

## *Ambulantes Monitoring und Ambulantes Coaching als Elemente nachhaltiger beruflicher Integrationsstrategien in Berufsförderungswerken*

### Zusammenfassung

#### *Ambulantes Assessment in der Reha-Vorbereitung*

Ziel des Teilprojekts 1 war die Analyse der Belastungsentwicklung im Reha-Vorbereitungs-Lehrgang (RVL), wobei die psychisch stabilisierende Wirkung eines Achtsamkeitstrainings überprüft wurde. In vier Wellen von Frühjahr 2018 bis Herbst 2019/Winter 2020 nahmen insgesamt **52 RVL-Teilnehmer\*innen** des Berufsförderungswerkes Bad Wildbad an der kontrollierten Studie über drei Messzeitpunkte (Prä, Post, Follow-up) teil. Nach Ausschluss einiger Personen ging eine Stichprobe von  $N = 42$  in die Analyse ein ( $N = 24$  Achtsamkeitsgruppe,  $N = 12$  Resilienzgruppe,  $N = 6$  Passive Kontrollgruppe).

Die wesentlichen Ergebnisse der Studie zeigen, dass erstens bei einigen Teilnehmer\*innen der beruflichen Reha-Vorbereitung eine **große Belastung** vorzuliegen scheint. Die Herzratenvariabilität zeigt über alle Messzeitpunkte und Gruppen hinweg **alarmierende Werte**, für die teilweise eine medizinische Überprüfung angeraten wurde. Zweitens macht es den Anschein, als ob die **Achtsamkeit** unter bestimmten Voraussetzungen für einen Teil der Teilnehmer\*innen durchaus eine **gute Intervention** darstellen würde. Der persönliche Nutzen und die Zufriedenheit mit dem Training wurden als neutral bis hoch eingeschätzt. Auch wenn statistische Varianzanalysen insgesamt wenig Evidenz für Zeit- und Gruppenunterschiede in Bezug auf die Hauptstudienvariablen zeigen (Herzratenvariabilität, persönliche Variablen, alltägliches Erleben), ist die Tendenz ersichtlich, dass das **physiologische Stressniveau im Laufe des RVL in beiden Kontrollgruppen zunimmt**, während dieser **Anstieg bei der Achtsamkeitsgruppe ausbleibt**. Außerdem scheinen die Stressreaktivität und Stimmungsschwankungen abzunehmen, was für eine psychische Stabilisierung der Achtsamkeitsgruppe spräche. Informelle Fremdurteile seitens z.B. Ausbilder\*innen bekräftigen diese Interpretation: Bei den Teilnehmer\*innen sei nach dem Achtsamkeitskurs eine deutliche Veränderung spürbar gewesen – sie wirkten gelassener und ausgeglichener. Schließlich bleibt drittens festzuhalten, dass **insbesondere diejenigen Teilnehmer\*innen stärker in den Fokus** genommen werden sollten, die eine **überdurchschnittlich hohe Belastung** aufweisen.

Zukünftige Forschung ist dringend nötig, denn aufgrund der niedrigen Teilnehmerzahlen und Limitationen im Design sind die Ergebnisse nur extrem eingeschränkt verwertbar.

### ***WORKCOACH während der beruflichen Rehabilitationsmaßnahme***

Die Erprobung des Ambulanten Monitorings und Coachings als längerfristige Begleitung während der Ausbildungsphase (Teilprojekt 2/2a: Qualifizierungsbegleitung im BFW/Home Office, Teilprojekt 3: Praktikumsbegleitung) erfolgte vor dem Hintergrund der zunehmenden psychischen Belastung der Rehabilitand\*innen und damit verbundenen Abbruchprozessen. Das Ziel dieser Teilprojekte ist die Erfassung der Methodik-Nutzung, der Zufriedenheit der Teilnehmenden und der wahrgenommenen Nützlichkeit sowie die Untersuchung von Befindens-Verläufen und relevanten Prädiktoren (Anforderungen, Ressourcen).

Die **Qualifizierungsbegleitung** nahmen **10 Personen** im BFW Bad Wildbad und 2 Personen im Home Office in Anspruch. An der **Praktikumsbegleitung** nahmen **24 Personen** aus dem BFW Bad Wildbad und 8 Personen aus dem BFW Heidelberg teil. In beiden Teilprojekten liegt eine zufriedenstellende Compliance vor, die auf die Akzeptanz und Anwendbarkeit dieser Methodik im Kontext der beruflichen Rehabilitation hindeutet. Einzelfallbetrachtungen weisen zudem darauf hin, dass die Qualifizierungsbegleitung die Abbildung ausbildungsrelevanter Veränderungen und Zusammenhänge und somit höchst individualisierte Coaching-Gespräche ermöglicht.

