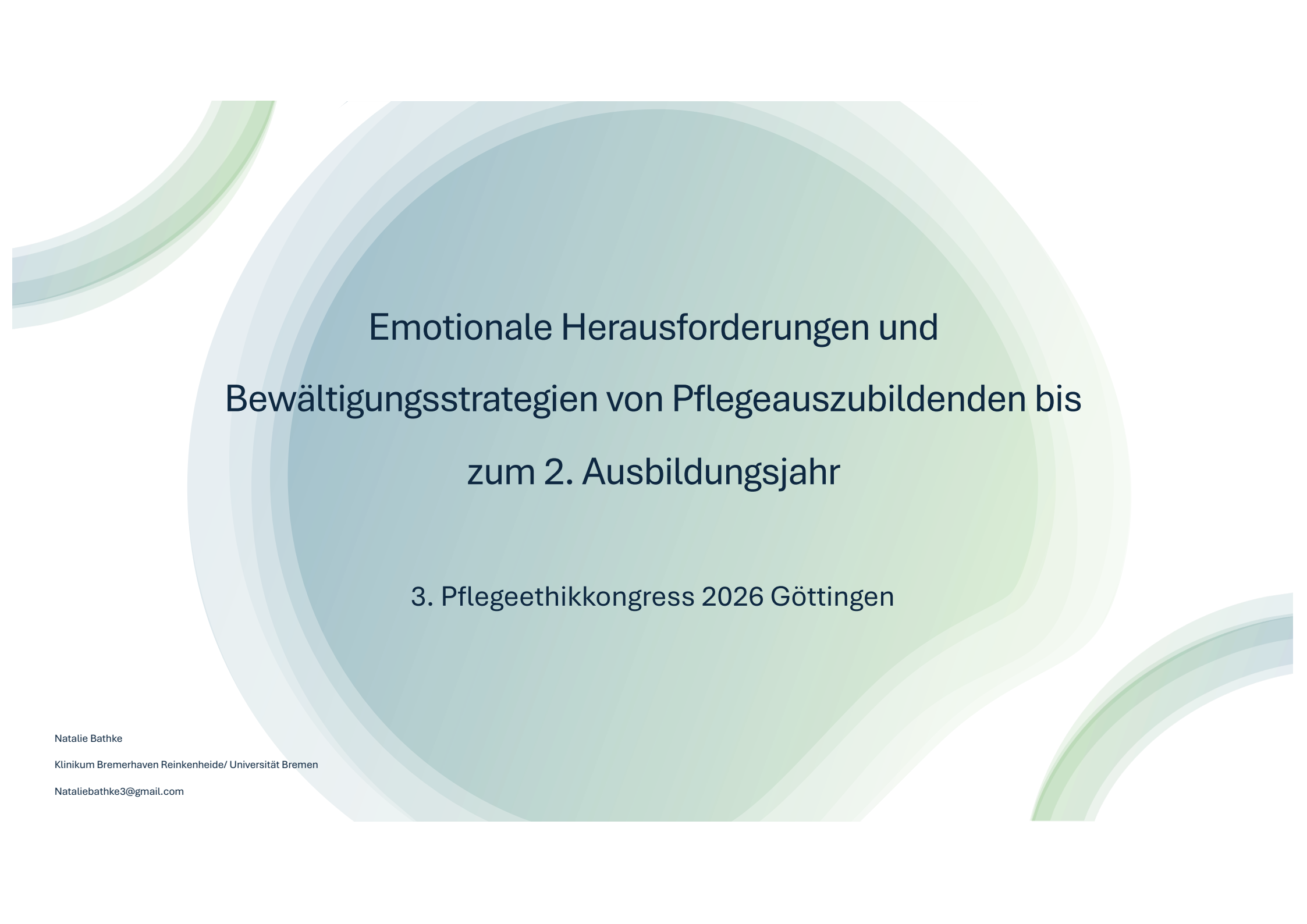




Emotionale Herausforderungen und Bewältigungsstrategien von Pflegeauszubildenden bis zum 2. Ausbildungsjahr

