



## Arbeits- und Schulungsmaterialien zur Pflege-Charta für die Pflegepraxis

---

### ▶ Modul 3

#### Umsetzung der Pflege-Charta

##### Einsatzfelder und Instrumente/Methoden

### ▶ Begleitbogen 7

Hinweise und Anregungen „Sensibilisierungstraining/Selbsterfahrung“

#### Kurzbeschreibung der Methode

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erleben körperliche Hilfestellung und Pflegehandlungen selbst durch Rollenwechsel im Rahmen von Workshops oder praxisbegleitenden Fortbildungen.

#### Zeitaufwand

1 Fortbildungstag + Vorbereitung + Auswertung

Alternativ: 1 Stunde pro Woche für 5 Wochen (praxisbegleitend) + Vorbereitung + Auswertung

#### Ziele

- ▶ Erhöhte Achtsamkeit der Pflegekräfte für Wahrnehmungen und Bedürfnisse aus der Perspektive des auf Hilfe angewiesenen Menschen.
- ▶ Erarbeiten von Handlungsalternativen.

#### Tipps und Hinweise für die Durchführung

- ▶ Die Selbsterfahrung sollte im Rahmen eines eintägigen Workshops (max. 14 Personen) jährlich stattfinden und kontinuierlicher Bestandteil von Fortbildungsplänen sein. (Alternativ: praxisbegleitend 1 Stunde alle 2 Wochen, mindestens 3 Mal, vgl. i-Punkt).
- ▶ Die Durchführung kann auch im Rahmen von Fortbildungsangeboten zur Basalen Stimulation erfolgen.
- ▶ Für die Durchführung des Workshops sollte eine Person eingesetzt werden, die über Wissen und Erfahrung über bzw. mit dieser Methode verfügt (dies kann z. B. eine Lehrperson für Basale Stimulation sein). Sollte sich innerhalb der Einrichtung keine geeignete Person für die Kursleitung finden, könnte eine externe Person engagiert werden. Es bietet sich aber an, eine Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter für diese Maßnahme extern zu schulen.
- ▶ In jedem Fall sollte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern plausibel dargelegt werden, welchen Sinn und welches Ziel die Methodik haben.
- ▶ Die Angebote zur Selbsterfahrung sollen so realitätsnah wie möglich – und dabei ethisch vertretbar – sein. Sollten Bedenken seitens einzelner Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu einer Übung geäußert werden, muss dies akzeptiert werden. Ggf. können alternative Übungen diskutiert werden.

- ▶ Ausdrücklich gewünscht sind Vorschläge der Teilnehmerinnen und Teilnehmer für Übungen zur Selbsterfahrung. Diese sollten auch spontan angewendet werden.
- ▶ Nach jeder Übung sollte eine kurze moderierte Reflexion stattfinden.  
(Wie wurde die Situation erlebt? Was war gut, was war nicht gut? Welche Handlungsalternativen gibt es?)
- ▶ Im Anschluss an die Angebote zur Selbsterfahrung bzw. am Ende des Workshops müssen ein Erfahrungsaustausch und eine gemeinsame Auswertung stattfinden.
- ▶ Der Bogen zur Auswertung des Workshops sollte direkt eingesetzt werden, um Hinweise zur Verbesserung und Weiterentwicklung des Selbsterfahrungskurses aufzunehmen.
- ▶ Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten nach etwa 3 Monaten einen Bogen zur Selbstreflexion erhalten. Dieser sollte dazu dienen, a) die Wirksamkeit des Kurses zu überprüfen und b) die Erkenntnisse und Erlebnisse des Kurses beim Einzelnen aufzufrischen.

