

Keep it simple: Erklärvideos und One Minute Wonder

Wie können sich Pflegende Wissen holen, wenn sie im dicht gedrängten Arbeitsalltag unsicher sind, wie sie eine Handlung durchführen sollen? Und wann finden sie Zeit, Themen aufzufrischen um auch nach vielen Berufsjahren noch up to date zu sein? Die Lindenhofgruppe Bern hat mit Erklärvideos und One Minute Wonder zwei neue Wissensquellen im Alltag eingeführt.

Text: Sabine Bigler, Susanne Kropf-Staub, Sabin Zürcher-Florin

Leonie pflegt Frau Gruber, eine 82jährige Diabetikerin, welche aufgrund eines Gangräns ihren linken Unterschenkel amputieren musste. Nach der Wundversorgung ist sich Leonie unsicher, wie sie den Stumpfverband genau anlegen soll: Soll sie von innen nach aussen wickeln oder umgekehrt? Wieviel Zug soll die Bandage haben? Und wie kann sie Frau Gruber zur Fusspflege anleiten, damit sie sich am verbleibenden Fuss keine Verletzungen zuzieht?

Lernen just in time

Aus der Lerntheorie ist bekannt: Wissen soll im pädagogisch sinnvollen Moment vermittelt werden, beispielsweise wenn eine Handlung bevorsteht und dazu eine konkrete Frage vorliegt. Das Wis-

sen wird so besser aufgenommen und durch das nachfolgende Anwenden so gleich gefestigt (speichern im Langzeitgedächtnis).

In der Lindenhofgruppe werden seit einigen Jahren zunehmend Videos angewendet, um den Ablauf komplexer Handlungen oder das Handling von Geräten aufzuzeigen. Denn bereits Konfuzius sagte: «Sage es mir und ich werde es vergessen. Zeige es mir und ich werde es vielleicht behalten. Lass es mich tun, und ich werde es können.»

Zum Beispiel «Stumpfverband»

Leonie klickt in der Handlungsanweisung «Stumpfverband» auf das Video «korrektes Anlegen eines Verbandes». Bauchbinden im Video weisen sie auf

wichtige Schritte und Stolpersteine hin und am Ende des Videos erscheint eine Zusammenfassung mit den drei wichtigsten Punkten (s. Bildausschnitt aus dem Video, unten). Leonie kann sich die Handlung vergegenwärtigen und ihre offenen Fragen klären – und das alles in drei Minuten.

Die Vorbereitung und Erstellung eines Erklärvideos ist dafür umso zeitaufwändiger: Eine Story Line soll die Hauptaussage und die prägnanten Szenen enthalten. Vor dem Dreh müssen



Sage es mir und ich werde es vergessen. Zeige es mir und ich werde es vielleicht behalten. Lass es mich tun, und ich werde es können.

Konfuzius



die Handlung und Hygiene auf Evidenz geprüft werden. Einverständniserklärungen und Abspann zur juristischen Absicherung sollen vorliegen. Weiter müssen Layoutvorgaben, sowie die Plattform zum Abspielen der Videos mit den Bereichen Informatik und Marke-



Korrektes Anlegen eines Verbandes: Bildausschnitt aus dem Video «Stumpfverband».

One Minute Wonder

Fusspflege und Schuhwerk bei Diabetes

gefährdete Stellen am Fuss



Abb.1

Fussulkus



Abb.2

korrekte Fusspflege

- Nägel feilen (nicht zu kurz und zu sehr abrunden)
- Hyperkeratose mechanisch entfernen (mit Feile)
- Täglich Füße waschen oder duschen und gut trocknen (inklusive Zehenzwischenräume)
- Füße eincremen (ohne Zehenzwischenräume)
- keine spitzen Gegenstände (Scheren, Hornhautraspel)
- keine Fussbäder, keine Bettflaschen, kein Barfussgehen

zu enge und zu kurze Schuhe



Abb.3

Schuhe nicht zu eng und zu kurz kaufen (beim Schuhkauf auf die Schuhinnensohle stehen).

Bei Fragen:
Telefon Diabetesberatung Lindenhofgruppe 079 847 62 08

Diabetesberatung Lindenhof, Dez. 2020,
Geprüft S. Zürcher, Dez. 2020

Beispiel eines One Minute Wonder-Plakats zu Fusspflege und Schuhwerk bei Diabetes.

ting geklärt werden. Videos ermöglichen im YouTube-Zeitalter eine attraktive und niederschwellige Form der Informationsvermittlung in kurzer Zeit, sind aber aufwändig in der Herstellung. In der Lindenhofgruppe hat sich eine Pflegeexpertin in einer Weiterbildung Kompetenzen für das Drehen von Videos angeeignet, was sich bewährt.

Wie bleibe ich up to date?

