

Pausen in der Pflege

Arbeit und Erholung besser in Einklang bringen

Johannes Wendsche¹ und Jürgen Wegge²

¹Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dresden; ²TU Dresden, Fakultät Psychologie

Hintergrund

Definition

„Arbeitsunterbrechungen verschiedener Länge, die zwischen zwei in einer Arbeitsschicht vorkommenden Tätigkeitszeiten auftreten und der Erholung des Arbeiters dienen sollen.“ (Graf et al, 1970, S. 250).

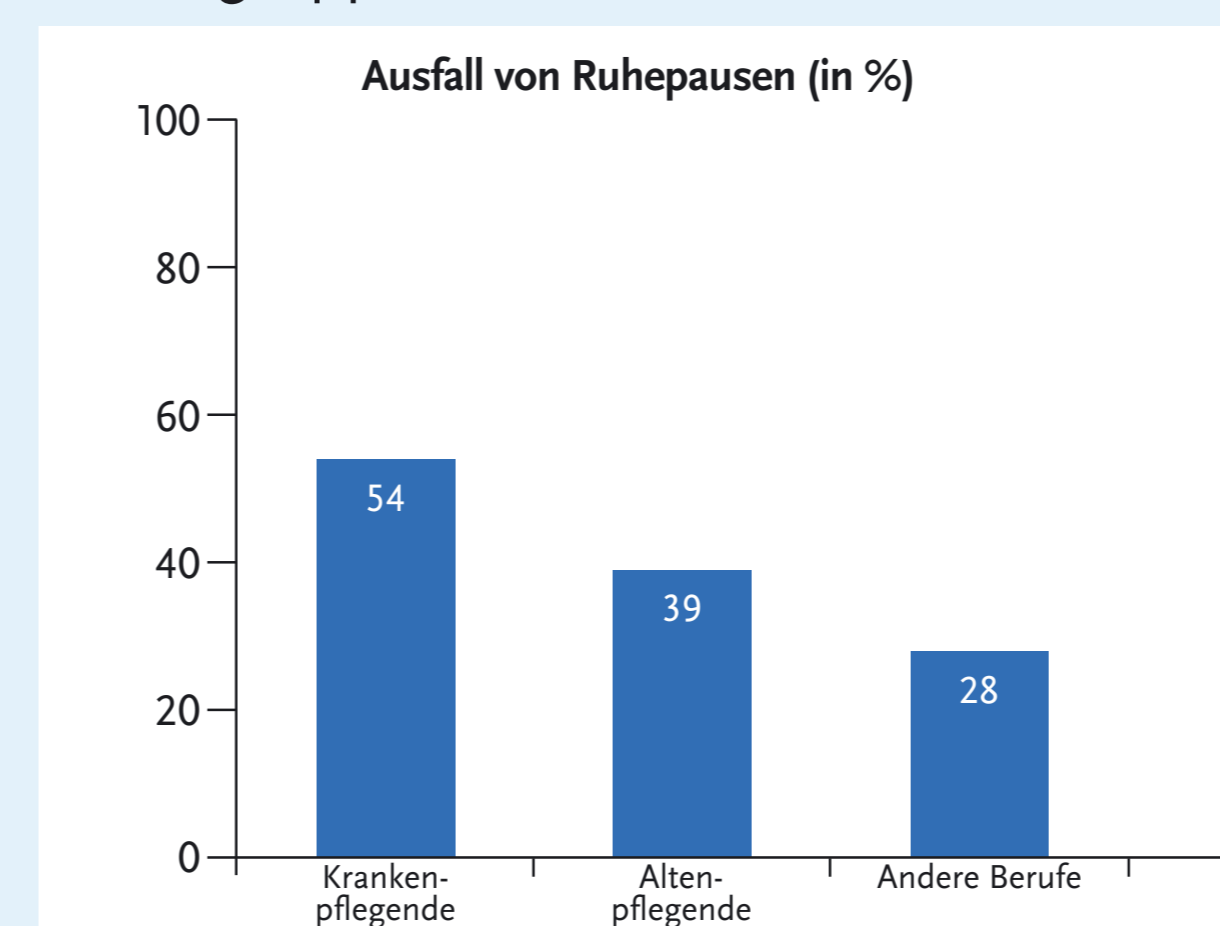
Gesetzliche Grundlagen

Arbeitszeitgesetz, Betriebsverfassungsgesetz, Arbeitsstättenverordnung, Arbeitsschutzgesetz