3. Pflegeethikkongress 2026 Göttingen

Natalie Bathke

Klinikum Bremerhaven Reinkenheide/ Universität Bremen

Nataliebathke3@gmail.com



Inhalt

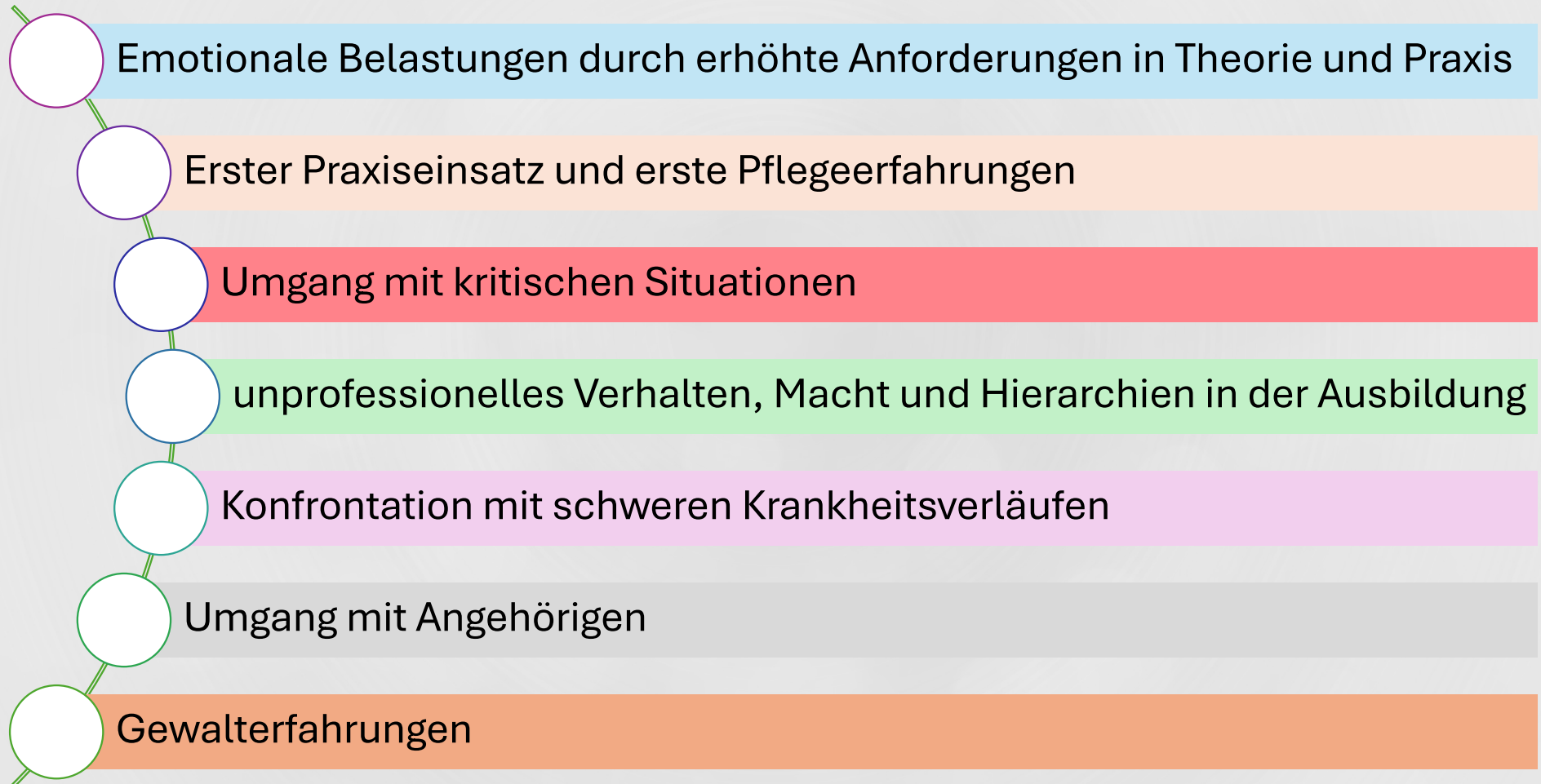
- Art der Arbeit und Stichprobe
- Emotionale Belastungen
- Bewältigungsstrategien
- Fazit
- Diskussionsimpuls

Art der Arbeit und Stichprobe

Qualitative Interviews

Alter	Ge- schlecht	Höchster allgemeinbildender Abschluss	Pflegerelevante Vorerfahrungen	Bereits begonnene/beendete Ausbildungen
18	weiblich	Erweiterter Realschulabschluss	Freiwilliges soziales Jahr Krankenhaus	--
19	männlich	Realschulabschluss	Freiwilliges soziales Jahr Krankenhaus	--
21	weiblich	Abitur (Pflege und Soziales)	Sanitätsdienste	Sanitäterausbildung DLRG
31	männlich	Erweiterter Hauptschulabschluss	keine	Koch
34	männlich	Realschulabschluss	Rettungsassistent mit Auslandseinsätzen, ambulanter Pflegedienst	Ausbildung Rettungsdienst Bundeswehr

