

Stärken fördern, Wohlbefinden steigern: Partizipationsansätze in der Integrierten Gesundheitsförderung im Setting Pflegeheim mit Fokus auf den Ansatz der Positiven Psychologie

Magdalena Thaller-Schneider, Katharina Koch, Carmen Steinhöfler, Magdalena Csandl,
Fachhochschule Burgenland GmbH

Abstract: Das Projekt „WERTSCHÄTZUNG Mensch“ widmet sich Integrierter Gesundheitsförderung im Setting Pflegeheim und zielt darauf ab, das Wohlbefinden von Beschäftigten, Bewohnenden und Angehörigen zu fördern sowie eine wertschätzende Organisationskultur zu schaffen. Im Zentrum steht ein partizipatives Vorgehen mit Fokus auf den Ansatz der Positiven Psychologie. Der Beitrag beschäftigt sich mit folgender Forschungsfrage: Wie kann im Setting Pflegeheim eine partizipative Vorgehensweise unter Anwendung von Elementen der Positiven Psychologie gestaltet werden, um dadurch das Wohlbefinden der Zielgruppen zu fördern? Das Projekt orientiert sich am Partizipationsstufenmodell nach Wright, Block und Unger (in Wright, 2010) sowie am Ansatz der Positiven Psychologie mit dem PERMA-Modell von Martin Seligman. Die bisherigen Projekterfahrungen zeigen, dass durch ein partizipatives Vorgehen mit Fokus auf den Ansatz der Positiven Psychologie die Bedürfnisse, Wünsche und Stärken von Beschäftigten, Bewohnenden und Angehörigen aktiv berücksichtigt werden können. Zudem wird ein wertschätzendes Umfeld geschaffen, das die individuellen Ressourcen und Kompetenzen aller Beteiligten fördert und zu einer positiven Wahrnehmung der Lebens- und Arbeitswelt Pflegeheim beiträgt. Dennoch stellt die aktive Beteiligung aller Zielgruppen einen komplexen und dynamischen Prozess dar, der kontinuierliche Anpassungen erfordert.

Keywords: Partizipation, Ansatz der Positiven Psychologie, Integrierte Gesundheitsförderung, Setting Pflegeheim

1 EINLEITUNG

Aufgrund des demographischen Wandels kommt der Gesundheitsförderung mit Fokus auf ältere Menschen eine zunehmende Bedeutung zu. Pflege- und Betreuungseinrichtungen stellen hierbei ein wichtiges Setting dar. Diese haben aber nicht nur einen großen Einfluss auf die Gesundheit ihrer Bewohnenden, sondern auch auf die darin arbeitenden Menschen. Die hohen psychischen und physischen Belastungen in diesem Arbeitsfeld führen verstärkt zu Krankenständen und Fluktuation [1]. Zudem weisen Studien auf einen Personalmangel in diesem Bereich hin und prognostizieren dafür einen wachsenden Bedarf für die nächsten zehn Jahre [2]. So sind Gesundheitsförderungsmaßnahmen ein wichtiger Ansatz, um die Beschäftigungsfähigkeit von Pflegekräften zu sichern und sie in ihrer Tätigkeit wertzuschätzen.

Vor diesem Hintergrund zielt das Projekt „WERTSCHÄTZUNG Mensch“ der Fachhochschule Burgenland auf die Stärkung des Wohlbefindens der Beschäftigten, Bewohnenden und Angehörigen sowie auf die Schaffung einer wertschätzenden Organisationskultur ab. Die Umsetzung erfolgt modellhaft in den Diakoniezentren Oberwart und Pinkafeld der Diakonie Südburgenland im Zeitraum Februar 2023 bis Juli 2025. Bis dato wurden die Vorprojekt-, die Diagnose- und Planungsphase durchlaufen. Derzeit befindet sich das Projekt am Beginn der Umsetzungsphase. Gefördert wird das Projekt durch Mittel der Agenda Gesundheitsförderung und des Fonds Gesundes Österreich.

Im Zentrum des Projektes steht ein partizipatives Vorgehen mit Fokus auf den Ansatz der Positiven Psychologie. Durch Einbindung der betroffenen Personen können Maßnahmen besser auf die Bedürfnisse und Lebenssituationen der Zielgruppen abgestimmt werden. Gleichzeitig fördert Partizipation die Eigenverantwortung, die Selbstwirksamkeit und die Akzeptanz von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung [3].

Der vorliegende Beitrag beschäftigt sich mit folgender Forschungsfrage: Wie kann im Setting Pflegeheim eine partizipative Vorgehensweise unter Anwendung von Elementen der Positiven Psychologie gestaltet werden, um dadurch das Wohlbefinden der Zielgruppen zu fördern?