- **Mindestdauer von Pausen**
(30 Minuten nach 6 Stunden Arbeit, 45 Minuten nach 9 Stunden Arbeit)
- **Pausen stehen vor Arbeitsbeginn fest**
- **Mitbestimmungsrechte der Beschäftigten**
- **Regeln zur Einrichtung von Pausenräumen**
- **Regelmäßige Analyse und Bewertung der Pausenorganisation**

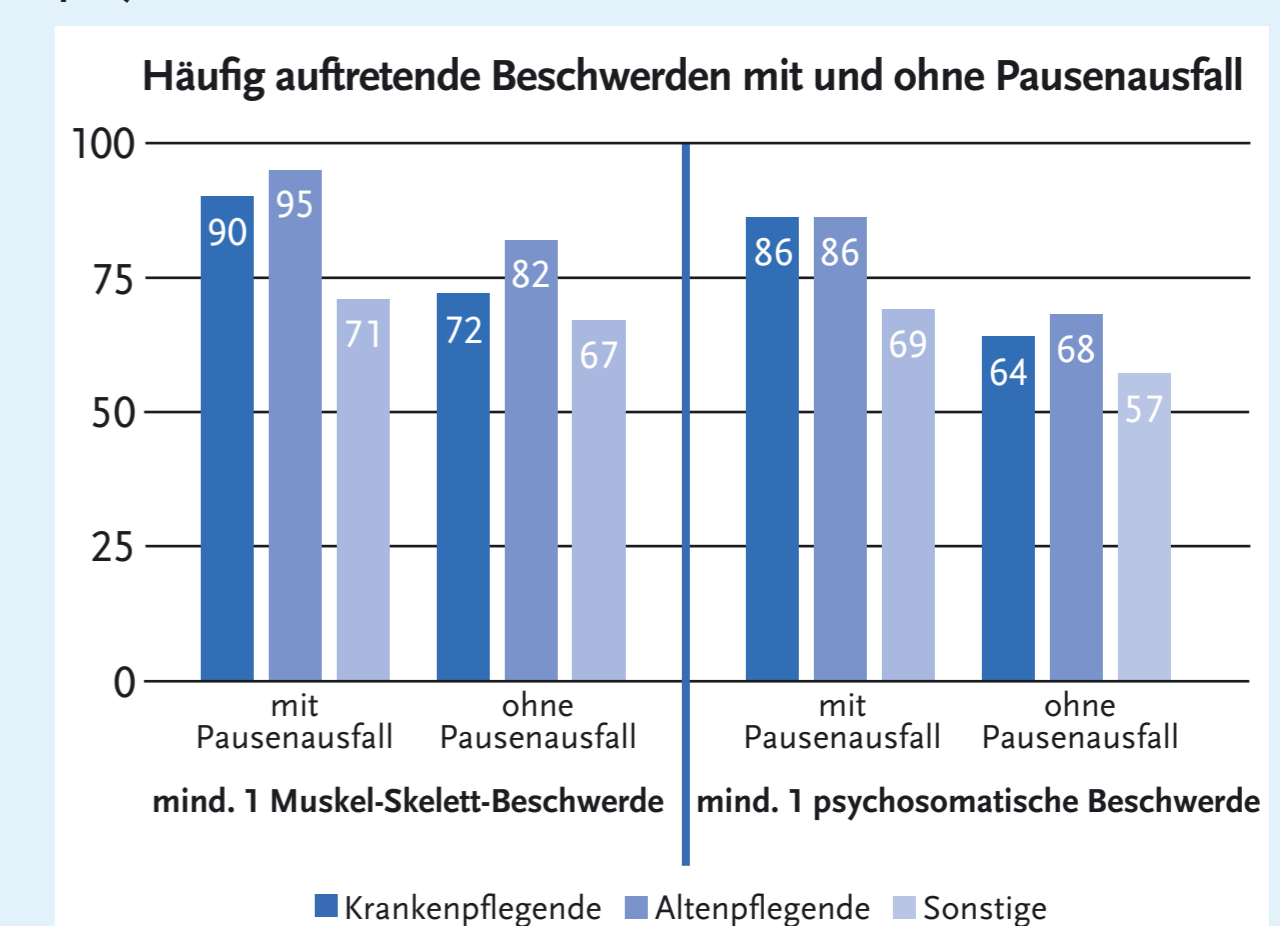
Pausensituation bei deutschen Pflegekräften und ihre Folgen

