Eine U-Bahnfahrt

„Wir imitieren andere Menschen –
wenn der/die Andere lächelt, lächeln wir unwillentlich zurück.

Unsere Stimmung ändert sich, wenn wir Andere nachahmen –
wenn wir lächeln, ist auch unsere Stimmung positiver, wenn wir „finster sehen", fühlen wir uns schlechter."

vgl. Elaine Hatfield (1993): Emotional Contagion

Empathy is the capacity to take the role of the other
and to adopt alternative
perspectives vis a vis oneself."
(Mead 1934)

Empathie und Pflege

empCARE: Pflege für Pflegende. Ein empathiebasiertes Entlastungskonzept.

(Verbundleitung: Univ.-Prof. Dr. Marcus Roth)

Hintergrund

- **besonderen Leistungsanforderung in der Pflege**
  - Fachwissen
  - Kompetenzen
  - förderliche Beziehungen aufbauen
- **hohes Belastungserleben**
  - Wunsch den Beruf zu verlassen (Borchart et al., 2011; Hasselhorn, Trackenberg & Müller, 2003)
  - Emotionale Erschöpfung (Borchart et al., 2011; Hasselhorn, Trackenberg & Müller, 2003, Fischer & Schaarschmidt, 2003; Jenull et al., 2008; Poncet et al., 2007; Potter, 2010)
  - Psychische Belastungsfaktoren (Chou, Li & Hu, 2014)
- **Entstehungsfaktoren - Interaktionsarbeit als Risikofaktor für die emotionale Gesundheit der Pflegenden**
  - Overcommitment (Chou, Li & Hu, 2014)
  - Fehlende Aktzeptanz eigener Emotionen (Krey, 2003)
  - Unkontrollierte Empathie (Altmann, Schönefeld & Roth, in Begutachtung; Gleichgerrcht & Decety, 2013; O'Connor, Berry, Weiss & Gilbert, 2002; Thoma et al., 2011; Thomas, 2013)

Hintergrund

- besonderen Leistungsanforderung in der Pflege
  - Fachwissen
  - Kompetenzen
  - förderliche Beziehungen aufbauen
- Hohes Belastungserleben
  - Wunsch den Beruf zu verlassen (Borchart et al., 2011; Hasselhorn, Trackenberg & Müller, 2003)
  - Emotionale Erschöpfung (Borchart et al., 2011; Hasselhorn, Trackenberg & Müller, 2003, Fischer & Schaarschmidt, 2003; Jenull et al., 2008; Poncet et al., 2007; Potter, 2010)
  - Psychische Belastungsfaktoren (Chou, Li & Hu, 2014)
- Entstehungsfaktoren - Interaktionsarbeit als Risikofaktor für die emotionale Gesundheit der Pflegenden
  - Overcommitment (Chou, Li & Hu, 2014)
  - Fehlende Aktzeptanz eigener Emotionen (Krey, 2003)
  - **Unkontrollierte Empathie** (Altmann, Schönefeld & Roth, in Begutachtung; Gleichgerrcht & Decety, 2013; O'Connor, Berry, Weiss & Gilbert, 2002; Thoma et al., 2011; Thomas, 2013)

Verbundstruktur

Standortleitung

„Empirische Evaluation zur gesundheitspräventiven Wirkung und Akzeptanz des Entlastungskonzepts"
Leitung: Dr. Tobias Altmann

Verbundpartner

UNIKLINIK KÖLN

„Konzeption und Umsetzung des gesundheitspräventiven Entlastungskonzepts in der stationären Krankenpflege mit Analyse differenzieller Durchführungsbedingungen"
Leitung: Vera Lux

universitäts klinikum bonn

Entwicklung und Analyse eines Multiplikatorenansatzes zur Verbreitung des gesundheitspräventiven Entlastungskonzepts"
Leitung: Andreas Kocks, BScN, MScN

„Entwicklung und Analyse des gesundheitspräventiven Entlastungskonzeptes in der ambulanten Intensivpflege"
Leitung: Daniela Rolling, Dipl.-Medizinökonomin

Ziele

Übergeordnetes Ziel

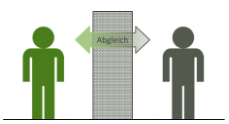
- Entwicklung eines empathiebasierten Entlastungskonzeptes
  - 2-tägiges Kompakttraining
  - begleitendes Coaching

Inhaltliche Ziele

- Reflektierte, bewusste Gestaltung empathischer Momente
- Gleichgewicht eigener und fremder Bedürfnisse (Empathie für Andere – Selbstempathie)

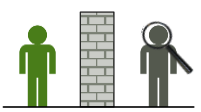
Wirksamkeit

- Reduzierung des emotionalen arbeitsbezogenen Belastungserlebens der Pflegenden



Kategorien pseudo-empathischer Antworten

- **Beschwichtigungen**
  „Sie überleben uns doch alle."
- **Schnelle Lösungen**
  „Ich rufe den Seelsorger für Sie an."
- **Bewertungen**
  „Sie sehen das viel zu negativ."
- **Belehrungen**
  „Wenn Sie sich an den Rat der Ärzte halten, geht es bald besser."

