



Lutz Karnauchow ist Gründer von domino-world™ und Vorstand der domino-coaching Stiftung.

Coaching statt Pflege

Das Konzept der Berliner Pflegeeinrichtung domino-world™ erinnert an ein Fitness-Center, Zielvereinbarungen und Wochenend-Training inklusive. Könnte es in die Regelversorgung übernommen werden? Das soll nun eine Studie prüfen, die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert wird.

Zielvereinbarungen. Feedback-Gespräche. Motivationstrainings. Prozessoptimierungen. In der freien Wirtschaft sind das verbreitete Führungsinstrumente. Konzernleitungen erhoffen sich davon mehr Effizienz, Kosteneinsparungen, Mitarbeitende, die sämtliche Entscheidungen mittragen und umsetzen. Wer in Deutschland berufstätig war, vielleicht sogar eine Managementfunktion innehatte, ist damit vertraut. Macht es Sinn, diese Konzepte auf die Bewohnerinnen und Bewohner in der Altenpflege zu übertragen? Und kann man das überhaupt? Man kann.

»CLUB« STATT »ALTEN-PFLEGEHEIM«

In Berlin gibt es ein Pflegeunternehmen, das sich als eine Art Coaching-Zentrum versteht. Dort hat man sich auf die Fahnen geschrieben, Pflege neu zu denken. »Es geht nicht darum, das Altern aufzuhalten«, betont Gründer Lutz Karnauchow. »Es geht darum, weniger abhängig zu sein, sich gesünder zu fühlen und ein glücklicheres Leben zu leben.« Zur domino-world™ gehören drei stationäre Pflegeheime. Sie werden als »Clubs« bezeichnet. Außerdem neun ambulante und teilstationäre Einrichtungen in Berlin und Brandenburg. Wer aufgenommen wird, durchläuft ein

Erstgespräch, zu dem auch ein geriatrisches Assessment und eine umfangreiche Anamnese gehören. Das Gespräch führen die Mitarbeitenden. Das können Fachkräfte oder Pflegehelfer:innen sein. Sie werden als »domino-coaches« bezeichnet und erstellen nach dem Ge-

Es geht darum, weniger abhängig zu sein, sich gesünder zu fühlen und ein glücklicheres Leben zu leben.

spräch ein »individuelles Stärken- und Schwächenprofil«, aus dem eine »Zielvereinbarung« abgeleitet wird.

Klingt nach Fitness-Center? Soll es auch. Passend zur Zielvereinbarung wird ein individuelles Trainingsprogramm erstellt. Das Ziel wird »wie jede Zielvereinbarung in Prozessschritte unterteilt, das Niveau des Trainings wird beständig ge-

steigert und der Therapieplan entsprechend angepasst. Daneben bekommt jeder Bewohner und jede Bewohnerin einen Leitfaden mit täglichen Übungsempfehlungen an die Hand. Kraft- und Zirkeltraining finden täglich in der Gruppe statt. Das ganzheitliche Konzept fördert Selbstständigkeit und Wohlbefinden und hat Erfolg«, erklärt die Stiftung.

IN DREI BIS SECHS MONATEN ZURÜCK NACH HAUSE

»Manche Bewohner berichten sogar, dass sie bei uns schneller zu Kräften kommen als in Reha-Einrichtungen«, erzählt Karnauchow. Er ist Gründer von domino-world™ und Vorstand der domino-coaching Stiftung. Die gemeinnützige Stiftung ist Trägerin von zwölf Modelleinrichtungen in Berlin und Oberhavel. In drei bis sechs Monaten zurück in die eigene Häuslichkeit: Bei zehn Prozent der Patient:innen im domino-coaching™ ist das das erklärte Ziel – nicht zu verwechseln mit einer Kurzzeitpflege.

