



# empCARE – Pflege für Pflegende

Entwicklung und Verankerung eines empathiebasierten  
Entlastungskonzepts in der Care-Arbeit

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung

BETREUET VOM



PTKA  
Projektträger Karlsruhe  
Karlsruher Institut für Technologie



Förderschwerpunkt  
Präventive Maßnahmen  
für die sichere und gesunde  
Arbeit von morgen

## Empathie in der Pflege: Sich in andere und sich selbst einfühlen.

Zuwendung, Mitgefühl und Empathie sind häufig genannte Aspekte, die mit dem Pflegeberuf verbunden werden. Ein Blick in die vielen Krankenhausserien, Medienberichte und öffentlichen Diskussionen bestätigt dieses Bild. Eine Gesundheitsversorgung und Pflegeberuf ohne Empathie scheint nur schwer vorstellbar. Typische Erwartungen an den Beruf sind, Pflegenden haben Zeit, Pflegenden setzen sich neben Patienten und hören zu, bringen Kaffee und kümmern sich sorgenvoll um die Angehörigen. Für viele Pflegenden entspricht dieses Bild auch der eigenen Berufsmotivation und dem Qualitätsanspruch an die eigene Arbeit.

*Empathie beschreibt die Fähigkeit, die Situation und das innere Erleben einer anderen Person zu verstehen und mitzufühlen. Sie kann in erlern- und trainierbare Fertigkeiten umgesetzt werden, die den zwischenmenschlichen Kontakt und die Verständigung vereinfachen.*

*(nach Altmann & Roth, 2014)*

Ein Blick in die Versorgungslandschaft zeigt aber, wie herausfordernd es unter den gegebenen Umständen der Leistungsverdichtung und des sich abzeichnenden Fachkräftemangels ist, diesem Anspruch gerecht zu werden. Die Bedeutung von Empathie und Mitgefühl im Pflegealltag wird dabei häufig unterschätzt.

### Empathie kann auch belasten!

Der Pflegeberuf zeichnet sich durch einen hohen emotionalen Anforderungscharakter aus.

Dieser entsteht neben den gesellschaftlichen Erwartungen insbesondere durch die intensive Nähe zu Patienten und Angehörigen.



In ihnen werden Leid, Glück, Hoffnungen oder Enttäuschungen immer wieder erlebt. Pflegenden nehmen hier eine Schlüsselfunktion ein, der sie sich nicht entziehen können.

Studien legen nahe, dass Empathie neben seiner wohltuenden Wirkung auch belastend sein kann. Unreflektierte Empathie, ein „zu viel“ an Empathie oder die nicht adäquat ausgedrückte Empathie sind eng assoziiert mit klassischen Belastungsfolgen wie Berufsunzufriedenheit, Depressivität, Burnout oder psychosomatischen Symptomen sowie dem Wunsch, den Beruf zu verlassen. Pflegenden brauchen bewusste Strategien, wie sie mit emotionalen Herausforderungen in der Versorgung von Patienten und Angehörigen auch im Sinne der Selbstpflege umgehen können.

## Das Forschungsprojekt empCARE

Das BMBF (Bundesministerium für Bildung und Forschung) fördert im Rahmen des Forschungsprogramms „Präventive Maßnahmen für die sichere und gesunde Arbeit von morgen“ das Verbundprojekt „Pflege für Pflegenden: Entwicklung und Verankerung eines empathiebasierten Entlastungskonzepts in der Care-Arbeit“ – empCARE.

### empCARE:

- psychologische und pflegewissenschaftliche Ansätze verbinden
- Konzept zur Entlastung und Prävention emotionaler Belastungsfolgen von Pflegenden
- Langfristig der Problematik des Fachkräftemangels und hohen Fluktuation im Pflegeberuf entgegenwirken
- Kombination von kurzfristigen Trainings- und langfristige Coachingmaßnahmen zur Kompetenzentwicklung der Beschäftigten mit strukturellen Veränderungen

Ziel ist es, eine reflektierte Form der Empathie als Ressource bei den Beschäftigten in der Care-Arbeit zu stärken um mit neuen Handlungsmöglichkeiten emotionale Belastungssituationen zu entschärfen. Begleitend zur Umsetzung des Entlastungskonzepts erfolgen summative und formative längsschnittliche Evaluationsmessungen, die sowohl die Wirksamkeit wie auch die Akzeptanz des Trainings bei den teilnehmenden Pflegenden, den Pflgeteams und bei Patienten untersuchen.

# Die Projektpartner

UNIVERSITÄT  
DUISBURG  
ESSEN

*Offen im Denken*

Universität Duisburg Essen  
Institut für Psychologie

Projektkoordinator: Univ.-Prof. Dr. Marcus Roth  
Leitung des Teilprojekts: Dr. Tobias Altmann  
BMBF-FKZ: 02L14A150



UNIKLINIK  
KÖLN

Universitätsklinikum Köln  
Pflegedirektion und Bildungszentrum

Leitung des Teilprojekts: Vera Lux  
BMBF-FKZ: 02L14A151

ukb universitäts  
klinikumbonn

Universitätsklinikum Bonn  
Pflegedirektion

Leitung des Teilprojekts: Andreas Kocks  
BMBF-FKZ: 02L14A152



Aaron Kranken- und Intensivpflege GmbH & Co. KG

Leitung des Teilprojekts: Daniela Roling  
BMBF-FKZ: 02L14A153



Weitere Informationen finden Sie hier:

[www.empcare.de](http://www.empcare.de)

[www.facebook.com/empcare](https://www.facebook.com/empcare)