



Alan Wood Photography/shutterstock.com

EINLADUNG

DIENSTAG, 23. FEBRUAR 2021, 14.00 – 16.00 UHR

Sehr geehrte Damen und Herren,

der Arbeitsalltag in der Pflege ist herausfordernd – und das nicht erst seit Corona. Dauerstress scheint zur Arbeitsbeschreibung zu gehören: Zeitdruck, Schichtdienst, emotional fordernde Beziehungsarbeit, die Erfahrung geringer Anerkennung bei hoher Verantwortung für die zu pflegenden Menschen. Das alles wirkt sich negativ auf die psychische und körperliche Gesundheit aus. Gleichzeitig lieben die meisten Pflegenden ihren Beruf.

Auch in der informellen Pflege durch pflegende Angehörige besteht eine große Gefahr, dass Angehörige ausbrennen, selbst körperlich oder psychisch erkranken – und damit die häusliche Versorgungssituation in Gefahr gerät.

Die Widerstandsfähigkeit oder Resilienz, diese Herausforderungen zu bestehen, ohne selbst krank zu werden oder aufzugeben, ist bei Pflegenden wie auch in der übrigen Bevölkerung sehr unterschiedlich verteilt.

Wie lässt sich – neben politisch zu verändernden Rahmenbedingungen – diese Resilienz in der Pflege besser erfassen und unterstützen? Was braucht jede/r einzelne Pflegenden, um sich selbst besser vor dem Ausbrennen zu schützen? Was können die Institutionen im Gesundheitswesen, Arbeitgeber und Gesellschaft tun für eine positive Weiterentwicklung der professionellen und informellen Pflege, deren Systemrelevanz Dank der Corona-Pandemie im öffentlichen Bewusstsein angekommen ist?

Mit dieser Veranstaltung hoffen wir, einen Raum für Information und offene Fragen bezüglich dieses wichtigen Themas zu bieten. Im Nachgang an diese Veranstaltung bieten wir Ihnen eine Auswahl an Online Workshops, um noch tiefer ins Thema einzusteigen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Univ.-Prof. Dr. A. Fellgiebel
Zentrum für psychische Gesundheit im
Alter (ZpGA)

Dr. Alexandra Wuttke-Linnemann
Zentrum für psychische Gesundheit im
Alter (ZpGA)

ANMELDUNG

Gebühr

Die Teilnahme ist gebührenfrei.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online über die Rhein-Mosel-Akademie.

[Hier geht's zur Anmeldung.](#)

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung per E-Mail mit Informationen zur Teilnahme sowie den Teilnahme-Link.

Sie benötigen ein Tablet, Laptop oder PC mit Lautsprecher bzw. Kopfhörern oder ein Smartphone und eine stabile Internetverbindung.

Organisation

Rhein-Mosel-Akademie
Vulkanstraße 58 • 56626 Andernach
Telefon (0 26 32) 4 07-5614
info@rma.landeskrankenhaus.de
rhein-mosel-akademie.de

14.00 – 14.45 Uhr

TEIL 1 – IMPULSVORTRÄGE



- **Resilienz- und Stresserleben von informell pflegenden Angehörigen**
Dr. Wuttke-Linnemann,
Zentrum für psychische Gesundheit im Alter
- **Resilienzförderung in der professionellen Pflege**
Prof. Dr. Weidner,
Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar



14.45 – 16.00 Uhr

TEIL 2 – PODIUMSDISKUSSION

Diskussionsteilnehmer/-innen

- Ministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler (Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie)
- Dr. Gerald Gaß (Geschäftsführer Landeskrankenhaus und designierter Hauptgeschäftsführer der Deutschen Krankenhausgesellschaft)
- Prof. Dr. Frank Weidner (Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar)
- Prof. Dr. Brigitte Anderl-Doliwa (Landespflegekammer Rheinland-Pfalz)
- Sabine Jansen (Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.)
- Dr. Alexandra Wuttke-Linnemann (Zentrum für psychische Gesundheit im Alter)

Moderation

Prof. Dr. Andreas Fellgiebel (Zentrum für psychische Gesundheit im Alter und Agaplesion Elisabethenstift Darmstadt)

Während der Podiumsdiskussion können im Chat Fragen gestellt werden.

im Nachgang

TEIL 3 – ONLINE-WORKSHOPS

Die Workshops finden im Nachgang an die Veranstaltung an einem anderen Tag statt. Details siehe nächste Seite.

UNSERE PARTNER



1 Besondere Belastungsfaktoren pflegen-der Angehöriger während der Corona-Pandemie

für Alle (Interessierte, Experten, Betroffene)

Referent: Simon Eggert
Leiter Analyse und Kommunikation,
Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP)

Dieser Kurzvortrag soll einen Einblick in den aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstand zu den Herausforderungen pflegender Angehöriger während der Corona-Pandemie in Deutschland vermitteln. Bereits vor der Corona-Pandemie waren pflegende Angehörige physisch und vor allem psychisch teilweise stark belastet. Die Corona-Pandemie fordert pflegenden Angehörigen nun zusätzlich immens viel ab. Um sie zukünftig besser unterstützen zu können, sind Erkenntnisse zu Herausforderungen und Belastungen, die sie im Zuge der aktuellen Situation erleben, äußerst wichtig. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hat gemeinsam mit der Charité – Universitätsmedizin Berlin in einer Studie untersucht, welchen Einfluss die SARS-CoV-2-Pandemie bisher auf pflegende Angehörige und die häusliche Pflegesituation hat. Dafür wurden bundesweit 1.000 pflegende Angehörige zwischen 40 und 85 Jahren in Deutschland befragt, die seit mindestens sechs Monaten regelmäßig eine pflegebedürftige Person über 60 Jahre versorgen. Zentrale Ergebnisse dieser Befragung werden im Rahmen des Impulses vorgestellt.

