



**„Pflegerische Eltern“:  
Evaluation eines mehrtägigen Gesundheitsprogramms der  
Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau  
(SVLFG) für pflegerische Eltern anhand von Paneldaten**

**Kurzfassung**

erstellt von  
Institut für Qualitätssicherung in Prävention und Rehabilitation (iqpr) GmbH  
an der Deutschen Sporthochschule Köln

gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Kontakt: Dr. Christian Hetzel, Tel.: 0221-277599-17, E-Mail: [hetzel@iqpr.de](mailto:hetzel@iqpr.de)

Stand: 20.05.2020

Brief einer Teilnehmerin:

*„(...) In dieser Woche wurde viel und herzlich gelacht, manchmal auch geweint, wir führten tiefgründige Gespräche über unsere Ängste und Sorgen, wir hatten Spaß und vergaßen auch für kurze Zeit unsere stets rumschwirrenden Gedanken. Wir konnten bei den Entspannungsübungen abschalten und frische Kraft tanken, bei der Wassergymnastik uns fast schwerelos bewegen, bei der Wirbelsäulengymnastik uns und unserem Rücken was Gutes tun, beim Nordic Walking den Kopf frei bekommen und immer wieder reden, Gedanken aus-tauschen, lachen, Kraft schöpfen. Der gemeinsame Pflegekurs gab Unterstützung, Rat-schläge, Hilfe Anregungen, Tipps und Tricks und war sehr gut gemacht, und hilft bestimmt, unsere tägliche Arbeit bei der Pflege zu erleichtern (...).“*

- Bedarf** Im grünen Sektor ist die häusliche Pflege nahezu die Regel. Mindestens 90 Prozent der teilnahmeinteressierten Eltern sehen Handlungsbedarf bei „Ausgleich für sich selbst“, „selbst besser mit Stress umgehen“, „Fördermöglichkeiten für mein Kind“, „Überblick über gesetzliche Unterstützungsmöglichkeiten“, „Austausch“ und „Rückengesundheit“.
- Intervention** Mit der „Trainings- und Erholungswoche für pflegende Eltern“ reagiert die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) auf diesen Bedarf. Das Angebot ist eine stationäre Gruppenintervention für pflegende Eltern mit dem Ziel der Gesundheitsförderung und Prävention, dauert acht Tage, ist auf Gruppen von bis zu 15 Personen (ohne die gepflegten Kinder) ausgerichtet, findet in Bad Birnbach (Bayern)<sup>1</sup> statt und ist regelfinanziert.
- Studie** Hauptzielgröße der kontrollierten Panelstudie<sup>2</sup> ist die Entwicklung des Wohlbefindens bis sechs Monate nach Ende der Intervention. Insgesamt 215 Beobachtungen von 23 Personen der Interventionsgruppe und 33 Personen der Vergleichsgruppe liegen vor. Auswertungsmethode ist die Panel Regression, um die Selbstselektion in die Gruppen bestmöglich zu kontrollieren. Das Angebot erreicht hochbelastete Personen.
- Struktur** Überwiegend haben Mütter teilgenommen. 65 Prozent der Kinder waren 18 Jahre und älter. 54 Prozent der Kinder hatten Pflegegrad 4 oder 5. Auffällig ist, dass für 70 Prozent der Pflegepersonen das Wohlbefinden auf einem kritisch geringen Niveau ist.
- Akzeptanz** Die „Trainings- und Erholungswoche“ ist von außerordentlich hoher Akzeptanz geprägt. Alle Eltern würden die Veranstaltung empfehlen.
- subjektiver Nutzen** Bei Ende der Veranstaltung geben mindestens 90 Prozent der Eltern an, dass sie interessante Gesprächspartner kennengelernt haben, dass sie sich besser fühlen, dass sie besser Kenntnisse über die gesetzliche Unterstützungsmöglichkeiten haben und dass sie jetzt besser mit Stress umgehen können.

