

## cuRs - Psychische und körperliche Fehlbelastung & chronischer unspezifischer Rückenschmerz

Projektleitung:	Prof. (em.) Peter Richter
Mitarbeiterinnen:	MPH Gabriele Buruck (Projektkoordinatorin) Dipl. Psych. Irén Horváth M. Sc. Sarah Brom
Projektlaufzeit:	04/2011 - 12/2013 – optional Verlängerung um weitere drei Jahre

Die Beschäftigung in Gesundheits- und Pflegeberufen ist in den letzten zehn Jahren um ein Fünftel gewachsen (Arbeitsmarktberichterstattung, 2011). Damit arbeitet jeder zehnte sozialversicherungspflichtig Beschäftigte in einem Gesundheits- oder Pflegeberuf. Die damit verbundenen gestiegenen qualitativen und quantitativen Anforderungen stehen im Gegensatz zu arbeitsbezogenen Realitäten sowie Qualifikationen von Pflegekräften. Das macht es notwendig, mittel- und langfristig die Gesundheit der Pflegekräfte zu verbessern und ihre Kompetenzen zu stärken.

Ziel des Projektes ist die Differenzierung des arbeitsbezogenen unspezifischen chronischen Rückenschmerzes bezüglich des Verlaufs, der Dauer, der Lokalisation und der Spezifikation sowie das Aufzeigen von Zusammenhängen von chronischem Rückenbeschwerden mit psychischen (z. B. Arbeitsbelastung, Teamklima, Handlungsspielraum) und physischen (z. B. ungünstige Körperhaltungen, Heben) Arbeitsbedingungen sowie Burnout und Emotionsregulierung. Das Präventionsprojekt **cuRs** integriert die längsschnittliche Betrachtung (4 Messzeitpunkte) der Ursachenanalyse des Rückenschmerzes bei Beschäftigten in der stationären Altenpflege mit umfassenden Interventionen zur Verbesserung der Rückengesundheit sowie einer Evaluierung der Wirksamkeit der Maßnahmen zur Rückenschmerzprävention. Zusammenhänge zwischen arbeitsbedingten Fehlbelastungen, Burnout (Mediator), emotionalen Kompetenzen (Moderatoren) und Rückenbeschwerden konnten bereits bei der Ist-Stands-Analyse nachgewiesen werden.

Das langfristige Ziel des Projektes ist eine Prozessbegleitung der Führungskräfte und Mitarbeiter bei der weiteren Umsetzung des Betrieblichen Gesundheitsmanagements in der Altenpflege.

Die Verbesserung der Rückengesundheit wird mit zwei Interventionsarten angestrebt. Die verhaltensbezogene Intervention hat zum Ziel den Umgang mit Stress und damit einhergehenden negativen Emotionen in der Arbeit zu verbessern. Die benötigten Kompetenzen zum Umgang mit negativen Gefühlen und Stress werden mit dem "Training emotionaler Kompetenzen" (TEK, Berking, 2008) vermittelt und trainiert. Ein Burnout-Gesundheitszirkel wird als verhältnisbezogene Maßnahme durchgeführt. Zunächst werden die Pflegekräfte über das Thema Burnout und dessen arbeitsbedingte Ursachen informiert. Danach werden durch die Gesundheitszirkelteilnehmer einrichtungsbezogene Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen entwickelt und umgesetzt. Durch die verbesserten Arbeitsmerkmale soll das Burnoutisiko gesenkt werden.

Insgesamt erhalten neun Einrichtungen der stationären Altenpflege in einem Wartegruppen-Kontrolldesign diese Maßnahmen - getrennt nach Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie einer Kombination aus Verhaltens- und Verhältnisprävention. Die Wirksamkeit der Maßnahmen wird nach dem Evaluationsmodell von Kirkpatrick & Kirkpatrick (2006) bewertet.