sprache: | Die Fragen der Erhebungsvorlage werden auf Englisch entworfen; jeder Partner sollte die endgültige Version in seine Landessprache übersetzen I. Erhalt von Informationen und Meinungen von den Pflegekräften über die Herausforderungen der Pflege, mit denen sie konfrontiert sind. II. Erwartungen und Bedürfnisse verstehen. III. Pflegekräfte weiter in die Projektaktivitäten einbinden - Online-Kurs und One Minute Wonder Setcards |
| Analyse: | Einfache Häufigkeitsanalyse und Inhaltsanalyse für offene Antworten |

Die Partner führten 148 Umfragen durch, das sind 28 mehr als im Antragsformular vorgesehen. Die Umfrage erwies sich als äußerst effizienter und nützlicher Weg, um direktes Feedback von der Hauptzielgruppe zu erhalten und ihre Herausforderungen und Bedürfnisse in Bezug auf die Resilienz in der Pflege zu verstehen. In diesem Bericht werden nur einige der wichtigsten Diagramme vorgestellt - alle Visualisierungen finden Sie in [Anhang 6](#).

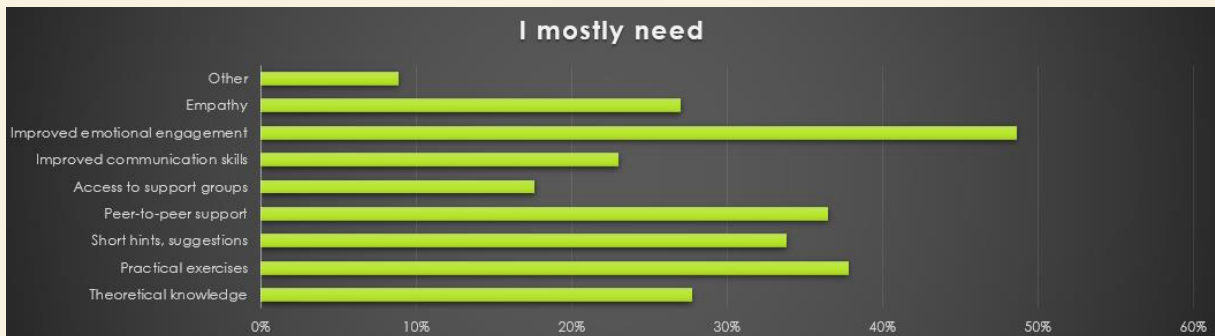
Beispiel 1:



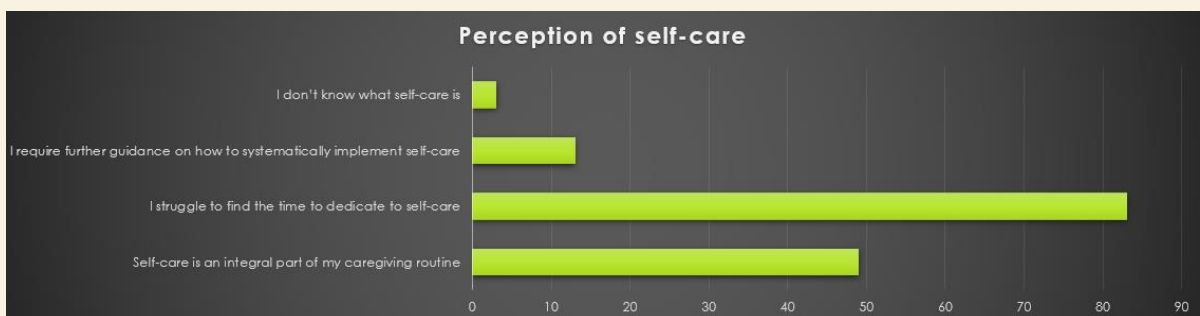
Beispiel 2:



Beispiel 3:



Beispiel 4:



Wichtigste Schlussfolgerungen:

- Die Umfrage erwies sich als ein sehr nützliches und effizientes Instrument
- Es wurden 148 Antworten abgegeben, was mehr ist als geplant
- Gute Verteilung zwischen den Ländern und zwischen informellen und formellen Pflegekräften
- Die Befragten sind überwiegend ältere Menschen und Menschen mittleren Alters
- Hoher Anteil an Arbeitslosen und Teilzeitbeschäftigten!
- Starke Dominanz von Frauen
- Die meisten Pflegekräfte üben ihre Tätigkeit seit langem aus!
- Ein hoher Prozentsatz der Pflegenden pflegt 40 oder sogar mehr Stunden pro Woche
- Pflegende schätzen die emotionale Perspektive der Pflege hoch ein
- Negative Auswirkungen vor allem auf Gesundheit, Wohlbefinden, Anerkennung
- Pflegende schätzen emotionale Unterstützung höher ein, gefolgt von praktischer Unterstützung, theoretische Unterstützung steht an letzter Stelle
- Die meisten Pflegenden sind sich der Selbstfürsorge bewusst, haben aber keine Zeit/Ressourcen, sie zu integrieren

4. SCHLUSSFOLGERUNGEN

Die in Aktivität 1 durchgeführte Untersuchung erwies sich als äußerst praktisch und effizient und lieferte bemerkenswert nützliche Erkenntnisse für die nachfolgenden Phasen des Projekts. Durch die Kombination von Sekundärforschung, Experteninterviews und einer Umfrage unter Pflegekräften konnten wir ein umfassendes Verständnis des Themas Resilienz gewinnen, insbesondere im Hinblick auf die Bedürfnisse und Erwartungen von Pflegekräften. Dieser vielschichtige Ansatz lieferte wertvolle Daten, die in die Gestaltung des Online-Kurses einfließen werden.

Es ist von entscheidender Bedeutung, den Kursinhalt auf die ermittelten Bedürfnisse und Erwartungen der Pflegenden abzustimmen, um seine Effektivität und Benutzerfreundlichkeit zu gewährleisten. Indem wir auf diese Bedürfnisse eingehen, können wir den Kurs auf die spezifischen Herausforderungen der Pflegenden zuschneiden und so ihre Widerstandsfähigkeit in ihren täglichen Rollen und Aufgaben stärken. Durch diesen gezielten Ansatz wird nicht nur die Wirkung des Kurses maximiert, sondern auch die Akzeptanz und Nutzung unter den Pflegenden erhöht, was zu einer spürbaren Verbesserung ihres Wohlbefindens und ihrer Leistung führt.

ANHÄNGE

Alle Anhänge sind nur auf Englisch verfügbar, mit Ausnahme der Ergebnisse der in den einzelnen Ländern durchgeführten Erhebungen.

Anhang 1: Theoretischer Überblick über die Resilienz von informellen und formellen Pflegekräften

Anhang 2: Interviewvorlage

Anhang 3: Erhebungsvorlage

Anhang 4: Umfragedaten - Rohdaten

Anhang 5: Umfragedaten - Eingabeanweisungen

Anhang 6: Umfragedaten - Visualisierungen

Anhang 7: Umfrageergebnisse aus Spanien/Italien/Österreich



care
4YOU
OTHERS

Resilience training
for the new generation
of caregivers

Care4You4Others
Resilience training
for the new generation
of caregivers

2023-1-AT01-KA210-VET-000151863



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.