2 METHODEN UND THEORETISCHE GRUNDLAGEN

Das Projekt orientiert sich am Stufenmodell der Partizipation nach Wright, Block und Unger [in 4], das aus vier Ebenen besteht: "Nicht-Partizipation", "Vorstufen der Partizipation", "Partizipation" und "über Partizipation hinaus" [5]. Personen können entsprechend diesem Modell auf den verschiedenen Ebenen in die Phasen eines Gesundheitsförderungsprojektes eingebunden werden. Für das Projekt „WERTSCHÄTZUNG Mensch“ wurden auf Basis des theoretischen Konzepts fünf Formen der Partizipation abgeleitet:

- **Information:** Die Zielgruppen werden über das Projekt, Ergebnisse, angebotenen Maßnahmen etc. informiert und sensibilisiert.

- **Zuhören:** Von Vertreter*innen der Zielgruppen werden Informationen gesammelt.
- **Einbeziehung/Konsultation:** Den Zielgruppen wird es ermöglicht, Stellung zu nehmen (z.B. Umfragen, Interviews).
- **(Mit-)Gestaltung:** Vertreter*innen der Zielgruppen gestalten in der Planung mit. Der entwickelte Maßnahmenplan wird anschließend der Steuerungsgruppe vorgelegt, die darüber entscheidet.
- **(Mit-)Entscheidung:** Die Mitglieder der Steuerungsgruppe arbeiten gleichberechtigt zusammen. In allen Projektphasen wird gemeinsam entschieden.

Neben dieser partizipativen Vorgehensweise ist der methodische Ansatz theoriegeleitet ausgerichtet. Im Fokus steht dabei vor allem der Ansatz der Positiven Psychologie mit dem PERMA-Modell von Martin Seligman, welches fünf wesentliche Säulen für ein erfülltes und positives Leben beschreibt: Positive Emotionen, Engagement, Beziehungen, Sinnhaftigkeit und Zielerreichung. Dieses Modell dient als Rahmen, um zu verstehen, wie Wertschätzung zu verschiedenen Aspekten des Wohlbefindens beitragen kann [6].

3 ERGEBNISSE

Partizipation in Form von Mitentscheidung ist nicht bei allen Projektschritten und -aktivitäten zielführend und sinnvoll. Die Partizipationsform muss an die Bedürfnisse der verschiedenen Zielgruppen angepasst werden. Um eine Kultur der Teilhabe und des Engagements in den am Projekt teilnehmenden Diakoniezentren zu ermöglichen, wurden in der Vorprojektphase partizipative Strukturen aufgebaut. Mitunter wurde zu Projektbeginn ein Konzept zur Sicherstellung einer wertschätzenden Partizipation entwickelt, welches nachfolgend kurz beschrieben wird, bevor näher auf die Nutzung des Formats Appreciative Inquiry in der Planungsphase eingegangen wird.

3.1 KONZEPT ZUR SICHERSTELLUNG EINER WERTSCHÄTZENDEN PARTIZIPATION

Das Konzept hält anhand des Stufenplans der Partizipation fest, in welcher Form die Zielgruppen im Projekt beteiligt werden und mit welchen Methoden eine wertschätzende Partizipation erfolgen kann. Dabei ist zu beachten, dass das Konzept entsprechend dem Projektfortschritt kontinuierlich weiterentwickelt wird. Bei den verschiedenen Partizipationsmethoden steht ein positiver Zugang im Vordergrund, der sich an den Prinzipien der Positiven Psychologie orientiert. So werden im Konzept auch Elemente des Ansatzes der Positiven Psychologie berücksichtigt, um das Wohlbefinden und die positiven Aspekte der Beteiligten zu fördern. Hierbei liegt der Fokus auf der Stärkung positiver Emotionen, persönlicher Stärken und des gemeinsamen Erlebens von Erfolgen im Rahmen des partizipativen Prozesses. In den verschiedenen Projektphasen wurde bzw. wird dies wie folgt umgesetzt:

- In der Diagnosephase wurden positive Fragestellungen eingesetzt, um Lust auf

Veränderung zu machen.

- In der Planungsphase wurden die Workshops mit den Zielgruppen unter Anwendung des Appreciative Inquiry Formats positiv gestaltet.
- In der Umsetzungsphase wird bei den Angeboten und Maßnahmen der Fokus auf die Säulen des PERMA-Modells gelegt.
- In der Evaluationsphase erfolgen positive Rückblicke und Erfolge sollen gefeiert werden.

3.2 NUTZUNG DES FORMATS APPRECIATIVE INQUIRY

In der Planungsphase wurde mit dem Format Appreciative Inquiry gearbeitet. Dieses Format stammt aus der Organisationsentwicklung und stellt die Wertschätzung der Erfolge und Stärken einer Gruppe oder einer Organisation in den Mittelpunkt. Im Rahmen der partizipativen Gesundheitsforschung dient der stärkenorientierte Ansatz dazu, verborgene und ungenutzte Stärken aufzudecken und positive Veränderungen anzuregen. Dazu werden von Beginn an ressourcenorientierte, positive Fragen nach Bewährtem und Gelingenem in der Vergangenheit („Was hat gut funktioniert?“, „Was hat dabei geholfen?“) sowie in der Gegenwart („Was wissen wir über das, was gelingt?“) und nach dem positiven Zukunftsbild („Was können wir tun und was brauchen wir, damit unser positives Zukunftsbild Wirklichkeit wird?“) gestellt [7; 8; 9].