### Praktische Beispiele für Angebote der Selbsterfahrung

- ▶ Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Workshops werden gebeten, sich auf eine Decke/Matte zu legen und ihre Position nicht zu verändern. Die Augen können geöffnet bleiben. Die Lehrperson verlässt den Raum ohne Erläuterung. Nach wenigen Minuten betritt sie den Raum ohne anzuklopfen, spricht laut und agiert schnell.
- ▶ Die Lehrperson geht auf eine liegende Teilnehmerin oder einen liegenden Teilnehmer zu, spricht die Person kurz freundlich an und
  - ▶ führt dann einen Lagerungswechsel durch. Die Person wird aufgefordert, inaktiv zu bleiben. Zum Schluss wird der Person über den Kopf und eine Wange gestrichen.
  - ▶ verhilft der passiv bleibenden Person in einen Rollstuhl, fährt sie an einen Tisch und stellt ein Tablett mit Frühstück vor sie. Sodann kann eine starke Seheinschränkung (Brille), Höreinschränkung (Kopfhörer), Sensibilitätseinschränkung (dünne Handschuhe) oder Halbseitenlähmung (nur ein Arm wird für die Essenzubereitung verwendet) simuliert werden. Die Person erhält nun Unterstützung bei der Zubereitung und Aufnahme des Frühstücks.
  - ▶ reicht ihr ein Getränk im Schnabelbecher.
  - ▶ reicht Essen in verschiedenen Körperpositionen (im Sitzen, im Liegen auf dem Rücken, im Liegen auf der Seite).
  - ▶ führt eine Mundpflege durch bzw. putzt die Zähne.
  - ▶ legt eine Inkontinenzhose an.
- ▶ Die Lehrperson bittet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sich auf den Boden zu legen und die Augen zu schließen. Sie initiiert dann eine pflegetypische Geräuschkulisse (z. B. klapperndes Geschirr, lautes schnelles Gehen, Fenster und Türen öffnen und schließen, Telefonklingeln, Verbandmaterial vorbereiten).
- ▶ Alternativ stellt sie für einige Minuten Musik an, die voraussichtlich nicht dem Geschmack der meisten Teilnehmerinnen und Teilnehmer entspricht.

### i-Punkt

- ▶ Es besteht auch die Möglichkeit, den Workshop praxisbegleitend (im Arbeitsfeld, möglichst in einem derzeit ungenutzten Bewohner-/Patientenzimmer) von zwei examinierten Pflegekräften (ggf. einer oder einem Auszubildenden) vorbereiten und durchführen zu lassen. Die kursleitenden Pflegekräfte bereiten die Übungen im Praxisfeld selbst vor und können sich Unterstützung bei der oder dem Qualitätsbeauftragten, der Schule oder der Hausleitung einholen. Für den Kurs wird in einem Zeitraum von 6 Wochen alle 2 Wochen 1 Stunde Workshop angesetzt (mindestens 3 Mal). Die Teilnahme an dem Kurs sollte verpflichtend für alle am Kurstag diensthabenden Teammitglieder sein. Der Kurs sollte für alle weiteren Interessierten offen stehen.

- ▶ Sollten alle Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer einverstanden sein, kann eine Fotodokumentation den Austausch über die Erfahrungen auch nach dem Kurs anregen und das Interesse bei weiteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern wecken, sich ebenfalls an dieser Maßnahme zu beteiligen.
- ▶ Auch hierbei bietet sich eine Berichterstattung in hauseigenen Medien an!

## Literatur

Kersting, Karin (2011). „Coolout“ in der Pflege. Mabuse-Verlag Wissenschaft.

Oelke, Uta (2000). Tabuthemen als Gegenstand szenischen Lernens in der Pflege: Theorie und Praxis eines neuen pflegedidaktischen Ansatzes. Verlag Hans Huber.

Rabe, Marianne (2009). Ethik in der Pflegeausbildung. Beiträge zur Theorie und Didaktik. Verlag Hans Huber, S. 210 ff.

Ringel, D. (2011). Ekel in der Pflege – eine „gewaltige“ Emotion. Mabuse-Verlag Wissenschaft.

