

# Unterstützendes Monitoring und Coaching bei beruflicher Rehabilitation: Die Studie Workcoach

Prof. Dr. Joachim Thomas  
Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt



# Modellprojekt „Ambulantes Monitoring und Coaching“

- Förderung durch:



Deutsche  
Rentenversicherung

Baden-Württemberg

- Kooperationspartner:





# KU Eichstätt-Ingolstadt: wiss. Team

- Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie
- Forschungserfahrung im Bereich „Arbeit und Gesundheit, der Beruflichen Rehabilitation, z.B.
- Entwicklung eines ICF-basierten Profilings
- Entwicklung eines modularisierten Konzepts für das Reha-Assessment®
- Erneuerung der fachpraktischen Erprobung
- Versch. Projekte in Kooperation mit Berufsbildungswerken



Prof. Dr.  
Joachim  
Thomas



M.Sc.  
Regina  
Riepl



M.Sc.  
Anna  
Moraß



Dipl.-Psych.  
Elisabeth  
Riedl

## Ausgangspunkt 1: Neufassung Flexirentengesetz (§17)

- „§17 Leistungen zur Nachsorge
- (1) Die Träger der Rentenversicherung erbringen im Anschluss an eine von ihnen erbrachte Leistung zur Teilhabe **nachgehende Leistungen**, wenn diese erforderlich sind, um **den Erfolg der vorangegangenen Leistung zur Teilhabe zu sichern** (Leistungen zur Nachsorge). ...“
- Nachsorge wird fester Bestandteil der Leistungen zur Teilhabe
- Sicherung der Nachhaltigkeit der beruflichen Integration: statt „return to work“ → „stay at work“

## Ausgangspunkt 2: Situation von psychisch kranken Teilnehmer\*innen in der beruflichen Rehabilitation

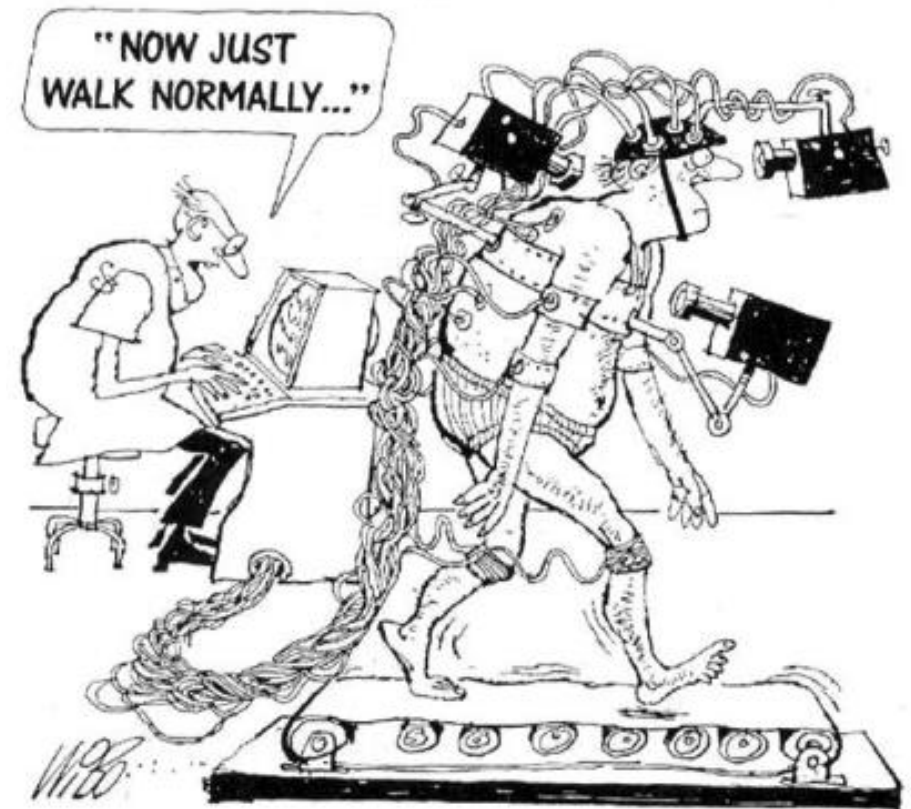
- Eingeschränkte Belastbarkeit ist ein erhebliches **Reintegrationshemmnis und Abbruchrisiko**
- Belastungserleben ist spezifisch und zeitlich variabel
- Ziele:
  - Erkennen, **welche Situationen** von den Teilnehmer\*innen als besonders belastend erlebt werden.
  - Erkennen, welche **Rolle persönliche und situative Variablen** wie Bewältigungsstrategien, Kontrollerleben und soziale Unterstützung spielen.
- Grundlage für **zielgerichtete Prävention und Intervention**



# Warum Ambulatory Assessment?

## Traditionelle Datenerhebung:

- Beobachtung im Labor mit hohem personellen Aufwand
- künstliche Situation beeinflusst die emotionale Reaktion und die physiologischen Parameter
- Befragungen erfolgen oft zeitlich später als die auftretenden Erfahrungen → Systematische Verzerrungen durch die retrospektive Einschätzung
- Einmalige Befragung mit Annahme einer Stabilität



# Vorteil: Ambulatory Assessment

- Smartphone = „digitaler Fragebogen in der Hosentasche“
- Benutzerfreundlich, unauffällig, unaufdringlich und nicht stigmatisierend
- Schwankungen von Wohlbefinden, Stresslevel und Coping in Echtzeit erfassen
- Zusammenhang zwischen Wohlbefinden und Arbeitssituation erfassen
- bedeutsame Infos über Alltag abseits von Assessment-Laboren