Der Stiftung zufolge ist unser gesellschaftliches Bild vom Alter zwiespalten: Auf der einen Seite »lebensbejahende, selbstbestimmte und der modernen Zeit zugewandte Menschen«, auf der anderen Seite »das Bild von Pflegebedürftigkeit, Abhängigkeit und einem fast sinnlosen Verwahrtwer-



Foto: domino-world

den bis zum Tod«. Das Unternehmen hat daraus für sich einen rehabilitativen Ansatz entwickelt, der laut Karnauchow bereits seit über zwanzig Jahren angewandt und ständig weiterentwickelt wird.

KOMBINATION AUS PSYCHOLOGIE UND TRAINING

»Die Förderung beziehungsweise Wiedererlangung von Selbstständigkeit und Fitness der alten Menschen wird durch eine Kombination aus Motivationspsychologie und Bewegungstraining zu gleichen Teilen erreicht. Wir denken anders«, so Lutz Karnauchow. »Wir sagen ‚Club‘ statt ‚Heim‘, fördern Bewegung, setzen auf Motivation statt auf eine Pflege im Sinne von ‚satt, sauber, sicher, still‘. Ohne Motivation kein

Reha-Erfolg.« Damit der eintreten kann, fungieren die Mitarbeitenden als »Coaches« im Sinne eines »Personal Trainers«.

Ein »Coach« ist für etwa sieben Bewohner:innen zuständig. Damit es auch mit der Motivation klappt, werden Fachkräften wie Pflegehelfer:innen in einer halbjährigen intensiven Schulung psychologische Kenntnisse und Fähigkeiten vermittelt sowie Kenntnisse, um geriatrische Reha-Prozesse planen und umsetzen zu können.

Die Schulungen finden innerhalb der regulären Arbeitszeiten statt und sind zentral organisiert. Die Dozent:innen stammen aus den Reihen des Unternehmens und die Schulungen schließen mit einer Prüfung ab. Jeden Monat finden Supervisionen statt.

ALTE MENSCHEN IN NEUEM LICHT

»Coach«, »Trainingsplan«, »Stärkenprofil«: Solche Begrifflichkeiten hört man normalerweise eher im Fitness-Club oder in Motivationstrainings für Mitarbeiter:innen. Hier werden sie auf eine stationäre Pflegeeinrichtung übertragen. Karnauchow sieht darin einen Paradigmenwechsel in der Altenpflege: Weg von dem Bild alter Menschen, die als gebrechliche Schützlinge betrachtet werden hin zu einem innovativen Ansatz.

Der beinhaltet »Zielvereinbarungen«: Dass etwa der selbstständige Besuch eines Kaufhauses oder Cafés wieder möglich wird – oder sogar die Rückkehr in die eigene Häuslichkeit. Je nachdem, wie sie formuliert sind, könnten sie auch »»

» in einer ganz normalen **Pflegeplanung** auftauchen. Auch die Ausrichtung, sich auf die Ressourcen zu fokussieren statt auf die Defizite, spiegelt eine moderne Haltung wieder.

Positiv denken, beständig an sich arbeiten, trainieren und sich Ziele setzen: In Deutschland ist Selbstoptimierung angesagt. Karnauchow beobachtet hier auch **wirtschaftliche Effekte**.

»Die Arbeitsbelastung wird reduziert, weil ein fitterer Patient weniger zeitaufwendig ist. Das kompensiert den erhöhten zeitlichen Aufwand, den das domino-coaching™-Pflegeverfahren mit sich bringt. In der Folge sind Krankenstand und Personalfuktuation im Unternehmen gering.«

Karnauchow betont: »Sowohl der Club Treptow als auch die weiteren Einrichtungen von domino-world™ verfügen nicht über mehr Pflegepersonal als andere stationäre Pflegeeinrichtungen. Auch entstehen im Vergleich zu anderen Einrichtungen weder für die Patient:innen und ihre Angehörigen noch für die Pflegekassen höhere Kosten.«

