

White-Paper

Wie pflegende Angehörige von digitalen Schulungsangeboten profitieren



Töchter & Söhne
Gesellschaft für digitale Helfer mbH
Fuggerstr. 19
10777 Berlin

Kontakt: Thilo Veil (Geschäftsführer)
Telefon: +49 (30) 60986754-0
E-Mail: info@toechtersoehne.com
Internet: <https://toechtersoehne.com>

Ausgangssituation

In Deutschland leben mehr als 2,9 Millionen pflegebedürftige Menschen. Mehr als zwei Drittel (73 %) davon werden zuhause von mehr als 4,2 Millionen Angehörigen und ehrenamtlich Pflegenden versorgt.¹

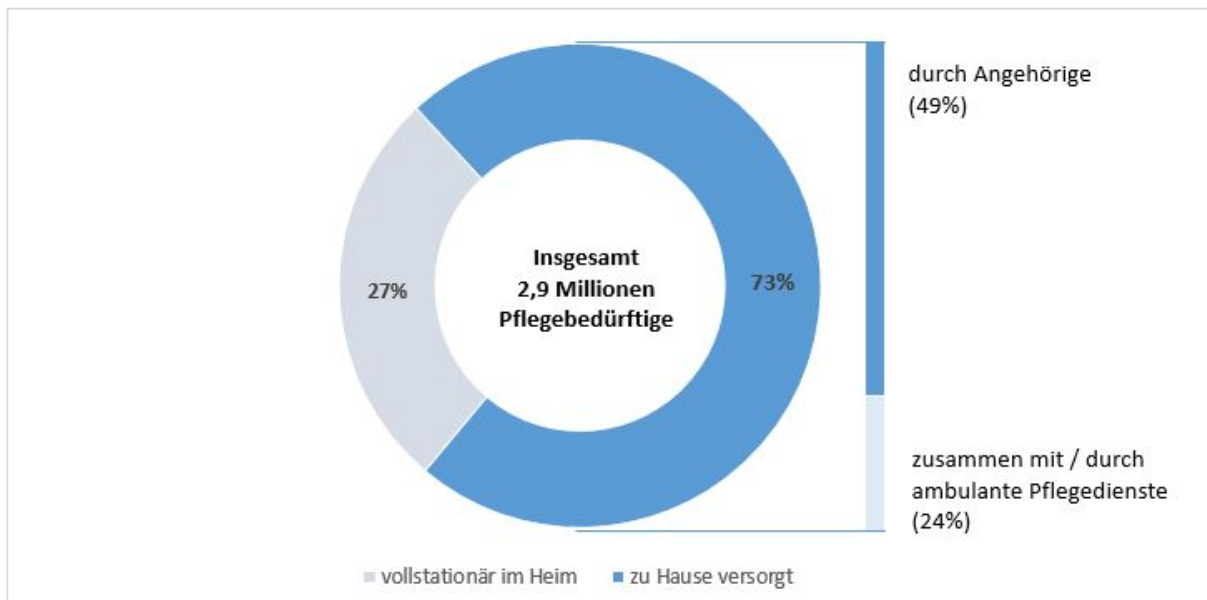


Abbildung 1: Pflegebedürftige nach Versorgungsart

Für Angehörige und Ehrenamtliche geht dieses Engagement häufig mit körperlichen, psychischen und sozialen Belastungen einher. Eine wichtige Voraussetzung zur Entlastung sind gute und geprüfte Informationen zur Pflege. Diese sind jedoch selten komplett verfügbar und häufig schwer verständlich.

Obwohl pflegenden Angehörigen bereits eine große Auswahl an Schulungs- und Beratungsangeboten (Pflegestützpunkte, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen) zur Verfügung steht, ist die Inanspruchnahme dieser Angebote relativ gering. Gründe hierfür sind unter anderem die geringe Bekanntheit der Angebote, eine schwierige Integration in den zeitintensiven Pflegealltag oder auch weite Anfahrtswege in ländlichen Regionen.