## WITHIN-SUBJECT – Designs (*Hamaker, 2012*)

Sensibel für Veränderungen

**BETWEEN**

*Wer erlebt  
Stress?*

**WITHIN**

*Wann erleben  
Individuen  
Stress?*

*Johnston et al. (2016)*

*z.B. Verknüpfung von individuellen Befinden und situativen Bedingungen*





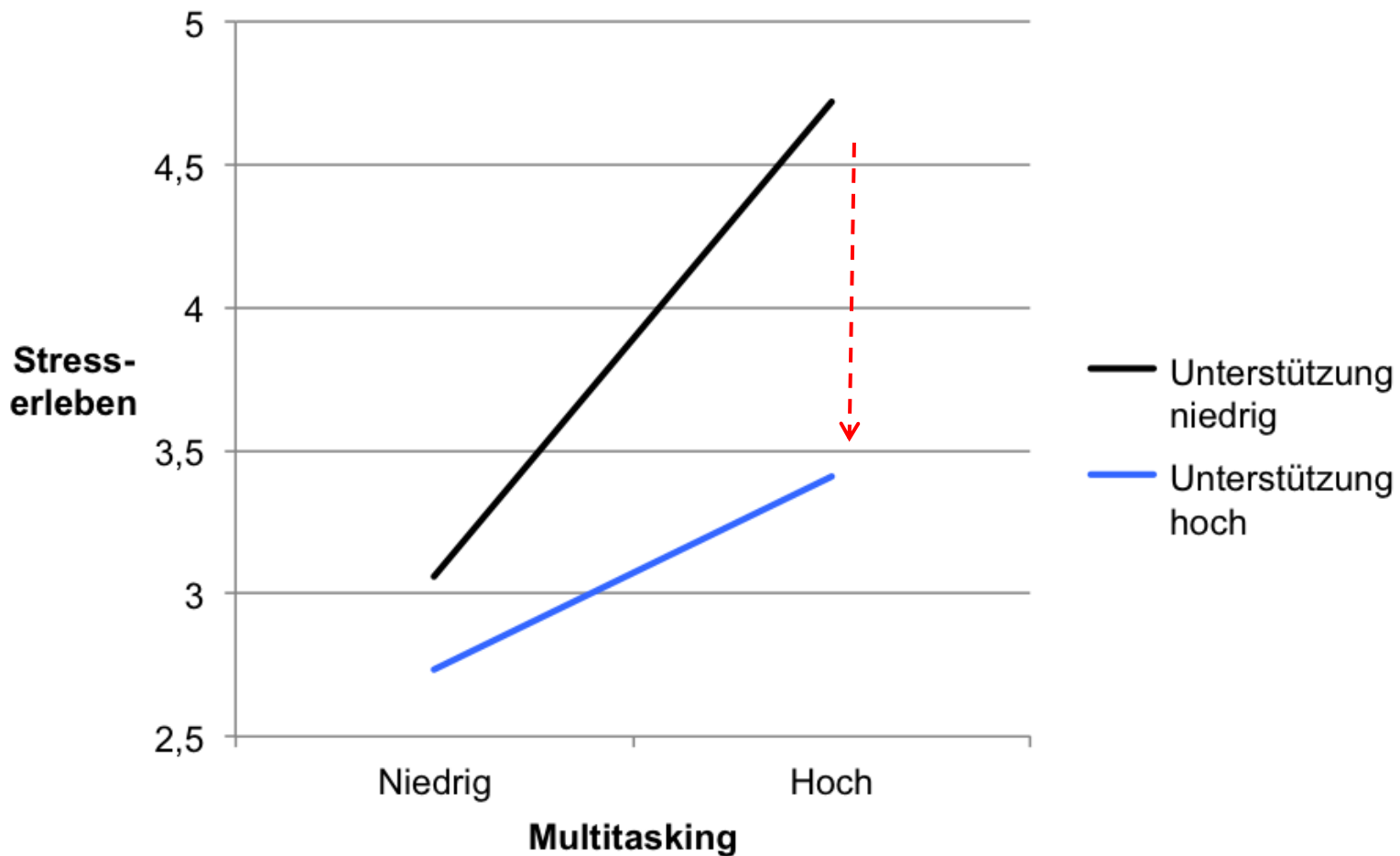
# Studie 1: Negative Affektivität bei Pflegekräften in der Intensivmedizin

