

REIHE LERNBUCH



Stephan Kostrzewa

Lernbuch Lebensende

Ein Lese-, Lern- und Arbeitsbuch für Ausbildung und Selbststudium



Altenpflege
Vorsprung durch Wissen

REIHE LERNBUCH



VINCENTZ

Stephan Kostrzewa

Lernbuch Lebensende

Ein Lese-, Lern- und Arbeitsbuch für Ausbildung und Selbststudium



Altenpflege
Vorsprung durch Wissen

Buchinfo

Auch wenn das Sterben von Bewohnern zum Alltag in der Pflege gehört, wird es niemals alltäglich. Es gibt nicht die eine richtige Begleitung. Jeder Mensch stirbt anders, hat individuelle Bedürfnisse und geht seinen eigenen Weg. Wichtige Fähigkeiten sind daher:

- die Bedürfnisse des zu Pflegenden zu erkennen,
- ein passendes Angebot auszuhandeln,
- die wesentlichen Akteure effektiv zusammenzubringen,
- sich selbst dabei nicht aus dem Blick zu verlieren.

Dieses Buch beschreibt den Weg, wie Pflegekräfte sich diesen Herausforderungen stellen können, und zeigt verschiedene Möglichkeiten, die eigenen Fähigkeiten zu erkennen und zu erweitern.

Zahlreiche Übungen, die Bezugnahme auf Lernfelder aus dem Curriculum sowie beispielsweise die Lesetipps machen das Lernbuch nicht nur für Auszubildende zu einem spannenden Arbeitsinstrument. Sie können dieses Buch im Unterricht nutzen, aber auch zum Nachschlagen, Vertiefen und Aktualisieren.

Über den Autoren



Stephan Kostrzewa (geb. 1966 in Duisburg) ist examinierter Altenpfleger und Diplom Sozialwissenschaftler (Soziologie/Psychologie/Thanatologie) und wohnt in Mülheim an der Ruhr.

Er hat mehrjährige Berufserfahrungen in der ambulanten und stationären

Altenpflege und in der ambulanten und stationären Hospizarbeit. Zudem hat er 12 Jahre am Fachseminar für Altenpflege unterrichtet.

Zurzeit ist er freiberuflich tätig in der Fort- und Weiterbildung von Pflegefachkräften, Therapeuten und Ärzten bei verschiedenen Bildungsträgern. Er begleitet Projekte der „Hospizlichen Altenpflege“, in denen das Hospizkonzept in die stationäre Altenarbeit übertragen wird. Seine Themenschwerpunkte sind Hospizarbeit, Palliativversorgung in der stationären Altenpflege und die Palliativversorgung von Menschen mit Demenz.

Er ist Chefredakteur des Fachinformationsdienstes „palliativpflege heute“ und Studienleiter des Fernlehrgangs zum Palliativbeauftragten in der stationären Altenhilfe.

Als Fachbuchautor widmet er sich insbesondere der Palliativversorgung in der Altenpflege und in der Arbeit mit Menschen mit geistiger Behinderung.

Stephan Kostrzewa

Lernbuch - Lebensende

Ein Lese-, Lern- und Arbeitsbuch für Ausbildung und Selbststudium

Widmung:

Dieses Buch konnte nur entstehen, weil mir viel Hilfe beim Denken zuteilwurde. Insbesondere halfen mir hierbei:

Alice, Leander, Tomek, Paulina, Barbara, Teddy, Paul, Erwin und Hugo.

Anstelle eines Vorworts

„Ja wat denn nu – kurativ oder palliativ?“

Anstelle eines trockenen Vorwortes – was in der Regel sowieso keiner liest – möchte ich von einer Übung aus einer Schulung zur Palliativversorgung berichten. Hier stelle ich zu Beginn der Schulung den TeilnehmerInnen immer eine Frage:

Ab wann erhält bei Ihnen in der Einrichtung ein Patient/Bewohner eine Palliativversorgung?

Die Frage soll dann erst einmal als Paarübung (Methode: Murmelgruppe) oder in der Gruppe diskutiert werden. Nach ca. 10 Minuten werden dann die verschiedenen Antworten auf einen Flipchartbogen notiert. Folgende Punkte werden von den TeilnehmerInnen u. a. immer wieder genannt:

- Wenn der Arzt es festlegt.
- Wenn der Patient/Bewohner schulmedizinisch austherapiert ist.
- Wenn wir merken, dass der Patient/Bewohner nicht mehr leben möchte.
- Wenn der Betroffene immer schwächer wird.
- Wenn es absehbar ist, dass der zu Pflegende bald sterben wird.
- Wenn der Patient/Bewohner es sagt, dass er bald stirbt.
- Wenn die Angehörigen uns darauf hinweisen.
- Wenn der Patient/Bewohner eine eindeutige zum Tode führende Diagnose erhält.