Hinzu kommt, dass sich die überwiegende Mehrheit der Bevölkerung schlecht bezüglich ihrer Leistungsansprüche sowie über Unterstützungs- und Hilfsangebote für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige informiert fühlt.²

¹ Statistisches Bundesamt (Destatis), 2017.

² ZQP (2015). Ergebnisse repräsentative ZQP-Befragung „Information und Beratung bei Pflegebedarf“, 23. März 2015. Unveröffentlichtes Manuskript.

Das Internet als Informationsquelle für pflegende Angehörige

Das Internet hat sowohl bei pflegenden Angehörigen als auch insgesamt in der Bevölkerung einen hohen Stellenwert als Informationsquelle für den Themenbereich Pflege und Gesundheit: 59 % der Bevölkerung nutzen es sehr oft/gelegentlich, um sich zu gesundheits- und pflegerelevanten Themen zu informieren. Dies gilt für Menschen aller Altersgruppen in ähnlichem Maße.^{3 4}

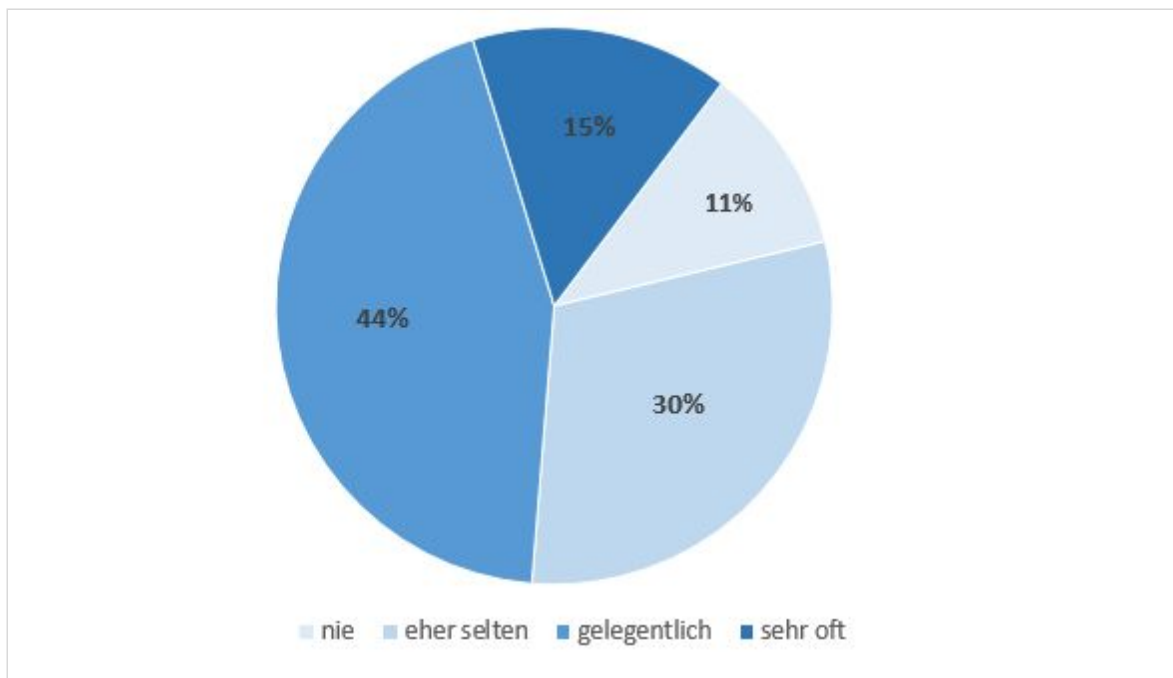


Abbildung 2: Wie oft nutzen Sie das Internet, um sich zu Fragen rund um die Themen Gesundheit und Pflege zu informieren? (%)

Personen mit Pflegeerfahrung nutzen das Internet etwas häufiger für die Recherche nach gesundheits- oder pflegerelevanten Themen: 66 % von ihnen geben an dies sehr oft oder gelegentlich zu tun.⁴

“Wenn durch die verbreitete Nutzung des Internets zukünftig die Nachfrage nach onlinebasierten Beratungsangeboten auch in der älteren pflegebedürftigen Bevölkerung steigt, wird sich diese Form der Informationsvermittlung mit zum Teil integrierten Beratungselementen zum Thema Pflege ausweiten.” (ZQP, 2015)

³ Gräßel, E. et al. (2009). Das Internet als Informationsquelle für pflegende Angehörige eines Demenzpatienten. Psychiatrische Praxis, 36 (3), 115-118.

