

Stuttgart, 11.05.2026

## **Stärkung der Resilienz: Simulationsspiel soll Pflegekräfte unterstützen**

**Mit der Präsentation des Simulationsspiels „Resilience Ridge“ fand das europäische Projekt „Simply4emotions“ seinen Abschluss. Es verfolgte das Ziel, Auszubildende und Fachkräfte im besseren Umgang mit Belastungen im beruflichen Alltag zu schulen. Mit dem Spiel wurden innovative Lernmethoden im Bereich der Pflege angewendet.**

Negative Gefühle wie Überlastung, Stress und emotionale Erschöpfung gehören für viele beruflich Pflegende zum Alltag. Vor dem Hintergrund der hohen Ausstiegsquote aus dem Beruf gewinnt deshalb die Frage an Bedeutung, wie Pflegekräfte langfristig psychisch gestärkt werden können. Insbesondere die Fähigkeit, das eigene Wohlbefinden wiederherzustellen (Resilienz), ist entscheidend. Wie diese trainiert werden kann, wurde im Projekt „Simply4emotions“, an dem das Bildungszentrum Wohlfahrtswerk von September 2023 bis Februar 2026 mitgearbeitet hat, untersucht. Das Projekt wurde von der EU kofinanziert.

### **In sicherem Raum trainieren**

Zur Förderung innovativer Lern- und Unterrichtspraktiken in der Pflege entstand das Spiel „Resilience Ridge“. Dabei üben die Spielenden im Rahmen einer simulierten Bergexpedition Teamarbeit, Problemlösung und Entscheidungsfähigkeit. Zentral ist dabei, dass das Spiel einen sicheren Raum bietet, um Verständnis für das Entstehen von Stress und für die Selbstregulierung im Rahmen emotional herausfordernder Szenarien zu gewinnen. Zentrale Fragestellungen – etwa welches Wissen in einer Problemsituation benötigt wird, wie die eigene Haltung zum Problem aussieht und welche Verhaltensstrategien geeignet sind – lassen sich gut auf den Berufsalltag beruflich Pflegender übertragen.

### **Kontakt**

Sonja John  
Leitung Unternehmenskommunikation  
Tel. 0711 / 619 26-104  
sonja.john@wohlfahrtswerk.de  
[www.wohlfahrtswerk.de](http://www.wohlfahrtswerk.de)

Das Bewusstsein für den eigenen Umgang mit Stress und geeigneten Strategien, diesen zu bewältigen, ist für beruflich Pflegende auf jeder Berufsstufe relevant und kann trainiert werden. „Fürsorge für sich selbst zu tragen, um so die Motivation für den Beruf aufrechtzuerhalten, ist eine Fähigkeit, die in Pflegeeinrichtungen überall gefragt ist. Mit jeder Pflegekraft, die geht, wird der Fachkräftemangel weiter verschärft“, kommentiert Projektleitung Ruth Dankbar vom Bildungszentrum Wohlfahrtswerk die Notwendigkeit, an der Resilienz der Mitarbeitenden in Pflegeeinrichtungen zu arbeiten.

### **Materialien sind kostenfrei verfügbar**

„Resilience Ridge“ richtet sich an Auszubildende und Fachkräfte in Pflege und Betreuung. Es kann gleichermaßen in Weiterbildungsprogrammen wie auch als präventive Maßnahme innerhalb einer Pflegeeinrichtung eingesetzt werden. Das Spiel steht im Internet in deutscher Sprache kostenfrei zum Abruf bereit: <https://simply4emotions.eu/>

Das Wohlfahrtswerk arbeitete bei Simply4emotions mit den folgenden Projektpartnern zusammen: der DHBW Stuttgart, den griechischen Instituten Challedu und Frodizo, dem italienischen Institut Ente Educazione Assistenza, der finnischen Turku University of Applied Sciences sowie der irischen Universität Galway.

### Bild:

Spielplan des Simulationsspiels „Resilience Ridge“ (Auszug); © Simply4emotions

### **Das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg**

Das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg ist eine Stiftung des bürgerlichen Rechts. Einrichtungen und Dienste an 19 Standorten bieten Betreuung bei Demenz, Hilfe nach Krankenhausaufenthalt, Alltagsbegleitung und Pflege – zu Hause, in der Tagesgruppe, im Seniorenwohnen, in der Kurzzeitpflege oder im Pflegeheim. Das eigene Bildungszentrum bietet ein breites Programm von Fort- und Weiterbildungen an sowie Berufsfachschulen für die Ausbildung in der Pflege und zur/m Servicehelfer\*in.

### **Kontakt**

Sonja John  
Leitung Unternehmenskommunikation  
Tel. 0711 / 619 26-104  
sonja.john@wohlfahrtswerk.de  
[www.wohlfahrtswerk.de](http://www.wohlfahrtswerk.de)