## Vorschlag für einen Ablaufplan eines eintägigen Seminars „Pflege erleben“

Zeit	Inhalt	Tipp
9.00 Uhr	Begrüßung	
9.05 Uhr	Kurze Vorstellungsrunde	Strukturieren Sie die Beiträge durch Satzanfänge an Flip-Chart oder Tafelbild: Ich heiße ...; Ich arbeite ...; Ich bin heute hier, um ...
9.20 Uhr	Ablaufplan abstimmen, Ziele erläutern	Machen Sie deutlich, dass der Tag ein Gewinn sein wird, z. B.: „Wir werden den Tag nutzen, um die Perspektive zu wechseln und sensibler für Pflegebedürftige und Patientinnen und Patienten zu werden. Wir werden eine Menge über uns und über andere lernen und dabei auch Spaß haben.“ Erläutern Sie, dass der persönliche Gewinn für jede Einzelne und jeden Einzelnen umso höher wird, je mehr die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sich auf den Rollenwechsel einlassen.
9.30 Uhr	Szenisches Anspiel der Kursleitung	Stellen Sie eine (oder zwei) Szene(n) aus dem Pflegealltag dar, die zur Diskussion anregt, z. B. eine Bewohnerin möchte nicht essen, die Pflegekraft versucht sie zu überreden und drängt ihr das Essen in den Mund.
9.40 Uhr	Auswertung/Fragen an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer	Fragen Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach ihren Eindrücken zu der Szene. Ist sie realistisch oder nicht? Welche Handlungsalternativen gibt es? Soll die Kursleitung weitere Szenen auf Vorschlag der Teilnehmerinnen und Teilnehmer spielen?
10.00 Uhr	Einführung zum Rollenwechsel und den Übungen	Leiten Sie zu den praktischen Übungen über. Erklären Sie welche Übungen Sie geplant haben.
10.10 Uhr	Erster Rollenwechsel der Teilnehmerinnen und Teilnehmer	Führen Sie die von Ihnen geplanten Übungen durch bzw. leiten Sie dazu an.

<b>Zeit</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Tipp</b>
10.30 Uhr	Auswertung	Fragen Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Einzelnen nach ihren ganz konkreten Erfahrungen und Gefühlen. Überlegen Sie ggf. in der Gruppe Handlungsalternativen.  (Die Übungen und Auswertungen können auch ineinander fließen).
10.45 Uhr	Pause	
11.00 Uhr	Rollenwechsel der Teilnehmerinnen und Teilnehmer	Sie können nun weitere geplante Übungen durchführen oder die Teilnehmerinnen und Teilnehmer um Vorschläge für Übungen bitten.
11.30 Uhr	Auswertung	Fragen Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wieder im Einzelnen nach ihren ganz konkreten Erfahrungen und Gefühlen. Überlegen Sie ggf. in der Gruppe Handlungsalternativen.
11.45 Uhr	Film	Leiten Sie nun zu einer Filmsequenz über. Tipps dazu bietet Modul 2.
13.15 Uhr	Mittagspause	
14.00 Uhr	Auswertung/ Diskussion des Films	Machen Sie deutlich, warum Sie den Film gezeigt haben. Fragen Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wie ihnen der Film gefallen hat: Was war gut dargestellt? Was war nicht gut? Was löst der Film bei ihnen aus, was kann er bewirken? (Tipps Modul 2, Arbeitsbogen 1)
14.30 Uhr	Werkstatt „Brieftaube“	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden gebeten, sich eine halbe Stunde Zeit zu nehmen, um einen (anonymen) möglichst persönlichen Brief an eine von ihnen auszuwählende pflegebedürftige/ kranke Person zu schreiben. Der Name der Person soll unerkannt bleiben, der Brief nicht versendet werden.  Helfen Sie den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ggf. beim Einstieg!  Lassen Sie alle Formen des Schreibens gelten, aber drängen Sie darauf, dass jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer etwas Persönliches schreibt, das mit eigenen Gefühlen zu tun hat.  Sammeln Sie die Briefe ein und hängen Sie die Briefe z. B. an einer Metaplanwand aus.  Lassen Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Briefe in Ruhe ansehen und auf sich wirken.  Entscheiden Sie gemeinsam, ob die Briefe für eine kleine Ausstellung innerhalb der Organisation geeignet sind.
15.30 Uhr	Ausklang	Fassen Sie die Inhalte des Tages zusammen. Bitten Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, in einer kurzen Abschlussrunde zu sagen, welche Erfahrungen und Erkenntnisse sie an diesem Tag für sich und für ihre Arbeit gewonnen haben.  Bedanken Sie sich und verabschieden sich möglichst von jeder und von jedem Einzelnen.