⁴ ZQP (2015). Ergebnisse repräsentative ZQP-Befragung „Information und Beratung bei Pflegebedarf“, 23. März 2015. Unveröffentlichtes Manuskript.

Schulungsangebote für pflegende Angehörige

Pflegekurse sind in Deutschland eine verpflichtende Leistung der Pflegekassen für Pflegende, um unter anderem die häusliche Pflege zu verbessern sowie pflegebedingte körperliche und seelische Belastungen zu mindern. Gesetzlich geregelt ist der Anspruch auf solche Schulungskurse in § 45 SGB XI. Pflegekassen können Pflegekurse selbst durchführen oder Dienstleister mit deren Durchführung beauftragen.

Seminare sind die bekannteste Form von Pflegekursen. Ein klarer Vorteil von Seminaren liegt in der sozialen Komponente. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, sich untereinander über ihre Erfahrungen auszutauschen und gezielt Fragen zu stellen. Seminare sind aber auch mit Nachteilen verbunden. Sie erfordern eine Anwesenheit vor Ort, der Zeitaufwand ist hoch, häufig ist eine Anreise notwendig und Seminare finden nur zu festen Terminen statt, die schwer in den Pflegealltag zu integrieren sind. Darüber hinaus sind die Bedürfnisse der Teilnehmer sehr unterschiedlich.

Vor-Ort-Schulungen finden in der häuslichen Umgebung des Pflegebedürftigen statt und umfassen in der Regel drei bis sechs Hausbesuche. Größter Vorteil ist die sehr individuelle Schulung in der häuslichen Umgebung sowie die individuelle und relativ schnelle Terminvereinbarung. Ein Nachteil sind die hohen Schulungskosten.

Tabelle 1: Vor- und Nachteile verschiedener Schulungsangebote

 Seminare	 Vor-Ort-Schulung	 Online-Kurs
+ soziale Kontakte	- soziale Kontakte	- soziale Kontakte
- generische Inhalte	+ individuelle Schulung	+ Inhalte frei wählbar
- hoher Zeitaufwand	+ individueller Termin	+ freie Zeiteinteilung
- Ortsgebundenheit	+ häusliche Umgebung	+ ortsunabhängig
- sofort verfügbar	+ schnell verfügbar	+ sofort verfügbar
- Fahrtkosten	- Kosten pro Person	+ Kostenvorteile
		+ ständige Verfügbarkeit

Auch reine Online-Schulungen sind inzwischen ein Format mit hoher Akzeptanz. Online-Kurse bieten insbesondere eine zeit- und ortsunabhängige Verfügbarkeit. Dies und die Tatsache, dass kaum Kapazitätsgrenzen hinsichtlich der Teilnehmerzahl existieren, kann zu deutlichen Kosteneinsparungen führen. Online-Kurse eignen sich insbesondere für die Vermittlung und die Auffrischung von Wissen.

Ein erfolgversprechendes Schulungskonzept ist auch das sogenannte Blended Learning. Dieser Mischung aus Vor-Ort-Schulungen bzw. Seminaren und Online-Kursen wird zukünftig eine große Bedeutung zukommen. In Online-Kursen machen sich die Teilnehmer zunächst mit theoretischen Inhalten vertraut. Diskussionen und das Einüben von Bewegungsabläufen erfolgen dann im Rahmen von Praxis-Seminaren oder Vor-Ort-Schulungen. Was für Blended Learning spricht: In dieser Form der Schulungen werden die Vorteile der verschiedenen Schulungsangebote miteinander kombiniert.

