

Supplement D: Quantitative Datenanalyse: Item-Matrix der Barrieren und Förderfaktoren

Item	Mittelwert (n = Anzahl der Antworten)	SD	Median	Interpretation
Barrieren auf Seiten der Teilnehmenden:				
1. Die Teilnehmenden finden in ihrem Alltag keine Zeit für das regelmäßige Praktizieren der Achtsamkeitsübungen.	3.21 (n=42)	0.64	3.0	Klare Zustimmung
2. Der Dienstplan erschwert die regelmäßige Teilnahme an den Kurseinheiten (z.B. Schichtdienst).	3.14 (n=42)	0.89	3.0	Klare Zustimmung
3. Potenzielle Teilnehmende haben Bedenken, sich vor Kolleg*innen persönlich/verletzlich zu zeigen und damit angreifbar zu machen.	2.60 (n=40)	0.80	3.0	Tendenzielle Zustimmung
4. Die Teilnahme einer Führungskraft im Kurs hemmt einen offenen Austausch unter den Teilnehmenden.	2.82 (n=39)	0.96	3.0	Tendenzielle Zustimmung
5. Teilnehmende haben den Eindruck, durch Achtsamkeit noch „produktiver und effizienter“ werden zu müssen.	2.14 (n=43)	0.73	2.0	Überwiegende Ablehnung
6. Pflichtgefühl gegenüber Kolleg*innen und Patient*innen erschwert Freistellung innerhalb der Arbeitszeit.	3.0 (n=42)	0.87	3.0	Tendenzielle Zustimmung
7. Kraftlosigkeit/Erschöpfung erschwert Mitarbeitenden die Teilnahme.	2.93 (n=41)	0.92	3.0	Tendenzielle Zustimmung
8. Das Gefühl, dass die Verantwortung für Veränderungen beim System liegt und nicht beim Einzelnen.	3.02 (n=40)	0.79	3.0	Klare Zustimmung
9. Mitarbeitende nehmen Teilnahme an dem Kurs als überflüssig wahr, da sie z.B. eine „Meditations-App“ nutzen.	2.03 (n=34)	0.86	2.0	Überwiegende Ablehnung

10. Widerwille, Systemmängel durch eigene Anstrengung zu kompensieren.	2.44 (n=34)	0.88	2.0	Überwiegende Ablehnung
11. Skepsis, dass Achtsamkeit bei den wahrgenommenen Problemen hilfreich sein kann.	2.61 (n=41)	0.73	3.0	Tendenzielle Zustimmung
Barrieren auf Seiten der Institution				
12. Die Kurszeit lässt die Dienstplanung (also: typische Arbeitszeiten von verschiedenen Berufsgruppen) unberücksichtigt.	2.42 (n=38)	0.88	2.0	Überwiegende Ablehnung
13. Die Teilnahme an dem Kurs wird nicht bei der Einplanung der Teilnehmenden in den Dienstplan berücksichtigt.	2.33 (n=40)	0.98	2.0	Überwiegende Ablehnung
14. Die Kursteilnahme wird nicht als Arbeitszeit angerechnet.	2.45 (n=42)	1.16	2.0	Überwiegende Ablehnung
15. Personalmangel und/oder Krankenstand führen zu spontanen Dienstplanänderungen sowie Überstunden und erschweren so die regelmäßige Kursteilnahme.	2.91 (n=43)	0.91	3.0	Tendenzielle Zustimmung
16. Personalmangel und/oder Krankenstand verhindert Freistellung der Teilnehmenden.	3.08 (n=40)	0.79	3.0	Klare Zustimmung
17. Sorge seitens des Arbeitsgebers, der Kurs könnte „negative“ Auswirkungen für das Unternehmen haben (Kündigungen, Krankmeldungen, Reduktion der Arbeitszeit etc.).	1.63 (n=35)	0.83	1.0	Überwiegende Ablehnung
Förderfaktoren auf Seiten der Teilnehmenden				
18. Die Inhalte des Kurses greifen eigene Gesundheitsthemen auf (z.B. „Was bedeutet Gesundheit/Selbstfürsorge für mich?“).	3.81 (n=43)	0.39	4.0	Klare Zustimmung
19. Die Inhalte des Kurses sind für die eigene Arbeit in der Versorgung relevant (z.B. Verbesserung der Beziehungsgestaltung zu Patient*innen / Wie kann Wissen über Achtsamkeit an Patient*innen vermittelt werden?)	3.56 (n=43)	0.62	4.0	Klare Zustimmung

20. Erlernen eines hilfreichen Umgangs mit Stresssituationen.	3.78 (n=43)	0.29	4.0	Klare Zustimmung
21. Freundlichkeit sich und anderen gegenüber in herausfordernden Situationen bewahren zu können.	3.79 (n=42)	0.46	4.0	Klare Zustimmung
22. Das Erleben von Selbstwirksamkeit und eigenen Gestaltungsmöglichkeiten in stressigen Situationen.	3.76 (n=42)	0.48	4.0	Klare Zustimmung
23. Die Kursteilnahme unterstützt die Fähigkeit, sich um das eigene Wohl und das der anderen zu kümmern.	3.74 (n=42)	0.49	4.0	Klare Zustimmung
Förderfaktoren auf Seiten der Institution				
24. Empfehlung der Einrichtung, einen Achtsamkeitskurs zu besuchen.	2.86 (n=42)	0.83	3.0	Tendenzielle Zustimmung
25. Ermutigung zur Kursteilnahme durch Führungskräfte (z.B. Pflegedienstleitung, Stationsleitung, etc.).	2.86 (n=42)	0.89	3.0	Tendenzielle Zustimmung
26. Glaubhaftes Vorleben von Achtsamkeit seitens der Führungsebene.	1.95 (n=38)	0.83	2.0	Überwiegende Ablehnung
27. In der Institution gibt es einen geeigneten/schönen/ruhigen Raum, in dem der Kurs stattfinden kann.	2.75 (n=42)	1.09	2.5	Tendenzielle Zustimmung
28. Der Kurs wird innerhalb der Arbeitszeit angeboten.	2.62 (n=42)	1.19	2.5	Tendenzielle Zustimmung
29. Der Kurs wird außerhalb der Arbeitszeit angeboten und die Kursteilnahme wird als Arbeitszeit angerechnet (voll oder zumindest anteilig).	2.17 (n=42)	1.17	2.0	Überwiegende Ablehnung
30. Die Kursteilnahme wird als Teil der Aus-/Weiterbildung anerkannt (für Studierende / Auszubildende: die Teilnehmenden erhalten Creditpoints / der Kurs ist als Studien-/Ausbildungsleistung anrechenbar; für Ärzt*innen: die Teilnehmenden erhalten CME-Punkte)	2.12 (n=33)	1.27	1.0	Überwiegende Ablehnung