Emotionale Kompetenz – Möglichkeiten zur Stärkung der Emotionsregulation zu Beginn der Pflegeausbildung

Ringvorlesung 09.11.2023

Prof. Dr. Ingrid Darmann-Finck

Sebastian Partsch

Agenda

- Begrüßung und Einführung in die Veranstaltung
- Projekt TiP Regio – den Übergang von der allgemeinen in die berufliche Bildung gestalten
- Vorstellung des Unterrichtsbaustein „Emotionale Kompetenz – Emotionsregulation“
- Einblick in die Umsetzung des Unterrichtsbausteins
- Fragen und Diskussion
- Resümee und Abschluss

Transitionen in die Pflege - individuelle und regionale Ressourcen stärken (TiP-regio)

- Auftraggeber: Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB)
- Laufzeit: 2 Jahre (12/2021-11/2023)
- Beteiligte Institutionen im Forschungsverbund:
  - Hochschule Esslingen, Projektleitung Prof. Dr. habil. Karin Reiber
  - Uni Bremen Campus GmbH, Projektleitung Prof. Dr. Ingrid Darmann-Finck und Prof. Dr. Andrea Daase
  - Forschungsinstitut Betriebliche Bildung, Projektleitung Kristin Hecker

Zielsetzungen und Ansatzpunkte

Zielsetzungen:

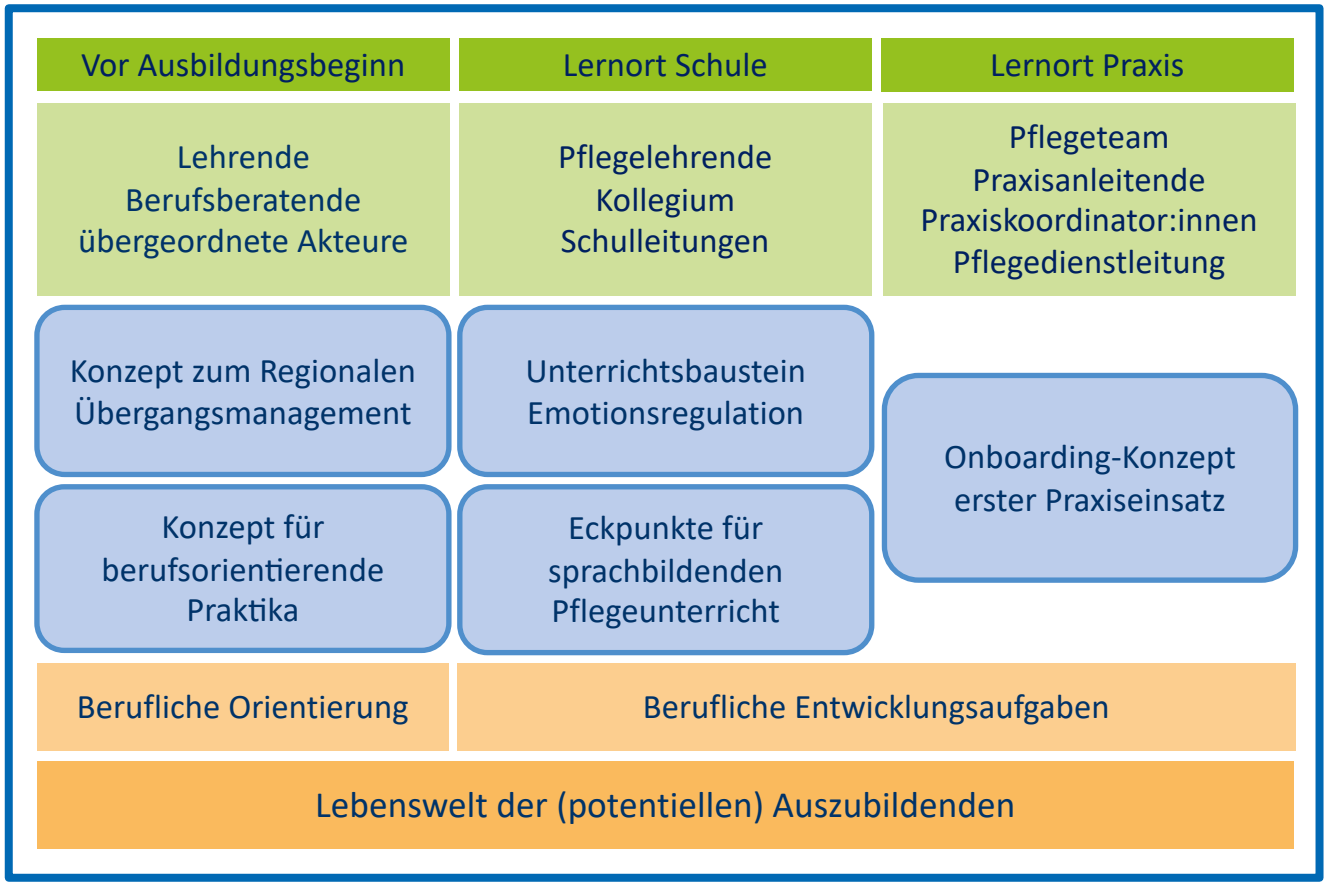
- Fokussiert den Übergang zwischen allgemeiner und beruflicher Bildung
- Zielt auf Sicherstellung des Fachkräftenachwuchses und die effektive Nutzung von Ausbildungsressourcen
- Analyse der Ist-Situation
- Identifikation von Ansätzen für eine Optimierung der derzeitigen Angebote des (Aus-)Bildungssystems
- Entwicklung, Implementierung und Evaluierung einzelner konkreter Konzepte bzw. Handlungsempfehlungen

Ansatzpunkte:

- Regionales Übergangsmanagement
- Berufsorientierende Praktika
- Unterstützung bei emotionalen Herausforderungen
- Sprachsensibler Fachunterricht
- Onboarding - Einstieg in die praktische Ausbildung

TiP-regio – Transitionen in die Pflege

Teilprojekte und Konzepte



Ausblick Ringvorlesung

- 19.10. Auftakt, Projektvorstellung und Berufsorientierung in der Pflege
- 26.10. Konzept für berufsorientierende Praktika
- 02.11. Regionales Übergangsmanagement
- 09.11. Unterrichtsbaustein Emotionsregulationskompetenz
- 16.11. Sprachsensibler Fachunterricht
- 23.11. Einstieg in die praktische Ausbildung und Abschluss