Alle diese Antworten machen deutlich, dass die Palliativversorgung irgendetwas mit dem unmittelbaren Lebensende zu tun hat. Die lindernde Pflege (Palliative Pflege) scheint sich vom Ende des Lebens her zu definieren. Dabei scheint es einen Tag X zu geben, der den Mitarbeitern signalisiert: „Jetzt müssen wir umdenken und unsere Ziele neu formulieren.“

Wenn man dann aber genau hinschaut, wann dieser Zeitpunkt ist, ab dem der „Hebel“ von kurativ (heilend) auf palliativ (lindernd) umgelegt wird, ist anhand der Antworten eine relative Unsicherheit zu merken.

An dieser Stelle interveniere ich dann, indem ich den TeilnehmerInnen aufzeige, wie Palliativversorgung (eng. Palliative Care) durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert wird:

Gemäß der Definitionen der WHO ist Palliative Care das Lindern eines weit fortgeschrittenen, unheilbaren Leidens mit begrenzter Lebenserwartung durch ein multiprofessionelles Team, mit dem Ziel einer hohen Lebensqualität für den Patienten und seine Angehörigen

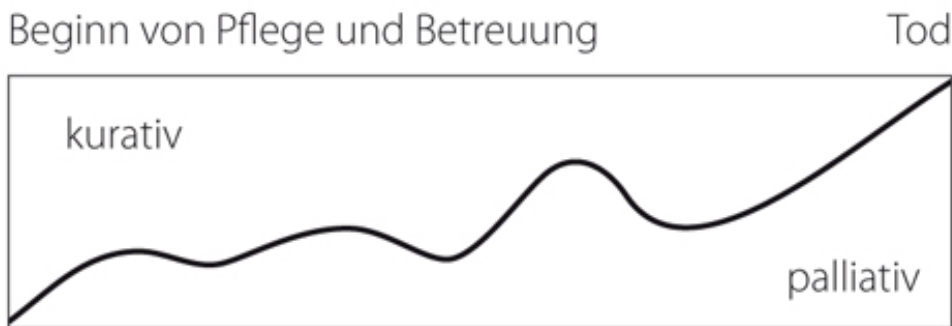
Was bei dieser Definition auffällt ist, dass hier nicht vom Sterben gesprochen wird. Zwar wird auf ein „weit fortgeschrittenes, unheilbares Leiden“ verwiesen und auch eine „begrenzte Lebenserwartung“ genannt, aber es geht nicht um ein unmittelbares Sterben. Aus diesem Grund kann

Palliativversorgung oder Palliative Care nicht direkt mit Sterbebegleitung übersetzt werden.

Spätestens an dieser Stelle weisen Teilnehmer der stationären Altenpflege auf den Sachverhalt hin, dass dann ja, im Sinne der WHO-Definition, jeder Bewohner ein „Palliativbewohner“ sei. Und das ist genau richtig!

Insbesondere in der stationären Altenpflege, aber auch häufig im ambulanten Pflegebereich, haben wir es mit Patienten und Bewohnern zu tun, die einen mehr oder weniger großen Palliativbedarf haben.

Das bedeutet, der palliative und der kurative Ansatz schließen sich nicht gegenseitig aus. Sie können beide nebeneinander bestehen und sich ergänzen, wie die nebenstehende Grafik zeigen soll:



Die Linie zwischen der kurativen und palliativen Ausrichtung ist aus zwei Gründen gewellt:

1. Der letzte Lebensabschnitt verläuft nicht gradlinig und ist nicht deutlich absehbar.
2. Das begleitende Team muss immer wieder aushandeln, welcher Ansatz für den Betroffenen in der vorliegenden Situation der bessere ist. Oder anders formuliert: „Wie

viel kurativ muss es sein und wie viel palliativ darf es sein?“

Wie Sie nun das „beste Programm“ für Ihre zu Pflegenden mit Palliativbedarf und deren Angehörige „aushandeln“ können, das zeigt Ihnen das vorliegende Lernbuch – Lebensende.