39 Pbn ; 674 Befragungen  
4 Befragungen pro Schicht über 5 Tage

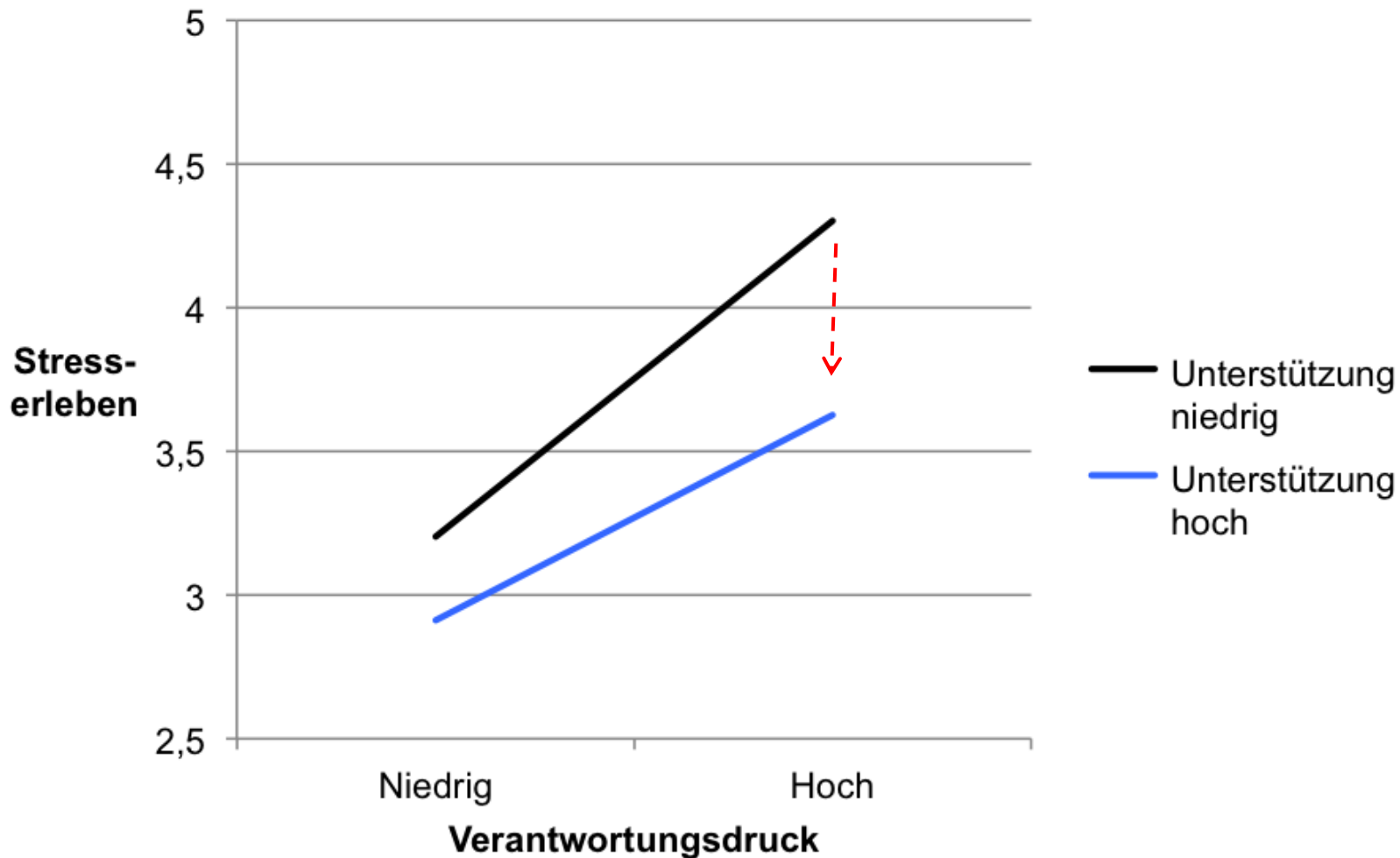
	Independent variables	Fixed effects estimates	Fixed effects SE
<b>Negative Affektivität</b>	Notfälle	0.13	0.07
	Gespräche mit Angehörigen	0.014	0.06
	Konflikte innerhalb des Teams	0.32	0.08**
	Konflikte mit anderen Berufsgr.	0.34	0.07**
	Zeitdruck	0.22	0.05**
	Emotionale Anforderungen	0.06	0.06
	Tod von Patienten	0.04	0.04
	Unvorhersagbarkeit	0.10	0.05
	Stressoren innerhalb des Arbeitsumfeldes	0.18	0.04**



## Studie 2: Belastungserleben bei Pflegekräften in der Akutmedizin Stress-Puffereffekt von Unterstützung bei Multitasking (N = 106)



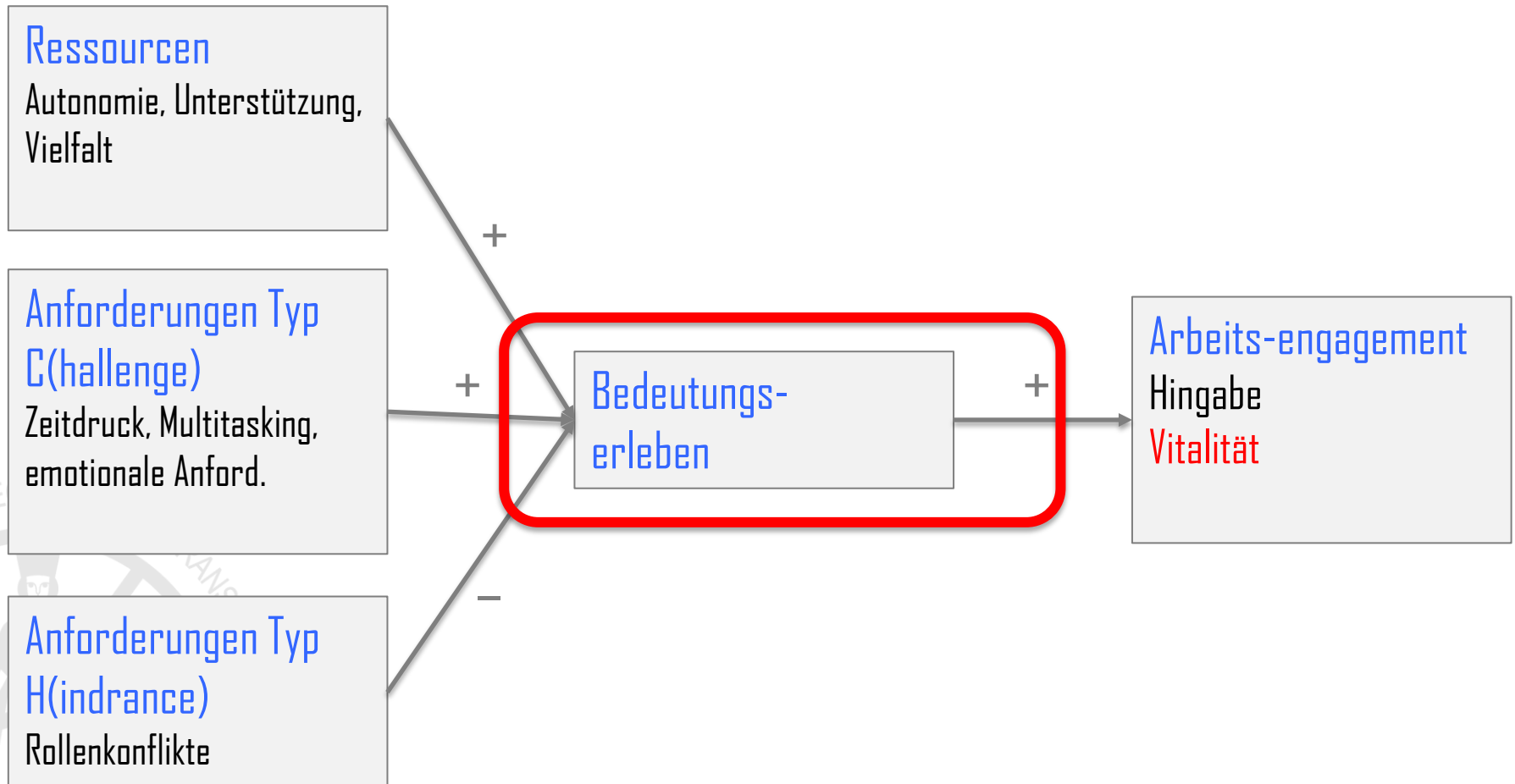
## Studie 2: Belastungserleben bei Pflegekräften in der Akutmedizin Stress-Puffereffekt von Unterstützung bei Verantwortungsdruck (N = 106)





