



# PA-TRES

## Gesunder Lebensstil und Tabakprävention: Ein Unterrichtskonzept für die Pflegeausbildung

Andrea Reusch & Anja Müller

Universität Würzburg, Abteilung Medizinische Psychologie und Rehabilitationswissenschaften



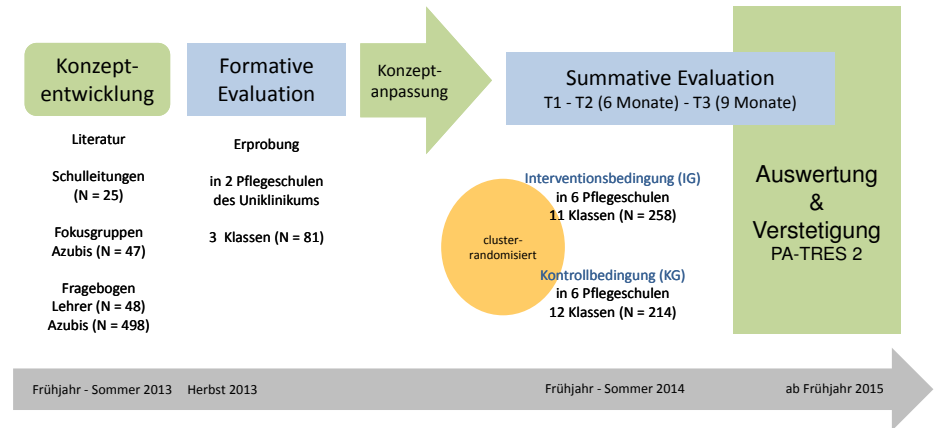
# PA-TRES

## Gesunder Lebensstil und Tabakprävention: Ein Unterrichtskonzept für die Pflegeausbildung

Andrea Reusch & Anja Müller

Universität Würzburg, Abteilung Medizinische Psychologie und Rehabilitationswissenschaften

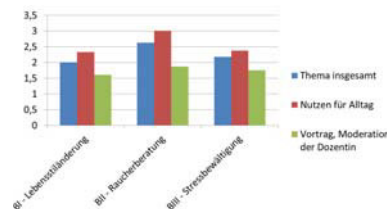
## Projektverlauf



## Formative Evaluation

- 15 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten in 3 Blöcken
- Durchführung in 3 Klassen der BFS Uniklinikum Würzburg

- formative Evaluation
  - Teilnehmerbefragung
  - Beobachtungsprotokolle
  - offene Rückmeldung



- Ergebnisse
  - Kürzung auf 12 Unterrichtseinheiten
  - Änderungen in der Didaktik
  - Betonung der professionellen Rolle, auch für Nichtraucherinnen
  - Änderung verhältnispräventiver Einheiten

## Übersicht zu den Unterrichtseinheiten

### I. Lebensstiländerung

- Bewegung
- Essen
- Rauchen
- Lebensstiländerung

Was hat sich im Ausbildungsalltag verändert? Was möchten Sie verändern und wie können Sie das machen?

### II. Raucherberatung

- Rauchmotive und Rauchen als Sucht
- Tabakentwöhnung & Kurzberatung
- Motivierende Gesprächsführung
- Projekt Station

Warum rauchen Menschen und wie kann es ihnen gelingen wieder davon los zu kommen? Wie können Sie Raucher beraten?

### III. Stressbewältigung

- Stress, Stresstrias
- Stressbewältigung
- Burnout & Burnoutprävention
- Projekt Schule

Was ist Stress, wie kann er bewältigt werden? Was sind dabei Besonderheiten in der Ausbildung und im Pflegeberuf?

- Tabakentwöhnungskurs für die Schülerinnen der Interventionsschulen
- 3 Treffen á 150 min
  - Vorbereitung
  - Gemeinsamer Rauchstopp
  - Nachbereitung
- Absage aufgrund zu geringer Teilnahme



Herzlich Willkommen auf der PA-TRES Homepage.