Im vorliegenden Buch wird es darum gehen:

- Den Palliativbedarf bei Ihren zu Pflegenden zu erkennen
- Ein passendes Angebot auszuhandeln
- Die wesentlichen Akteure effektiv zusammenzubringen
- Und dabei nicht die Helfer aus dem Blick zu verlieren

Für diese lohnenswerte Aufgabe wünsche ich Ihnen ein gutes Gelingen, einen langen Atem und viele interessierte Mitstreiter. Ihnen muss klar sein, dass Palliative Care nur in Teamarbeit funktionieren kann. Hierzu ist es dann aber auch wichtig, die eigenen Grenzen und Unsicherheiten zu erkennen und diese dann auch im Team auszusprechen. Nutzen Sie daher neben dem Lernbuch – Lebensende, auch die Erfahrungen Ihrer Kollegen und Vorgesetzten. Diskutieren Sie Inhalte, die Sie im Lernbuch – Lebensende finden, mit Ihrem Team. Auf diese Weise entsteht eine palliative Kommunikationskultur.

Stephan Kostrzewa

Einleitung

Warum dieses Lernbuch - Lebensende für Pflegeberufe?

In den letzten Jahrzehnten hat sich viel im Medizin- und Pflegesektor bewegt. Nach den Jahrzehnten der Hightech-Medizin wendet die moderne Gesellschaft sich zunehmend wieder den menschlichen Aspekten im Gesundheitswesen zu.

Nachdem der Mensch als Patient in früheren Jahrzehnten medizinisch in seine Einzelteile zerlegt wurde, bis er als Mensch unkenntlich war, setzen wir ihn nun endlich wieder zusammen und betrachten ihn zunehmend ganzheitlich. Zu dieser Ganzheit gehört auch, dass der mündige Patient/Bewohner zunehmend die Regie über seinen Betreuungs- und Pflegeprozess erhält. Diese Ausrichtung macht auch vor dem Lebensende nicht halt.

Eine wesentliche Einflussgröße bei dieser Entwicklung war und ist die Hospizbewegung und Palliative Care. Beide sehen den Betroffenen zusammen mit seinen Angehörigen als „Mitgestalter“ eines umfangreichen Versorgungskonzepts. Genau hierin liegt die große Innovation für den Gesundheitsbereich.

Merke: Nicht Theorien und Modelle schreiben dem Betroffenen vor, wie er altern, krank sein und dann auch sterben soll, sondern die Betroffenen schreiben ihr Regiebuch für diese existenziellen Lebensabschnitte selbst.

GEDANKENÜBUNG

Können Sie sich beim Tanzen führen lassen?

Sollten Sie es nicht wissen – probieren Sie es aus. Fällt es Ihnen leicht, jemand anderem die Führung beim Tanzen zu überlassen, sodass Sie sich in Richtungen bewegen müssen, die ein anderer für Sie mitgeplant hat? Gefallen Ihnen die Drehungen, die Rückwärtsbewegungen und die Figuren, die Sie in der gemeinsamen Bewegung ausführen?

Wenn Sie das alles mit „Ja“ beantworten können, sind Sie gut geeignet für die Palliativversorgung und Sterbebegleitung! Warum? Wenn Sie einem Patienten/Bewohner die Regie überlassen, begleiten Sie ihn auf seinem Weg. Dabei kann es auch einmal sein, dass Sie Wege gehen müssen, die Ihnen vielleicht nicht in den Kram passen – so ist das (nicht nur beim Tanzen).

Für wen ist das Lernbuch - Lebensende gemacht?

Zuerst einmal richtet sich das vorliegende Buch an Auszubildende der Altenpflege. Auch Auszubildende der Gesundheits- und Krankenpflege sowie auch Auszubildende der Heilerziehungspflege werden mit diesem Buch gut arbeiten können. Genau hierin liegt nämlich die Stärke des Palliativansatzes. Er ist sehr variabel, denn wir können fragen: Wer soll denn eine Palliativversorgung erhalten?

Antwort: Alle, die es brauchen!

Hierin liegt das verbindende Element zwischen den einzelnen Pflegebereichen. Nicht der Ort, an dem jemand seinen letzten Lebensabschnitt lebt, bestimmt das

„Programm“, sondern der Bedarf, den diese Person hat. Daher lässt sich Palliative Care im Krankenhaus, im Altenpflegeheim, Zuhause oder in einer Wohnstätte für Menschen mit Behinderung leben. Die Ausrichtung und Leitlinien einer guten Palliativversorgung sind dabei die gleichen.