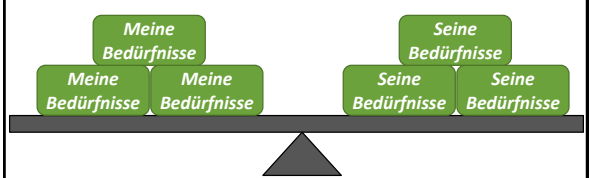


Manual empCARE – Trainingsprogramm (Arbeitstitel), in Vorbereitung

Dualer Fokus in der Interaktion

Ich bin für mich verantwortlich, ich sorge für mich.

Er ist für sich verantwortlich, ich unterstütze ihn.



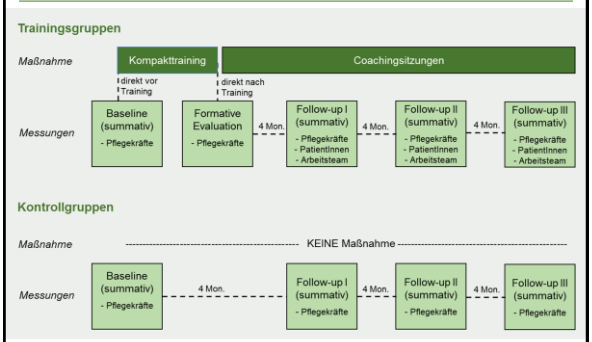
Training - Coaching

empCARE-Multiplikatoren

2. Posternews

Schenken Sie sich heute
Selbst-Empathie!
Tun Sie sich was Gutes…

Evaluation – erste Ergebnisse 2017

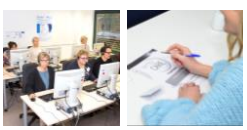


Evaluation – erste Ergebnisse 2017

- Akzeptanz (formative Evaluation)
- **Wirksamkeit (summative Evaluation)**
  - **Selbsteinschätzung**
  - **Fremdeinschätzung**
- Umsetzbarkeit in der Praxis

Evaluation – erste Ergebnisse 2017

- Akzeptanz (formative Evaluation)
- **Wirksamkeit (summative Evaluation)**
  - **Selbsteinschätzung**
  - **Fremdeinschätzung**
- Umsetzbarkeit in der Praxis



- Wissen zum Konzept
- Befindlichkeit, Gesundheit, Belastung
- Empathie, Emotionserkennung, emotionale Intelligenz, Perspektivübernahme
- Kommunikative, soziale, emotionale Fähigkeiten
- Kontrollmaß (soziale Erwünschtheit)
- Auswirkungen auf das Umfeld (Team & Patienten)
- Demographische Daten und Beruf

Evaluation – erste Ergebnisse 2017

„Wenn wir an einem Tag besonders viel zu tun haben,
macht mich das nicht unzufrieden -
es macht uns eher stolz, das zu schaffen.
Was mich unzufrieden macht ist, wenn sich dadurch schlechte
Kontakte mit Patienten und Angehörigen ergeben.“

Zitat einer Teilnehmerin

www.empcare.de

Das empCARE-Team:

Universität Duisburg-Essen
- Univ.-Prof. Dr. Marcus Roth
- Dr. Tobias Altmann
- Dipl.-Psych. Victoria Schönefeld
- Marius Deckers, BSc, MSc

Universitätsklinikum Köln
- Vera Lux
- Ludwig Thiry, M.A.
- Dr. rer. medic. Barbara Strohbücker

Universitätsklinikum Bonn
- Andreas Kocks, BScN, MScN
- Dipl.-Psych. Karoline Kaschull

DIE MOBILE Intensivpflege Köln GmbH
- Daniela Roling, Diplom-Medizinökonomin
- Michaela Greguric, stellvertretende Pflegedienstleitung

Heute vertreten durch:

Karoline Kaschull
Universitätsklinik Bonn
karoline.kaschull@ukb.uni-bonn.de

Andreas Kocks
Universitätsklinik Bonn
andreas.kocks@ukb.uni-bonn.de

Literatur

Altmann, T. & Roth, M. (2013). The Evolution of Empathy: From Single Components to Process Models. In C. Mohiyeddini, M. Eysenck & S. Bauer (Hrsg.), Psychology of Emotions (S. 171–188). New York: Nova Science Publishers.