Bildungsdimensionen der Interaktionistischen Pflegedidaktik

Erkenntnisinteressen	Bildungsdimensionen
Technisches Erkenntnisinteresse	Wissenschaftsbasierte Erklärung und instrumentelle Problemlösung
Praktisches Erkenntnisinteresse	Verstehen und Verständigung
Emanzipatorisches Erkenntnisinteresse	Kritische Reflexion gesellschaftlicher Widersprüche

Habermas 1968/73)

Pflegedidaktische Heuristik (Darmann-Finck 2010; 2021; 2023)

	Pflegende	**Zu pflegende Menschen/ Bezugspers.**	**Institution/ Gesundheitssystem**	**Pflegerisches Handeln**
Wissenschafts basiertes Erklären und Problemlösen	Erklären von und instrumentelle Problemlösung für die Probleme / “Krisen“ der Pflegenden	Erklären und instrumentelle Problemlösung für die (Selbst-) Pflegebedarfe der zu pflegenden Menschen (und die Fremdpflegebedarfe der Bezugspersonen)	Erklären und instrumentelle Problemlösung für die Probleme der Institution und des Systems	Erklären und Ableiten von instrumentellen Lösungen im Hinblick auf die Unterstützung der zu pflegenden Menschen (d. Bezugspers.) bei der Lösung ihrer Pflegebedarfe
Verstehen und Verständigung	Verstehen der und Verständigung über die eigenen Interessen und Motive	Verstehen der und Verständigung über die Motive und Werte der zu pflegenden Menschen	Verstehen der und Verständigung über die Interessen und Motive der Institution / des Gesundheitswesens	Fallverstehen, Urteilsbildung und Verständigung im konkreten Fall
Kritische Reflexion von Widersprüchen	Aufdecken von gesellschaftlich geprägten inneren Widersprüchen der Pflegenden	Aufdecken von gesellschaftlich geprägten inneren Widersprüchen der zu pflegenden Menschen	Aufdecken von gesellschaftlich geprägten institutionellen Widersprüchen	Aufdecken von widersprüchlichen Strukturgesetzlichkeiten der pflegerischen Beziehung

Verstehen und Verständigung – Herausforderung (nicht nur) für Auszubildende

Verstehen der individuellen Situation eines zu pflegenden Menschen in seiner Einzigartigkeit

Zu pflegende Menschen befinden sich teilweise in existentiellen Lebenssituationen

Unsicherheit / Überforderung aufseiten der Auszubildenden (Klimasch 2021)

sinnlich-leibliches, gestalthaftes Verstehen

Ausbalancieren von rollenförmigem Handeln und Handeln als ganze Person

neben Arbeit an den Gefühlen anderer auch Arbeit an den eigenen Emotionen erforderlich (Giesenbauer & Glaser 2006)

HOCHSCHULE ESSLINGEN
UBC Uni Bremen Campus GmbH
f-bb Forschungsinstitut Betriebliche Bildung
Pflegebildung Wir verbinden Praxis, Wissenschaft & Politik

Welche emotionalen Herausforderungen erleben ihrer Erfahrung nach Pflegelernende zu Beginn ihrer Ausbildung?

198 responses

49

Hintergrund

- Pflegelernende werden von Beginn der Ausbildung mit existentiellen, leidvollen und herausfordernden Situationen konfrontiert
- Gefühle der Handlungsunfähigkeit, Unsicherheit, Ohnmacht und Angst

- Zentrale Strategie zur Verarbeitung emotionaler Herausforderungen stellt die Suche nach Unterstützung dar
- Aber: Unzureichende oder gar keine Unterstützung von ihren Kolleg:innen oder Praxisanleitenden

- Bedürfnis nach Klarheit, welche Erwartungen in der Emotionsarbeit an sie gerichtet werden

(Einig et al., 2022; Klimasch 2021; Winter 2020)

Ansatzpunkte für Prävention von emotionalen Belastungen

	Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Belastungs-orientiert	Optimierung der Arbeitsbelastungen Gestaltung von Arbeitsaufgaben, Arbeitsorganisation, Arbeitsmittel, Arbeitszeit, Arbeitsumgebung	Schutz der persönlichen Ressourcen Entspannungstechniken, Abbau von Risikofaktoren
Ressourcen-orientiert	Aufbau von institutionellen Ressourcen Vergrößerung von Handlungsspielräumen Gesundheitsförderliche Unternehmenskultur	Aufbau der personalen Ressourcen Qualifizierung, Trainings, Mentoring