Auszubildende können das Lernbuch - Lebensende im Selbststudium oder als Unterrichtsmaterial nutzen. Hier spricht es gleichzeitig Dozenten an, die an entsprechenden Fachschulen Inhalte der Palliativversorgung unterrichten möchten. Das vorliegende Material ist so aufbereitet, dass es für den Frontalunterricht, in Gruppenarbeit, für Planspiele oder auch für das Problemorientierte Lernen (POL) genutzt werden kann.

Ebenfalls sollen mit dem vorliegenden Buch Praxisanleiter angesprochen werden, die ihrerseits den Schüler/Praktikanten kompetent vorbereiten und begleiten möchten. Zudem soll das vorliegende Material ermutigen, dass Praxisanleiter klare Anforderungen an die Theorieausbildung an den Fachschulen formulieren können. Denn immerhin werden hier ihre zukünftigen Kollegen ausgebildet.

Alle Mitarbeiter der verschiedenen Pflegeberufe, die in ihrer Ausbildung keine oder nur unzureichende Inhalte zur Palliativversorgung erhalten haben (auch der Autor gehört dazu), sollen das Lernbuch-Lebensende als eine Einstiegsmöglichkeit zum Selbststudium sehen (deswegen Lernbuch, also ein Buch zum Lernen - kein Lehrbuch, was

oberlehrerhaft klingt) und nutzen. Übungen, Fallbeispiele und konkrete Anleitungen zeigen Ihnen praxiserprobte Möglichkeiten, wie Sie sich selbst einen Grundstock an Wissen und Fertigkeiten für die Palliativversorgung aneignen können.

Wie ist das Buch zu nutzen?

Blättern Sie das Buch doch einfach mal durch. Schauen Sie in das Inhaltsverzeichnis. Betrachten Sie die Abbildungen und führen Sie doch einfach mal spontan eine der aufgeführten Übungen durch. Beginnen Sie mit dem Kapitel, das Sie am meisten anspricht. Die einzelnen Kapitel sind in sich abgeschlossen, und gleichzeitig verweisen sie aufeinander. Auf diese Weise können Sie sich nach Ihrem Interesse vorarbeiten. Selbstverständlich dürfen Sie auch vorne beginnen und mit dem Schluss enden (mache ich auch immer so – zumindest meistens).

Was bedeuten die einzelnen Level und was zum Teufel ist LF+ Zahlensalat?

Manche Leser möchten sich „nur“ einen Grundstock an Wissen aneignen (Level 1). Andere möchten hingegen lieber tiefer mithilfe von Übungen einsteigen (Level 2) und wiederum andere wollen das Gelernte sogar umsetzen, vermitteln und anwenden (Level 3).

(Lassen Sie sich nicht durch das Kürzel LF + Zahlenkombination irritieren - es steht für Lernfeld.

Dozenten von Fachschulen für Altenpflege müssen ihren Unterricht an einem Curriculum orientieren. Dieses ist in der Alten-, Gesundheits- und Krankenpflege nach sogenannten Lernfeldern (früher sagte man dazu Fächer) aufgebaut. Zu

Beginn der jeweiligen Kapitel werde ich entsprechend immer wieder auf diese Lernfelder verweisen, was die Nicht-Dozenten-Leser einfach übersehen dürfen.)

Tipps für Leseratten

„Schocke deine Eltern – lies ein Buch!“ Diesen Slogan einer großen Buchhandlungskette möchte ich gerne zum Anlass nehmen und an entsprechender Stelle auf interessante und lesenswerte Vertiefungsliteratur verweisen. Diese Literaturtipps sind für das Verständnis des vorliegenden Buches nicht notwendig, sie können aber „tierisch gute Horizonte“ erweitern helfen.

Bei inhaltlichen Fragen zu diesem Buch können Sie sich gern per E-Mail direkt an den Autor wenden!

Kapitel 1

Sterben tun immer nur die Anderen - ist das so?

(Über den eigenen Umgang mit der Endlichkeit)

LF 1.3.11, LF 4.3, LF 4.4



Ich beobachte vom Fenster aus mehrere Vorschulkinder, die bei uns in der Siedlung Cowboy und Indianer spielen. Ein wildes Schießen geht hin und her. Immer wieder fällt eines der Kinder theatralisch um und bleibt eine kurze Zeit liegen. Dann steht es wieder auf und spielt weiter. Das interessiert mich. Ich gehe zu den Kindern und frage sie, was sie da tun, nachdem sie erschossen wurden. Eines der Kinder schildert: „Wenn ich tot bin, muss ich bis zehn zählen, dann lebe ich wieder und kann weiter spielen“. So einfach ist das. Diese kleine Spielszene macht klar, dass ein Verständnis vom Sterben und vom Tod nicht von Anfang an vorhanden

ist. Kinder lernen in einer bestimmten Altersphase, was diese Begriffe bedeuten. Das so genannte „reife Todeskonzept“ entwickelt sich also. Da Kinder sehr unterschiedlich sind in ihrem Entwicklungsgrad, kann man davon ausgehen, dass ungefähr zwischen dem 6. und 10. Lebensjahr die Vorstellung wächst, was mit dem Sterben und dem Tod gemeint ist (vgl. Wittkowski 1990, 51 ff.).