Nebst konkreten Fragen im Alltag sind auch der Erhalt und das up to date von Wissen eine Herausforderung. Präsenzweiterbildungen sind kostenintensiv und Mitarbeitende schaffen es zunehmend weniger, diese in ihren Arbeitsalltag zu integrieren. E-Learning bieten eine flexiblere Alternative, nicht aber eine Möglichkeit für den persönlichen Austausch. Zudem werden sie oft ausserhalb der regulären Arbeitszeit durchgearbeitet. Deshalb stellt sich die Frage, wann und wie kann Wissen im Arbeitsalltag vermittelt werden?

«Wissenssnack» in einer Minute

Eine mögliche Antwort ist das One Minute Wonder, ein «Wissenssnack» in einer Minute: In einer Notfallstation in England versuchten Pflegende Wartezeiten sinnvoll zu nutzen, indem sie komprimierte Fachinformation gezielt an Warteorten aufgehängten. Das One

Minute Wonder (OMW) war geboren. Dabei gilt es, die Inhalte so zu reduzieren, dass sie in einer Minute erfasst werden können. Bilder, Grafiken und humoristische Inhalte sollen die Lust aufs Lesen erhöhen und die Merkfähigkeit fördern.

Grundsätzlich sollen die Ideen für den Inhalt aus der Praxis kommen: Die Teammitglieder kennen ihre Wissenslücken und ihren Bedarf am besten. Mittels OMW kann Wissen mit sehr kurzer Vorlaufzeit und mit geringen Kosten ans Team vermittelt werden.

OMW werden auch in Deutschland eingesetzt, 2018 wurde ein nationales Netzwerk gegründet, welches unter der URL <http://omw.hdz-nrw.de> die Methode vorstellt und erarbeitete OMW kostenlos zur Verfügung stellt.

Gute Akzeptanz in der Praxis

In der Lindenhofgruppe wurde die OMW-Idee vor rund zwei Jahren aufgenommen. Bei der Einführung erarbeiteten die Pflegeexpertinnen gemeinsam mit den Fachverantwortlichen Pflege eine Anleitung, um sicherzustellen, dass die OMW die Bedingungen für ein rasches Lernen im Alltag erfüllen.

Die Idee wurde von den Abteilungen sehr gut aufgenommen. Ein Jahr nach der Einführung zeigte sich, dass 17 der 19 Pflegeteams OMW im Alltag anwenden. Im Unterschied zur Ursprungsidee werden die OMW aber nicht in Wartezeiten gelesen, da diese in der Lean-Management-Organisation kaum mehr auftreten. Die Rückmeldungen zeigen, dass die Teams diesen unkonventionellen Kurzinput schätzen.

Eine kurze Evaluation der Erfahrungen hatte zur Folge, dass die Handhabung der OMW verbindlicher geregelt wurde, um eine bestmögliche Wirkung zu erzielen. Insbesondere wurde festgelegt, dass die OMW an einem fixen Platz angebracht und im monatlichen Turnus durch die Fachverantwortliche Pflege

ONE MINUTE WONDER ERSTELLEN

Die Anleitung

Inhalt:

- Einschränkung eines Themas auf 1 Seite
- Faustregel: max. 6 Informationen pro One Minute Wonder
- Nicht zu komplex (keep it simple)

Formales:

- Vorlage benutzen (Wiedererkennung)
- A3 oder A4, Schriftgrösse mind. Arial 12
- Bild und Text (ausgeglichen), gut strukturiert
- Quelle angeben
- Fusszeile mit Angabe zu Autorin und Datum
- Inhaltliche Überprüfung durch Pflegeexpertin

gewechselt werden. Einige durch die Abteilungen erstellten OMW stellten Zusammenfassungen von ganzen Richtlinien dar, was nicht dem Zweck entspricht, da dadurch der Inhalt zu stark komprimiert und vereinfacht wird. Vielmehr soll ein Teilaspekt eines Themas dargestellt werden.

Attraktives Lernen

Videos und OMW sind kein Ersatz für Richtlinien oder Weiterbildungen, aber sie können den Transfer von Wissen in einem immer dichter werdenden Arbeitsalltag fördern. Um noch präziser zu untersuchen, welche Formen von Wissensquellen sich Pflegende in der Praxis wünschen, wurde in Kooperation mit der Berner Fachhochschule (BFH) Gesundheit ein Projekt zu diesem Thema lanciert.

Auf Anfrage bei den Autorinnen können Videos eingesehen werden.

Autorinnen

Sabine Bigler, MSN, Pflegeexpertin
Delir, sabine.bigler@lindenhofgruppe.ch

Susanne Kropf-Staub, MSN, Pflegeexpertin Onkologie,
susanne.kropf@lindenhofgruppe.ch

Sabin Zürcher-Florin, MSN, Bereichsleiterin Fachentwicklung Pflege,
sabin.zuercher@lindenhofgruppe.ch