Im Rahmen der Praktikumsbegleitung zeigen sich belastungsinduzierende Effekte von Überforderung und sozialen Schwierigkeiten sowie entlastende Effekte von Anerkennung und Unterstützung auf die situative Zufriedenheit in der Praktikumszeit. Die generelle Zufriedenheit mit der Praktikumsbegleitung ist eher positiv ausgeprägt, wozu v. a. die Möglichkeit zur Selbst-, Tages- und Praktikumsreflexion sowie die Unterstützung durch die Coaches beitragen. Kritische Rückmeldungen zeigen Verbesserungspotential bezüglich der Wahl angemessener Befragungsfrequenzen und -zeiträume. Die starken interindividuellen Schwankungen der Compliance legen eine **bedarfsorientierte Umsetzung** der Praktikumsbegleitung bei Rehabilitand\*innen mit Interesse an einer engmaschigen Betreuung nahe. Im Falle eines dauerhaften Angebots der Praktikumsbetreuung sollte geprüft werden, ob zumindest ein **reguläres Zwischengespräch** zur gemeinsamen Besprechung der Monitoring-Daten während der Praktikumszeit angesetzt wird. Auf diese Weise könnte die Zufriedenheit und der Nutzen des Angebots vermutlich deutlich gesteigert werden. Insgesamt stützen die Befunde das grundlegende Potential eines Einsatzes von WORKCOACH zur Begleitung während der Rehabilitationsmaßnahme.

### ***WORKCOACH im Rahmen der Nachbetreuung***

In den Teilprojekten 4 und 5 wurde für einen Zeitraum von sechs Monaten eine Nachbetreuung ehemaliger Rehabilitand\*innen erprobt, bei der Coaching-Gespräche mit einem begleitenden, smartphone-gestützten Monitoring kombiniert wurden. Ziel war es, den BFW-Absolvent\*innen bei den Herausforderungen in den Kontexten Arbeitssuche (Teilprojekt 4) oder Beginn einer Arbeitsstelle (Teilprojekt 5) niedrigschwellig, unauffällig und praktikabel Sicherheit und bedarfsorientierte Hilfe zu vermitteln.

*Stichprobe.* In sechs Wellen von Februar 2019 bis Dezember 2021 nahmen an der Nachbetreuung insgesamt **41 Absolvent\*innen** des Berufsförderungswerkes Bad Wildbad teil. Fünf Personen wurden aus der gemeinsamen Analyse ausgeschlossen, wovon drei Personen aufgrund einer längerfristigen stationären Aufnahme die Nachbetreuung vorzeitig beenden mussten. Hier unterstützte die Nachbetreuung die zeitnahe Inanspruchnahme externer Hilfen. In den gemeinsamen Auswertungen zur Modellierung des Verlaufs über den knapp 6-monatigen Nachbetreuungs-Zeitraum werden somit 36 Personen berücksichtigt. Die Modelle beruhen auf knapp 2500 Messzeitpunkten. 24 Personen waren bei Beginn der Nachbetreuung auf Arbeitssuche, 12 Personen starteten direkt in eine Arbeitsstelle. Von den Personen auf Arbeitssuche traten im Verlauf der Nachbetreuung 9 Personen eine Stelle an.

*Ergebnisse.* Die Ergebnisse der Mehrebenen-Zeitreihen-Modelle stützen für Personen auf Arbeitssuche und Personen mit einer Arbeitsstelle den Wert der Nachbetreuung: Personen auf Arbeitssuche zeigen bei allen Haupt-Variablen (Depression, Unzufriedenheit, Stress, Schlechter Tag, Krankheitsgefühl) einen **günstigen Verlauf**. Bei Personen mit einer Arbeitsstelle bilden die Daten einen erfolgreichen Anpassungsprozess an die Arbeitsstelle ab: In den ersten Arbeitsmonaten steigen die Werte bei den Variablen Depression, Unzufriedenheit und Schlechter Tag zunächst an. Im Verlauf des Coachings verbessern sich die Tagesbewertungen sowie die Depressions- und Unzufriedenheitswerte jedoch deutlich, was auf einen **erfolgreichen beruflichen Anpassungsprozess** hindeutet. Am Ende der Nachbetreuung weisen die Teilnehmenden mit einer Arbeitsstelle günstigere Werte bei den Variablen Schlechter Tag, Depression und Unzufriedenheit auf als zu Beginn. Insgesamt zeigen die Modelle, dass Teilnehmer\*innen mit ungünstigerem Ausgangslevel stärker von der Nachbetreuung profitieren als Personen mit günstigerem Ausgangslevel. Die Nachbetreuung ist somit in besonderem Maße für psychisch vulnerable Rehabilitanden\*innen von Nutzen.