PA-TRES ist ein Projekt der Universität Würzburg, das zusammen mit verschiedenen Kooperationspartnern durchgeführt wird. Gefördert wird es vom Bundesministerium für Gesundheit. Weitere Informationen finden Sie im **Altenpunkt-Forschungsprojekt**.

Ziel von PA-TRES ist es, Pflegeauszubildende zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren. Dazu gehören Nichtrauchen, Stress, Ernährung und Bewegung.

Ausgeschrieben heißt PA-TRES „Pflege-Ausbildung - Training, Raucherberatung, Ernährung, Stressbewältigung“.

**Machen Sie gerade eine Pflegeausbildung?**

Dann finden Sie hier **Tipps und Links** aus dem Bereich **„gesunder Lebensstil“** zu den Themen Ernährung, Bewegung und Sport, Stress und Entspannung sowie Rauchen bzw. Tabakprävention.

**Unterrichten Sie in einer Pflegeschule?**

Wir bieten Lehrenden aus Berufsfachschulen für Pflegeberufe hier einen kurzen **Überblick zum PA-TRES-Unterrichtskonzept**. Das gesamte Unterrichtskonzept inkl. Materialien wird zurzeit **manualisiert**. Nach Fertigstellung des Manuals wird es interessierten Schulen und Lehrkräften in einem passwortgeschützten Bereich als **kostenloser Download** zur Verfügung stehen. Sie können sich gerne **vorherum** lassen. Wir informieren Sie, sobald das Manual und die Unterrichtsmaterialien zur Verfügung stehen.

**PA-TRES**

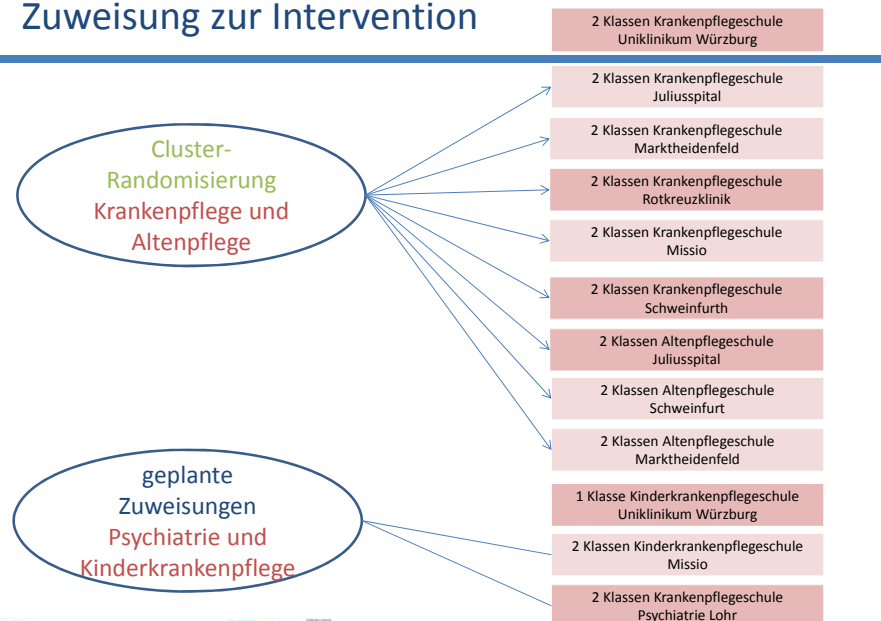
HINTERGRUND  
Forschungsprojekt  
Zitierte Literatur

ÜBER UNS  
Kontakt  
Impressum

PARALLELPROJEKT  
**astra**  
FÖRDERUNG  
Bundesministerium für Gesundheit

© Universität Würzburg, Abteilung für Medizinische Psychologie und Rehabilitationswissenschaften 2015