ALLE IM TEAM LEISTEN THERAPEUTISCHE PFLEGE

Der Stiftung zufolge profitieren die Mitarbeitenden von ihrer Arbeit unter innovativen Bedingungen. »Wir können im Gegensatz zu anderen Pflegeunternehmen die defizitäre Personalsituation lösen, indem wir jeden Mitarbeitenden, sei es eine Fach- oder Hilfskraft, selbst so schulen, dass er therapeutische Pflege leisten kann. Aus unserer Sicht ist gute Pflege nicht nur abhängig von der Menge des Personals, sondern insbesondere von dessen Haltung und Qualifikation«, so Karnauchow. Zu sehen, wie Patient:innen durch das eigene therapeutische Arbeiten ihre Lebensqualität entscheidend verbessern könnten, fördere das Selbstbewusstsein und die Zufriedenheit der Mitarbeiter:innen.

Was wäre, wenn auch andere Einrichtungen ihre Angebote zur Sport- und Bewegungsförderung ausbauen würden? Ein klarer Fokus auf die Ressourcen und darauf, für den oder die einzelne Be-

wohner:in rauszuholen, was geht, wäre sicherlich zeitgemäß. Und auch, dass es Mitarbeitenden guttun würde, die eigene Pflege als selbstwirksam zu erleben, auch mal Fortschritte zu sehen und nicht immer nur zu erleben, wie Bewohner:innen mehr und mehr abbauen, steht au-

Die Arbeitsbelastung wird reduziert, weil ein fitterer Patient weniger zeitaufwendig ist.

ßer Frage. Vielleicht würde sich das sogar auf die Gewinnung neuer Fachkräfte auswirken. Die Stiftung schreibt: »Auch die Auszubildenden bemerken schnell: Hier konzentriert man sich nicht auf die Defizite, sondern auf die **Ressourcen und das Potential**, welches die Patienten mitbringen.«

NACH SCHLAGANFALL WIRD KONSEQUENT TRAINIERT

Das ist besonders wichtig, wenn die Wiederherstellung der Gesundheit grundsätzlich »auf der Kippe« steht. Nach plötzlichen Ereignissen wie einem Sturz, Schlaganfall oder Herzinfarkt wären regelmäßige intensive Übungen essenziell dafür, dass ein/e Bewohner:in wieder auf die Beine kommt. Gerade für Schlaganfallpatient:innen kann es fatal sein, wenn Übungen tagelang ausfallen. Leider ist es in vielen Einrichtungen üblich, dass an Sonn- und Feiertagen gar keine Physiotherapie stattfindet. Von Betroffenen und Angehörigen wird das häufig kritisiert – zu Recht.

In der domino-world™ werden Patient:innen mit einem besonders hohen Rehabilitationspotenzial nach einem plötzlichen Ereignis wie Sturz, Schlaganfall oder Herzinfarkt extra kurze Pflege-Verträge angeboten – zum Beispiel für die Dauer von drei Monaten. »Die sogenannten ‚Leuchtturm-Patienten‘ – oder kurz **‚Leuchttürme‘** – erhalten ein besonders intensives Bewegungsprogramm. Im Durchschnitt trainieren diese Patienten vier Stunden am Tag. Das reguläre Training umfasst eine Stunde

EIN BEISPIEL: BEWOHNERIN BRITTA Z.

Britta Z. sitzt auf der Beinpresse und führt konzentriert ihre Übung aus. Der Trainer neben ihr beobachtet genau den Bewegungsablauf und motiviert die Patientin: „Und noch einmal, strecken, und langsam wieder absenken!“ Immer wieder streckt die 85-jährige ihre Beine und senkt sie dann kontrolliert wieder ab. Eine Szene im Club Treptow, einer stationären Pflegeeinrichtung von domino-world™. Nach plötzlichen Ereignissen wie Sturz, Schlaganfall oder Herzinfarkt trainieren Bewohner:innen hier bis zu vier Stunden am Tag. Auch werden konkrete Ziele vereinbart und in Prozessschritte unterteilt. Das Niveau des Trainings wird beständig gesteigert und der Therapieplan entsprechend angepasst, individuelle Übungsempfehlungen mit Kraft- und Zirkeltraining in der Gruppe kombiniert. Das große Ziel von Frau Z. ist es, wieder in die eigene Häuslichkeit zurückkehren zu können. Dem kommt sie nun Schritt für Schritt näher: Beim Einzug in den Club Treptow vor rund zwei Monaten lag sie noch leicht verwirrt im Bett. Inzwischen geht sie allein am Rollator zu den Mahlzeiten und kommt die Treppen zur nächsten Etage hoch und wieder herunter. Ihr nächstes Etappenziel: Sie möchte mit dem Rollator im Rosengarten spazieren gehen, selbstständig am Stock laufen und über zwei Etagen die Treppen hinauf- und wieder hinuntersteigen. Dann ist ihre Rückkehr nach Hause nicht mehr fern ...