## Altenpflegestudie (N = 80)

Effekte von Anforderungen und Ressourcen auf das Engagement: Welche Rolle spielt das **Bedeutungserleben**?

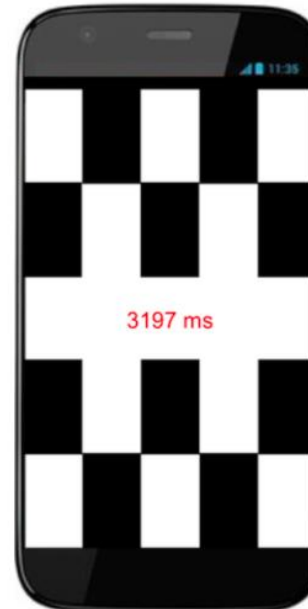
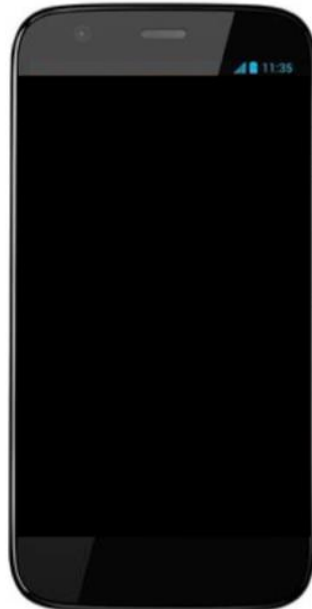




## Studie mit Polizeibeamten:

Wie verändern sich Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit (Aufmerksamkeit) in langen Schichten (bis 12 h)?

- Befragung nach jedem Polizeieinsatz
- Befindlichkeit
- Aufmerksamkeit (Dinges & Powell, 1985)





## Vorhersage von Wohlbefinden und Situativer Aufmerksamkeit bei Polizeibeamten

Abhängige Variable	Unabhängige Variablen	Feste Effekte (Schätzer)	Feste Effekte SE	Random effects variance
Negative Affektivität	Arbeitszeit 9-10 h	1.77	0.99*	11.20*
	Arbeitszeit 11-12 h	6.89	0.53**	0.17
Reaktionsgeschwindigkeit mean (1000 / reaction time)	Arbeitszeit 9-10 h	-0.65	0.26*	0.85*
	Arbeitszeit 11-12 h	-2.00	0.15**	0.26



# Ausgangsfragen für das Modellprojekt

1. Wie können die psychische Belastung von Teilnehmenden zu Beginn der Maßnahme reduziert und Stressbewältigungskompetenzen verbessert werden?
2. Was können wir tun, um während der Qualifizierungsmaßnahmen ungünstige Verläufe rechtzeitig zu erkennen und entsprechend zu intervenieren?
3. Wie kann die betriebliche Phase in effizienter Weise begleitet werden?
4. Wie kann der Übergang in Arbeit nach Abschluss der Qualifizierung verbessert/beschleunigt werden?
5. Wie können wir durch geeignete Nachsorgemaßnahmen die Nachhaltigkeit der beruflichen Reha Maßnahme sichern?  
(return to work → stay at work)



# Stabilisierung der Teilnehmer\*innen in der Reha-Vorbereitung (RVL)

Eine Smartphone- und EKG-gestützte Untersuchung der Wirkung  
eines Achtsamkeitstrainings nach Kabat-Zinn

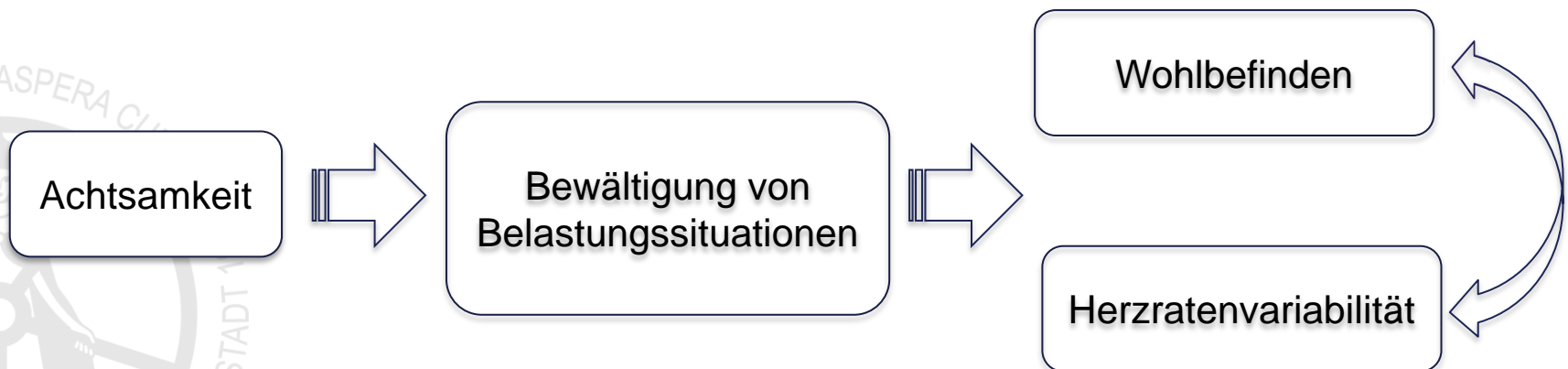




# Forschungsfragen

Führt das Achtsamkeitstraining zu einer Verbesserung ...