## Zuweisung zur Intervention

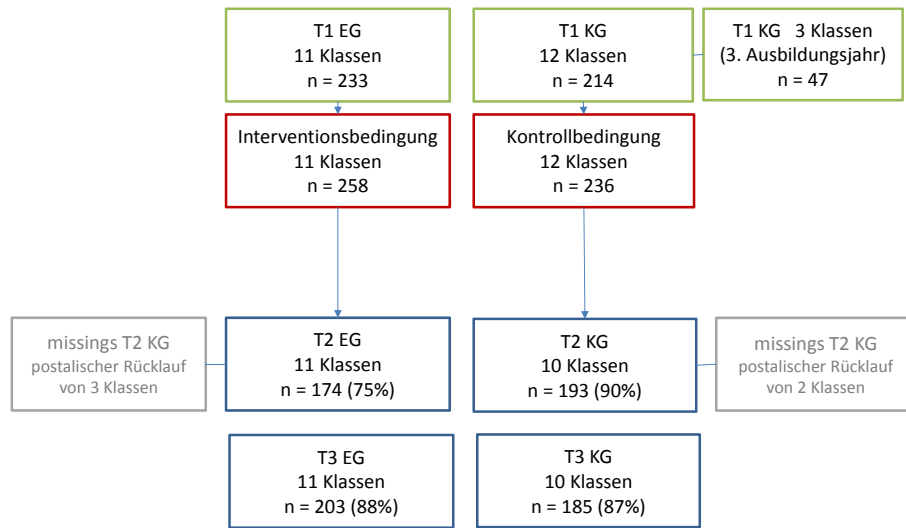


## Instrumente



Themen	t1 Items	t2 Items	t3 Items
Personenangaben (Sozdat)	12	-	-
Wissen zu gesundem Lebensstil (selbstentw.)	33	33	-
Stresshäufigkeit	1	1	1
Stressbelastung im Pflegeberuf (BGW)	10	10	10
Stressbewältigung (COPE, Knoll et. al)	28	28	28
Zuversicht Ausbildungsbewältigung (ASTRA)	8	8	8
Sport, Bewegung (Verhalten, Planung)	10	10	10
Ernährung (Verhalten, Planung)	20	20	20
Genussmittelkonsum (ASTRA)	7	7	7
Rauchen (Status, Änderungsmotivation)	16	16	16
<b>Summe</b>	<b>145</b>	<b>133</b>	<b>100</b>

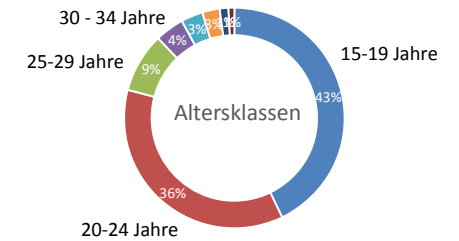
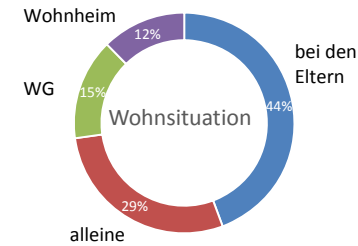
## Flowchart



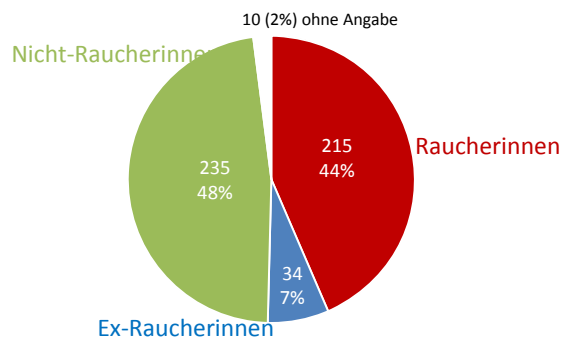
## Gesamtstichprobe zu T1 (N = 494)