Online-Schulungen für pflegende Angehörige

Bisher ist es für Pflegende recht mühsam einen passenden Pflegekurs in Seminarform zu besuchen. So tritt z. B. eine Pflegesituation häufig plötzlich und unvorbereitet ein. Pflegekurse hingegen werden – auch in Ballungszentren – nur in unregelmäßigen Abständen angeboten; teilweise sind die Pflegekurse ausgebucht oder fallen aus. Im ländlichen Raum mangelt es an entsprechenden Angeboten. Auch besuchen Pflegende mit sehr unterschiedlichen Erwartungen und Hintergründen einen Pflegekurs.

In der Prävention haben sich onlinebasierte Selbstlernprogramme bereits in verschiedenen Handlungsfeldern fest etabliert. So bieten verschiedene Krankenkassen, die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) oder auch das Bundesministerium für Gesundheit Selbstlernprogramme über das Internet an. In der Bundesrepublik Deutschland hat die Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen dem Potential interaktiver Selbstlernprogramme bereits Rechnung getragen, indem sie eine Kostenerstattung nach § 20 SGB V möglich gemacht hat (siehe GKV-Spitzenverband, 2014)⁵. Dies ist sicherlich auch darauf zurückzuführen, dass für präventiv ausgerichtete onlinebasierte Interventionen bereits eine große Zahl an Studien durchgeführt und in wissenschaftlichen Fachzeitschriften publiziert worden ist.

Auch für pflegende Angehörige sind onlinebasierte Selbstlernprogramme ein sinnvolles Angebot. Onlinebasierte Pflegekurse bieten die Möglichkeit flächendeckend ein Schulungsangebot für eine heterogene Zielgruppe anzubieten, das gezielt an den Bedürfnissen einzelner Personen ansetzt. Darüber hinaus bietet ein Online-Angebot

⁵ GKV-Spitzenverband (2014). Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der §§ 20 und 20a SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 10. Dezember 2014.

gegenüber konventionellen Hilfs- und Schulungsangeboten, die einen direkten Personenkontakt notwendig machen, die Möglichkeit auch schambesetzte und tabuisierte Inhalte in einem geschützten Rahmen zu thematisieren.

Mit Online-Pflegekursen können sich Angehörige und Ehrenamtliche zeit- und ortsunabhängig auf die Pflege im häuslichen Umfeld vorbereiten. Die Kurse helfen den Pflegenden, den Alltag der Pflege besser zu meistern und ermöglichen dem Pflegebedürftigen damit länger zu Hause zu wohnen. Gleichzeitig wird der Belastungsgrad der Pflegenden präventiv reduziert.

In Deutschland gibt es mittlerweile mehrere erfolgversprechende Initiativen von Pflegekassen, gemeinnützigen Organisationen und Unternehmen, die online digitale Schulungs- und Beratungsangebote für pflegende Angehörige bereitstellen. Dazu gehört etwa die DAK-Gesundheit mit dem DAK-Pflegecoach⁶, das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit einem E-Learning Kurs "Demenz", die Catania gemeinnützige GmbH mit dem Beratungsangebot pflegen-und-leben.de⁷ und auch die Töchter & Söhne Gesellschaft für digitale Helfer mbH mit curendo.de⁸.

Fazit und Ausblick

Aufgrund der zunehmenden Anzahl von pflegebedürftigen Personen wird der Bedarf an individueller Information und Beratung weiter steigen. Das Internet ist ein vielversprechendes Medium, um diesen Bedarf zu decken. E-Learning Angebote können einen niederschweligen Zugangsweg zu Schulungs- und Beratungsangeboten in der Pflege bieten, die mit etablierten Maßnahmen bisher nicht erreicht werden.

Onlinebasierte Pflegekurse bieten die Möglichkeit flächendeckend und qualitätsgesichert ein Schulungsangebot für pflegende Angehörige und ehrenamtlich Pflegende zur Verfügung zu stellen, das auf die Bedürfnisse des ambulanten Pflegesettings abgestimmt ist. Online-Schulungen können Vor-Ort-Schulungen zwar nicht vollständig ersetzen – können diese aber gezielt ergänzen.