- ... im Umgang mit Anforderungen und Ressourcen?
- ... des subjektiven Wohlbefindens?
- ... der Herzratenvariabilität (HRV)?
- ... der körperlichen Selbsteinschätzung?



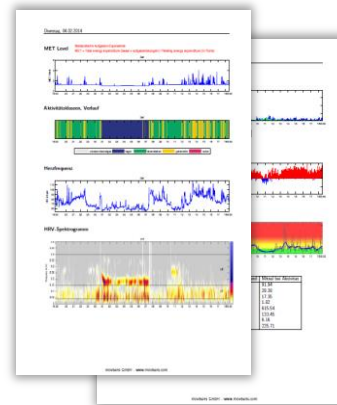
# Vorteil: Multimodale Messung

## Warum messen wir die HRV?

- Problem: Korrelation zwischen objektiv erfassten Stress-Parametern und subjektivem Wohlbefinden gering
- Ziel: Vergleich von subjektiven Angaben und physiologischen Daten



+



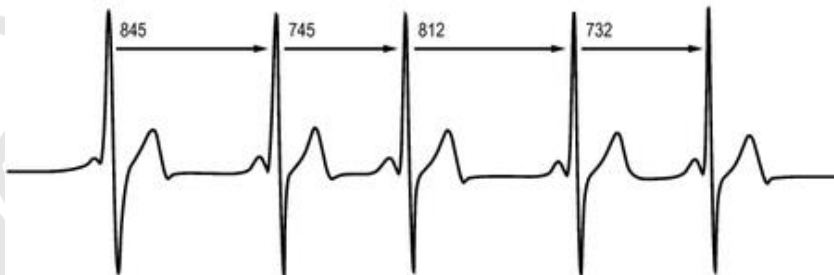
# Analyse der Herzratenvariabilität

## Was ist Herzratenvariabilität (HRV)?

- Basis = Schwankungen in der Herzschlagfolge (RR-Intervall)
- Große Variabilität (HRV) = Balance aus Anspannung und Entspannung



R-R Intervall



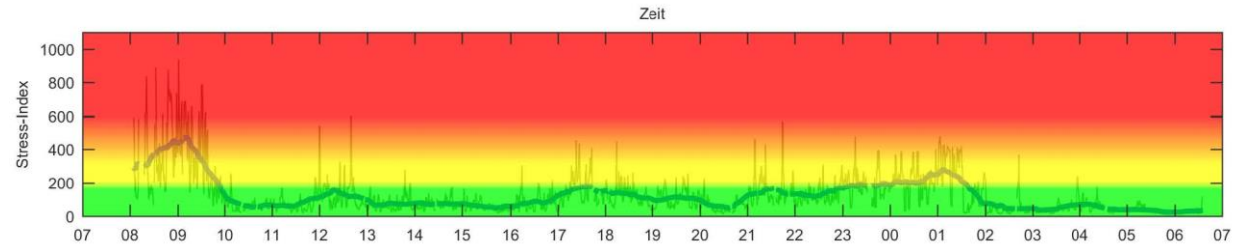
- gute Anpassungsfähigkeit an sich ändernde Situationen
- gesunde Erholungsfähigkeit
- psychisches Wohlbefinden
- körperliche Gesundheit

# Ergebnisse der ersten Erhebungswelle

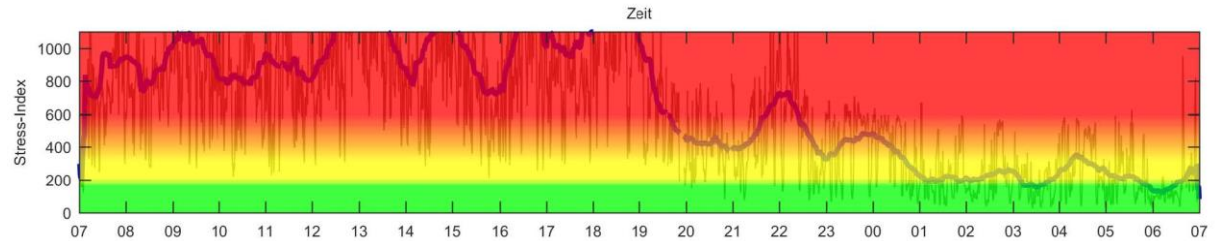
## Ernstzunehmende Ergebnisse bezüglich HRV-Parameter

TeilnehmerInnen zeigen z.T. deutliche Auffälligkeiten in den HRV-Profilen

Stressindex  
gesund



Chronischer Stress





## Erstes Fazit Teil 1 des Modellversuchs

1. Psychische Belastung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer\*innen zum Teil überdurchschnittlich hoch, bei einem Teil gesundheitlich bedenkliche Werte.
2. Belastung stellt ein erhöhtes Abbruchrisiko dar → Maßnahmen bereits zu Beginn erforderlich, um Risiken zu erkennen (besonders gefährdete Personen), um Maßnahmen zur Verbesserung der Belastbarkeit bzw. Reduzierung der Belastung einzuleiten.



# Nachbetreuung nach Beendigung der Maßnahme: WORKcoach

- Ein **besonderes Integrationsangebot** in Form eines Smartphone-  
gestützten Coachings



## Nachbetreuung nach Beendigung der Maßnahme: WORKcoach



### **Ambulantes Monitoring:**

Befragung über einen längeren Zeitraum – mit Smartphone

- Täglich einmal abends (Tagebuch)
- aktuelle Situation und aktuelles Befinden
- Kurzfragebogen (1-2 min.)