Bei Pflegekräften fallen gesetzlich geforderte Ruhepausen häufiger aus als in anderen Berufsgruppen.



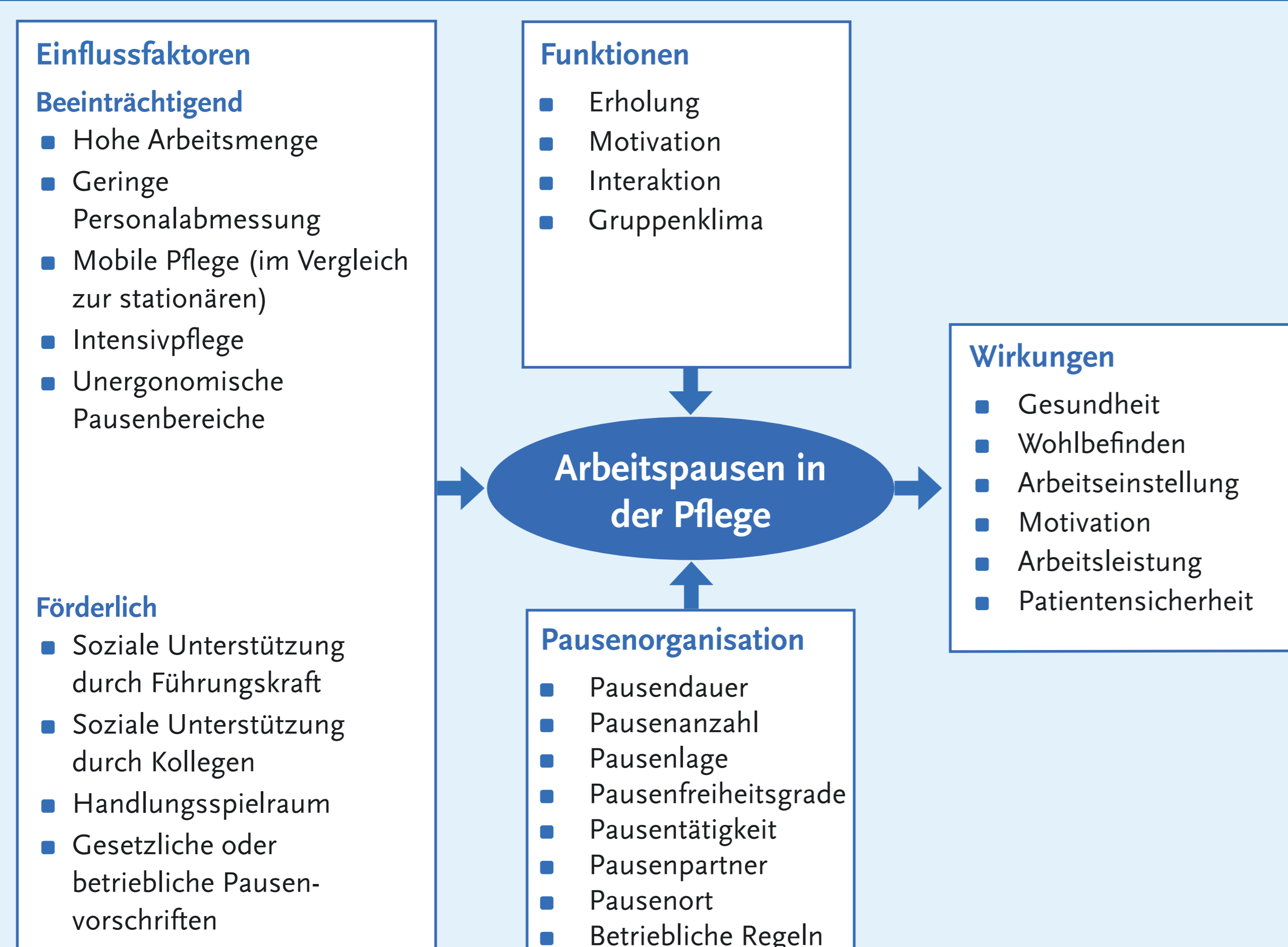
BAuA (2014). Factsheet 10: Arbeit in der Pflege - Arbeit am Limit? Arbeitsbedingungen in der Pflegebranche. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin.