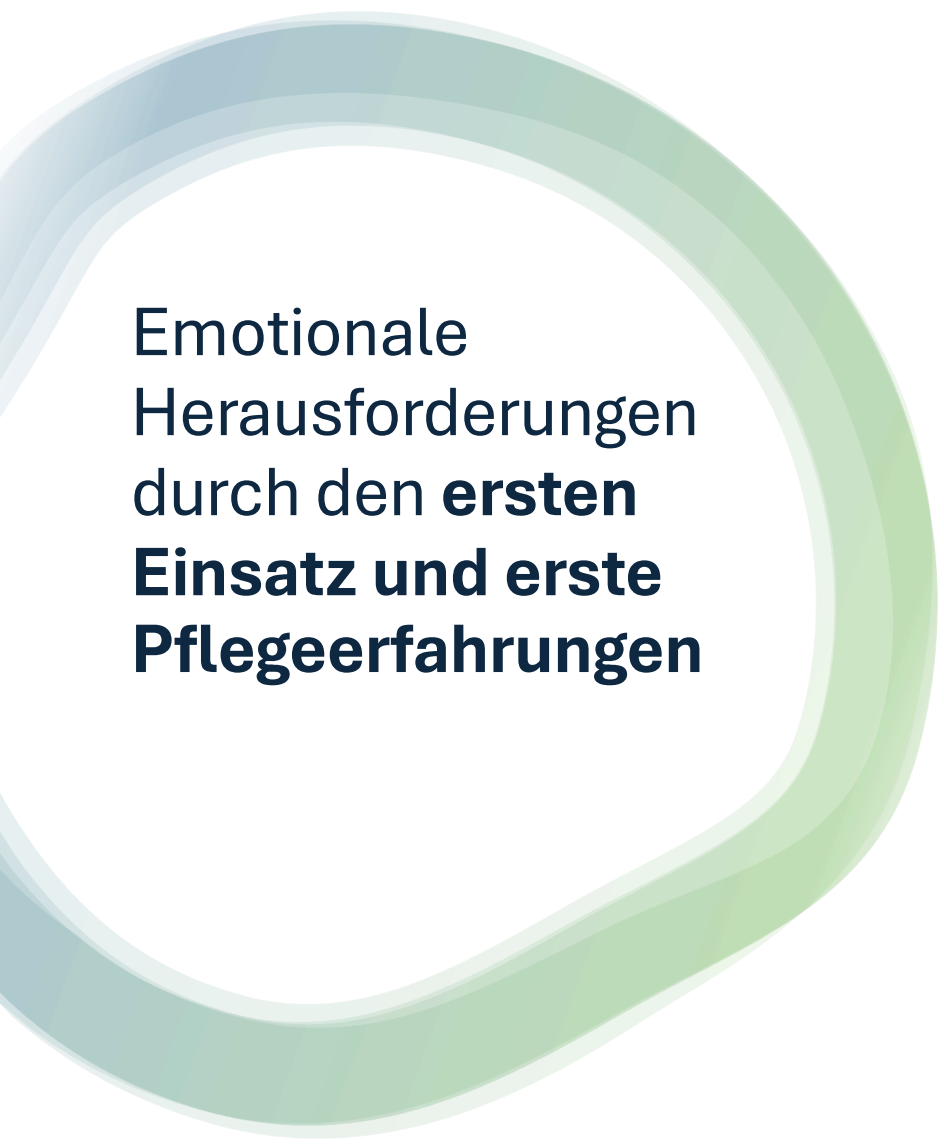
Ranking der erhobenen Belastungen



Emotionale Belastungen
durch **erhöhte**
Anforderungen durch
die theoretische und
praktische Ausbildung

„Aber es ist halt dann schon so Überforderung, wenn du wirklich den ganzen Schultag SO viele verschiedene Themen hast und irgendwann macht der Kopf zu und dann verstehst du nichts mehr und denkst so: „Ich saß hier jetzt, aber habe nichts mitgenommen“. Und dann sitzt du zu Hause und heulst und denkst dir so, „Ja, was mache ich jetzt?“