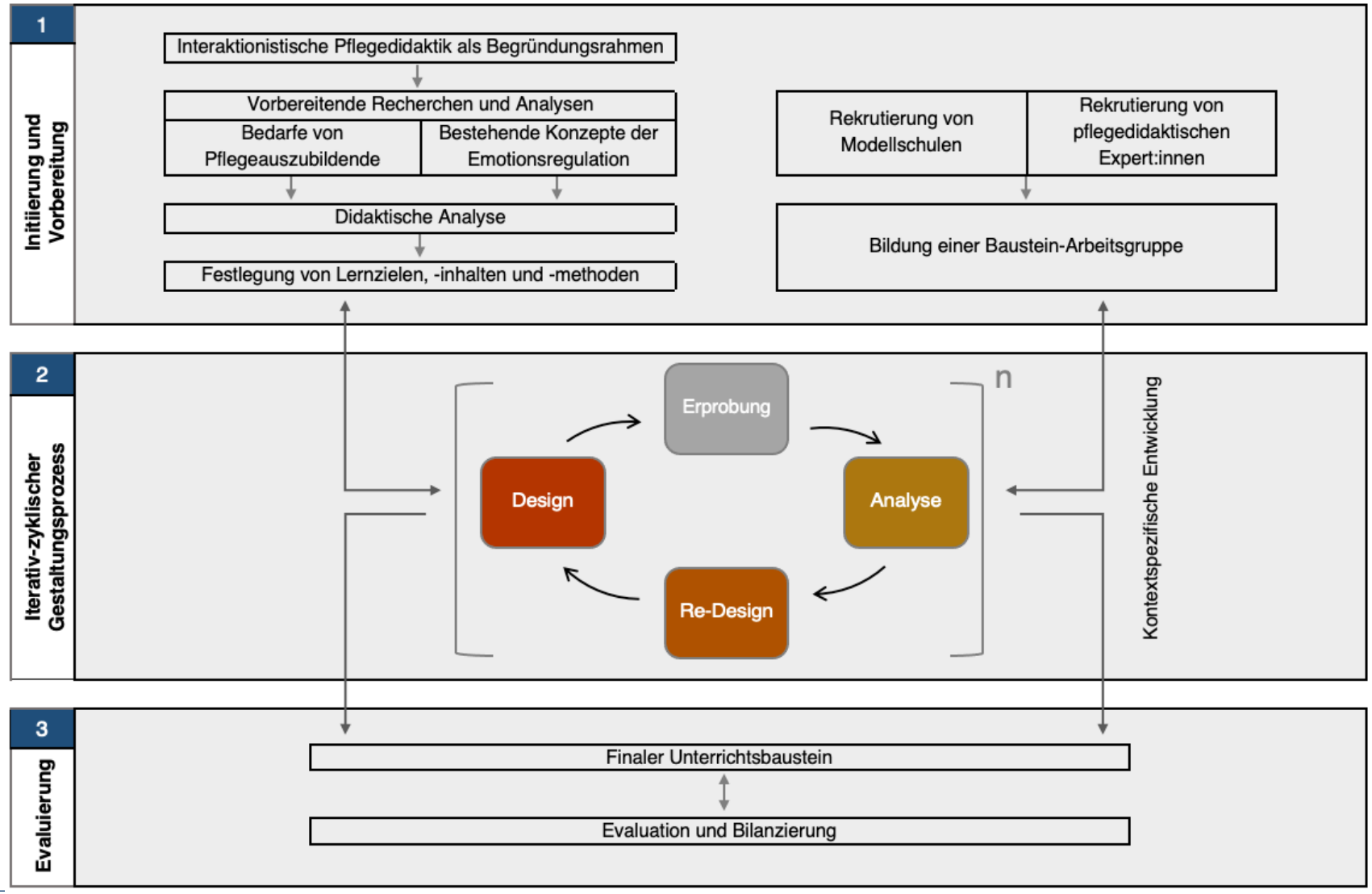
(Schmauder, 2017)

Ziele und Fragestellung

- Entwicklung eines Unterrichtsbausteins *Emotionale Kompetenz – Emotionsregulation*
- Aufbau von Fähigkeiten zur Emotionsregulation – personale Ressource in emotional herausfordernden Situationen
- Umfang von 24 Unterrichtsstunden im 1. Ausbildungsjahr

Wie muss ein Unterrichtsangebot für das 1. Ausbildungshalbjahr gestaltet sein, mit dem Auszubildende befähigt werden, eigene Emotionen in emotional belastenden Situationen gezielt zu regulieren?

Methodisches Vorgehen (Burda-Zoyke 2017; Kern, 2009)

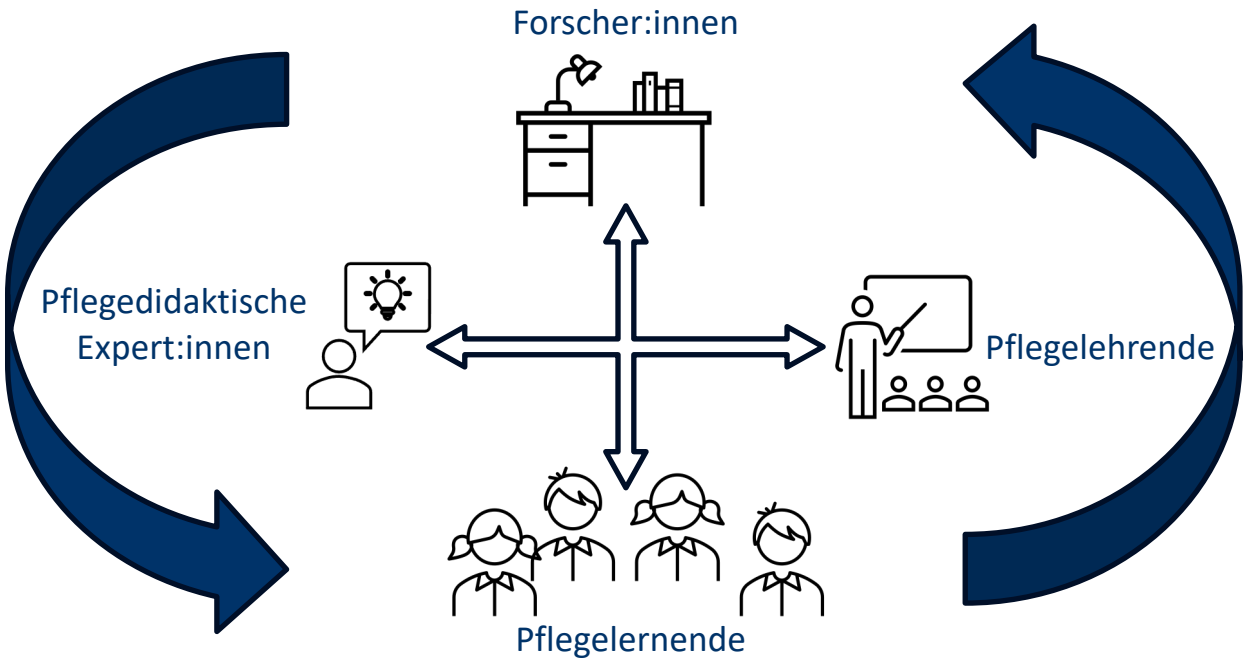


Projektpartner:innen

- Pflegedidaktischen Expert:innen
  - Dr. Juliane Dieterich (Universität Kassel)
  - Prof. Dr. Nadin Dütthorn (FH Münster)
- Pflegeschule Regio Kliniken Elmshorn
  - Melanie Tulke (Leitung)
  - Jördis Schmidt
  - Melanie Buhse
- Pflegeschule Klinikum Oldenburg
  - Susanne Henken (Leitung)
  - Simone Kitzler
  - Stientje Müller

Praxisbezogener Entwicklungsprozess

Dr. Juliane Dieterich (Universität Kassel)
Prof. Dr. Nadin Dütthorn (FH Münster)



Pflegeschule Klinikum Oldenburg
Susanne Henken (Leitung)
Simone Kitzler
Stientje Müller

Pflegeschule Regio Kliniken Elmshorn
Melanie Tulke (Leitung)
Jördis Schmidt
Melanie Buhse