Der Ausfall von Ruhepausen erhöht die Häufigkeit berichteter körperlicher und psychischer Beschwerden.



Wendsche, J. (2018). Fehlende Pausen haben weitreichende Folgen: Erholung in der Pflege. BAuA Aktuell, 2, 7.

Einflussfaktoren, Funktionen und Wirkungen von Pausen

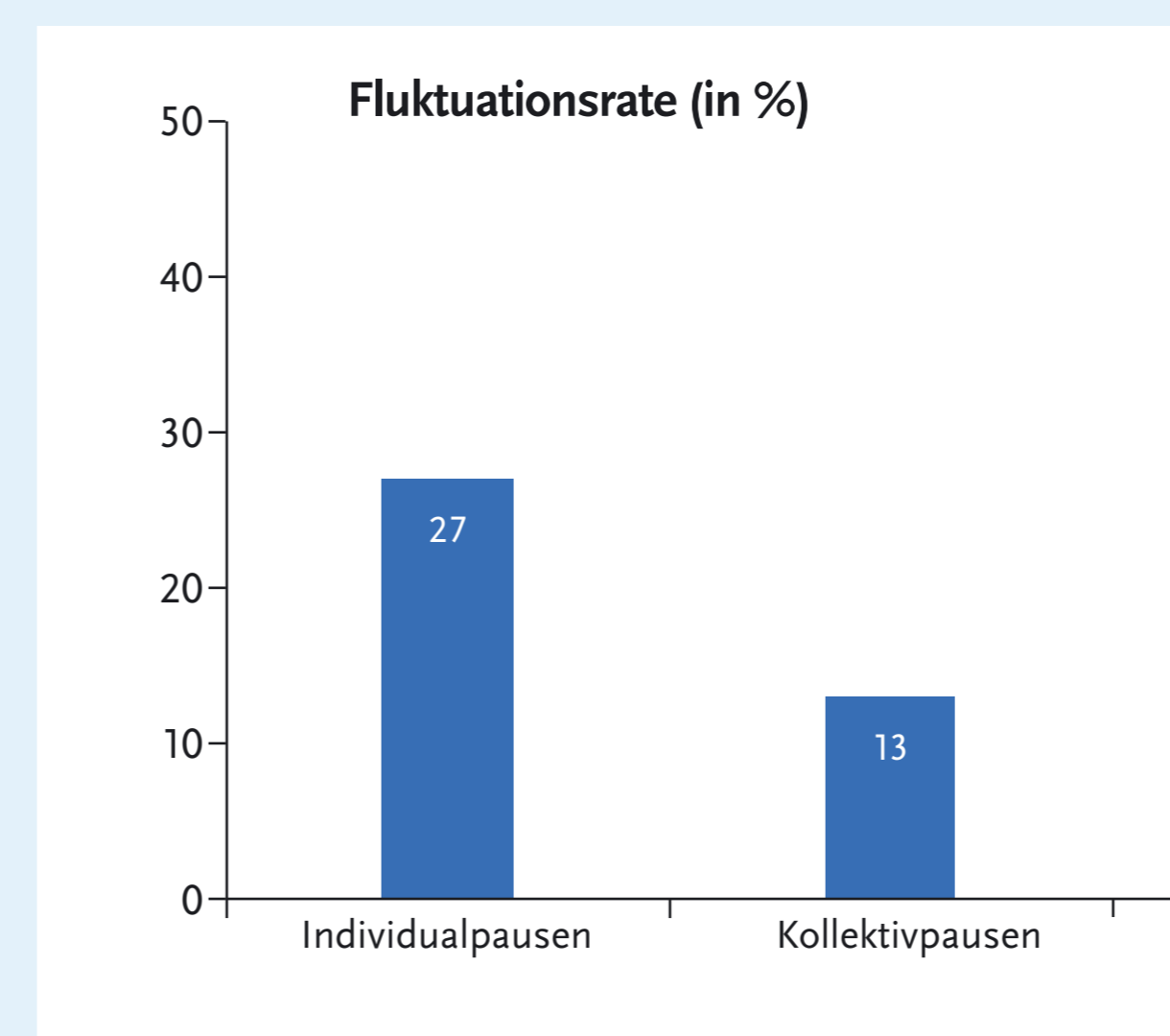


Wendsche, J., Ghadiri, A., Bengsch, A., & Wegge, J. (2017). Antecedents and outcomes of nurses' rest break organization: A scoping review. *International Journal of Nursing Studies*, 75, 65-80.

Pausen unterstützen die Fachkräftesicherung in der ambulanten und stationären Altenpflege: Erkenntnisse aus der sächsischen ODEM-Studie