Termin: Donnerstag, 25. Februar 2021, 14.00 – 14.30 Uhr

2 Psychologische erste Hilfe während Corona

für professionell Pflegende

Referent: Ulrich Bestle
Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz,
Leitender Psychologe Poliklinische Institutsambulanz
für Psychotherapie, Stellv. Leitung der Ausbildungsambulanz, Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Der ohnehin schon große Druck, der auf den Pflegekräften lastet, hat sich durch die Corona-Krise noch einmal deutlich erhöht. Zusätzlich zu einem oft zu hohen Arbeitspensum und Zeitmangel steigt durch die Corona-Pandemie die Patientenzahl an, spezielle Infektionsschutzvorschriften für den Umgang mit Corona-Patienten vergrößern zudem den Arbeitsaufwand. Pflegekräfte sind in besonderem Maße der Ansteckungsgefahr ausgesetzt und bekommen in vorderster Front die hohe Belastung des Gesundheitssystems zu spüren. Psychische Folgen dieses hohen Drucks können zum Beispiel erhöhte Anspannung, Nervosität, vermehrte Sorgen wie auch Schlafprobleme sein. Vor allem die Ungewissheit über den weiteren Verlauf der Krise kann zu Sorgen führen.

Dringend notwendig sind in dieser Situation Möglichkeiten der psychischen Unterstützung und der Stärkung der Resilienz. Ziel dieses Workshops ist es, professionell Pflegenden Wissen und Umgangsweise mit den besonderen Belastungen zu vermitteln. Zusätzlich soll ein Überblick über bestehende Beratungsangebote helfen, eine optimale Unterstützung für professionell Pflegende bieten zu können.

Termin: Montag, 1. März 2021, 10.00 – 11.00 Uhr

3 Der FARBE-Fragebogen – Resilienzfaktoren in der Beratung von pflegenden Angehörigen

für Personen, die in der Beratung tätig sind

Referentin: Dr. Alexandra Wuttke-Linnemann
Zentrum für psychische Gesundheit im Alter

Verschiedene Beratungsanlässe in der Pflege haben ein hohes Potenzial, zur gesundheitlichen Prävention bei pflegenden Angehörigen beizutragen: Im Rahmen von Pflegeberatungseinsätzen könnten Risikofaktoren identifiziert und geeignete präventive Interventionen angeboten werden. Die Herausforderung besteht häufig darin, trotz zeitlicher Begrenzung einen umfassenden Einblick in die Pflegesituation des pflegenden Angehörigen zu bekommen. Dabei sind systematische Assessments von großer Bedeutung. Viele dieser Assessments erfassen überwiegend die Belastungsfaktoren. Dabei kann aber auch gerade der Blick auf die Ressourcen helfen, zielgerichtete Unterstützungsmöglichkeiten für die Betroffenen zu finden.

Im Rahmen dieses Workshops wird das wissenschaftsbasierte Screening-Instrument FARBE – Fragebogen zur Angehörigen-Resilienz und -Belastung – für professionelle Beratungssituationen vorgestellt. Das Instrument umfasst jeweils einen Fragebogen für pflegende Angehörige (FARBE) sowie einen Fragebogen, der sich speziell an Angehörige von Menschen mit Demenz richtet (FARBE-DEM). Zudem gibt es entsprechende Auswertungstools und ein Manual.

Die beiden Fragebögen können eingesetzt werden, um individuelle Resilienz- und Belastungsfaktoren eines pflegenden Angehörigen einzuschätzen. Die automatische Auswertung und die Visualisierung der Antworten zeigen in einer übersichtlichen Grafik an, ob bei einem pflegenden Angehörigen ein erhöhter präventiver Beratungsbedarf besteht. Darüber hinaus dient das Instrument dazu, individuell wichtige Themen für die Beratung zu erkennen. Die Auswertung des Fragebogens lässt sich speichern und ausdrucken, so dass sie für spätere Beratungstermine genutzt werden kann.

Termin: Dienstag, 2. März 2021, 14.00 – 15.00 Uhr

4 Hands-On-Workshop: Selbstfürsorge für pflegende Angehörige – „Wenn Du es eilig hast, geh langsam“ (Konfuzius)

für pflegende Angehörige

Referentin: Helga Schneider-Schelte
Sozialpädagogin und Projektleiterin des Alzheimer-Telefons, Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

Durch die Pflege verändert sich der Alltag der Angehörigen. Sie übernehmen immer mehr Aufgaben im Haushalt, regeln Finanzen, organisieren und planen. Das Sorgen hört nicht auf und sie finden selten Ruhe. Abends sind sie häufig zu erschöpft und müde, um sich mit Freunden zu treffen, Sport zu treiben oder Zeit für sich zu nehmen.

Doch Auszeiten und Zusammensein mit anderen sind Quellen, um stark, zufrieden und gesund zu bleiben. In dem Workshop soll es daher um Strategien gehen, die hilfreich sind für den Pflegealltag und Fragen aufgreifen wie: Was tut mir gut? Wo sind meine Grenzen? Worauf bin ich stolz? Wie und wo kann ich mir Hilfe holen?

Termin: Donnerstag, 4. März 2021, 14.00 – 15.30 Uhr