Pflegekassen können durch digitale Schulungs- und Beratungsangebote für pflegende Angehörige und ehrenamtlich Pflegende ein niedrighschwelliges Angebot schaffen, dass die häusliche Pflege stärkt, sich an den Bedürfnissen der Betroffenen orientiert und gleichzeitig kosteneffizient und ressourcenschonend ist.

⁶ <https://dak-pflegecoach.de>

⁷ <http://www.pflegen-und-leben.de>

⁸ <https://curendo.de>

Es genügt nicht, digitale Schulungs- und Beratungsangebote verfügbar zu machen. Vielmehr sind reichweitenstarke Maßnahmen notwendig, um die Zielgruppe zu erreichen. Die Information über das Angebot erfolgt idealerweise über Pflegekassen sowie die Pflegestützpunkte. Darüber hinaus muss ein Bewusstsein für die Möglichkeit der kostenlosen Teilnahme an Pflegekursen geschaffen werden – sowohl für Präsenzangebote, als auch für Onlinekurse – um die häusliche Pflege und Betreuung zu verbessern und informell Pflegende mehr als gegenwärtig zu unterstützen.

Online-Pflegekurse von Töchter & Söhne

Mit den unter curendo.de⁹ verfügbaren interaktiven Online-Pflegekursen “Grundlagen der häuslichen Pflege” und “Demenz” können sich Angehörige und Ehrenamtliche online auf die Pflege im häuslichen Umfeld vorbereiten. Die Online-Schulungen von Töchter & Söhne erfüllen alle Anforderungen des § 45 SGB XI und helfen den Pflegenden, den Alltag der Pflege besser zu meistern. Ein weiteres Ziel ist, dass der Pflegebedürftige so lange wie möglich im eigenen Haushalt ein selbstbestimmtes und wertgeschätztes Leben führen kann.

Die Online-Pflegekurse orientieren sich an den methodisch-didaktischen Prinzipien und Inhalten realer Pflegekurse, nutzen aber zusätzlich die Möglichkeiten des Internets, z.B. selbstgesteuertes Lernen, Selbst-Tests oder Animationen.

1 Bewegungsabläufe in der Pflege Wie Sie Ihren Rücken schonen



Entlastung im Haus

- Pflegebett:** Sie können sich die Pflege erleichtern, wenn das Pflegebett etwa auf Hüfthöhe eingestellt ist. Das heißt: die obere Kante der Matratze endet unterhalb der Leiste. So können Sie sich problemlos vorbeugen und schonen den Rücken.
- Türen öffnen:** Ein einfacher Tipp für lange Wege mit Gewicht: Vorher alle Türen öffnen – damit vermeiden Sie häufiges Auf- und Absetzen des Gewichts.
- Pflegehilfsmittel:** Es gibt viele Hilfsmittel in der Pflege für den Rücken!
TIPP: Pflegehilfsmittel können zum Test auch im Sanitätshaus ausgeliehen werden.

⁹ <https://curendo.de>

Abbildung 3: Screenshot „Bewegungsabläufe in der Pflege“ aus dem Online-Kurs „Grundlagen der häuslichen Pflege“ bei curendo.de

Die Aufbereitung der Fachinformationen in ein attraktives, leicht verständliches und motivierendes Format war für Töchter & Söhne eine Grundanforderung bei der Erstellung der Online-Kurse. Die Lerninhalte wurden daher mit einfach zu handhabenden und selbsterklärenden Interaktionen immer auf die Bedürfnisse des Lernenden ausgerichtet.

Geleitet werden die Online-Kurse durch Pflegeberater, die Fachfragen zum Thema Pflege innerhalb von 48 Stunden beantworten. Es erfolgt keine medizinische oder juristische Beratung.

Die Beurteilung der Kurse durch die Nutzer sind neben der wissenschaftlichen Fundiertheit der Inhalte für Töchter & Söhne entscheidende Qualitätskriterien. Eine Evaluation der Online-Pflegekurse durch die Hochschule Bremen (University of Applied Sciences) dient der Qualitätssicherung und Weiterentwicklung des Angebots.

