

Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie
Dr. Denise Dörfel

PENELOPE: Emotionale Kompetenzen

Kooperationsprojekt „Maßnahmen zur Förderung der seelischen Gesundheit in der Pflege“



Agenda

- **Wissenswertes über Emotionale Kompetenzen**
- **Beispielhafte Vorstellung des Online-Trainings Emotionale Kompetenzen**
- **Akquise und Teilnahme**

Warum ist ein Training emotionaler Kompetenzen sinnvoll?

Emotionale Kompetenzen sind Schlüsselkompetenzen

Selbst-
kompetenz

Emotionale
Kompetenz

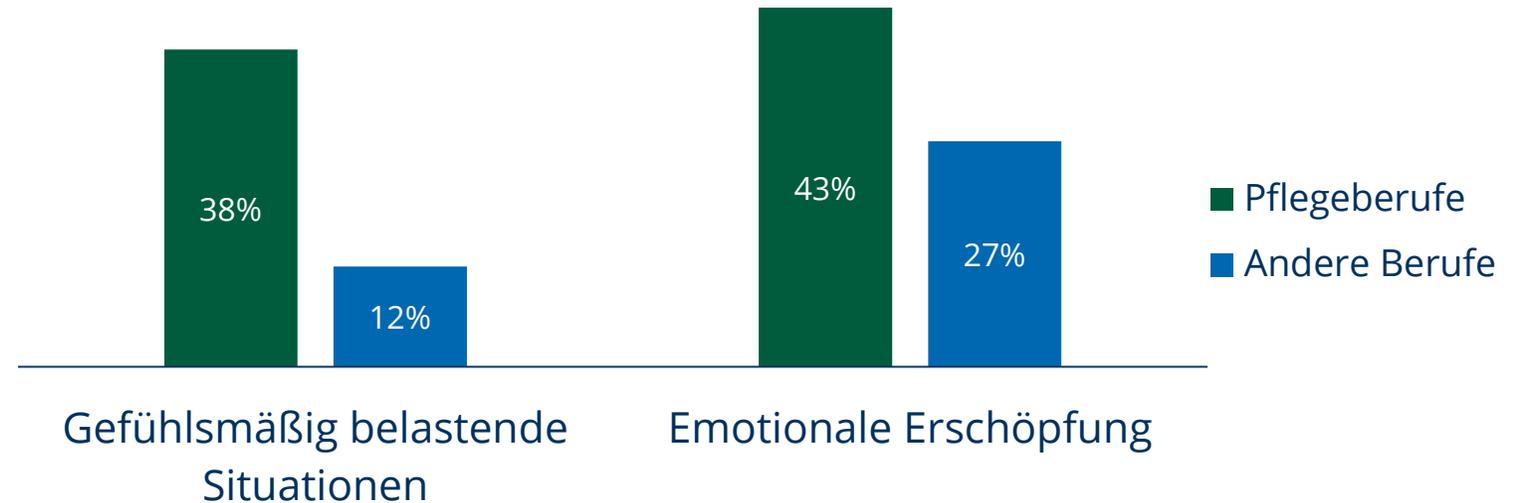
Soziale
Kompetenz

Emotionale Kompetenzen sind Schlüsselkompetenzen



Warum sind Emotionale Kompetenzen in der Pflege sinnvoll?

- **Hohe emotionale Anforderungen und emotionale Erschöpfung in der Pflege (BAuA, 2020)**



- **Das „Training Emotionaler Kompetenzen (Berking)“ wirkt:**
 - Teilnahme führt bei Pflegenden zu einer Abnahme von Burnoutsymptomen (Buruck & Tomaschek, 2018)
 - Teilnahme führt bei Pflegenden zu einer Steigerung des berichteten Wohlbefindens (Buruck, Dörfel, Kugler & Brom, 2016)