Im Projekt „WERTSCHÄTZUNG Mensch“ kamen pro Zielgruppe folgende Methoden unter Anwendung des Appreciative Inquiry zur Anwendung: Gesundheitszirkel mit Beschäftigten, Aktivierende Befragung mit Bewohnenden, Stammtisch mit Angehörigen.

Die **Gesundheitszirkel mit Beschäftigten** fokussierten thematisch alle drei Zielgruppen. Insgesamt wurden vier Gesundheitszirkel mit jeweils sieben bis zehn Personen durchgeführt. Der methodische Ablauf erfolgte in drei Phasen. In der ersten Phase wurden die Teilnehmenden zu einem positiven Dialog eingeladen, um einen ressourcenorientierten Blick einnehmen zu können. In der zweiten Phase folgte die Reflexion der vorhandenen gesundheitsbezogenen Stärken und Ressourcen und in der dritten Phase wurden darauf aufbauend Handlungsfelder und Maßnahmenvorschläge für die Pflegeeinrichtung als Organisation, die Beschäftigten, die Bewohnenden und die Angehörigen gesammelt.

Die **wertschätzende Befragung mit Bewohnenden** fand im Rahmen eines Bewohnenden-Stammtisches statt. Dieser startete mit einer wertschätzenden Vorstellungsrunde der Teilnehmenden unter Zuhilfenahme von Bildkarten, anhand derer sie beschreiben sollten, was Gesundheit für sie persönlich bedeutet. Anschließend wurden Ideen für Maßnahmen gesammelt, die diese verschiedenen Aspekte und Perspektiven von Gesundheit der Bewohnenden erhalten und stärken können. Der **Stammtisch mit Angehörigen** folgte demselben methodischen Ablauf mit vorrangigem Fokus auf die Angehörigengesundheit.

4 CONCLUSIO

Die bisherigen Projekterfahrungen zeigen, dass eine partizipative Vorgehensweise mit Fokus auf den Ansatz der positiven Psychologie im Setting Pflegeheim von zentraler Bedeutung ist. Dadurch können einerseits die Bedürfnisse, Wünsche und Stärken von Beschäftigten, Bewohnenden und Angehörigen respektiert und anerkannt werden. Andererseits wird ein wertschätzendes Umfeld geschaffen, das die individuellen Ressourcen und Kompetenzen aller Beteiligten fördert und zu einer positiven Wahrnehmung der Lebens- und Arbeitswelt Pflegeheim beiträgt. Jedoch stellt die aktive Beteiligung aller Zielgruppen einen komplexen Prozess dar, der als dynamisch anzusehen ist und sich ständig weiterentwickelt. Zudem ist eine Anpassung an die Bedürfnislage der Zielgruppen erforderlich.

5 REFERENZEN

- [1] Pfabigan, D. & Pleschberger, S. (2021): Gesundheitsförderung in Pflege- und Betreuungseinrichtungen – Ein Wegweiser für die Praxis, Wissensband 19. Zeuschner, Verena/Lang, Gert (Hg.). Fonds Gesundes Österreich, Gesundheit Österreich, Wien.
- [2] Rappold, E. & Juraszovich, B. (2019): Pflegepersonal-Bedarfsprognose für Österreich. Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, Wien.
- [3] Wright, M., Block, M. & Unger H. (2007). *Stufen der Partizipation in der Gesundheitsförderung*. Verfügbar unter: [Wright, M.; Block, M.; v. Unger, H. Stufen der Partizipation in der Gesundheitsförderung \(armut-und-gesundheit.de\)](https://www.armut-und-gesundheit.de) [20.12.2023].
- [4] Wright, M. T. (Hrsg.) (2010). *Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention*. Bern: Hans Huber.
- [5] Fonds Gesundes Österreich (2023). *Partizipation*. Verfügbar unter: <https://fgoe.org/glossar/partizipation> [20.12.2023].
- [6] Lück, P., Bleier, H. & Schauerte, B. (2021). *Stärken stärken: Positive Psychologie in Prävention und Betrieblicher Gesundheitsförderung*. iga.Fakten 11 (BKK DV, DGUV, AOK-BV & vdek, Hrsg.). Verfügbar unter: [iga.Fakten 11 \(iga-info.de\)](https://www.iga-info.de) [20.12.2023].
- [7] Muhler, B., Reese, M. & Weickel, R. (2022). *Building Positive Teams: 10 Bausteine für eine wertschätzende Teamentwicklung*. Stuttgart: Schäffer-Poeschel.
- [8] partizipation.at (2021). *Methode: Appreciative Inquiry* (25.08.2021). Verfügbar unter: <https://partizipation.at/methoden/appreciative-inquiry/> [25.03.2024].
- [9] Wihofszky, P., Layh, S., Jahnke, M. & Hofrichter, P. (2020). Appreciative Inquiry in der Partizipativen Gesundheitsforschung: Methodische Einblicke in eine Fallstudie im Stadtteil. In S. Hartung, P. Wihofszky & M. Wright (Hrsg.), *Partizipative Forschung* (S. 179-206). Wiesbaden: Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-30361-7_6