

## Die Gesundheitskompetenz des Pflegepersonals stärken – aber wie?

Studien unter Mitwirkung der brainLight GmbH geben Antworten

Der Beruf der Pflegekraft ist nachgewiesenermaßen sehr fordernd, sowohl seelisch, als auch körperlich. Möglichkeiten, per Knopfdruck zu entspannen, bieten Entspannungssysteme, die einen nachhaltigen Stressabbau schon nach wenigen Minuten bewirken.

Belege für die Wirksamkeit findet man in Studien, die der Hersteller mit Unternehmen im Setting „Pflege“ durchgeführt hat, zum Beispiel mit der Diakonie Neundettelsau. 2015 erhöhte sich dort während und nach der Erhebung die subjektiv empfundene gesundheitsbezogene Lebensqualität der Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer. Thomas Aigner, Koordinator BGF an der Diakonie Neu-

endettelsau, äußerte sich danach zu den Vorteilen des Einsatzes der Entspannungssysteme: „Wir sind von den positiven Effekten überzeugt. Durch eine motivierte Belegschaft bekommen wir viel mehr zurück als wir investieren.“ Eine weitere Studie des Marktführers für High-Tech-Wellness ist das Projekt „Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung“, dessen Pilotphase 2016 mit 734 Mitarbeitern aus 23 Unternehmen abgeschlossen wurde. Teil-Ergebnisse werden in der Grafik visualisiert. Mit einer niedrigschwelligen Gesundheitsförderungsmaßnahme, Entspannung auf Knopfdruck mit dem brainLight-System, konnte das Bewusstsein für die eigene Gesundheit gerade auch bei den weniger gesundheitsaffinen

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gestärkt werden. Das Folgeprojekt führt die brainLight GmbH zusammen mit der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg (HBRS) durch. Aktuell werden dafür weitere Unternehmen gesucht, die in die Gesundheit und die Arbeitszufriedenheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter investieren wollen. Bisher beteiligen sich 42 Unternehmen daran, unter anderem das Pro Vita Seniorenpflegeheim in Apolda und das Diakoniewerk Hermann Bonnus Haus in Osnabrück. Um an dieser Studie teilzunehmen, kontaktieren Sie bitte:

Ursula Sauer  
(Geschäftsführung  
der brainLight GmbH):  
ursula.sauer@brainlight.de

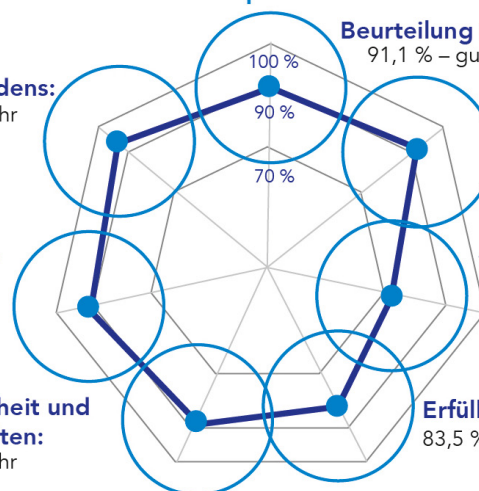


### Studienprojekt: Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung

**Nutzen bezüglich des allgemeinen Wohlbefindens:**  
94,1 % – mittelgroßer bis sehr großer Nutzen

**Nutzen bezüglich der Herausforderungen des beruflichen Alltags:**  
91,6 % – mittelgroßer bis sehr großer Nutzen

**Einstellung zur Gesundheit und zum Gesundheitsverhalten:**  
89,3 % – mittelstarker bis sehr starker Einfluss



**Beurteilung der Qualität:**  
91,1 % – gut bis sehr gut

**Gefallen der Maßnahme:**  
92,5 % – gut bis sehr gut

**Wichtigkeit der angebotenen Entspannungsmaßnahme im Vorfeld:**  
72,8 % – wichtig bis sehr wichtig

**Erfüllung der Erwartungen:**  
83,5 % – gut bis sehr gut

Ergebnisse: Qualität und intrinsische/extrinsische Motivation