PENELOPE Online Training Emotionale Kompetenzen



Blick ins Online-Training



PK

FK

Kurs 1:
Wie Gefühle
entstehen



Kurs 2:
Gefühle
wertschätzen
und erkennen



Kurs 3:
Gefühle mit
Bedürfnissen
verbinden



Kurs 4:
Mit Gefühlen
umgehen



Kurs 5:
Gefühle
mitteilen

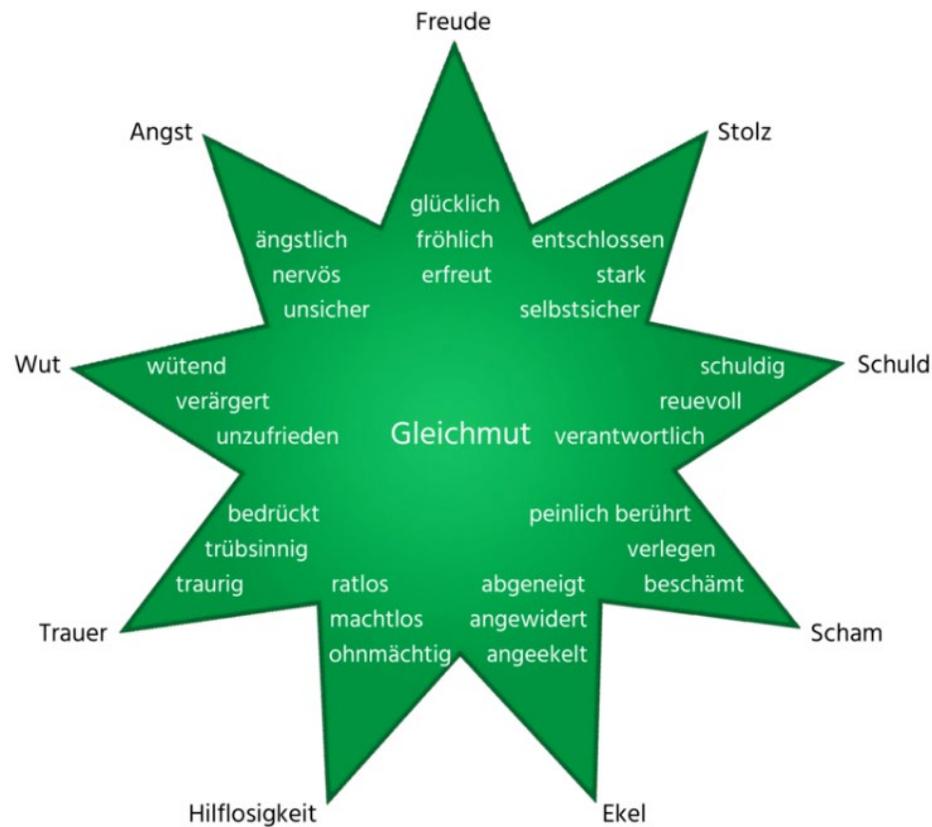
Entwicklung:

1. Bedarfsanalyse (Interviews, Workshops)
2. Workshops während der Entwicklung jedes Kurses
3. Trainingsevaluation (läuft aktuell)



Gefühle wertschätzen und erkennen

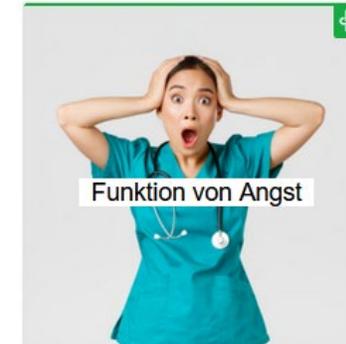
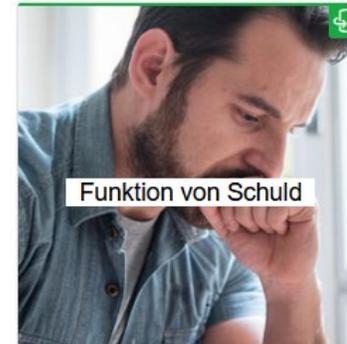
Übersicht (auch als Poster und Kitteltaschenformat)