Das reife Todeskonzept

Das reife Todeskonzept umfasst folgende Eckpunkte:

- **Kausalität:** Hiermit ist das Wissen um biologische Ursachen für den Tod, z. B. das Alter oder Krankheiten, gemeint.
- **Nonfunktionalität:** Dieses Merkmal bezeichnet die Tatsache, dass alle lebenswichtigen Funktionen des Körpers mit dem Tod enden. Anders allerdings, als im Western oder einem Krimi, geschieht dieses nicht in 2-3 Sekunden, sondern über mehrere Minuten.
- **Irreversibilität:** Diese Tatsache bezeichnet die Unumkehrbarkeit des Todes. Ausgenommen sind hier so genannte Nahtoderfahrungen, bei denen Menschen erfolgreich reanimiert worden sind.
- **Universalität:** Dieses Merkmal hat gewiss die größte Bedeutung für den denkenden Menschen, denn mit der Universalität weiß er, dass alle Lebewesen sterben müssen, also auch derjenige, der um diese Tatsache weiß.

Genau in diesen vier Merkmalen liegt die eigentlich „erschütternde“ Erkenntnis des Menschen. Er weiß, dass er diesen Tatsachen nicht entfliehen kann. Jedes Leben ist dem Tod geschuldet, auch das eigene.

Zu fragen bleibt auch, ob nicht gar das ganze Leben eine Vorbereitung auf das Sterben ist? Und zu fragen bleibt auch, wie wir auf diese Tatsache durch Eltern, Schule und das gesamte Leben vorbereitet werden? Kann man so etwas überhaupt vorbereiten?

Übung

Vielleicht können Sie sich noch daran erinnern, dass ein Spielzeug, das Ihnen damals, als Sie noch Kind waren, sehr ans Herz gewachsen war, plötzlich kaputt war.

Wissen Sie noch, was Sie in der Situation empfunden haben?

Wissen Sie noch, wie Ihre Eltern oder Geschwister sich verhalten haben?

Wie sind Sie mit dem Verlust umgegangen und was haben Ihre Eltern getan, um die Situation zu „retten“?

Suchen Sie sich eine Person Ihres Vertrauens und tauschen Sie sich über diese Erfahrung aus.

Die kleinen Tode im Alltag

Die vorhergehende kleine Übung soll Ihnen veranschaulichen, dass es schon zu Lebzeiten kleine „Tode“ im Alltag gibt. Immer, wenn wir uns von etwas Unwiederbringlichem verabschieden müssen, erleben wir einen kleinen Tod. Damit nun Kinder die ganze Härte dieser

Realität nicht erleben müssen, veranstalten wir Eltern im Alltag immer wieder „wundersame Wiedergeburten“:

- Ist die Puppe kaputt, wird eine neue im Spielwarenladen gekauft.
- Verstirbt das liebgewonnene Haustier, wird im Zoogeschäft ein neues gekauft.
- Verstirbt die eigene Oma...?

Untersuchungen zum eigenen Umgang mit dem Sterben zeigen deutlich auf, dass, wenn es uns gelingt im Alltag gut mit Verlusten umzugehen, es uns auch gut gelingen wird, mit dem eigenen Sterben umzugehen. Oder anders formuliert: Sterben ist im Alltag lernbar!

Übung

Level 1

Denken Sie an die letzten Urlaubsbekanntschaften oder an Ihre letzte Abschlussklasse. Wie haben Sie sich verabschiedet? Was haben Sie sich nicht alles vorgenommen? Haben Sie das alles auch dann genau so umgesetzt? Warum gestalten wir diese Abschiede nicht als endgültige?