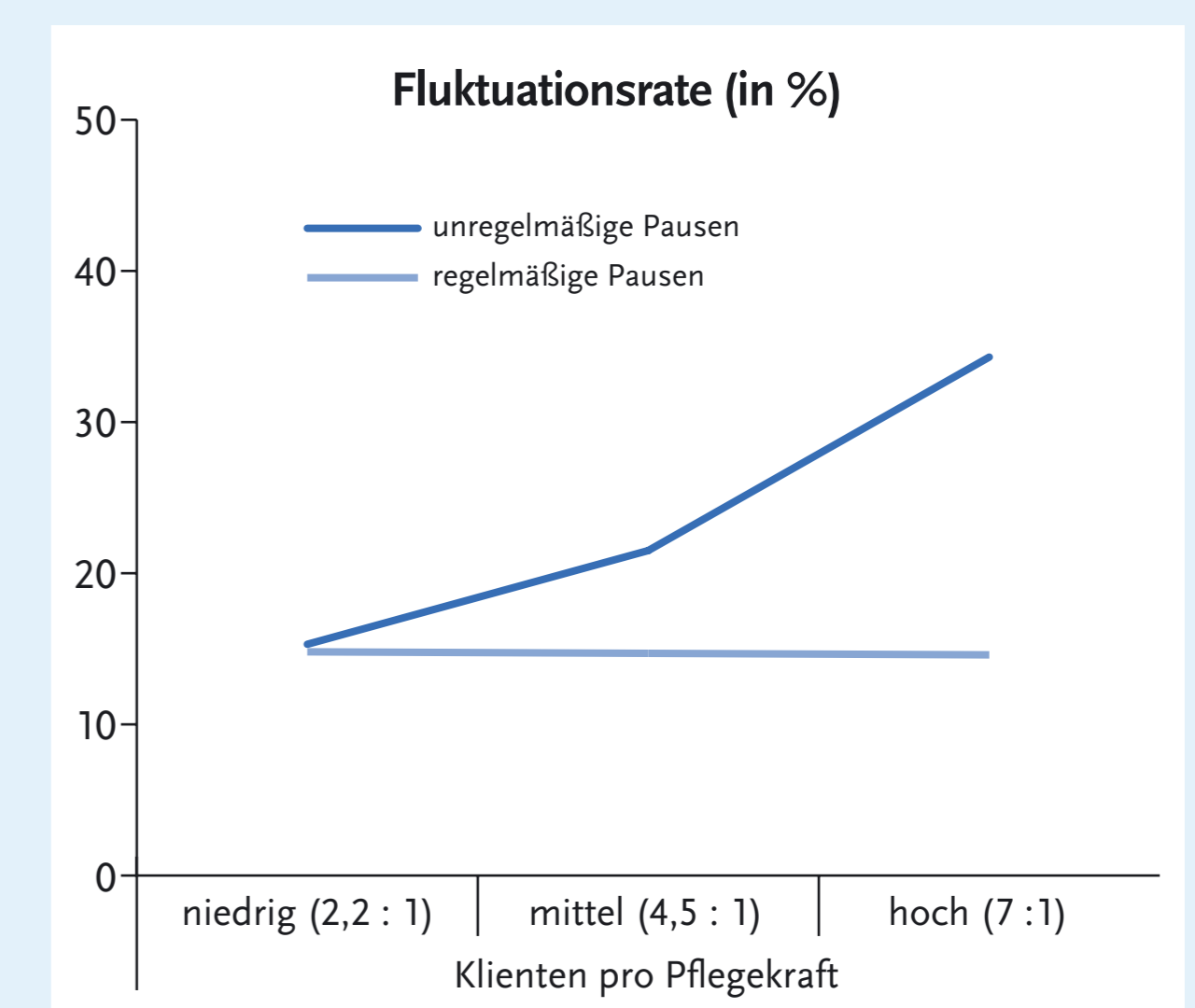
- 597 examierte Pflegekräfte in 80 Pflgeteams
- Fluktuationsrate innerhalb von 12 Monaten

Die Fluktuationsrate von Fachpflegekräften war dann niedriger, wenn diese regelmäßig gemeinsame Pausen mit ihren Kollegen einlegten. Regelmäßige Pausen nivellierten den Anstieg der Fluktuationsrate bei sinkender Personalbemessung (d. h. mehr Klienten pro Pflegekraft).



Wendsche, J., Hacker, W., & Wegge, J. (2017). Understaffing and registered nurses turnover: The moderating role of regular rest breaks. *German Journal of Human Resource Management*, 31, 238-259.

Wendsche, J., Hacker, W., Wegge, J., Schrod, N., Roitzsch, K., Tomaschek, A., & Kliegel, M. (2014). Rest break organization in geriatric care and turnover: A multimethod cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies*, 51, 1246-1257.