## Nachbetreuung nach Beendigung der Maßnahme: WORKcoach

### Coaching

#### 1. Zeitnahe Intervention im Bedarfsfall:

TN melden Bedarf

Kritische Entwicklung der Monitoringdaten

#### 2. Regelmäßige Intervention in Form eines Coachings:

stabilisierende Unterstützung im Umgang mit  
Belastung

Regelmäßige Termine: i.d.R. per Telefon

2 x monatlich in den ersten beiden Monaten nach  
Maßnahme-Ende, dann monatlich

#### 3. Zeitraum: 6 Monate

Coach: RIM (Reha-Integrationsmanager/in)

**work**  
**coach**

*Entwicklung begleiten*





## Anwendungen der workcoach-Methode: nach Eintritt in ein Beschäftigungsverhältnis:



- **Sicherung der Nachhaltigkeit in der beruflichen Integration**
  - „Drehtüreffekte“ werden vermieden
  - Teilnehmer erleben soziale Unterstützung → das schafft Sicherheit
  - Kritische Situationen können rechtzeitig entschärft werden
  - Interventionsbedarf wird rechtzeitig erkannt
  - Ergebnisse können Planung von Maßnahmen unterstützen



# Anwendungen der workcoach-Methode: in der Bewerbungsphase



## → Unterstützung der Bewerbungsinitiativen

- „Technische“ Unterstützung über das Arbeitsmarktportal (z.B. welche Stellen – wie bewerben)
- Empowerment: Unterstützung der Selbstwirksamkeit in der Bewerbungssituation
- Unterstützung im Umgang mit Misserfolgen





## Monitoring



<b>Teilnehmende auf Arbeitssuche</b>	<b>Teilnehmende mit einer Arbeitsstelle</b>
Heute habe ich getan, was ich mir vorgenommen habe.	Bei meiner Arbeit heute waren die Aufgaben schwierig.
Heute habe ich das Gefühl, dass ich mich ausreichend um einen Arbeitsplatz kümmere.	Bei meiner Arbeit heute hatte ich viel zu tun.
Im Moment denke ich, dass ich bald einen Arbeitsplatz finden werde.	Bei meiner Arbeit heute gab es schwierige Situationen mit anderen Personen (Vorgesetzte, Kollegen, Kunden).
Im Moment denke ich, dass ich die Bewerbungsaufgaben bewältigen kann.	Bei meiner Arbeit heute fühlte ich mich den Anforderungen gewachsen.
Heute fühlte ich mich anerkannt.	Bei meiner Arbeit heute hatte ich das Gefühl, dass meine Arbeit anerkannt wird.
Den heutigen Tag erlebte ich als herausfordernd.	Bei meiner Arbeit heute machte mir meine Arbeit Freude.



## Monitoring II

### **Teilnehmende auf Arbeitssuche**

### **Teilnehmende mit einer Arbeitsstelle**

Heute/bei meiner Arbeit heute konnte ich viele Entscheidungen selbst treffen.

Heute/bei meiner Arbeit heute fühlte ich mich unterstützt.

Heute/bei meiner Arbeit heute haben mich private Dinge belastet.

Heute fühlte ich mich zufrieden/unzufrieden.

Heute fühlte ich mich deprimiert/begeistert.

Heute fühlte ich mich entspannt/angespannt.

Gesundheitlich fühlte ich mich heute wohl/unwohl.

Heute habe ich einen guten Tag erlebt.



# Auswertung Beschäftigungsphase



## Nachbetreuung WORKCOACH: Auswertung für das dritte Coaching-Gespräch

TN-Code: P5\_TN01

	Guter Tag	Gesundheit	Stress	Depression	Unzufriedenheit	Private Probleme	Freude bei der Arbeit	Anerkennung	Unterstützung	Überforderung	Autonomie	Soziale Schwierigkeiten	Arbeitsmenge	Aufgabenschwierigkeit
19.02.19	5	3	5	5	5	5	6	5	5	3	6	3	7	5
20.02.19	2	1	7	7	7	7	6	5	5	2	6	5	6	4
22.02.19	5	2	7	6	6	5	4	4	6	6	7	1	7	6
25.02.19	5	4	4	3	3	2	7	6	6	3	6	1	5	5
26.02.19	4	4	4	4	3	3	5	4	4	4	4	2	2	4
27.02.19	4	4	4	4	4	3	5	4	5	2	4	1	2	3
28.02.19	5	5	4	3	4	2	2	2	2	6	1	5	1	5
01.03.19	5	2	7	5	6	6	7	6	5	2	6	3	7	2
04.03.19	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4
05.03.19	4	5	7	7	7	5	5	4	5	3	4	4	6	5
06.03.19	4	1	6	6	6	5	4	4	5	6	2	2	7	5
07.03.19	5	3	3	3	3	3	6	5	6	3	4	1	5	5
08.03.19	6	5	4	3	3	4	6	6	6	2	5	1	7	3
11.03.19	4	3	5	3	3	4	7	7	7	2	6	1	7	2
12.03.19	1	2	7	7	7	6	3	7	7	7	6	2	7	7
13.03.19	1	2	7	7	7	4	4	4	5	6	5	5	7	6
14.03.19	5	4	5	4	4	3	6	5	6	3	6	3	7	4
15.03.19	6	5	3	3	3	2	7	7	6	2	6	3	7	2
18.03.19														
19.03.19	5	1	6	6	5	5	6	5	5	3	5	4	7	5
20.03.19	1	1	7	7	7	7	1	4	3	7	5	7	7	7
21.02.19	3	4	6	6	6	5	4	4	4	6	5	5	7	7
22.02.19	1	1	7	7	7	6	1	3	3	7	5	5	7	7