Systematische Literaturrecherche – Best Practice Emotionsregulation

- Konzepte der Emotionsregulation
  - Gefühle im Griff (Barnow et al. 2015), Stark im Stress (Eckert und Tarnowski 2017), Training emotionaler Kompetenz (Berking 2017)
- Pflegepädagogische Konzepte hinsichtlich unterschiedlicher Aspekte emotionaler Kompetenz
  - Coping (Aloufi et al. 2021), Emotionale Intelligenz (Foster et al., 2017), Empathie (Yu et al. 2021), EoLC (Carmack und Kemery 2018), Resilienz (Cleary et al. 2018)
- Methodische und strukturelle Empfehlungen
  - Reflektierende Praxis (Bradbury-Jones et. 2010; Rees 2013), Peer-Pairing (Tower et al., 2015), erzählendes Schreiben (Hanson 2013), Simulationen (Bassah et al., 2018; Gillan et al., 2016)

→ Keine passenden Konzepte zur Förderung der Emotionsregulation von Pfleglernenden zu Beginn der Ausbildung

Fallsituation

„Ja, da ist mir ein großer, sehr lauter impulsiver vierzigjähriger Mann mit COPD in Erinnerung geblieben, da bin ich auch an meine Grenzen geraten. Da habe ich mich echt beschissen verhalten auch in dem Moment, weil ich einfach nicht mehr konnte. Der hat immer gesagt, ich würde ihm nicht helfen und ich wäre daran Schuld, dass er keine Luft bekommt, obwohl er Luft bekommen hat.

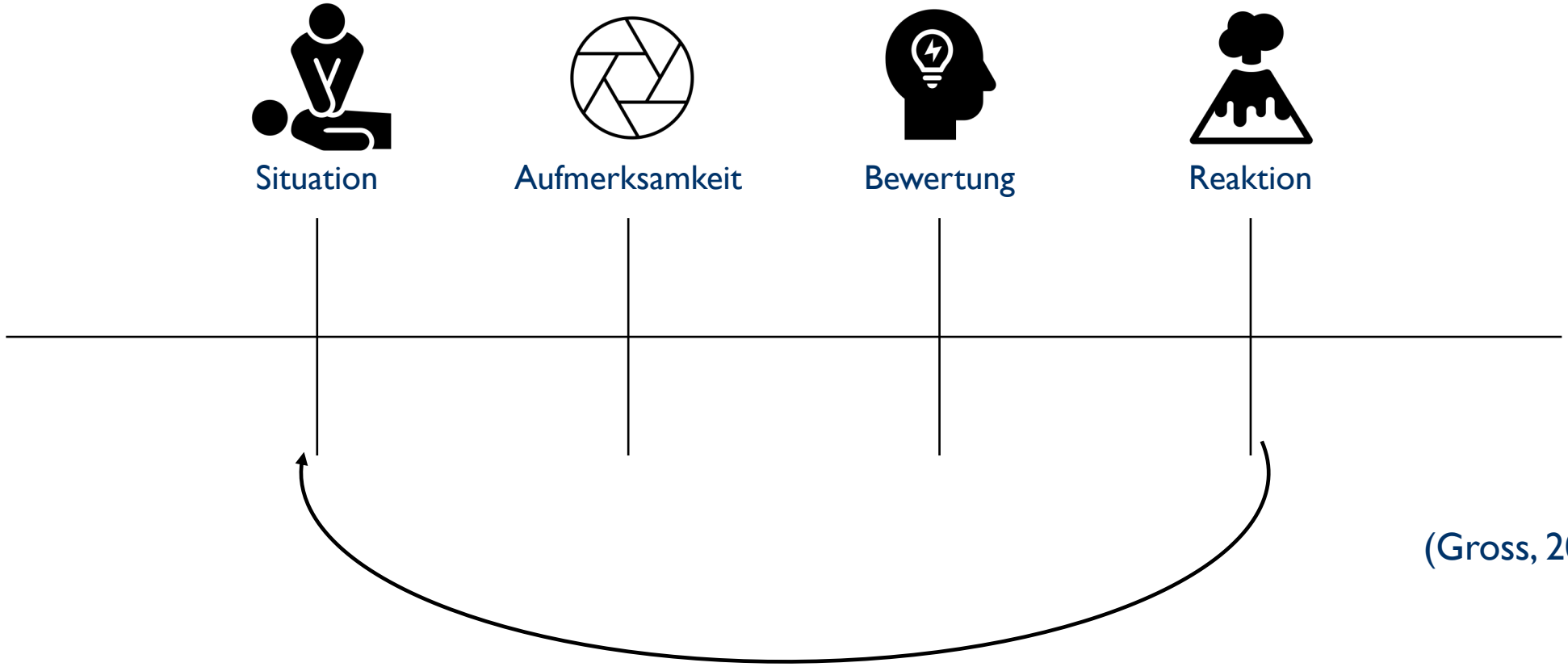
Und dann ist er mich richtig angegangen und hat halt auf diese Tränendrüse gedrückt irgendwie: "Du bist Schuld daran, dass es mir schlecht geht."

Und irgendwann konnte ich nicht mehr und, ja, ich glaub, ich weiß gar nicht mehr, hab ihm irgendwas an den Kopf geknallt, hab die Tür zugemacht, bin irgendwie eine halbe Stunde nicht mehr rein gegangen.

Das Problem war einfach für mich, es nicht persönlich zu nehmen. Und nicht aus meiner Hilflosigkeit heraus zu handeln. Also ich war dann einfach hilflos, frustriert, das hat mich frustriert und deswegen habe ich dann zugemacht, die Situation zerbrochen.“

(Erzählung einer Pflegeauszubildenden im 1. Ausbildungsjahr)

Theoretische Grundannahmen - Emotionsregulation



(Gross, 2015)

Theoretische Grundannahmen - Emotionsregulation

Emotionsregulation sind Prozesse, durch die Individuen das Erleben und den Ausdruck von Emotionen mittels kognitiver oder behavioraler Strategien in ihrer **Qualität**, **Intensität** und **Dauer** gezielt beeinflussen können.