Persönliches	n	Anteil
weiblich	392	79%
deutsch	458	93%
feste Partner	281	57%

Alter	n	M (SD)
Altersdurchschnitt	269	22,4 (6,9)
Minimum		16 Jahre
Maximum		54 Jahre



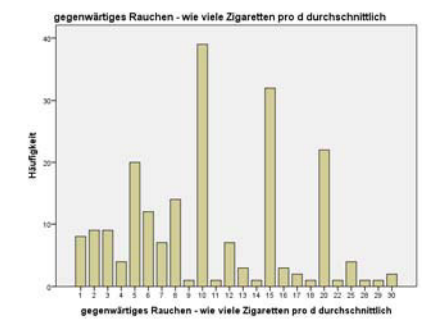
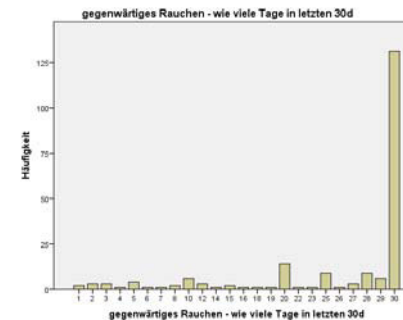
## Rauchstatus zu T1



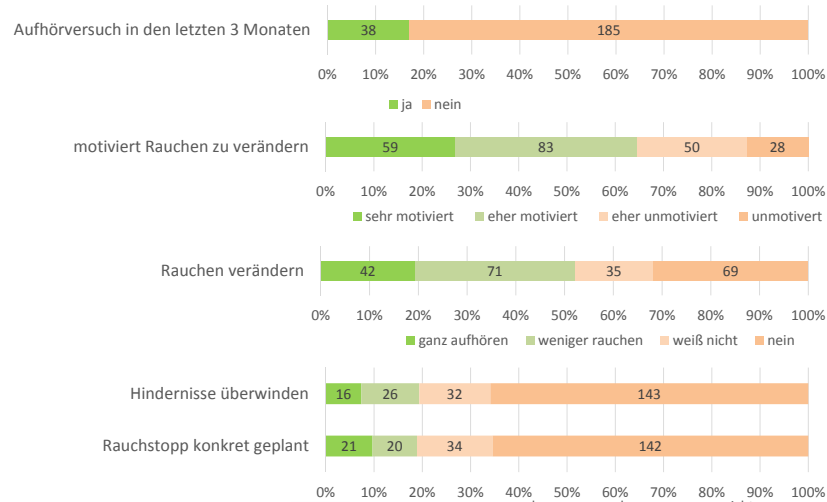
Unterschied  
Männer und Frauen signifikant:  
n = 474, Chi<sup>2</sup> = 9,91, df = 2; p = 0.007

## 217 Raucherinnen

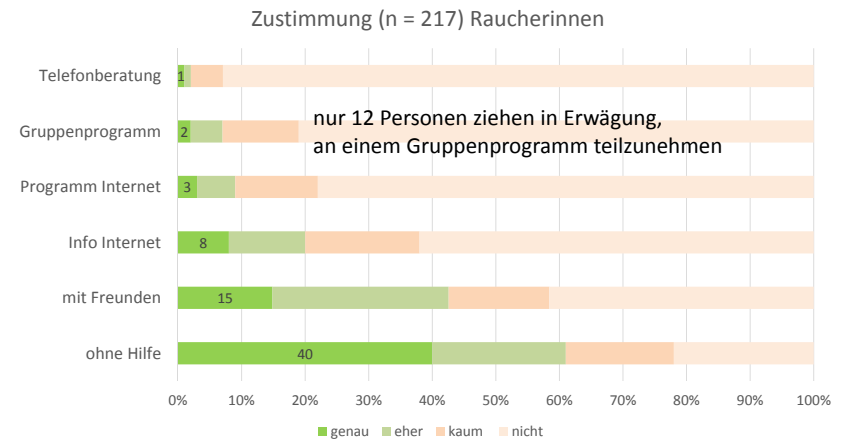
	N	M	SD	Median	Min	Max
Tage/30 Tage geraucht	207	25,49	8,13	30	1	30
Zigaretten/Tag durchschnittlich	204	10,82	6,42	10	1	30



