

# Starke Pflege durch gesunde Mitarbeitende



Eine Kooperation von:



Schleswig-Holstein  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit, Jugend, Familie  
und Senioren

„Eine gute und starke Pflege durch gesunde Mitarbeitende setzt eine starke Team- und Führungskultur voraus.“

# Vorwort

***Zu wenig Personal, unregelmäßige Dienstpläne, Zeitdruck und eine hohe psychische sowie physische Belastung – das sind einige Gründe, die beruflich Pflegende schnell an die Grenzen ihrer Belastbarkeit bringen können.***

Laut den im März 2019 vom Land Schleswig-Holstein veröffentlichten Ergebnissen des „Branchenchecks Pflegekräfte“ spielen neben einem verlässlichen Dienstplan und einer guten Einarbeitung auch ein laufender Austausch zwischen Leitungsebene und Mitarbeitenden, das Betriebsklima, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Wertschätzung sowie das Angebot einer betrieblichen Gesundheitsförderung eine große Rolle bei der Zufriedenheit mit dem Arbeitsplatz.

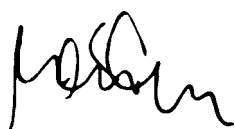
Dass der Pflegeberuf tatsächlich krank machen kann, zeigt der Gesundheitsreport 2019 der Techniker Krankenkasse (TK), der sich im Schwerpunkt mit den beruflich Pflegenden beschäftigt. Berufstätige in der Kranken- und Altenpflege fallen durchschnittlich für etwa 23 Tage krankheitsbedingt aus. Das sind acht Tage mehr als Beschäftigte in der Vergleichsgruppe aller Beschäftigten – und sie erhalten im Schnitt auch mehr Arzneimittel. Vergleichsweise stark betroffen ist das Pflegepersonal insbesondere von psychischen Erkrankungen und von Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Betriebliche Gesundheitsförderung kann hier einen wichtigen Beitrag leisten, um mit gezielten Präventionsmaßnahmen die Gesundheit, Arbeitskraft und Zufriedenheit der Mitarbeitenden zu erhalten oder zu verbessern. Dies können auch maßgebliche Faktoren sein, um Fachkräfte zu binden oder neu zu gewinnen.

Damit Sie individuell auf die Bedarfe in Ihrer Einrichtung ausgerichtete wirksame Präventionsmaßnahmen entwickeln können, haben das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein und die TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein diesen Leitfaden entwickelt. Wir haben dabei ganz bewusst eine relativ abstrakte Form gewählt, weil die Fragen für Sie eine Orientierung sein sollen, um ein passgenaues Projekt zur Gesundheitsförderung in Ihrer Einrichtung ermitteln, planen und umsetzen zu können.

Die Gestaltung gesundheitsförderlicher, kooperativer und von Wertschätzung geprägter Arbeitsbedingungen ist in diesem Leitfaden in erster Linie auf die Erhöhung von Kompetenzen in der Führungsebene ausgerichtet. Ziel ist es, die physischen und psychischen Belastungen der beruflich Pflegenden zu verringern und die Zusammenarbeit im Team sowie die organisatorischen Arbeitsbedingungen zu verbessern.

Eine gute und starke Pflege durch gesunde Mitarbeitende setzt eine starke Team- und Führungskultur voraus.



**Dr. Heiner Garg**

Minister für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein



**Sören Schmidt-Bodenstein**

Techniker Krankenkasse  
Leiter der Landesvertretung Schleswig-Holstein

# Impulse für ein Projekt zur Gesundheitsförderung



### Schritte zu einem passgenauen Projekt

Gute Pflege braucht gesunde Pflegekräfte. Die Verbesserung der gesundheitlichen Situation der Mitarbeitenden in Ihrer Einrichtung ist das Ziel von Projekten zur Gesundheitsförderung. Die von Ihnen und Ihren Mitarbeitenden entwickelte Idee soll in einer Projektphase getestet werden. Ziel ist es, den Arbeitsalltag nachhaltig effektiver und gesünder zu gestalten.

**Der nachfolgende Fragenkatalog soll Ihnen Orientierung und Hilfestellung dahingehend geben, welche Kriterien bei einem Gesundheitsförderungsprojekt zu beachten sind. Gleichzeitig gibt Ihnen der Katalog einen Einblick in die Förderkriterien der Kranken- und Pflegekassen.**



## 1 Ihre Entscheidung

Diese Fragen dienen dazu, potenziellen Förderern einen Einblick in Ihre Einrichtung beziehungsweise Ihren Pflegedienst zu geben.