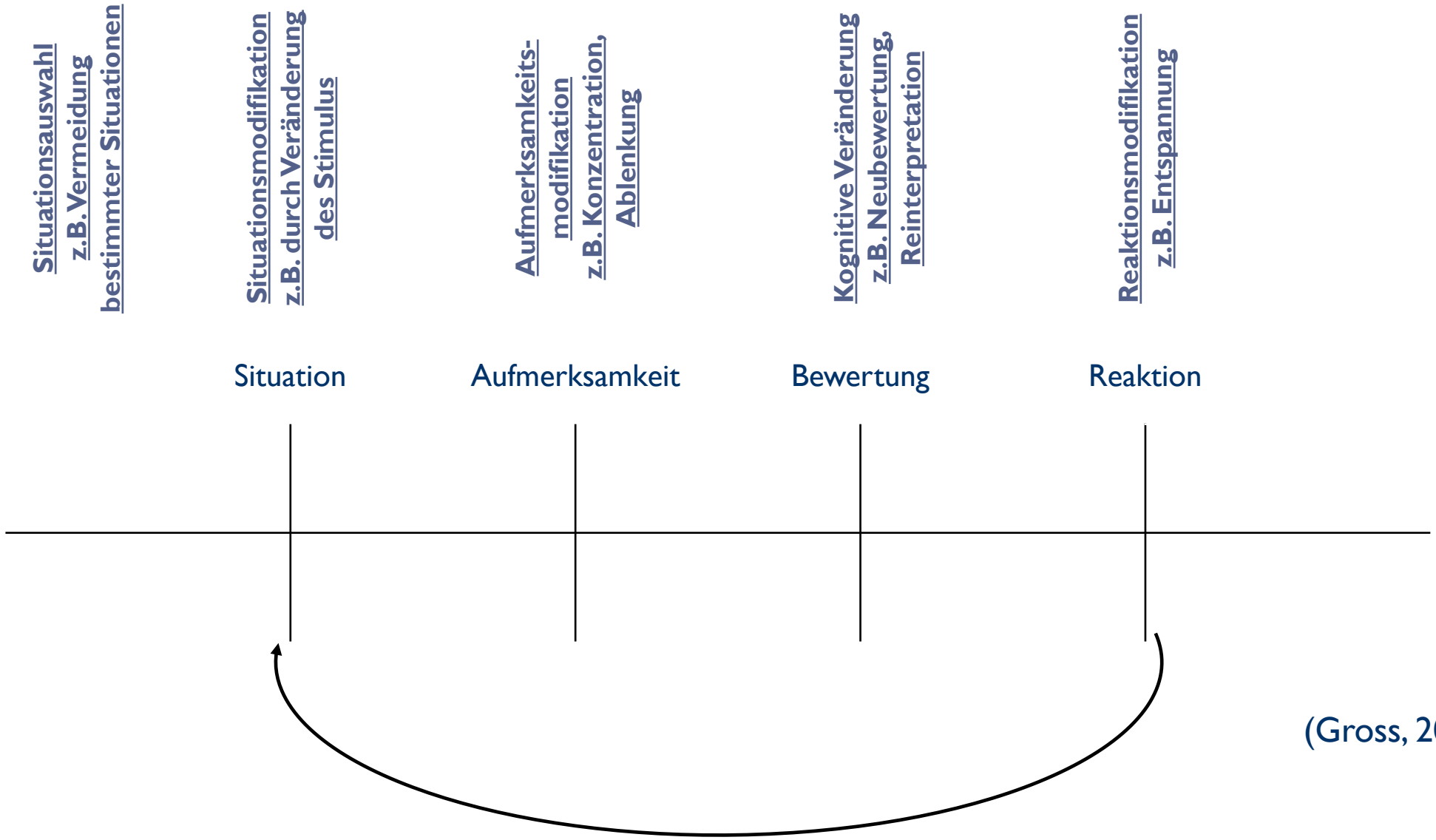
(Barnow et al., 2016; Gross, 2015)

Emotionsregulationskompetenz beinhaltet,

- das **Bewusstsein** und **Verständnis** von Emotionen,
- die **Akzeptanz** von Emotionen,
- die Fähigkeit, impulsives Verhalten zu **kontrollieren** und trotz *negativer* Emotionen **zielgerichtet zu handeln** und
- die Fähigkeit, situationsangepasste Emotionsregulationsstrategien flexibel zu nutzen, um Emotionen - wie gewünscht - **modulieren** und Ziele erreichen zu können.

(Gratz & Roemer 2004)

Theoretische Grundannahmen - Emotionsregulation



(Gross, 2015)

Implementation und Evaluation

- Implementation des Unterrichtsbausteins in zwei Modellschulen

- Teilnehmende Beobachtungen (Döring und Bortz 2016; Lamnek 2005)
- Partnerinterview mit den beteiligten Lehrenden nach der der 4. und 6. Lernsequenz und Fokusgruppeninterviews mit den Auszubildenden (Schulz, Mack und Renn 2012)
- Inhaltsanalytische Auswertung (Mayring und Fenzl 2019)

- Quasi-experimentelle Design (Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen, SEK-27) (Berking und Znoj, 2008)

Übersicht Lernsequenzen

1. Theorieblock		U-std.
LS 1	Bewusstsein für und Verständnis von Emotionen bzw. Emotionsregulation entwickeln	4
LS 2	Wahrnehmung von Emotionen	3
LS 3	Akzeptanz von Emotionen	3
LS 4	Analyse von Emotionen	6
2. Theorieblock		
LS 5	Reflexion der Emotionsanalyse	4
LS 6	Regulation von Emotionen	4

Aufbau des Dokuments

- Einführung zu Emotionsarbeit in der Pflege, Emotionsregulation, Handhabung des Manuals und Beschreibung der methodischen Entwicklungslogik
- Glossar mit Definitionen zentraler Begriffe
- Aufbau der Lernsequenzen
- Einführender Text mit Beschreibung des Ablaufs, Begründung zentraler Schritte und Methoden, Darstellung von möglichen Fallstricken sowie Methoden- bzw. Handlungsalternativen
  - Artikulationsschema (Phase, Handlung, Sozialform, Methode und Medien)
  - Unterrichtsmaterialien (Arbeitsblätter, Schaubilder, Arbeitsaufträge, Instruktionen)