## 217 Raucherinnen - Aufhörtmotivation



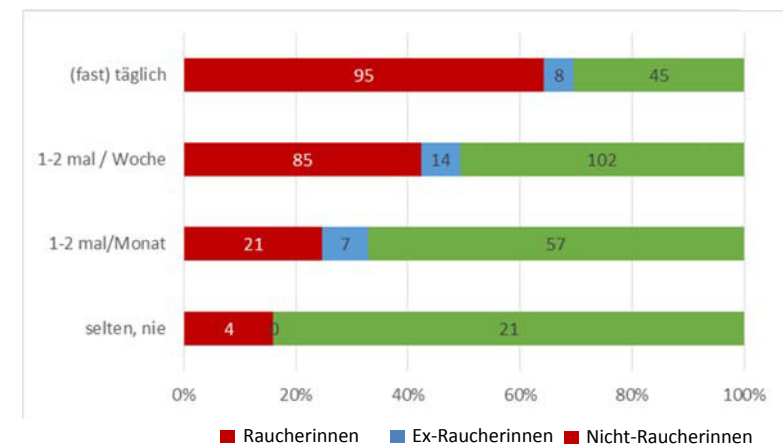
## 215 Raucherinnen - Unterstützung?



## Unterscheiden sich Raucherinnen und Nichtraucherinnen im Lebensstil? zu T1

AV	dichotomer Rauchstatus	N	M	SD	R vs. NR	T	p
BMI	Raucherinnen	194	24,14	4,80	R > NR	3,31	0,001
	Nichtraucherinnen	198	22,62	4,30			
Gesunde Ernährung	Raucherinnen	250	21,95	8,01	R > NR	3,03	,003
	Nichtraucherinnen	238	19,89	6,95			
Anstrengende Aktivität	Raucherinnen	245	102,37	123,48	R = NR	-1,49	,137
	Nichtraucherinnen	231	120,74	145,36			
Mittlere Aktivität	Raucherinnen	246	117,50	197,92	R = NR	1,39	,164
	Nichtraucherinnen	235	96,49	122,35			
Leichte Aktivität	Raucherinnen	246	161,45	280,85	R = NR	,68	,495
	Nichtraucherinnen	238	145,58	226,70			
Sport gesamt	Raucherinnen	250	335,39	250,23	R = NR	,69	,488
	Nichtraucherinnen	242	320,00	240,99			