Übung



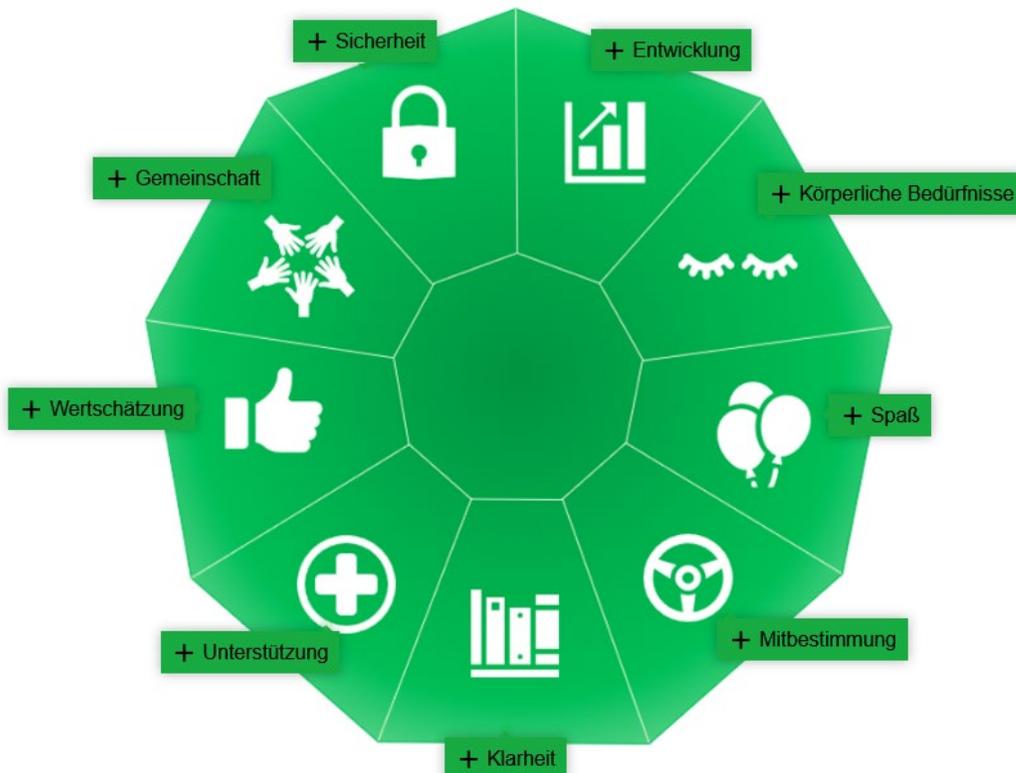
Wut gibt Ihnen Kraft, damit Sie sich für wichtige Ziele und Bedürfnisse einsetzen können, wenn diese bedroht sind.





Gefühle mit Bedürfnissen verbinden

Übersicht (auch als Poster und Kitteltaschenformat)



Fallbeispiel

i

Stellen Sie sich folgende Situation vor:

Sie sind im Dienst und es sind zwei Kollegen ausgefallen. Dadurch betreuen Sie alleine vier Patient:innen/Bewohner:innen. Sie tun, was Sie können, aber die **Situation ist kaum zu bewältigen**.

Ein Patient/ Bewohner, den Sie betreuen, **klingselt das vierte Mal in dieser Stunde**. Er ist ein sehr besorgter Mensch und die letzten drei Male war der Anlass, dass er sich vergewissern wollte, seine Medikation gut zu vertragen. Als Sie jetzt ins Zimmer kommen, ist eine Tasse Tee im Bett des Patienten/Bewohners verschüttet und der Patient/Bewohner weint.