# Auswertung Bewerbungsphase

	Guter Tag	Gesundheit	Stress	Depression	Unzufriedenheit	SWK Bewerbung	SWK Arbeitsplatz	Herausforderung	Private Probleme	Bemühung Arbeitssuche	Anerkennung	Autonomie	Unterstützung	Vorhaben-umsetzung
31.01.19	6	2	6	3	3	5	6	5	3	4	5	6	5	5
01.02.19	7	2	5	3	3	5	6	4	5	6	5	6	7	7
04.02.19														
05.02.19	5	2	5	4	3	6	6	6	2	5	6	6	6	6
06.02.19														
07.02.19	5	2	6	4	4	5	6	6	5	6	5	5	5	5
08.02.19	5	3	5	3	3	6	7	5	4	7	5	5	6	5
11.02.19	6	2	5	4	3	6	7	6	3	7	6	6	6	6
12.02.19														
13.02.19	5	2	6	3	4	6	7	6	4	7	5	5	6	6
14.02.19														
15.02.19	6	2	5	4	4	6	6	6	6	7	5	6	6	6
18.02.19														
28.02.19	7	2	3	2	2	7	7	4	5	7	6	7	6	7
01.03.19	7	2	5	3	3	7	7	3	3	7	6	6	6	7
04.03.19	7	2	5	3	3	7	7	3	4	7	6	6	6	7
05.03.19	6	2	5	5	5	7	7	4	4	7	6	6	6	6
06.03.19	7	5	4	3	3	7	7	5	4	7	6	6	6	6
07.03.19	7	2	5	4	4	7	7	6	4	7	6	6	6	6
08.03.19	6	2	5	3	4	7	7	6	3	7	5	6	6	6
11.03.19	5	2	5	4	3	7	7	4	3	7	6	6	6	6
12.03.19	6	2	5	4	3	7	7	6	3	7	6	6	6	5
13.03.19	6	2	4	3	3	7	7	5	4	7	6	7	6	6
14.03.19	5	2	5	3	3	7	7	5	4	7	6	6	6	6

# Auswertung nach 6 Monaten

TN-Code: P4\_TN08

## 1) Mittelwerte

Insgesamt liegen für den Zeitraum vom 30.01.2019 bis zum 15.05.2019 30 Angaben vor. Bei vier Befragungen befand sich der/die Tn bereits in Arbeit (diese Befragungen gehen aufgrund der geringen Anzahl nur eingeschränkt in die Auswertung mit ein).

Insgesamt sind die Durchschnittswerte bei den meisten Variablen mittelmäßig ausgeprägt, bei der Selbstwirksamkeitserwartung und der Fähigkeit, Vorhaben in die Tat umzusetzen, liegen die Mittelwerte im grünen Bereich. Bei privaten Problemen und Herausforderungen fällt auf, dass der/die Tn bei keiner einzigen Befragung einen grünen Wert (1 oder 2) vergeben hat – die niedrigsten Werte liegen jeweils bei 3. Welchen chronischen privaten Problemen und Herausforderungen steht der/die Tn gegenüber? Was kann der/die Tn tun, um hier Entlastung zu schaffen?

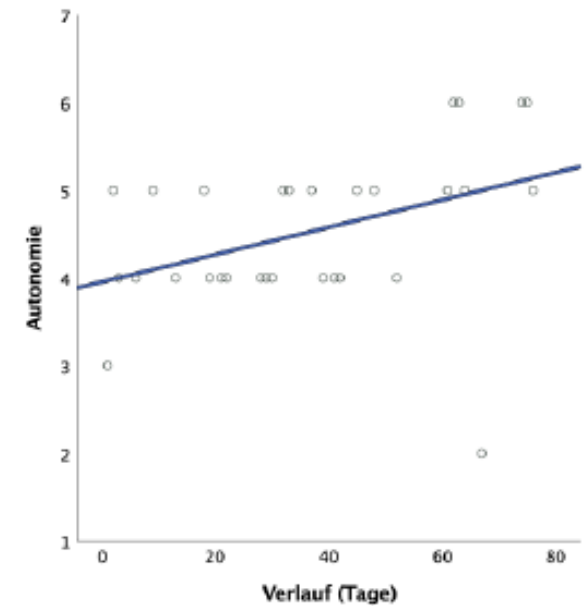
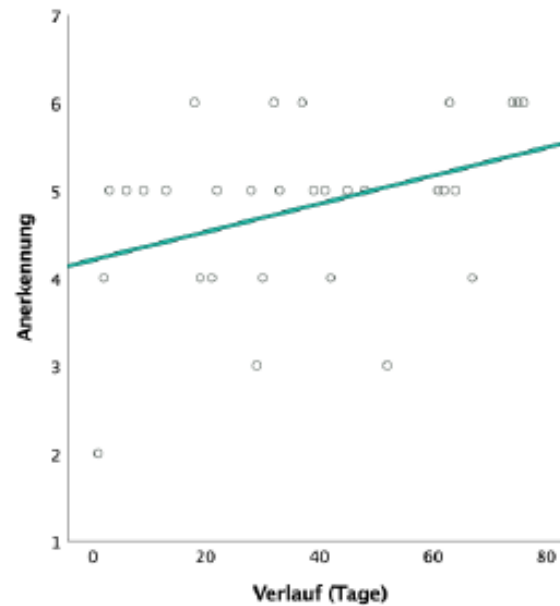
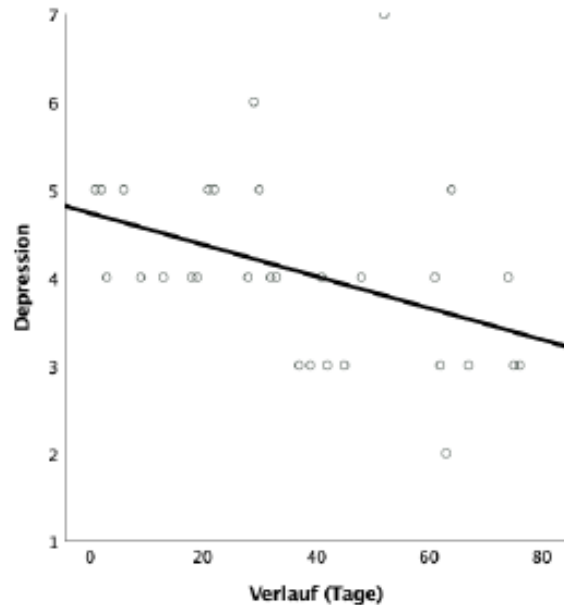
Variable	Niedrigster Wert	Höchster Wert	Mittelwert
Guter Tag	2	6	4.7
Gesundheit	3	6	5.0
Stress	2	7	3.6
Depression	2	7	4.1
Unzufriedenheit	2	6	3.5
SWK Bewerbung	4	7	5.3
SWK Arbeitsplatz	3	7	5.0
Herausforderung	3	7	4.4
Private Probleme	3	7	4.2
Bemühungen Arbeitssuche	3	7	5.0
Anerkennung	2	6	4.8
Autonomie	2	6	4.5
Unterstützung	2	6	4.7
Vorhabenumsetzung	3	7	5.0