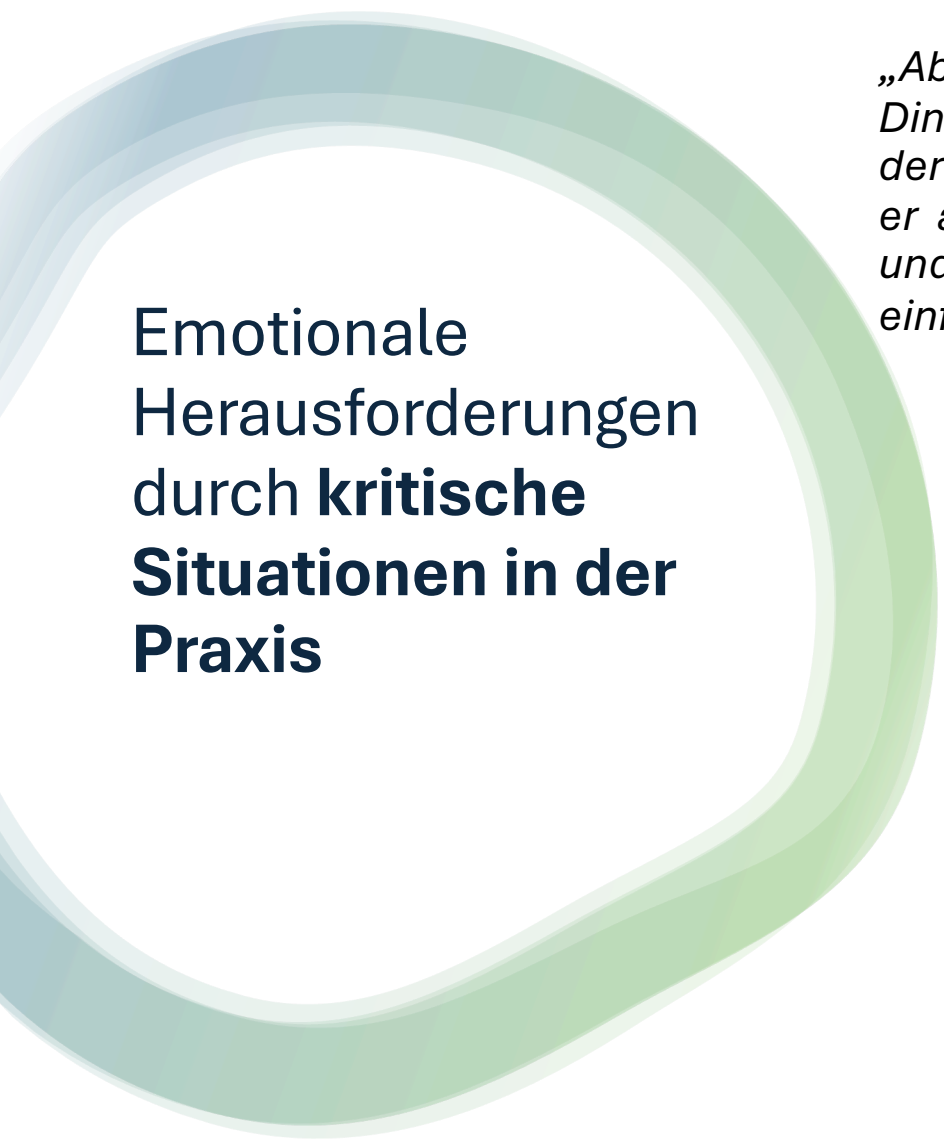
Zentrale Themen: Selbstwert, Kompetenzgefühl und Identitätsaufbau als Pflegeperson, Versagensängste, Selbstzweifel, Überforderungsgefühl, Scham, Innere Zerrissenheit zwischen eigenem Anspruch und Realität, Schuldgefühle, Frustration und geringe Sinnhaftigkeitserfahrung



Emotionale Herausforderungen durch den **ersten Einsatz und erste Pflegeerfahrungen**

„Weil, ich hatte einmal eine Patientin zum Beispiel falsch gelagert, da hatte sie Schmerzen. Ich war halt mein zweiter Tag oder so und habe mir das ganz ruhig erklärt und ich habe natürlich geweint, weil, ich dachte direkt „Oh mein Gott, um mein Gott, habe ich etwas falsch gemacht.“