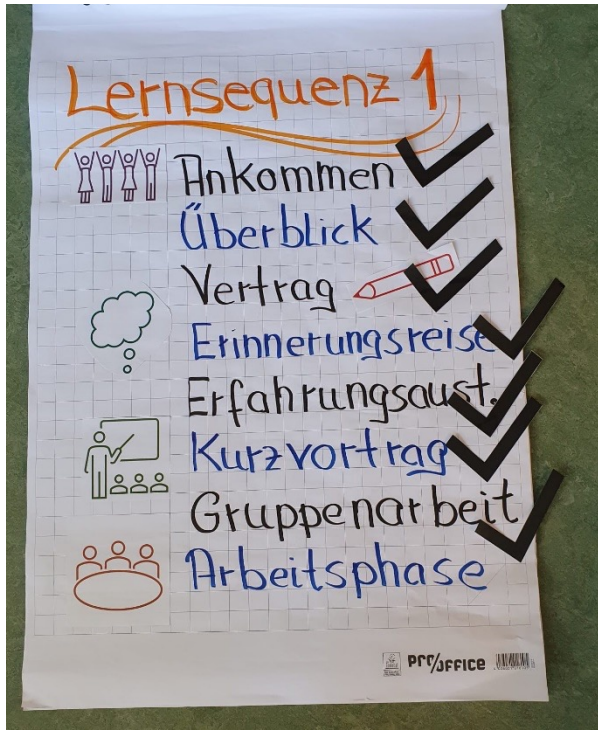
Charakteristika der Lernsequenzen

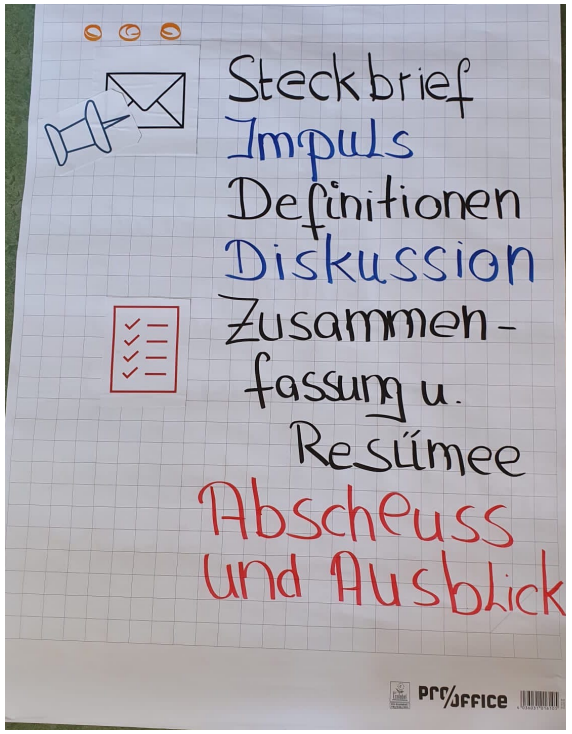
- Förderung zentraler Teilkompetenzen der Emotionsregulation
- Möglichkeiten für Lernende, die Lernsequenzen aktiv mitzugestalten und selbstgesteuert zu lernen
- Möglichkeit von *Puffern* bzw. *Schutzräumen* – z.B. durch Freiwilligkeit in der Kommunikation von Erfahrungen bzw. Ergebnissen im Plenum
- Förderung einer sukzessiv zunehmenden Kompetenz und Sensibilisierung hinsichtlich erfahrungsbezogener Methoden
- Alternative Methodenvorschläge für unterschiedliche Kursdynamiken
- Balance bzw. Wechselspiel zwischen *cold* und *hot learning* sowie zwischen wissens- und erfahrungsbasierten Methoden

Lernsequenz 1 - Bewusstsein für und Verständnis von Emotionen bzw. Emotionsregulation entwickeln

Ziele

- Verständigen sich über die individuelle Wahrnehmung und Einordnung von Emotionsreaktionen
- Erläutern anhand unterschiedlicher Erfahrungen zentrale Begriffe und Erklärungsansätze für die Entstehung von Emotionen als Reaktion in unterschiedlichen Situationen





© Stientje Müller

An ihren ersten Ausbildungstag erinnern und besonders an die Gefühle, die sie an diesem Tag wahrgenommen haben
Erinnerungsreise 1. Ausbildungstag

Auszug aus dem Anleitungstext

[...]

[20 Sekunden Pause]

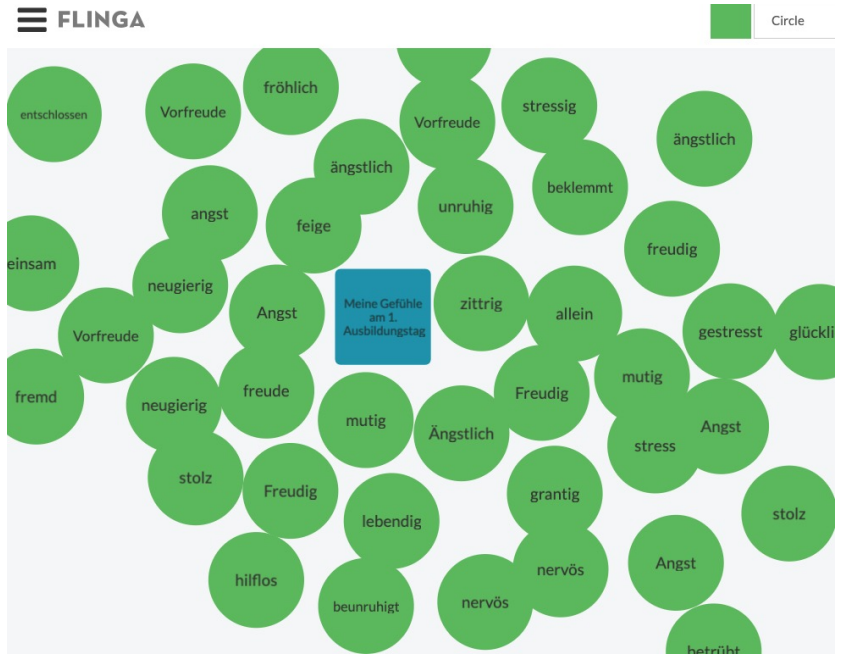
Atmen Sie gleichmäßig und in Ruhe ein und aus.
(ggf. nochmal wiederholen)

[10 Sekunden Pause]

Versuchen Sie an ihren ersten Ausbildungstag zu denken, [5 Sekunden Pause] versuchen Sie sich daran zu erinnern, als Sie in der Früh aufgewacht sind, [5 Sekunden Pause] als Sie sich für den ersten Tag fertig gemacht habt, [...]