Da die Erhebung einer Kontrollgruppe nicht möglich war, lässt sich nicht mit Sicherheit sagen, dass diese Verläufe tatsächlich durch die Nachbetreuung angestoßen wurden. Andererseits sprechen auch die Rückmeldungen der Teilnehmer für den hohen Wert der Nachbetreuung: Die allgemeine **Zufriedenheit mit der Nachbetreuung** erreichte auf einer Skala von 1-6 einen sehr guten Wert von 5.4. In der Abschlussbefragung äußerten die Teilnehmenden vor allem drei Nutzen-Faktoren: Verfügbarkeit eines Ansprechpartners/Gefühl der Unterstützung, Förderung der Selbstreflexion, und Sichtbarkeit des Verlaufs. Auch die qualitativen Äußerungen der Teilnehmenden zum Nutzen der Nachbetreuung fielen sehr positiv aus (z. B. „Sehr gute Begleitung und Unterstützung (...). Bitte unbedingt weiterführen“).

Laut der externen Psychologin, die in den späteren Wellen als Nachbetreuungs-Coach tätig war, stellt die Nachbetreuung in der aktuellen Form einen Fahrplan dar, der „sehr ausführlich bis ins Detail ausgearbeitet“ ist und „an dem man sich gut orientieren konnte“ (schriftliches Coach-Feedback vom 11.01.2022). Als Fazit lässt sich ziehen, dass der monitoring-gestützte Coaching-Ansatz für die Nachbetreuung **effektiv** ist und **viele Vorteile** bringt:

1) Durch das Monitoring ist eine **engmaschige Betreuung** möglich, die aber gleichzeitig auch **praktikabel** ist. „Durch das regelmäßige Erfassen der Daten kann der akute Handlungsbedarf für den Teilnehmer schnell erkannt werden. Hierin liegt ganz sicher ein Vorteil, da einzelne Teilnehmer\*innen sich häufig bei Verschlechterung ihrer psychischen Verfassung nicht melden“ (schriftliches Coach-Feedback vom 11.01.2022).

2) Diese Form der Nachbetreuung ist **flexibel** und **bedarfsorientiert**. Wie viele Coaching-Gespräche sinnvoll sind, entscheiden die Teilnehmenden selbst. Es gab Teilnehmende, welche die Nachbetreuung an irgendeinem Punkt vorzeitig beendet haben, z. B. eine Teilnehmerin, die die Unterstützung im Bewerbungsprozess gerne in Anspruch nehmen wollte, dann aber für den Berufseinstieg entschieden hat, dass sie die Nachbetreuung jetzt nicht mehr braucht. Trotzdem bewertete sie ihre Zufriedenheit mit der Nachbetreuung mit 100 %. Auf der anderen Seite gab es aber auch Teilnehmende, die über den gesamten Zeitraum hinweg viel Unterstützung benötigten und von der Psychologin teilweise wegen Corona sogar noch nach Ablauf der sechs Monate weiter betreut wurden. Bei wieder anderen Teilnehmenden deckte die Nachbetreuung sehr schnell auf, dass die Nachbetreuung für diese Personen nicht ausreicht. Hier unterstützte die Nachbetreuung aber eine zügige Vermittlung in entsprechend intensive Hilfen, was natürlich ebenfalls von Wert ist.

Zudem kann die Nachbetreuung kurzfristig an **individuelle Sonderfälle** angepasst werden. Ein Rehabilitand hatte beispielsweise die Abschlussprüfung nicht bestanden. Aufgrund dieser psychisch äußerst belastenden Ausgangslage erschien die Unterstützung im Rahmen der Nachbetreuung hier als besonders wichtig, obwohl es sich klar um einen Sonderfall handelt. Mit geringfügiger Änderung der Monitoring-Fragen konnte der Teilnehmer dennoch an der Nachbetreuung teilnehmen und profitierte hiervon deutlich.

Insgesamt stützen die Daten ein dauerhaftes Angebot der Nachbetreuung. Folgende **Anpassungen** könnten gegebenenfalls sinnvoll sein:

1) Informell wurde als Verbesserungsvorschlag genannt, dass man mit dem **eigenen Smartphone** teilnehmen können sollte. Dies wäre mit der aktuell genutzten Software für Android-Nutzer problemlos möglich und hätte logistisch einige Vorteile. Personen ohne eigenes Android-Smartphone könnte man ein Leih-Smartphone zur Verfügung stellen oder eine Fragenbeantwortung am PC anbieten, welche von der Software ebenfalls unterstützt wird.