Auch Profis haben Ängste und Befürchtungen

Auf Seiten von professionellen Helfern in der Pflege und Betreuung liegen ebenfalls Ängste und Befürchtungen vor, wenn es um das weite Feld von Sterben und Tod geht. Erhebungen bei Pflegefachkräften bezüglich deren Ängste zu Sterben und Tod haben klar ergeben:

- Umso häufiger Sterbebegleitung praktiziert wird, umso routinierter werden Mitarbeiter, aber
- umso größer wird auch die Angst vor der privaten Erfahrung mit Sterben und Tod (z. B. bei den eigenen Eltern, dem Partner).

Auch können verschiedene Angstfelder aufgezeigt werden. Hiermit sind Themen gemeint, die dadurch aktiviert werden, dass Mitarbeiter z. B. in der Pflege Erfahrungen machen mit Sterbenden und Verstorbenen. Durch das Miterleben von Sterben und Tod, z. B. im Krankenhaus oder im Pflegeheim, werden Mitarbeiter immer wieder an diese „Leichen im Keller“ erinnert. Diese Angstfelder können stark variieren und unterschiedlich ausgeprägt sein bei dem jeweiligen Mitarbeiter.

	Sterben	Tod
ICH	Angst: <ul style="list-style-type: none"> • Vor dem eigenen Sterben • Vor dem eigenen Leiden (z.B. Schmerzen) • Vor der Abhängigkeit 	Angst: <ul style="list-style-type: none"> • Vor der Auflösung des Körpers • Vor dem Danach • Strafe im Jenseits • Vor der Aufgabe wichtiger Ziele und Vorhaben • Vor den Folgen für die Angehörigen

	<ul style="list-style-type: none"> • Vor Würdeverlust • Vor der Einsamkeit 	
DU	<p>Angst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Im Angesicht der Hilflosigkeit fremden Leidens 	<p>Angst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vor Toten, vor der Leiche • Vor dem Tod wichtiger Bezugspersonen (z.B. eigene Eltern, Partner, Kinder)

Übung

Level 1

Na, wo liegen Ihre „Angstpotenziale“?

Die direkte Begegnung mit dem Sterben

Insbesondere die direkte Konfrontation mit dem Sterben ist eine sehr prägende Begegnung. Noch Jahre später können sich Hinterbliebene an Einzelheiten erinnern, die im Zusammenhang mit dieser Situation standen. Auch Schüler und Praktikanten der jeweiligen Pflegeberufe können sich meist noch gut an „ihren“ ersten Sterbenden oder Verstorbenen erinnern. Hier sind es besonders die Umstände und der Umgang mit dem Verstorbenen, die dem

Neuling in Erinnerung geblieben sind. Eine Teilnehmerin aus einer Fortbildung hat diese Situation wie folgt beschrieben:

„Das war noch in der Ausbildung. Ich bin dann also in das Zimmer morgens rein – so wie jeden Morgen. Keiner hat mir vorher was gesagt. Ich dann so fröhlich rein, wie ich das immer mache – ein freundliches: Guten Morgen – aber keine Antwort. Ich hab schon gemerkt, dass da irgendetwas nicht stimmte. Irgendwie war das anders als sonst. Als ich dann am Bett stand, habe ich gemerkt, dass die Patientin tot war. Sofort habe ich aber auch gesehen, dass sie schon fertig gemacht war, da sie ein zusammengerolltes Handtuch unter dem Kinn liegen hatte. Alle persönlichen Dinge waren auch schon aus dem Zimmer geräumt. Noch gut kann ich mich daran erinnern, dass ich das geblümete Nachthemd total unpassend fand – sah irgendwie doof aus. Kurz nach mir kamen dann zwei meiner Kolleginnen rein. Die meinten dann: So, jetzt hast du deinen ersten Toten. Jetzt gehörst du mit zum Verein.

Das war alles. Im Nachhinein habe ich erfahren, dass die das immer mit Auszubildenden so machen. Es soll so eine Art Abschreckung oder Mutprobe sein. Ich fand es bescheuert. Hat mich auch noch lange verfolgt“.

Die ersten Erlebnisse im Umgang mit Sterben und Tod haben häufig einen prägenden Charakter für den späteren Umgang mit diesen sensiblen Themen. Daher ist es besonders wichtig, dass Schülern und Praktikanten ein würdevoller Umgang mit Sterbenden und Verstorbenen vorgelebt wird. Hier hat insbesondere die Praxisanleitung

eine wichtige Funktion für die berufliche Sozialisation des angehenden Mitarbeiters.

