

Quelle:

www.lazarus.at/2021/12/14/unterrichtskonzept-freude-pflegen-in-der-pflege-zeigt-wirkung

Unterrichtskonzept „Freude pflegen“ in der Pflege zeigt Wirkung

✘ Ein innovatives Unterrichtskonzept zum Stressmanagement und zur Anhebung der Arbeitsmotivation für Pflege-Azubis wird derzeit in einer Langzeitstudie der Stiftung „Humor Hilft Heilen“ wissenschaftlich untersucht.



Seit Mitte 2019 wird das Unterrichtskonzept „Freude pflegen“ in sechs Modulen mit Auszubildenden der Kranken- und Altenpflege der Alexianer Pflegeschule in Münster getestet. Mit ca. 90 Schüler*innen werden halbjährlich dreistündige Interventionen durchgeführt, die Perspektivwechsel ermöglichen und Resilienz-fördernd sind.

„Wir haben jetzt erste Informationen darüber, wie die Humorinterventionen wirken“, erklärt Maria Bley, Leiterin der Stiftung ´Humor Hilft Heilen´. Im

nächsten Schritt werden die Absolvent*innen weitere zwei Jahre nach Abschluss ihrer Ausbildung im Berufsleben begleitet, um auch die Nachhaltigkeit der Massnahmen überprüfen zu können.

„Angesichts der hohen emotionalen und körperlichen Herausforderungen für Auszubildende in der Pflege freuen wir uns sehr über die Teilnahme an diesem Projekt“, sagt Peter Ahaus, stv. Schulleiter der Alexianer Zentralschule für Gesundheitsberufe in Münster. „Das Unterrichtskonzept ‚Humor in der Pflege‘ eröffnet unseren Auszubildenden die Möglichkeit der Reflexion zum eigenen Umgang mit Unsicherheiten und herausfordernden Arbeitsumständen.“

Um der Abwanderung des Fachpersonals bereits in der Ausbildung entgegen zu wirken, hat Dr. Eckart von Hirschhausens Stiftung ‚Humor Hilft Heilen gGmbH‘ mit Unterstützung der Universität zu Lübeck dieses Pionierprojekt „Freude pflegen“ entwickelt: Ein Curriculum mit Themenschwerpunkten, die in der klassischen Ausbildung oft zu kurz kommen. Die Teilnehmer*innen lernen, mit einer humorvollen Haltung die Perspektive zu wechseln, wie man belastende Dinge loslassen kann, was Stress und Anspannung abbaut und wie man so gut für sich sorgt, dass es auch langfristig möglich bleibt, für andere zu sorgen, ohne selbst auszubrennen. Denn:

Seelenhygiene ist genauso ernst zu nehmen wie Desinfektion!

„Die ersten Studienergebnisse sind vielversprechend: Die Humorintervention wirkte sich unmittelbar im Anschluss positiv auf die Stimmung der Pflegeschüler*innen aus und diese bewerteten die Intervention als sehr nützlich für ihren Berufsalltag“, sagt Prof. Dr. Corinna Peifer, Professorin für Arbeits- und Organisationspsychologie an der Universität zu Lübeck. „Während die humorvolle Einstellung in der Kontrollgruppe im ersten halben Jahr sank, blieb sie in der Interventionsgruppe über die Zeit stabil. Wie erwartet hängt eine humorvolle Einstellung u. a. mit reduziertem Stress, höherer Arbeitsfreude und höher wahrgenommener Bedeutsamkeit der Arbeit zusammen.“

Die Ergebnisse der Studie bestätigen die Wirksamkeit des Unterrichtskonzeptes. Jedoch zeigten die Ergebnisse auch, dass die Anwendung des Gelernten in der Praxis noch gesteigert werden kann - z. B. durch die geplante Einführung einer interaktiven App, um die Inhalte in zeitgemässer Form vertiefen zu können. Das

verbesserte Gesamtkonzept soll dann in der Zukunft mit einer weiteren Ausbildungsgruppe erprobt werden.

> [Fachliteratur](#)

Über die Stiftung:

Die bundesweit agierende Stiftung Humor Hilft Heilen (kurz HHH, sprechen Sie dies einmal laut aus!) wurde im Jahr 2008 von Arzt, Kabarettist, Moderator und Bestsellerautor Dr. med. Eckart von Hirschhausen gegründet mit dem Ziel mehr Menschlichkeit in die Medizin zu bringen und „Begegnungen auf Augenhöhe – mit Augenzwinkern“ zu ermöglichen. In einem zunehmend auf Profit ausgerichteten Gesundheitswesen ist es wichtig, das Bewusstsein für Seelenhygiene und menschliche Zuwendung zu schärfen. Clowns wirken direkt: vom Lebensanfang bis zum Lebensende – in Kliniken, Pflegeeinrichtungen und Palliativstationen.

Gleichzeitig stärken die Workshops von HHH Pflegekräfte in den Themen Stressreduktion, Perspektivwechsel und Achtsamkeit. Aus dem Workshop-Konzept wurde ebenfalls ein 3-tägiges Curriculum für Pflegeschulen entwickelt, das neben den Pflegeschülern auch Lehrer und Praxisanleiter einbezieht. Immer mehr Pflegeschulen arbeiten damit. Um die positive Wirkung von Humor zu belegen, unterstützt HHH zahlreiche Forschungsprojekte. Denn: Humor hilft heilen.

> **www.humorhilftheilen.de**