2) Es stellt sich die Frage, **welchen Personen** die Inanspruchnahme des Nachbetreuungs-Angebots nahegelegt werden und **in welchem Rahmen und wann** die Teilnehmer-Akquise erfolgen sollte. Die Modellierungen zeigen, dass von der Nachbetreuung in besonderem Maße psychisch vulnerable Rehabilitand\*innen profitieren. Während des Projektes zeigte sich die Wahl des Ansprache-Zeitpunktes jedoch als Herausforderung: Weder kurz vor der Abschlussprüfung noch kurz danach stellen geeignete Zeitpunkte dar. Eventuell wären die Zielvereinbarungsgespräche ein geeigneter Rahmen.

3) Außerdem muss gezielt überlegt werden, **wer als Coach** die Flexibilität und die Kapazitäten und Kompetenzen für das Angebot der Nachbetreuung mitbringt. Die externe Psychologin meldete zurück, dass nicht unterschätzt werden darf, wie zeitintensiv die Nachbetreuung für den Coach ist. Personen, bei welchen ohnehin schon eine hohe Arbeitsbelastung besteht, sind hierfür nicht geeignet. Die Rehaintegrationsmanager\*innen haben bereits viel mit den Rehabilitand\*innen vor Ort zu tun und können außerdem keine Termine außerhalb der regulären Arbeitszeit anbieten, was für Nachbetreuungs-Teilnehmende mit einer Arbeitsstelle ein großes Problem darstellen kann.

„Neben allgemeinen Kompetenzen der Gesprächsführung sollten (beim Coach) fundierte Kenntnisse über psychische Erkrankungen und über die dazugehörigen Auswirkungen auf das berufliche- und Arbeitsverhalten vorliegen“ (schriftliches Coach-Feedback vom 11.01.2022). Zudem benötigt der Coach ein breites Repertoire an Interventionsansätzen in den Kontexten Stressbewältigung, Angst und Depression.

4) Bezüglich des Monitorings stellt sich die Frage, **wer das Monitoring und die individuellen Auswertungen** im Falle eines dauerhaften Angebots umsetzen kann. Während ursprünglich geplant war, dass die Coaches selbst die Auswertungen durchführen, wurden das Monitoring und die Auswertungen auf Wunsch der Coaches bereits ab der ersten Welle von den wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen übernommen. Natürlich geht der Austausch zwischen dem externen Dienstleister und dem Coach mit zusätzlichem Aufwand einher. Es stellte sich allerdings heraus, dass es Vorteile bringt, wenn die Auswertungen von einer externen Stelle erstellt werden. In diesem Fall kommt der Auswertung eine hohe Objektivität zu, da keinerlei persönlicher Kontakt zum Teilnehmenden besteht. Häufig haben die Auswertungen spontan im Coaching besprochene Inhalte bestätigt. „Dieser Dopplungseffekt war aus pädagogischer Sicht für die Teilnehmer wertvoll“ (schriftliches Coach-Feedback vom 11.01.2022). Einige Teilnehmende schätzten explizit auch die Sichtbarkeit des individuellen Verlaufs. Die individuellen Abschlussauswertungen sind jedoch statistisch anspruchsvoll, da die Daten auf signifikante Verläufe und Zusammenhänge hin geprüft werden. Hierfür ist eine fundierte Statistik-Ausbildung und eine geeignete Software erforderlich.

5) Im Zusammenhang mit dem vierten Aspekt stellt sich die Frage, wie der **Austausch zwischen dem externen Dienstleister und dem Coach** am effizientesten gestaltet werden könnte. Die externe Psychologin nannte ein ordentliches Ablage- und Dokumentationssystem als große Herausforderung und nannte als wichtigsten Verbesserungsvorschlag die Rückkoppelung zur Universität (schriftliches Coach-Feedback vom 11.01.2022). Ideal wäre es, wenn die gesamte teilnehmer-bezogene Dokumentation und Kommunikation über die WORKCOACH-Software erfolgen könnte. Dies wäre möglich, würde aber im Vorfeld einige Anpassungen der Software voraussetzen. Die externe Psychologin schätzte diesen Vorschlag positiv ein: „Das was ich als aufwendig beschrieben habe, ließe sich damit wesentlich verschlanken“ (telefonische Rückmeldung am 25.02.2022).