Übung

für Praxisanleiter Level 2

Überlegen Sie, wie Ihr erster Kontakt mit einem Sterbenden bzw. einem Verstorbenen war. Was hat Ihnen besonders gut gefallen im Umgang mit dem Betroffenen? Was war weniger angenehm? Wie hätte Ihrer Meinung nach der Umgang mit dem Sterbenden bzw. Verstorbenen sein sollen? Wie hat die frühere Erfahrung Ihren heutigen Umgang mit dem Thema beeinflusst?

Suchen Sie sich einen Kollegen, der ebenfalls als Praxisanleitung tätig ist, und tauschen Sie sich mit ihm über die gemachten Erfahrungen aus.

Bereiten Sie Schüler und Praktikanten behutsam vor

Auch wenn Ihr Schüler oder Praktikant gerne cool oder belastungsfähig wirken möchte, lassen Sie sich als Dozent und als Praxisanleitung nicht davon abbringen, ihn einfühlsam und behutsam auf das sensible Themenfeld „Lebensende“ vorzubereiten. Insbesondere vor dem ersten Praxiseinsatz sollten Sie daher umsichtig und vorsichtig vorgehen.

Nutzen Sie den hier aufgeführten Fragebogen, den Sie mit Ihrem Schüler oder Praktikanten besprechen. Als Praxisanleitung geben Sie diesen Fragebogen Ihrem Schüler mit nach Hause, damit er ihn ausfüllt und zu einem vorher

vereinbarten Gesprächstermin mitbringt. Nehmen Sie sich genügend Zeit für dieses Gespräch.

Als Dozent sollten Sie mit Ihren Schülern bereits im ersten Theorieblock den Erfahrungsstand Ihrer Schüler mithilfe des Fragebogens erheben.

Primär geht es bei dem Fragebogen nicht darum, Daten zu ermitteln, sondern sich darin zu üben, über das Lebensende zu sprechen. Hier erleben wir die größten Schwierigkeiten in der modernen Gesellschaft. Zwar wird der Tod medial (z. B. Fernsehen und Kino) verarbeitet, jedoch kann diese Darstellungsform nicht die eigentliche und unmittelbare Erfahrung (Primärerfahrung) aufwiegen.

Fragebogen zur Vorbereitung von Schülern und Praktikanten (Level 3)

Sehr geehrter Schüler,
ich möchte Sie auf das Themenfeld der Palliativversorgung und Sterbebegleitung gut vorbereiten. Daher möchte ich, dass Sie den vorliegenden Fragebogen zu Hause ausfüllen. Bringen Sie diesen dann ausgefüllt mit, damit wir Ihre Antworten zusammen besprechen können. Fragen, die Sie nicht beantworten können, lassen Sie einfach unausgefüllt. Nehmen Sie sich entsprechend viel Zeit für die Beantwortung.

Mit freundlichem Gruß
Ihre Praxisanleitung

Haben Sie schon einmal einen sterbenden oder toten Menschen erlebt?

Ja Nein

Wie war das für Sie?

Woran können Sie sich besonders gut erinnern?

Was hat Ihnen gefallen?

Was hat Ihnen nicht gefallen?

Wovor fürchten Sie sich im Umgang mit Sterbenden oder Verstorbenen?

Welche Unterstützung wünschen Sie sich durch Ihre Praxisanleitung?

Welche Inhalte haben Sie bisher im Unterricht bezogen auf Palliativversorgung und Sterbebegleitung thematisiert?

Welche Themen interessieren Sie besonders?

Sonstiges:

Bringen Sie bitte den ausgefüllten Fragebogen zum _____ mit in die Einrichtung.

Wenn Sie nun als Praxisanleitung mit Ihrem Schüler ein Gespräch zum Thema führen, werden Sie merken, dass die Ebenen dabei immer wieder wechseln werden. Mal geht es um das eigene Sterben, dann über das Miterleben des Sterbens bei einem Bewohner oder Patienten und, genauso wichtig, geht es um das Sterben wichtiger Bezugspersonen, erlebt in der Vergangenheit, der Gegenwart oder als vorweggenommenes mögliches Ereignis in der Zukunft. Lassen Sie diesen Wechsel der Ebenen ruhig zu, denn Ängste vor dem Thema können auf verschiedenen Ebenen vorhanden sein.

Darf man eigene Emotionen zeigen?

Ob im Unterricht, während der Praxisanleitung wie auch hinterher im Berufsleben gehören Emotionen mit zum Alltag. Diese nicht zu zeigen, kann bedeuten, sich selber nicht mehr wahrzunehmen. Durchhalteparolen oder Hartmach-Slogans wie: „Wenn du Gefühle zeigst, bist du hier falsch am Platz“ oder „Wer weinen muss, hat hier im Job nichts verloren“ gehören sicherlich der Vergangenheit an.