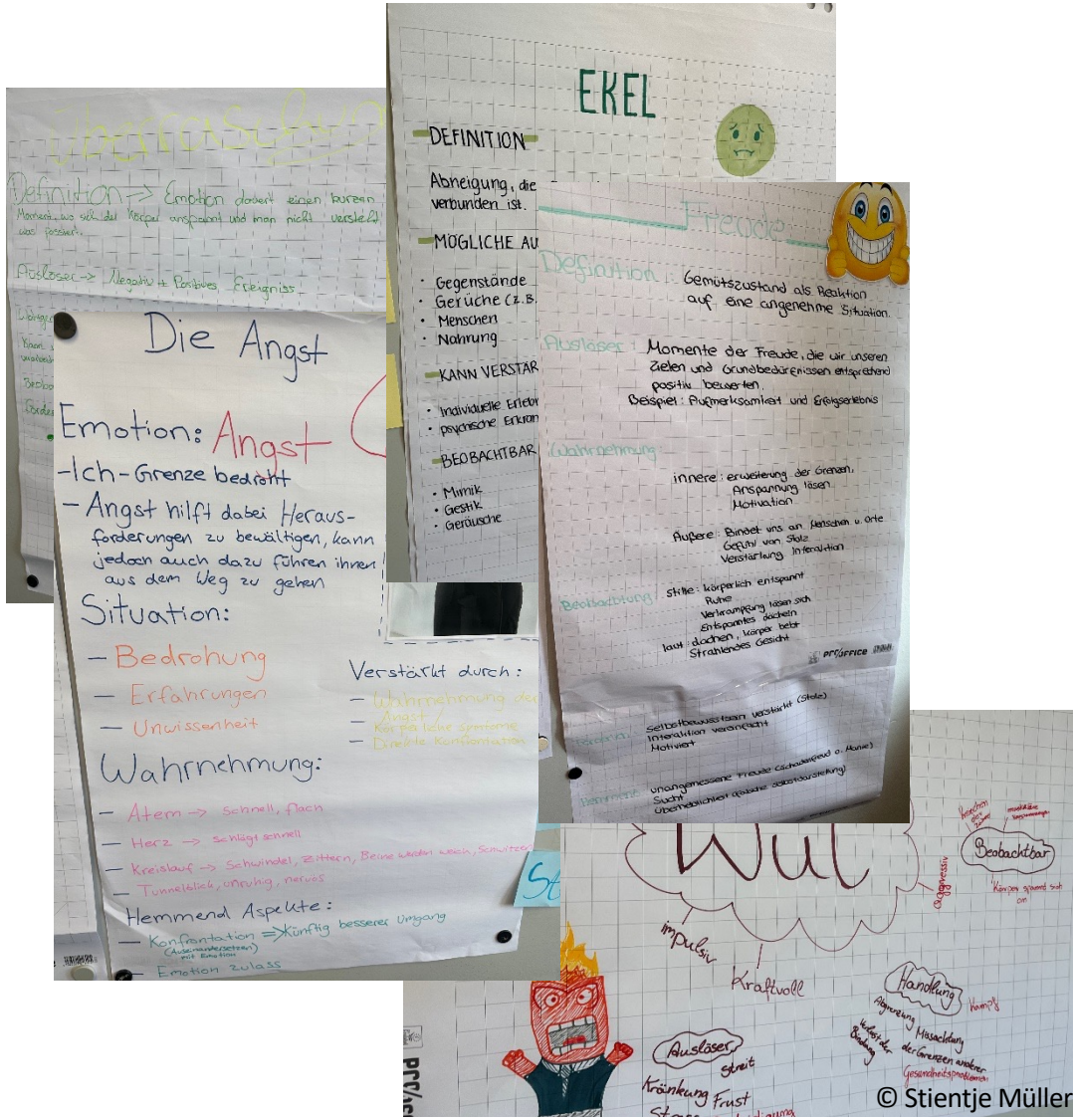
Unterschiede / Gemeinsamkeiten der Gefühle
Ideen sammeln Gefühle zu clustern

Verständigen sich über ihre Gefühle und Emotionen in der Reflexion des 1. Ausbildungstages und beschreiben sowie vergleichen diese



Steckbriefe für Grundemotion erarbeiten

- Recherchieren, erarbeiten und diskutieren Erklärungsansätze für die Entstehung der Emotion, unterschiedliche Ausdrucksformen, die diese Emotion finden kann (Mimik, Gestik, Körperempfindung …) und welche Konsequenzen diese auf ihr Handeln haben kann und ggf. gehabt hat



© Stientje Müller

Lernsequenz 2 – Wahrnehmung

Ziele

- Verständigen sich über Strategien der Wahrnehmung von Emotionen
- Verständigen sich über Herausforderungen einer (bewertungsfreien) Wahrnehmung von Emotionen

Lernsequenz 3 – Akzeptanz

Ziele

- erläutern Strategien, mit denen sie emotionale Reaktionen annehmen und akzeptieren können
- Beschreiben die Notwendigkeit und Normalität von Emotionen sowie deren Unveränderbarkeit

(Berking, 2017)

Lernsequenz 4 - Analyse von Emotionen

Ziele

- Analysieren fallbasiert emotionale Reaktionen
- Verständigen sich über Vor- und Nachteile bzw. Herausforderungen in der Umsetzung der Analyse

Methoden

- Szenisches Spiel

(Scheller, 1998, S. 67)

Lernsequenz 4 – Analyse von Emotionen

Grundstimmung

Stimmung vor der auslösenden Situation?

Auslösende Situation

Was ist passiert?

Wahrgenommene Körperreaktion

Gefühl

Sekundäre Gefühle

Vorteile des Gefühls

Kurzfristig, Langfristig

Nachteile des Gefühls

Kurzfristig, Langfristig

Verhalten / Impuls

Was ist danach passiert?

Lernsequenz 4 – Analyse von Emotionen

Grundstimmung

Stimmung vor der auslösenden Situation?

Gestresst, zerfahren, gefordert

Auslösende Situation

Was ist passiert?

Ein Patient hat mich zur Weißglut gebracht, weil er mir nicht geglaubt hat.

Wahrgenommene Körperreaktion

Schnelle Atmung und Herzpochen, Anspannung, Scheuklappen

Gefühl

WUT

Sekundäre Gefühle

Schuldgefühle, Scham

Vorteile des Gefühls

Kurzfristig, Langfristig

Mobilisiert geistige und körperliche Energien, Abgrenzung

Nachteile des Gefühls

Kurzfristig, Langfristig

Destruktive Handlungen, Stellt Distanz her

Verhalten / Impuls

Was ist danach passiert?