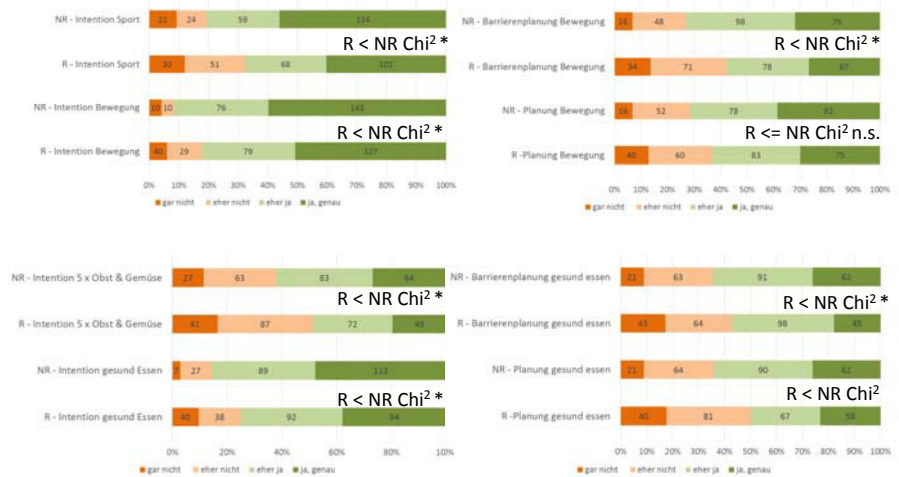
## Rauchstatus und Stresshäufigkeit



n = 459, Chi<sup>2</sup> = 49,94, df = 6; p = 0.000

# gesunde Ernährung und Bewegung

## Raucherinnen weniger motiviert als Nichtraucherinnen

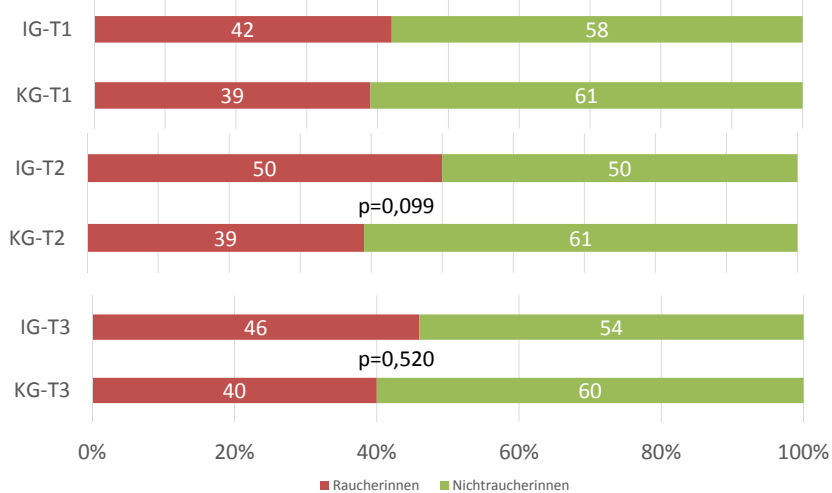


# Evaluationsergebnisse

- Unterschiede zwischen IG (PA-TRES Unterricht - Standardausbildung) und KG (Standardausbildung)
- Umgang mit fehlenden Werten: 5 imputierte Datensätze
- Clusterberücksichtigung (Randomisierung auf Schulebene): Multilevel-Modelle
- logistische Regression (Rauchstatus) bzw. linearen Regression (andere Zielgrößen)
  - mit T2-Wert oder T3-Wert als abhängige und IG/KG als Prädiktor
  - Berücksichtigung von T1 Unterschieden adjustiert um T1-Werte: Schulbildung (Abi, Hauptschule, andere) und Wohnort

## Rauchstatus

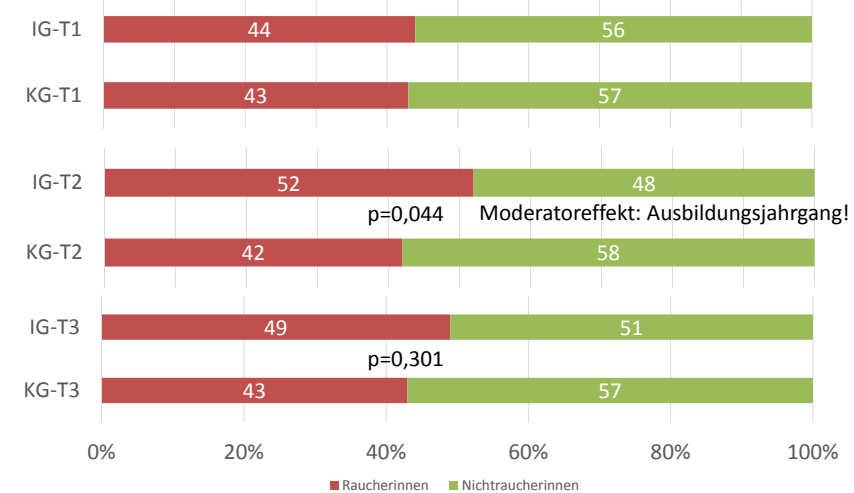
Selbstangaben



Multilevel Logistische Regression mit Rauchen T2 bzw. T3 als AV und IG/KG als IV, adjustiert um Rauchen T1, Schulbildung (Abi/Haupt/andere) und Wohnort; gepoolte Analysen über 5 imputierte Datensätze