Foto: domino-world

Domino-Coachin Souha Abou-El-Rakti gibt einem Bewohner konkrete Anweisungen für das korrekte Training mit Hanteln.

am Tag, wobei auch an Sonn- und Feiertagen trainiert wird. Durch die befristete Vertrags-Laufzeit und die Gewinnung der Leuchtturm-Angehörigen als Co-Therapeuten sind die Patient:innen hochmotiviert, ihr Ziel, den Auszug und damit die Rückkehr in die eigene Häuslichkeit schnellstmöglich zu erreichen« erklärt Karnauchow.

TRANSFER IN DIE REGELVERSORGUNG WIRD GEPRÜFT

Für seine Mitarbeitenden hat das Unternehmen die »domino-Berufswelt™« geschaffen. Die Rede ist von »sicheren Arbeitsplätzen mit Sinn«, einem »ausgezeichneten Betriebsklima«, »Wirkgefühl in den Teams« sowie einem hohen Grad an Selbstbestimmung sowie Fort- und Weiterbildungen.

Das Unternehmen wurde mehrfach als »Deutschlands bester Arbeitgeber« ausgezeichnet – und kommt Karnauchow zufolge komplett **ohne Personalleasing** aus. Das Coaching-Konzept selbst wird bis Ende November 2025 im Rahmen des Programms **DATIpilot** evaluiert, das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert wird. Geprüft wird dabei laut Stiftung auch, inwiefern es in die Regelversorgung transferiert werden könnte – und zwar von der Hochschule für Technik und Wirtschaft, Berlin, der domino-

coaching Stiftung selbst und der Alice Salomon Hochschule, Berlin. Was fehlt jetzt noch, um das Ganze zeitgemäß abzurunden? Richtig, eine App: Die hat das Unternehmen für seine Mitarbeitenden eigens entwickeln lassen. Sie soll zur Dokumentation der Therapie genutzt

werden. »Anhand der monatlichen Datenauswertung aus der App ist das Unternehmen in der Lage, den Implementierungsgrad des domino-coaching™ in den Pflegeprozess zu beobachten und zeitnah Maßnahmen zur Förderung und gegebenenfalls Verbesserung des Prozesses zu ergreifen«, so Karnauchow. <<<

FAZIT

>>1.

Das Konzept soll das Abhängigkeitsgefühl älterer Menschen reduzieren sowie Gesundheit und Wohlbefinden fördern

>>2.

Im Vordergrund stehen Ressourcen und nicht Defizite. Das motiviert auch die Mitarbeitenden.

>>3.

Nach plötzlichen Ereignissen wie Sturz, Schlaganfall oder Herzinfarkt wird besonders intensiv trainiert

MEHR ZUM THEMA

Videotipps

Beispiele: Pflegemodell und Patient:innenbeispiele der domino-coaching Stiftung – stationär und ambulant
<https://vinc.li/domino-coaching>

Veranstaltungstipp

Fachtagung in Berlin, 18. September:
 »Wind of Change« Rehabilitative Altenpflege im Fokus: Ein neues Bild vom Alter, ein radikal anderes Konzept von Pflege. Gegen die üblichen Klischees vom Altsein.
<https://vinc.li/domini-tagung>