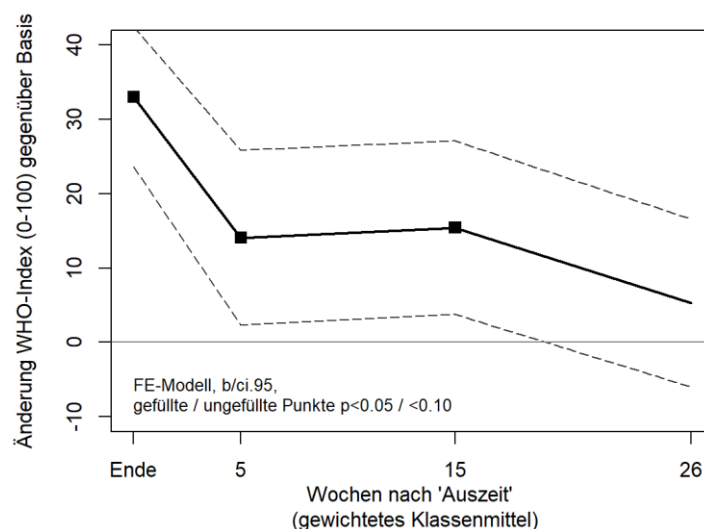
---

<sup>1</sup> Rehabilitationszentrum Klinik Rosenhof in Kombination mit dem Hotel Sannareier Gutshof

<sup>2</sup> Personen werden zu mehreren Messzeitpunkten befragt, so dass insbesondere intra-individuelle Veränderungen erfasst werden können. Die Zuteilung in die Gruppen ist nicht randomisiert (quasi-experimentelles Design).

**Absichten** Bei Ende der Veranstaltung wollen 86 Prozent der Teilnehmenden sich mehr bewegen. Auch eine Steigerung des Austausches mit Gleichgesinn-ten ist für viele ein Wunsch (64 Prozent). Die Pflegesituationen sind gut etabliert, so dass eine Steigerung von Ersatzpflege vergleichsweise selte-ner im Vordergrund steht.

**Entwicklung des Wohlbefindens** Nachfolgend ist die Entwicklung des Wohlbefindens gegenüber dem Aus-gangsniveau im Zeitverlauf dargestellt. Dabei sind Veränderungen in den äußeren Rahmenbedingungen, die nicht im Einflussbereich der pflegen-den Eltern liegen, sowie der Sommerzeitraum – der in landwirtschaftli-chen Betrieben meist durch erhöhte Arbeitsintensität gekennzeichnet ist – statistisch kontrolliert. Dafür sind die Werte der Vergleichsgruppe einbe-zogen. Die Methode erlaubt eine kausale Interpretation der Befunde.



Unter der Bedingung stabiler äußerer Rahmenbedingungen fördert die In-tervention das Wohlbefinden bei Interventionsende sehr deutlich (+33 Punkte bei einer Skalenbreite von 0 bis 100). Danach flacht die Wirkung ab, ist aber nach 5 bzw. 15 Wochen immer noch deutlich (+14 bzw. +15 Punkte). Nach 26 Wochen ist die Änderung gegenüber dem Ausgangsniveau zwar noch leicht positiv, aber nicht mehr signifikant.

Der positive Anfangseffekt ist beeindruckend und deutet auf den hohen Erholungsbedarf hin. Dies ist so auch in Studien zu Erholungsurlauben zu beobachten. Allerdings kehrt dort das Erholungsniveau rascher wieder auf das Ausgangsniveau zurück. Auch bei der vorliegenden Intervention

reduziert sich der Anfangseffekt, bleibt aber mittelfristig signifikant über dem Ausgangsniveau. Dies dürfte auf die Trainingsinhalte zu Bewältigungsstrategien zurückzuführen sein, die dann im Alltag umgesetzt werden und zur Wirkung kommen.

