

# Barrieren & Möglichkeiten eines integrierten Beratungsansatzes in Pflegeeinrichtungen

Lea-Sofie Hahn<sup>1,5</sup>, Daniel Haigis<sup>2,5</sup>, Rebekka Pomiersky<sup>1,5</sup>, Leon Matting<sup>1,5</sup>, Gerhard W. Eschweiler<sup>3</sup>, Andreas M. Nieß<sup>2,5</sup>, Gorden Sudeck<sup>1,5</sup>, Ansgar Thiel<sup>1,5</sup> & Annika Frahsa<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Institut für Sportwissenschaft, Eberhard Karls Universität Tübingen, <sup>2</sup> Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen, <sup>3</sup> Zentrum für Geriatrische Medizin, Universitätsklinikum Tübingen, <sup>4</sup> Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Bern/Ch, <sup>5</sup> Interfakultäres Forschungsinstitut für Sport und körperliche Aktivität Tübingen

Schlüsselwörter: Bewegungsförderung, integrierter Beratungsansatz, Pflegeeinrichtungen

## Einleitung

Betrachtet man Pflegeeinrichtungen (PE) als sedentäre Lebenswelten, welche durch festgelegte Tagesabläufe charakterisiert sind und Bewohnende durch Multimorbidität gekennzeichnet sind, werden die Herausforderungen einer Umsetzung von Bewegungsförderung deutlich. Dieser Beitrag untersucht die Barrieren und Möglichkeiten eines integrierten Beratungsansatzes, der Bewohnende und PE gleichermaßen adressiert, um langfristig positive Auswirkungen auf die Alltagsaktivität der Bewohnenden zu generieren.

## Methoden

Barrieren und Möglichkeiten der integrierten Beratung zur Bewegungsförderung wurden im Rahmen von BaSAlt (BMG, 2019-2022) multimethodisch erhoben und analysiert. Neben ethnographischen Feldnotizen und Protokollen bei 14 Organisations- und 17 Individualberatungen, erfolgte die Überprüfung des Erfolgs durch Dokumentenanalysen (29 Dokumentationen zur Maßnahmenumsetzung und sieben Zielerreichungsskalen) (Thiel et al., 2021).

## Ergebnisse

Im Rahmen der Organisationsberatungen (7 PE) wurden 114 bewegungsförderliche Maßnahmen entwickelt, von denen 57 im Heimalltag aktuell umgesetzt werden. Möglichkeiten bieten sich hier vor allem im Bereich der Heimpolitik und im Sozialen. Barrieren und zugleich Möglichkeiten, um Bewegungsförderung in der Organisationsstruktur zu verankern, stellen der Grad der persönlichen Verpflichtung zur Bewegungsförderung seitens der Heimleitung und der Mitarbeiterschaft sowie die Bereitstellung von finanziellen und personellen Ressourcen dar. Auf Ebene der Individualberatung sind neben den genannten Barrieren auch der erschwerte Zugang zu den Bewohnenden aufgrund kognitiver, motorischer und motivationaler Verfassung zu nennen. Eine Möglichkeit trotz dieser Voraussetzungen erfolgreich individuell zu beraten, stellt der Einbezug von Angehörigen dar.

## Diskussion

Ein integrierter Beratungsansatz macht systematische Bewegungsförderung in relativ starren Organisationsstrukturen wahrscheinlicher. Ein kontinuierlicher Austausch mit und die Beratung von Stakeholdern vor Ort ist Voraussetzung für eine nachhaltige Umsetzung.

## Literatur

Thiel, A., [...] & Frahsa, A. (2021). BaSAlt - A mixed-methods study protocol on setting-based physical activity promotion and counseling in nursing home. *Contemp. Clin. Trials Communications* 23 (2021) 100828.