Zentrale Themen: Angst vor und Regulation der Verantwortung, Identitätsunsicherheit, Zugehörigkeitsbedürfnisse, großes Verantwortungserleben, wahrgenommener Mangel an Wissen und Handlungssicherheit, Hilflosigkeit und Ohnmacht, soziale Unsicherheit, emotionale Reizüberflutung, moralische Unsicherheiten und innere Konflikte



Emotionale Herausforderungen durch **kritische** **Situationen in der** **Praxis**

„Aber trotzdem war das für mich im Nachhinein, vor allen Dingen dieser eine, der im Dreibettzimmer verstorben ist, der Tote; ich weiß immer noch den Namen, ich weiß, wie er aussah, ich weiß sogar, was er zuletzt gegessen hat und anhatte. So, das sind so die Sachen, der geht mir einfach nicht aus dem Kopf.“

Zentrale Themen: emotionale Tragfähigkeit wird stark beansprucht (z.T. innere Erschütterung), eigene Emotionskontrolle und -reflexion, Nähe und Distanz, Trauer, Mitgefühl bis zur Überidentifikation, existenzielle Betroffenheit, Schuldgefühle, Angst vor der Vergänglichkeit und der Unveränderbarkeit von bestimmten Situationen, Gefühl, emotional nicht vorbereitet sein, Spannung zwischen Professionell sein und den eigenen Gefühlen

Emotionale
Herausforderung durch
unprofessionelles
Verhalten sowie durch
Macht und Hierarchien
in der Ausbildung

„Und auch wirklich Kollegen, wo du denkst, ehrlich, dich will ich wirklich nie wieder sehen. Ich hatte einen Kollegen, der hat, äh, die anderen angeschrien, dachte, er wäre was Besonderes, ähm, und hat alle schlechten Aufgaben einfach abgedrückt und hat dann einfach nur das gemacht, wo er Lust drauf hatte.“ (I 2, Z. 362-365) [...]. „Ich war wütend auf die Person, ohne Frage. Ähm, ich war erschrocken, weil ich mir denke, „Ey, das kann doch so nicht laufen“. Äh, und die Motivation war irgendwann wirklich komplett weg.“

Zentrale Themen: Würde, Anerkennung in ihrer Rolle als Auszubildende, Selbstbild und Zugehörigkeitsgefühl (beruflich und persönlich), Gefühl von Ungerechtigkeit, Kränkung/Demütigung, Selbstzweifel durch Bloßstellen oder unverständliche Kritik, Wut, die nicht offen gezeigt werden kann, Innere Resignation, Verunsicherung in den eigenen beruflichen und persönlichen Werten, starkes Stresserleben und Überforderung, Machtlosigkeit, Wut, Trauer

Gesamtbild über die Bewältigungsstrategien

emotionsorientiert

- Transferverhalten
- Vermeidung
- Selektive Wahrnehmung
- Optimismus
- Distanzierung

problemorientiert

- Perspektivenwechsel
- Aktive Konfliktklärung
- Wissensaufbau
- Strukturaufbau
- Kommunikationsverbesserung

**leistungsbezogene
Belastungen**

- Mischung aus Problem- und Emotionsbewältigung

**stark emotionale
Belastungen**

- klar emotionsorientierte Strategien

soziale Konflikte

- erst problemorientiert (ansprechen), sonst Rückzug und emotionale Regulation

Fazit

Erlernen von
Bewältigung sollte
ein Teil der
Professionalisierung
sein

Die Ausbildung
fordert emotionale
Reifung, die wenig
formal gelehrt
werden kann

Bewältigung zeigt
strukturelle
Schwachstellen der
Ausbildung

Bewältigung ist die
Brücke zwischen
Menschlichkeit und
Professionalität

Diskussionsimpulse

Thema: Verantwortung der
Vorgesetzten/Pflegekräfte/Praxisanl
eiter*innen/Lehrkräfte

- Was ist „normal“?
- Was kann man den jungen Menschen zumuten?
- Wo endet jedoch ihre persönliche Verantwortung?

Thema: Anpassung und
Verbesserung

- Wie bereitet man Auszubildenden optimal vor?
- Was kann und was soll sich in der Ausbildung/ im Umgang ändern

Thema: Aussagekraft

- Was sagt der Umgang, der an der Ausbildung beteiligten Personen von Pflegeauszubildenden, über die ethische Kultur der Pflege insgesamt aus?



**Vielen Dank für
Ihre
Aufmerksamkeit.**