## Rauchstatus

Definition Raucherinnen: Alle Personen, angegeben haben, in den letzten 30 Tagen geraucht zu haben und/oder angegeben haben, mehr als 0 Zigaretten pro Tag zu Rauchen.



Multilevel Logistische Regression mit Rauchen T2 bzw. T3 als AV und IG/KG als IV, adjustiert um Rauchen T1, Schulbildung (Abi/Haupt/andere) und Wohnort; gepoolte Analysen über 5 imputierte Datensätze

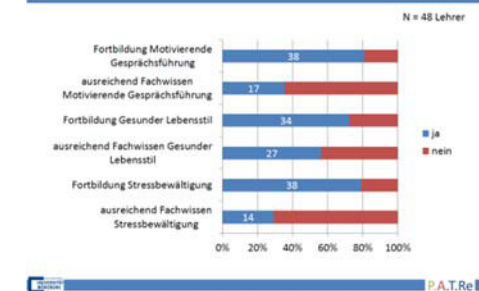
## Schlussfolgerungen

- Zusammenhänge Rauchstatus mit Stressbewältigung und gesundem Lebensstil
- Unterrichtsthemen sinnvoll
- keine Interventionseffekte nachweisbar
- Methodische Einschränkungen
  - Zielgrößen sinnvoll?
  - Post-Messzeitpunkte zu spät
  - Datenverluste
  - Unterrichtsteilnahme nicht erfasst
- Kurze Intervention durch Externe
- Fortbildung für Auszubildende

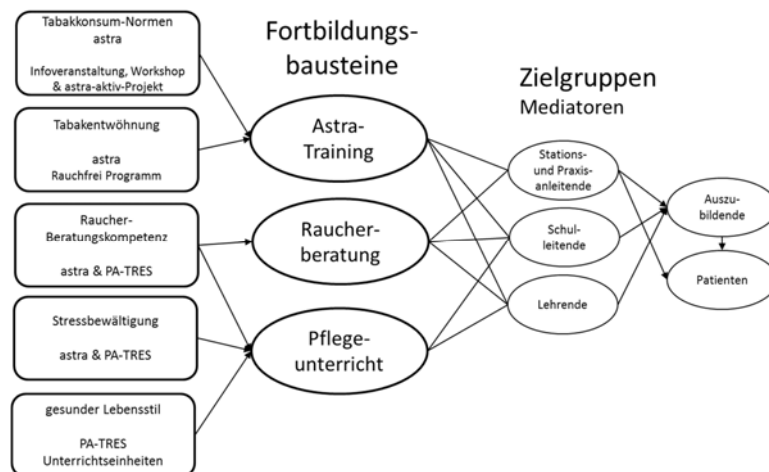
## Folgeprojekt PA-TRES 2 Mai 2015 bis September 2016

- Entwicklung von Fortbildungen für Lehr- und Pflegekräfte
  - a. PA-TRES Konzept
  - b. Motivierung

Interesse an Fortbildung zu Unterrichtsthemen?



## Fortbildungsbausteine astra & PA-TRES



Vielen Dank.

[a.reusch@uni-wuerzburg.de](mailto:a.reusch@uni-wuerzburg.de)  
[anja.b.mueller@uni-wuerzburg.de](mailto:anja.b.mueller@uni-wuerzburg.de)

[www.pa-tres.de](http://www.pa-tres.de)