Ihre Bedürfnisse



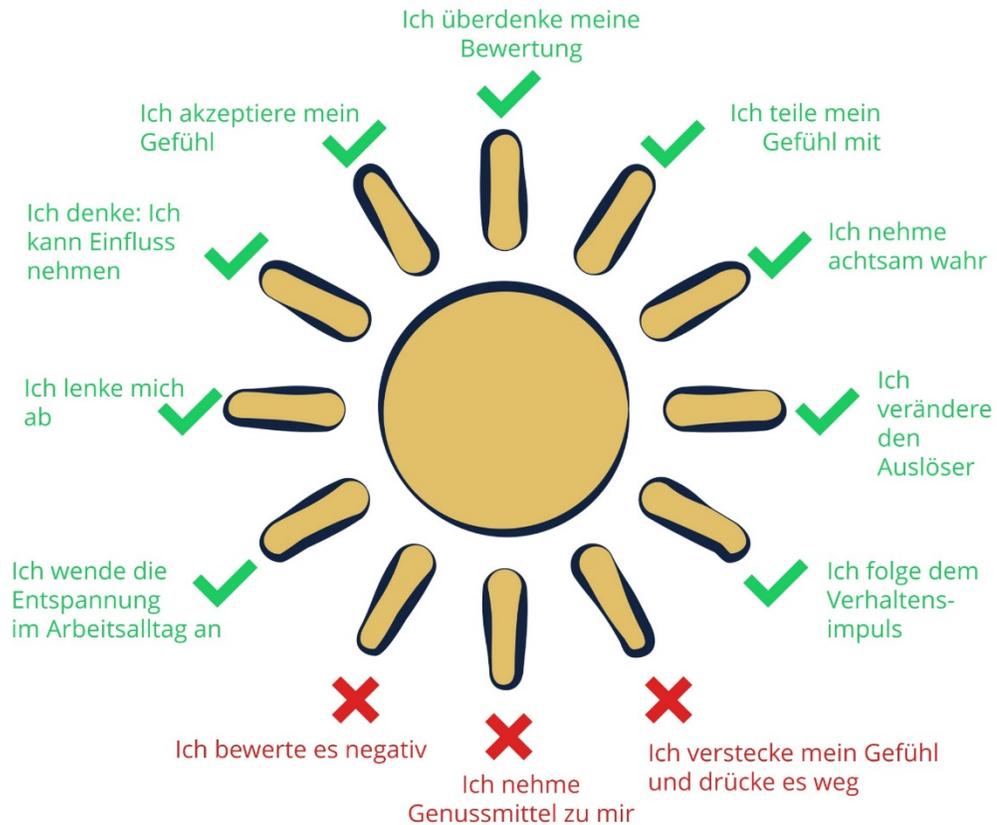
Die Bedürfnisse des Patienten/Bewohners



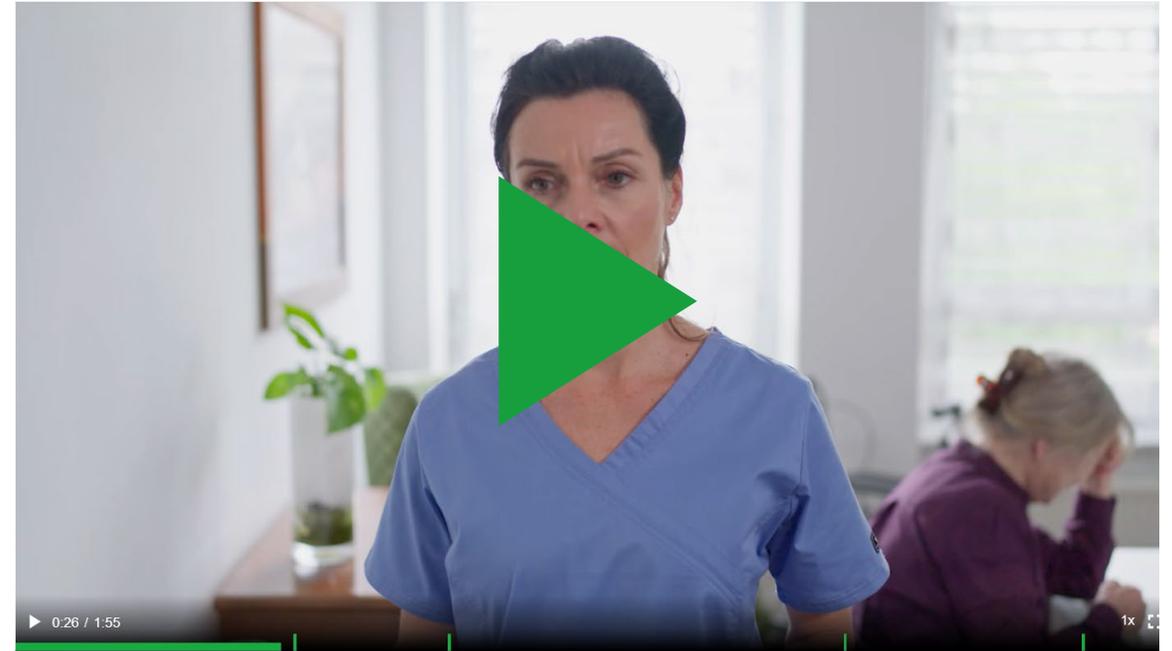


Mit Gefühlen umgehen: Strategien

Übersicht (auch als Poster und Kitteltaschenformat)



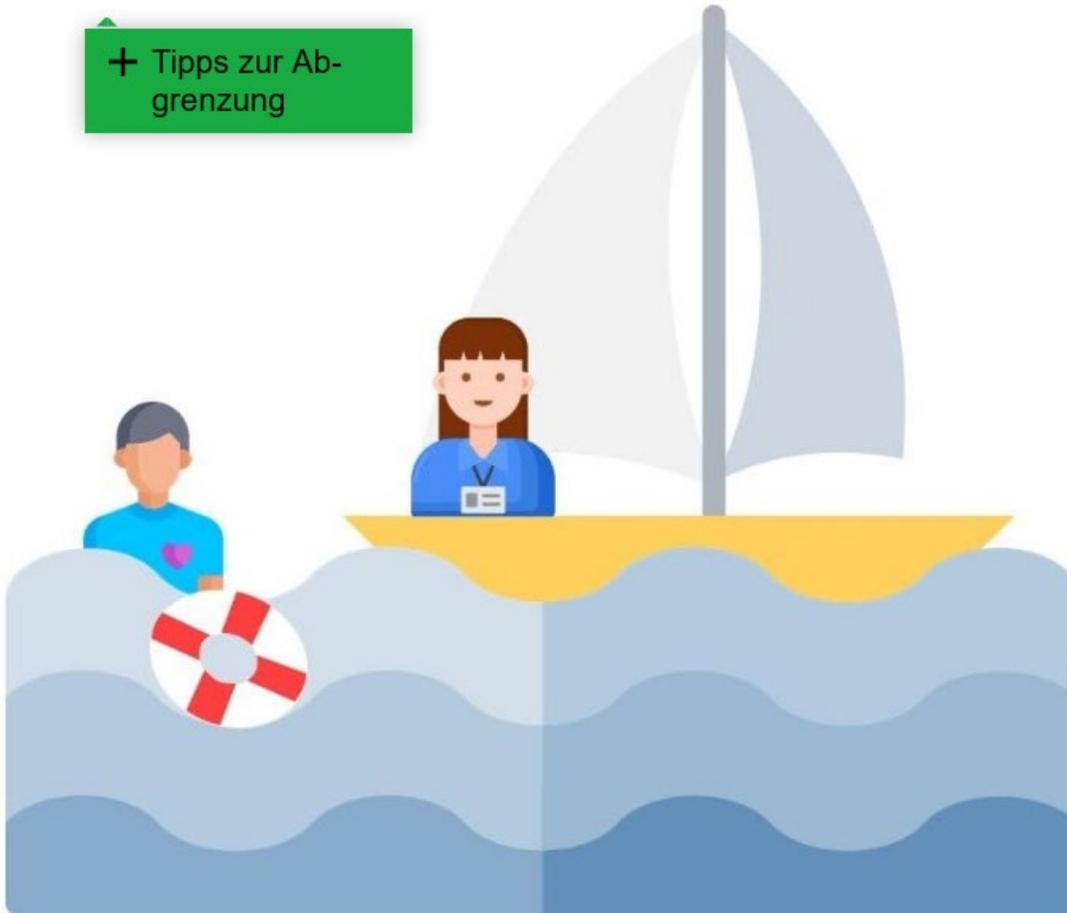
Übungen und Fallbeispielbeispiele





Gefühle mitteilen: Eigene Grenzen erkennen und mitteilen

+ Tipps zur Abgrenzung



Bitten formulieren



Clever streiten



Mitfühlen ohne mitzuleiden

← EN GEFÜHL BENENNEN BEDÜRFNIS NENNEN **BITTE FORMULIEREN**

"Könntest Du...