Ich habe impulsiv wütend reagiert und ihm Sachen an den Kopf geworfen - ihn mit Abwesenheit „bestraft“

Lernsequenz 5 – Reflexion von Emotionserfahrungen

Ziele

- Verständigen sich über persönliche Erlebnisse und emotional bewegende Momente aus dem 1. Praxiseinsatz
- Analysieren anhand eines Szenischen Spiels / Standbilds eine erfahrene Situation und bringen dabei ihre eigenen Erfahrungen mit ein

Lernsequenz 6 – Regulation von Emotionen

Ziele

- Erklären Möglichkeiten der Analyse von Emotionen einschließlich möglicher Problemlösungsschritte und wenden diese im szenischen Spiel an
- Verständigen sich über Herausforderungen einer und klären dabei mögliche Bedenken und Befürchtungen

Erfahrungen mit der Umsetzung des Unterrichtsbausteins – Gespräch mit Jördis Schmidt von der Gesundheits- und Krankenpflegeschule der Regio Kliniken GmbH Elmshorn

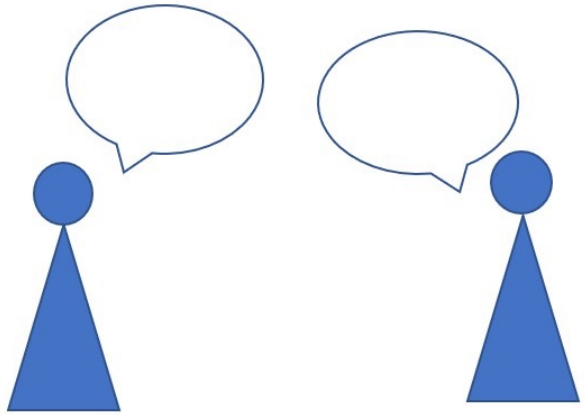
- Vorstellung Jördis Schmidt
- Wie hast Du die Unterlagen, die wir zur Verfügung gestellt haben, für die Planung des Unterrichtsbausteins genutzt?
- Was fiel Dir leicht / was schwer bei der Einarbeitung in den Unterrichtsbaustein?
- Wie ist der Unterricht dann „gelaufen“? Hast Du vielleicht noch eine Szene im Kopf, die Dir besonders in Erinnerung geblieben ist?
- Welche Wirkungen hast Du bei den Auszubildenden beobachtet?
- Wie geht es mit dem Unterrichtsbaustein an Eurer Schule weiter?
- Was würdest Du Lehrer*innen empfehlen, die den Unterrichtsbaustein umsetzen wollen?

Fragen und Diskussion

Welche offenen Fragen sind bei Ihnen entstanden?

Wie schätzen Sie den Nutzen eines solchen Bildungsangebots zur Förderung der emotionalen Kompetenz in der Pflegeausbildung ein?

Welche Herausforderungen sehen Sie?



berufe.
bilden.
zukunft.

Bundesinstitut für Berufsbildung

Ausblick

Veröffentlichung in der Reihe „Pflegeausbildung gestalten“ des BIBB

Wenn Sie informiert werden wollen, dass der Unterrichtsbaustein erhältlich ist,

schreiben Sie bitte an dwirz@uni.bremen.de, Sie erhalten dann eine Email

Ausblick Ringvorlesung

- 19.10. Auftakt, Projektvorstellung und Berufsorientierung in der Pflege
- 26.10. Konzept für berufsorientierende Praktika
- 02.11. Regionales Übergangsmanagement
- 09.11. Unterrichtsbaustein Emotionsregulationskompetenz
- 16.11. Sprachsensibler Fachunterricht
- 23.11. Einstieg in die praktische Ausbildung und Abschluss

Literatur

Barnow, S. (2012). Emotionsregulation und Psychopathologie: Ein Überblick. Psychologische Rundschau, 63(2), 111–124.

Barnow, S., Reinelt, E., & Sauer, C. (2016). Emotionsregulation: Manual und Materialien für Trainer und Therapeuten. Springer.

Berking, M. (2010). Training emotionaler Kompetenzen. (2., aktualisierte Auflage). Springer.

Böhle, F. & Stöger, U./Weihrich, M. (2015). Interaktionsarbeit gestalten. Vorschläge und Perspektiven für humane Dienstleistungsarbeit. edition sigma.

Burda-Zoyke, A. (2017). Design-Based Research in der Berufs- und Wirtschaftspädagogik - Rezeption und Umsetzungsvarianten, in: bwp@ Berufs- und Wirtschaftspädagogik – online, Ausgabe 33, 1-27.

Einig, C., Partsch, S., & Darmann-Finck, I. (2022). Entwicklungsaufgaben im ersten Jahr der pflegeberuflichen Ausbildungsgänge. Zeitschrift für Berufs- und Wirtschaftspädagogik, 118(2), 207–237.

Euler, D./Sloane, P.F.E. (Hrsg.) (2014). Design-Based Research, Beiheft 27 der Zeitschrift für Berufs- und Wirtschaftspädagogik, Franz Steiner Verlag.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2008). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 30(4), 315–315.

Literatur

Gross, J. J. (Hrsg.). (2014). Handbook of emotion regulation (2. Auflage). New York, NY: Guilford Press.

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychological Inquiry, 26 (1), 1–26.

Klimasch, G. (2020). Pflegerische Empathie (lernen) – Sichtweisen von Pflegelernenden. Eine longitudinale Interviewstudie, Dissertation Universität Bremen

Schmauder, M. (2017). Prävention im Betrieb. Zeitschrift für medizinische Prävention. https://www.asu-arbeitsmedizin.com/schwerpunkt/praevention-im-betrieb (07.05.2023)

Werner, K., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Hrsg.), Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment (S. 13–37). The Guilford Press.

Winter, C. (2020). Emotionale Herausforderungen in der Pflegeausbildung: Konzeptentwicklung einer persönlichkeitsstärkenden Praxisbegleitung. Mabuse-Verlag.

Projektdesign

Ergebnisse

- Beitrag zur Fachkräftegewinnung: Bedarfsorientierte Begleitung ausbildungsinteressierter Menschen durch pädagogisch begleitete Praktika
- Unterstützung von Auszubildenden beim Einstieg in die praktische Ausbildung
- Förderung der emotionalen Kompetenz
- Förderung bildungssprachlicher Kompetenzen durch sprachsensiblen Fachunterricht
- Übergangsmanagement: die Ergänzung neuer Partner in der Netzwerk- und Kooperationsstruktur