Altmann, T., Roth, M., & Hammelstein, P. (2013): *Funktionale Empathie: Entwicklung und Evaluation eines Empathietrainings auf Basis eines integrativen Prozessmodells zur Vermeidung empathisch kurzschlüssigen Handelns* (Vol. Essen): Duisburg ; Essen : Universitätsbibliothek Duisburg-Essen ; *Universitätsbibliothek Duisburg-Essen.*

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

Altmann, T., Schönefeld, V., & Roth, M. (2015): Evaluation of an Empathy Training Program to Prevent Emotional Maladjustment Symptoms in Social Professions. *Psychology, 06*(14), 1893-1904. doi: 10.4236/psych.2015.614187

Altmann, T. (2015): *Empathie in sozialen und Pflegeberufen: Entwicklung und Evaluation eines Trainingsprogramms.* Wiesbaden: Springer.

Abt-Zegelin, A. (2009): Hoffnung - Energiequelle in schwierigen Zeiten. *Die Schwester - Der Pfleger, 48*(3), 290-294.

Abt-Zegelin, A. (2009): Gespräche sind Pflegehandlungen. *Die Schwester / der Pfleger, 48*(4), 1-4.

Abt-Zegelin, A. (2009): Sprache und Pflege. In H.-W. Ingensiep & T. Rheinbock (Eds.), *Die rechten Worte finden...Sprache und Sinn in Grenzsituationen des Lebens.*

Abt-Zegelin, A., & Kocks, A. (2013): „Ich muss selbst leben, was ich weitergeben soll". *Die Schwester - Der Pfleger, 52*(1), 92-95.

Borchart, D., Galatsch, M., Dichter, M., Schmidt, S.G. & Hasselhorn, H.M. (2011). Gründe von Pflegenden ihre Einrichtung zu verlassen: Ergebnisse der Europäischen NEXTStudie. Verfügbar unter www.next.uniwuppertal.de/download.php?f=d15ebb922cbacf5ba23abd 9778dc0a60&target=0

Chou, L.-P., Li, C.-Y. & Hu, S. C. (2014). Job stress and burnout in hospital employees: Comparisons of different medical professions in a regional hostital in Taiwan. BMJ Open, 4.

Fischer A. W. & Schaarschmidt, U. (2003). Beanspruchungsmuster in Pflegeberufen. In Ulich E. (Hrsg.), Arbeitspsychologie in Krankenhaus und Arztpraxis. Arbeitsbedingungen, Belastungen, Ressourcen (S. 169-194). Bern: Huber

Hasselhorn, H.-M., Tackenberg, P. & Müller, B. H. (2003). Vorzeitiger Berufsausstieg aus der Pflege in Deutschland als zunehmendes Problem für den Gesundheitsdienst – eine Übersichtsarbeit. Gesundheitswesen, 65, 40-46

Kocks, A. (2016): EMPATHIE – das Gefühl für Andere. *PFLEGEN - Die EFAKS-Zeitschrift*(1+2),4-5.

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

Kray, H. (2003). Ekel ist okay. Ein Lern- und Lehrbuch zum Umgang mit Emotionen in Pflegeausbildung und Pflegealltag. Hannover: B. Kunz Verlag.

O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J. & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. Journal of Affective Disorders, 71, 19–27.

Poncet, M. C., Toullic, P., Papazian, L., Kentish-Barnes, N., Timsit, J. F., Pochard, F. et al. (2007). Burnout syndrome in critical care nursing staff. American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine, 175, 698-704.

Potter, P., Deshields, T., Divanbeigi, J., Berger, J., Cipriano, D., Norris, L., & Olsen, S. (2010). Compassion fatigue and burnout: prevalence among oncology nurses. Clinical Journal of Oncology Nursing, 14, E56-62.

Roth, M., Schönefeld, V., & Altmann, T. (2015): *Trainings- und Interventionsprogramme zur Förderung von Empathie: Ein praxisorientiertes Kompendium.* Wiesbaden: Springer.

Schönefeld, V. (in Vorbereitung). Pseudo-Empathie – Theoretische Modellierung und empirische Prüfung (Arbeitstitel). Dissertation. Universität Duisburg-Essen, Deutschland

Thomas, J. (2013). Association of personal distress with burnout, compassion fatigue, and compassion satisfaction among clinical social workers. Journal of Social Service Research, 39(3), 365–379.