- ...mir einfach nie wieder dazwischen funken, wenn ich gerade im Gespräch bin?"
- ...generell mal ein bisschen netter sein?"
- ...das nächste Mal warten, bis wir unter vier Augen sind?"

Gut erkannt!



Gefühle mitteilen (für leitende Personen): Herstellung eines emotional förderlichen Teamklimas

Authentisches Teamklima

Wissenserwerb



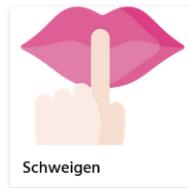
Jedes Gefühl hat seine Funktion und kann wertvoll für das Team sein.

Trotzdem ist es nicht selbstverständlich, dass Gefühle im Team gezeigt werden. Wir gehen auf Herausforderungen und Lösungsansätze für den Pflegealltag ein.

Ein authentisches Teamklima bedeutet... ▾



Anzeigeregeln



Schweigen



Zynismus

Wie kann man ein authentisches Teamklima herstellen?

- Um die Laune im Team nicht runterzuziehen, sollte man unangenehme Gefühle nicht ansprechen.
- Als Person mit Leitungsaufgabe sollte ich meine Gefühle zurückhalten, damit die Teammitglieder genug Raum für ihre Gefühle haben.
- Wenn ein Teammitglied unangenehme Gefühle zeigt, lohnt es sich, nachzufragen.

Gut erkannt! So können Sie Ihr Teammitglied und die Situation besser verstehen und bestärken das Teammitglied darin, seine Gefühle nicht wegzudrücken.

- Personen mit Leitungsaufgaben können mit gutem Beispiel vorangehen, indem auch sie ihre Gefühle zeigen.

Gut erkannt! Die Vorbildfunktion von Führungskräften ist wissenschaftlich gut untersucht und hat einen bemerkenswerten Effekt.

- Personen mit Leitungsaufgaben sollten über ihre Fehler sprechen.

Gut erkannt! So fördern Sie eine offene Fehlerkultur und können als Team voneinander lernen.

- Ich weiß es nicht.

Antwort verändern

Akquise

Wie können Interessierte teilnehmen?



Anerkennung von Fortbildungspunkten

RbP - Registrierung beruflich Pflegender GmbH

<http://www.regbp.de/>



- ✓ Unsere Trainings sind registriert bei der RbP, einer unabhängigen Registrierungsstelle
- ✓ Erwerb von Fortbildungspunkten
- ✓ Qualitätskriterium
- ✓ Logo vermerkt auf dem Teilnahmezertifikat



Für die Absolvierung des Trainings **„Emotionale Kompetenzen“** können **10 Fortbildungspunkte** erworben werden.

Wie läuft die Teilnahme ab?

<https://tu-dresden.de/mn/psychologie/penelope>
oder
<https://tud.link/qgq4>



Pflege-
einrichtung

- ✓ Sie melden sich als Einrichtung an.
- ✓ Es folgt eine kurze Befragung zu Ihrer Einrichtung.
- ✓ Sie erhalten weitere Informationen zusammen mit Einladungslinks für Ihre Mitarbeitenden.

Pflege-
personal

- ✓ Pflegekräfte bzw. Führungskräfte wählen jeweils **ihr favorisiertes Training** aus
- ✓ Auswahl des gewünschten Starttermins
- ✓ 1 – 2 Vorbefragungen
- ✓ **Trainingsdurchführung**
- ✓ 3 Nachbefragungen

Zeit für Fragen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



@Michael Kretzschmar