Allerdings wird nach etwa 26 Wochen doch wieder fast das Ausgangsniveau erreicht. Möglicherweise haben sich die Teilnehmenden an das neue höhere Wohlbefindensniveau gewöhnt, so dass sich der interne Maßstab verändert und der Effekt sich wieder auf dem Ausgangsniveau einpendelt. Beachtlich ist aber, dass dieser Messzeitpunkt – anders als die vorherigen – unabhängig von den äußeren Rahmenbedingungen ist. Eigentlich wäre bei steigenden Belastungen ohne Intervention ein Absinken unter das Ausgangsniveau erwartbar gewesen. Dass dies nicht so ist, könnte darin begründet sein, dass die Teilnehmenden in der Intervention nachhaltige Bewältigungsstrategien bei steigenden Belastungen erlernt haben, die erst mit Abstand zum Seminar zur Wirkung kommen und so ein Absinken des Wohlbefindens verhindern. Statistisch ist hier die kleine Fallzahl limitierend.

*subjektive Gesundheit* Eine weitere wichtige Zielgröße war die subjektive Gesundheit. Inhaltlich kommen im Gegensatz zum Wohlbefinden verstärkt körperliche Aspekte der Gesundheit zum Ausdruck. Der Verlauf ist tendenziell ähnlich wie beim Wohlbefinden. Der Anfangseffekt ist etwas geringer, aber der langfristige Effekt etwas deutlicher.

*Einstellungen* Die Intervention fördert die institutionelle Unterstützung und die Akzeptanz der Pflegesituation – allerdings weniger deutlich als bei den vorgenannten Zielgrößen. Auf die subjektive Belastung und die soziale Anerkennung hat sie aber keinen Einfluss. Qualitativ wurden Einstellungsänderungen genannt, die sich aber nicht oder nur schwach in den quantitativen Auswertungen zeigen.

*„... sage öfter nein! Betrachte einiges aus einem anderen Blickwinkel (Rat der Psychologin). Achte mehr auf die schönen Dinge des Lebens. Bin dankbarer für Dinge, die ich früher als selbstverständlich gesehen habe.“*

Mehrfach wurde das schlechte Gewissen als Barriere genannt, zu dessen Abbau die Veranstaltung beigetragen hat.

*„Ich habe gelernt mein schlechtes Gewissen abzulegen. Ich darf Anträge stellen. Das Geld oder die Leistung steht mir zu.“*

**Verhalten**

Die Intervention führt dazu, dass im Nachgang zur Veranstaltung substanzuell häufiger freizeitbezogene Verhaltensweisen (Bewegung, Geselligkeit, Hobbies) ausgeführt werden. In Bezug auf pflegebezogene Verhaltensweisen sind insgesamt keine Intensitätsänderungen zu beobachten. Das bedeutet aber nicht, dass im Einzelfall doch Verhaltensänderungen in Bezug auf die Pflege erzielt wurden, die sich aber quantitativ nicht zeigen:

*„Ich nehme mehr die Verhinderungspflege in Anspruch.“*

*„Weniger tragen, habe jetzt einen Lifter.“*

*„Ich kann die Handgriffe beim Pflegen besser, gibt mir mehr Selbstbewusstsein.“*

Auch der stützende Austausch untereinander wurde teilweise intensiviert:

*„Wir haben untereinander noch Kontakt. Ich habe kürzlich eine Teilnehmerin besucht.“*

**Mehrwert der homogenen Gruppe**

70 Prozent der Teilnehmenden hätten nicht an einer Veranstaltung teilgenommen, die auf Pflegepersonen von Lebenspartnern und älteren Menschen ausgerichtet ist.

*„‘Pflegernde Eltern‘ als Extra-Veranstaltung ist sehr wichtig, weil die Probleme sehr speziell sind. Wir haben die gleichen Punkte.“*

Auch die Durchführungsverantwortlichen bestätigen dies:

*„Wir waren zunächst der Meinung, dass es keine gesonderte Gruppe für die pflegenden Eltern braucht. Schon nach der Pilot-Woche haben wir gelernt, dass sie eine spezielle Gruppe sind und aus einer anderen Situation heraus pflegen.“*

**Imagewirkung**

Die SVLFG plant, die Veranstaltung weiter zu führen. Sollten andere Sozialversicherungen an dem Angebot interessiert sein, ist eine Imagewirkung auf Kundenbindung und -gewinnung zu erwarten. Nahezu alle Teilnehmenden haben die SVLFG als hilfreiche Partnerin kennengelernt.