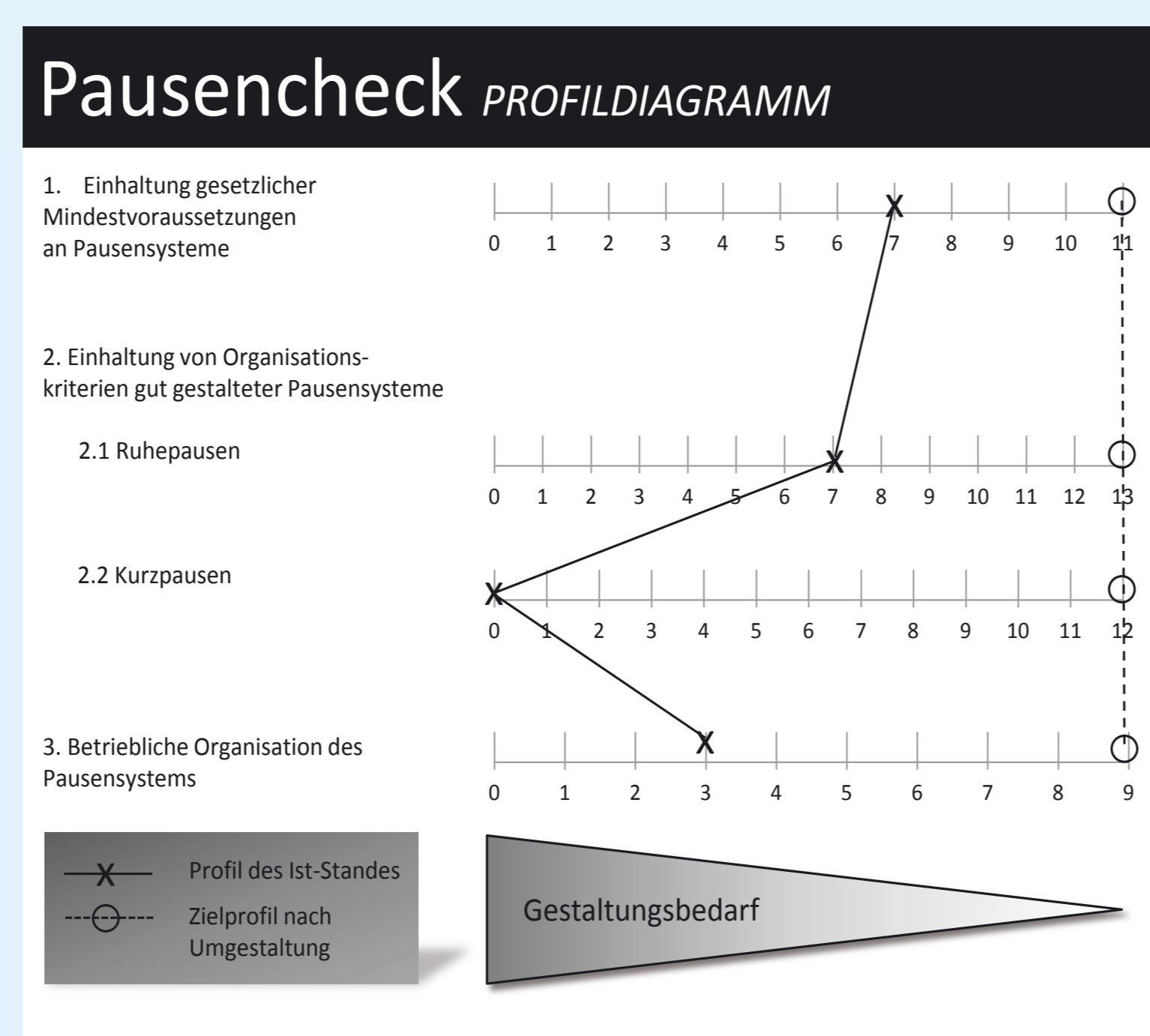


Handlungsempfehlungen zur Verbesserung der Pausenorganisation

Wissen aneignen und Pausenorganisation systematisch prüfen

Analyse der Pausenorganisation mit dem Pausencheck

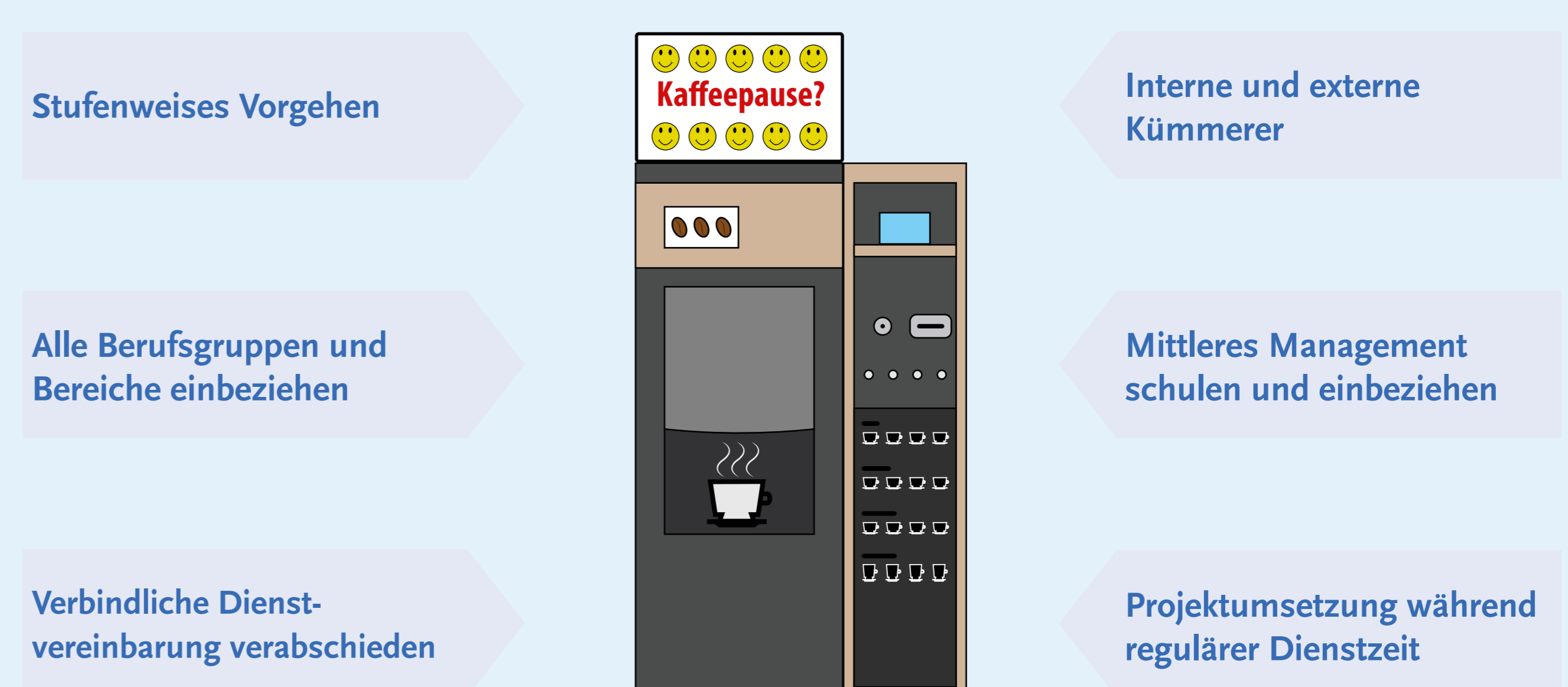
- 45 leicht verständliche Prüfkriterien
- Profildigramm



Wendsche, J. & Lohmann-Haislah, A. (2018). *Arbeitspausen gesundheits- und leistungsförderlich gestalten*. Göttingen: Hogrefe.

Von Beispielen guter Praxis lernen

Das Seniorenhaus „Albert Schweizer“ der Diakonie Riesa-Großenhain gGmbH erhielt den BGW Gesundheitspreis 2015 für die Einführung eines Kurzpausensystems („Pause ist Gold“). Das Vorgehen als auch die Dienstvereinbarung sind auf der INQA-Homepage „Top 100 - Impulse aus der Praxis“ dokumentiert (www.inqa.de). Bereits in einer früheren Übersichtsarbeit konnten wir zeigen, dass bezahlte Kurzpausen im Durchschnitt die Leistung der Mitarbeiter als auch ihr Wohlbefinden verbessern (Wendsche et al., 2016).



Wendsche, J., & Lohmann-Haislah, A., & Wegge, J. (2016). The impact of supplementary short rest breaks on task performance – A meta-analysis. *Sozialpolitik*, 2, 1-24.