85 %

85 % der Teilnehmer empfinden die Online-Kurse als gelungen. Positiv bewertet wurde vor allem die grafische Aufbereitung und die Bedienung des Kurses (Stichprobe N=313).

bewerten den Kurs positiv

Für 79 % der Teilnehmer war der Kurs eine Unterstützung für die Pflege des Angehörigen. Fast alle befragten Teilnehmer gaben an, dass sie durch die Teilnahme am Online-Kurs ihr pflegerisches Wissen erweitert haben (93 %).

93 %

haben ihr Wissen erweitert

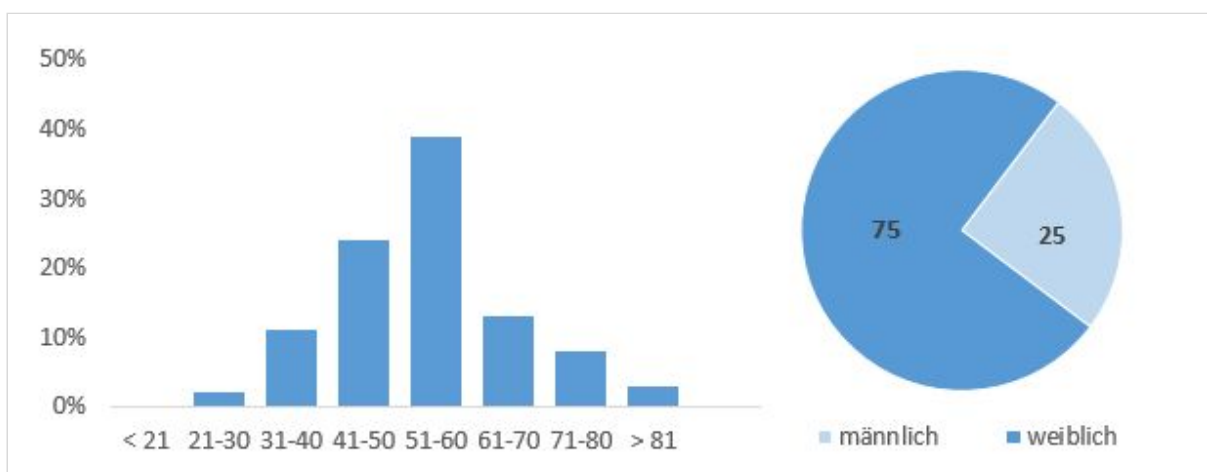


Abbildung 4: Altersstruktur und Geschlechterstruktur der Kursteilnehmer (%)

Wie bei Seminaren und Vor-Ort-Kursen ist die überwiegende Mehrheit der Kursteilnehmer (75 %) weiblich. 65 % der Teilnehmer sind zwischen 50 und 70 Jahren alt. Damit wird mit den Online-Pflegekursen die Kernzielgruppe der pflegenden Angehörigen genau erreicht.

Das Datenhosting der Kursplattform erfolgt nach Vorgabe der Datenschutz- und Sicherheitsleitlinien – Sozialgesetzbuch X und Bundesdatenschutzgesetz. In jedem Fall bleiben die Daten der Teilnehmer in Deutschland - geschützt durch die gesetzlichen Vorgaben für den Datenschutz.

Der Service von Töchter & Söhne für Pflegekassen

Die Online-Pflegekurse von Töchter & Söhne bieten Pflegekassen die Möglichkeit, ihren Versicherten flächendeckend ein qualitätsgesichertes Schulungsangebot anzubieten und sich als innovativer Dienstleister zu positionieren.

Vorteile für die Pflegekasse

- ständig aktuell durch regelmäßige Updates
- kosteneffizient & ressourcenschonend
- Verbesserung der häuslichen Pflege
- Reduzierung von Folgeerkrankungen
- unmittelbare Verfügbarkeit für die Versicherten
- qualitätsgesichert durch die Hochschule Bremen

Die Kosten für die Teilnahme an den Pflegekursen werden über Rahmenverträge gem. § 45 SGB XI bereits von einer Reihe von Pflegekassen erstattet.