- Name, Art und Anschrift der Einrichtung
- Name, Funktion und Kontaktdaten der Verantwortlichen in der Einrichtung
- Wie viele Mitarbeitende beschäftigen Sie?
- Profil der Beschäftigten (Teilzeit/Vollzeit, Geschlecht, Altersstruktur, ...)
- Beschreiben Sie bitte kurz das Umfeld, in dem sich Ihre Einrichtung befindet.
- Beschreiben Sie die Herausforderungen und Belastungen im Alltag:
  - Allgemeine
  - Gesundheitliche
- Beschreiben Sie die Stärken Ihrer Einrichtung.
- Welche Prioritäten haben Sie im Bereich Arbeitsschutz festgelegt?
- Wer unterstützt Sie?

## 2 Ihre Projektidee und Ihre Ziele

Beschreiben Sie bitte so konkret wie möglich das Ziel, welches Sie mit Ihrem Projekt erreichen möchten. Diese Fragen sollen den Bedarf für Ihre Projektidee klären und Sie in der Planungsphase unterstützen:

- Wo sehen Sie den größten Handlungsbedarf und woraus leiten Sie diesen ab?
- Was soll sich konkret – mit dem Projekt – verändern?
- Ist der Bedarf mit den Mitarbeitenden abgestimmt?
- Beschreiben Sie Ihre Projektidee.
- Definieren Sie kurzfristige und langfristige Ziele.
- Welche Faktoren oder Personen können das Projekt befördern?
- Wo könnten Stolpersteine liegen?
- Welche Leistungen zur Förderung der Gesundheit werden bereits angeboten beziehungsweise genutzt und lassen sich diese mit der geplanten Maßnahme verknüpfen?
- Wer zeichnet für das Projekt verantwortlich?

# 3

## Die Umsetzung

Eine gute Idee lebt von der Akzeptanz der Zielgruppe. Diese Fragen helfen Ihnen, Ihre geplante Maßnahme mit Leben zu füllen und Umsetzungsfehler zu vermeiden:

- Wer arbeitet intern an der Umsetzung mit?
- Wer kann Sie extern unterstützen?
- Welche Kompetenzen sollen vermittelt werden?
- Welche gesundheitsbezogenen Themen werden angesprochen?
- Welche Ressourcen sind im Unternehmen vorhanden?
- Welche finanziellen Mittel werden benötigt?
- Wie finanziert sich die Maßnahme?
- Welche Eigenleistungen können Sie als Unternehmen einbringen?
- Erstellen Sie einen detaillierten Finanzplan!

# 4

## Machen Sie Ihre Erfolge messbar!

Machen Sie Erfolge und auch Misserfolge sichtbar. So erzielen Sie langfristige und nachhaltige Ergebnisse und schaffen für Ihre Mitarbeitenden Transparenz. Diese Fragen helfen Ihnen bei der Ergebnissicherung:

- Woran machen Sie einen Erfolg oder eine positive Veränderung fest?
- Welche Messinstrumente nutzen Sie?
- Wie dokumentieren Sie die Ergebnisse und den Projektverlauf?
- Wie kann der Erfolg dauerhaft in die Alltagsroutine eingebunden werden?
- Wie kommunizieren Sie die Ergebnisse intern und extern?

Auf den ersten Blick sind das viele Fragen und Aspekte, die aber für die Umsetzung eines Projektes in Kooperation mit den Kranken- oder Pflegekassen erforderlich sind, damit Sie mit Ihrem Projekt etwas bewirken. Berücksichtigen Sie bitte, dass für eine erfolgreiche Umsetzung und eine langfristige Verbesserung der Arbeitsbedingungen diese Kriterien von großer Wichtigkeit sind.

Diese Hinweise sollen Sie im Planungsprozess sowie in der Umsetzung Ihrer Projektidee unterstützen und Sie auf mögliche Stolpersteine hinweisen.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an eine Kranken- beziehungsweise Pflegekasse Ihrer Wahl.





**Starke Pflege durch gesunde Mitarbeitende** – Herausgeber: Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein (MSGJFS). Techniker Krankenkasse (TK), Landesvertretung Schleswig-Holstein. Autoren: Dr. Hildegard Entzian (MSGJFS), Michael Schulz, Volker Clasen (beide TK). Gestaltung: The Ad Store GmbH, Hamburg. Produktion: Nicole Klüver. Litho: Hirte GmbH & Co. KG, Hamburg. Druck: TK-Hausdruckerei. Bilder: Getty Images, TK-Bilddatenbank

© **Techniker Krankenkasse**. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Einwilligung der TK und dem MSGJFS. Die enthaltenen Informationen wurden sorgfältig recherchiert. Für eventuelle Änderungen oder Irrtümer können wir keine Gewähr übernehmen. Stand: Juli 2020