# Auswertung nach 6 Monaten

## 2) Individuelle Verläufe

Die Daten des/der Tn wurden auf Veränderungen über die Zeit hinweg untersucht. Berichtet werden nur statistisch bedeutsame Befunde:

Erfreulicherweise hat sich im Verlauf der Nachbetreuung die Stimmung des/der Tn verbessert. Ebenfalls zeigen sich im Zeitverlauf Anstiege bei Autonomie und Anerkennung. Welche Aspekte waren für diese positiven Entwicklungen maßgeblich? Wie hat der/die Tn selbst dazu beigetragen?





# Auswertung nach 6 Monaten

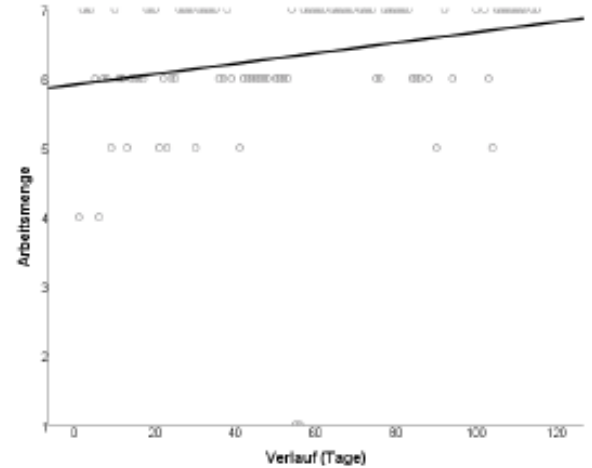
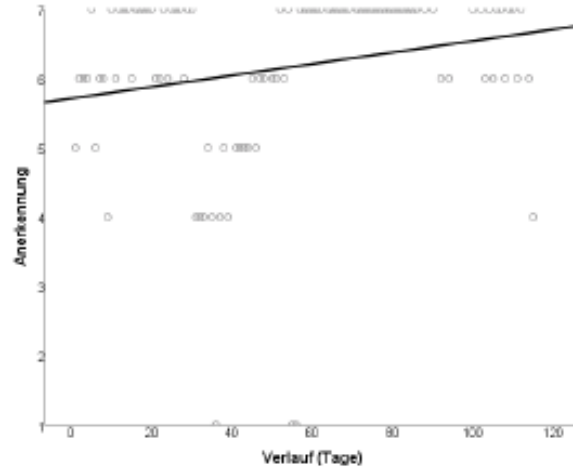
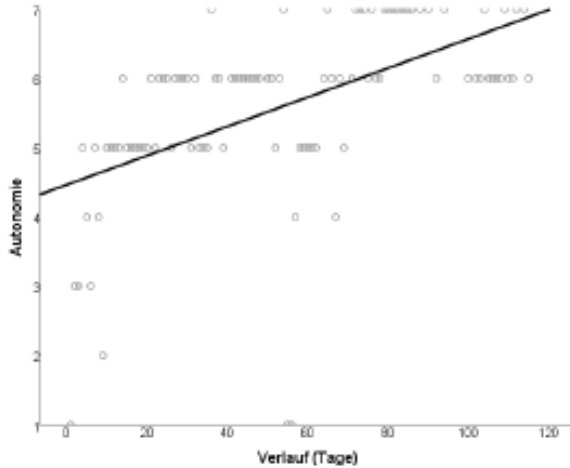
## 2) Individuelle Verläufe

Die Daten des/der Tn wurden auf Veränderungen über die Zeit hinweg untersucht. Berichtet werden nur statistisch bedeutsame Befunde:

Im Verlauf der Nachbefragung ist die wahrgenommene Autonomie des/der Tn gestiegen. Inwiefern nahm der/die Tn hier Veränderungen wahr?

Auch die wahrgenommene Anerkennung ist während der Nachbefragung angestiegen. Wie erklärt sich der/die Tn diese Veränderung? Für welche Eigenschaften erfährt der/die Tn die meiste Anerkennung?

Darüber hinaus wurde der/die Tn im Verlauf der Nachbefragung mit einer immer größeren Arbeitsmenge konfrontiert. Wie erlebte der/die Tn diesen Anstieg?





# Zusammenfassung



- Monitoringdaten zeigen Handlungsbedarf auf
- wirken als Tagebuch
- Ein visuelles Protokoll zeigt Zusammenhänge zwischen Situation und Befindlichkeit auf.
- Im Coaching-Gespräch werden die eigenen Gestaltungsmöglichkeiten aufgezeigt.
- Teilnehmer sind selbst Modell





## Ein Zitat zum Abschluss



- P5\_TN03:

„Es war noch jemand da, der mich ein wenig „an die Hand“ nahm und ich nicht von heute auf morgen alleine zurück ins Leben musste“;

„(...) alles in allem sehr positiv & sehr hilfreich für die Selbstreflexion“

