

FARBE: Screening-Instrument für die präventive Beratung pflegender Angehöriger

Beratung in der Pflege hat ein hohes Potenzial, zur gesundheitlichen Prävention bei pflegenden Angehörigen beizutragen. Das ZQP bietet hierfür das wissenschaftsbasierte Screening-Instrument FARBE an. Es ist frei zugänglich und kann zur professionellen Einschätzung von Resilienz- und Belastungsfaktoren bei pflegenden Angehörigen sowie zur Einleitung präventiver Maßnahmen genutzt werden.

Berlin, 24. Juni 2024. Stress im Pflegealltag kann die Gesundheit pflegender Angehöriger gefährden. Doch das gilt nicht für alle gleichermaßen: Während einige gut mit der Pflegeaufgabe zurechtkommen und trotz Belastungen gesund bleiben, leiden andere unter chronischem Stress und erkranken deswegen vielleicht sogar. Dieser Unterschied hängt insbesondere mit der individuellen psychischen Widerstandsfähigkeit, der Resilienz, zusammen. Diese ist von Resilienzfaktoren geprägt, denen Belastungsfaktoren gegenüberstehen. Um Gesundheitsproblemen vorzubeugen, sollte das Verhältnis von Resilienz- und Belastungsfaktoren mindestens ausgewogen sein. Um dies in der professionellen Beratung zur gesundheitlichen Prävention bei pflegenden Angehörigen möglichst gut zu berücksichtigen, stellt das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) das wissenschaftsbasierte Screening-Instrument FARBE (Fragebogen zur Angehörigen-Resilienz und-Belastung) bereit.

Resilienz- und Belastungsfaktoren systematisch identifizieren

Mit dem FARBE-Instrument können Resilienz- und Belastungsfaktoren von pflegenden Angehörigen systematisch erfasst und zueinander ins Verhältnis gesetzt werden. „Das Instrument hilft zu erkennen, ob ein erhöhter präventiver Beratungsbedarf bei den Angehörigen besteht und welche Themen für die Beratung relevant sind – auf der Basis können gemeinsam entsprechende Maßnahmen erarbeitet werden, um Belastungen zu reduzieren“, erklärt Daniela Sulmann, Geschäftsleiterin und Pflegeexpertin im ZQP.

FARBE ist für die Anwendung bei pflegenden Angehörigen in verschiedenen professionellen Beratungssettings konzipiert. Nicht geeignet ist FARBE als Selbsttest für Angehörige sowie zur Erfassung von Resilienz- und Belastungsfaktoren von professionell Pflegenden. Die Auswertung der auf einem Punktesystem basierenden Ergebnisse erfolgt durch den Berater oder die Beraterin. Zur Berechnung und grafischen Darstellung kann eine ebenfalls vom ZQP zur Verfügung gestellte Excel-Vorlage genutzt werden. Aus den Ergebnissen können individuell passende Empfehlungen abgeleitet werden.

FARBE-Materialien unterstützen bei Anwendung und Schulung

Neben dem Screening-Instrument stellt das ZQP auch unterstützendes Material zur Anwendung für die Praxis bereit. Es umfasst zum Beispiel ein Manual mit Hinweisen zur Konzeption, Nutzung und Auswertung des Fragebogens sowie Vorschläge für Beratungsthemen und Maßnahmen. Zudem sind Kurzvideos verfügbar, die Beratungssituationen mit pflegenden Angehörigen zum Thema Resilienz und Belastung simulieren. Mit der FARBE-Excel-Datei können die Ergebnisse des Screenings in einem Diagramm (FARBE-Profil) grafisch dargestellt werden.

Darüber hinaus bietet das ZQP Schulungsmaterial zu FARBE in Form von Präsentationsfolien und Arbeitsblättern an. Es richtet sich an professionelle Berater und Beraterinnen. Dies umfasst unter anderem Wissen über Ressourcen und Belastungen im Pflegekontext sowie deren Verhältnis und Wirkung auf die Gesundheit von Angehörigen. Zudem werden praxisbezogene Anregungen zur Anwendung von FARBE gegeben. Ergänzend werden weiterführende Hilfen und Materialien aufgezeigt.

Das FARBE-Instrument sowie die FARBE-Materialien wurden vom Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) und der Zentralen Forschungseinheit für psychische Gesundheit im Alter (ZpGA), Universitätsmedizin Mainz, erarbeitet. Die Entwicklung des FARBE-Instruments wurde von compass private pflegeberatung gefördert.

FARBE sowie die Materialien hierzu sind kostenlos und ohne Anmeldung auf dem werbefreien ZQP-Portal www.zqp.de zugänglich.