Heute ist es mehr als sinnvoll, zu seinen Emotionen zu stehen und diese entsprechend auszudrücken. Für eine gute Palliativversorgung ist es absolut notwendig, dass Mitarbeiter sich und ihre Gefühle selbst reflektieren können. Genau aus diesem Grund ist die Fluktuation der Mitarbeiter in Hospizen niedriger als im Krankenhaus, Pflegeheim oder der ambulanten Pflege. Betriebswirtschaftlich gesehen ist es ebenfalls günstiger seine Gefühle zu kennen und sich zu ihnen zu bekennen, denn Kollegen, die das nicht können,

fallen aus diesem Grund möglicherweise irgendwann mit einem Burn-out aus.

Durchleben Sie Ihr Leben in 10 Schritten (Level 3)

Die nachfolgende Meditation ist besonders gut für den Unterricht für Inhouse-Schulungen und für das Selbststudium geeignet. Mithilfe der 10-Schritt-Meditation durchschreiten Sie imaginär Ihr Leben. Dabei haben diese Lebensabschnitte wichtige Aufgaben. Die Meditation zeigt auch auf, wie schnelllebig das Leben ist. Gerade wenn es auf das Lebensende zugeht, wird dieser Sachverhalt überdeutlich. Leser, die diese Übung im Selbststudium durchführen möchten, sollten sich einen entsprechenden Gesprächspartner vorher organisieren. Möglich wäre aber auch, dass diese Meditation im Rahmen einer Inhouse-Schulung angeboten wird. Der Übungsleiter bzw. Dozent sollte damit umgehen können, dass möglicherweise Teilnehmer der Meditation emotional reagieren. Hier kann es wichtig sein, mit den Teilnehmern im Vorfeld abzusprechen, wie die Gruppe sich dann verhalten soll. Ermutigen Sie die Teilnehmer, sich mit ihren Emotionen der Gruppe „zuzumuten“. Zeigen Sie auf, dass Scham und Peinlichkeitsreaktionen eine gelebte Kommunikationskultur verhindern. Personen, die Angst vor den eigenen Emotionen haben und sich vor so einer Übung fürchten, sollten selbstverständlich nicht genötigt werden, die Meditation durchzuführen. Nichtsdestotrotz können sie bei der anschließenden Reflexion teilnehmen.

Übung

Level 3

Die 10-Schritt-Meditation durch das Leben

Vorbereitung

- Planen Sie für die gesamte Übung 60 Minuten ein.
- Organisieren Sie einen ruhigen und ungestörten Raum.
- Die Übung sollte mit nicht mehr als max. 24 Personen durchgeführt werden.
- Hierfür benötigen Sie einen Raum mit ca. 60 – 70 qm.
- Für die anschließende Reflexion sollten noch weitere Räume oder Außenflächen zur Verfügung stehen.
- Ratsam ist in der Fachschule für Pflegeberufe die Übung mit zwei Übungsleitern anzubieten.

Ausgangssituation

Bitte Sie die TN sich einen Platz im Raum frei zu wählen. Die gesamte Übung verläuft still, nur der Übungsleiter liest den jeweiligen Text. Achten Sie als Übungsleiter darauf, dass nach den jeweiligen Texten entsprechend viel Zeit zum „Nachwirken“ des Textes angeboten wird. Hat nun jeder TN seinen Platz gefunden und ist entsprechend Stille eingekehrt, beginnt der Übungsleiter mit dem ersten Text. Lesen Sie diesen langsam und betont. Machen Sie kurze Pausen zwischen den einzelnen Sätzen:

Text lesen:

*Das ist dein Platz im Leben. Du bist gerade auf diese Welt gekommen. Alles ist aufregend und neu. Schau dich um, wer alles in deiner Nähe ist. Schau auch, wer weiter weg steht. Das ganze Leben liegt noch vor dir.
Anweisung: Mache jetzt deinen ersten Schritt, egal ob nach vorne, zur Seite oder nach hinten.*

Nach dem ersten Schritt (1 Minute Pause)

Text lesen:

Du hast deinen ersten Lebensschritt gemacht. Die Welt hat sich verändert. Es ist aufregend alles Neue zu erkunden. Schau einmal, wer jetzt näher bei dir steht – und wer sich entfernt hat. Schau dich auch im Raum um, wie die Perspektive sich verändert hat.

Anweisung: Mache jetzt deinen zweiten Schritt.

Nach dem zweiten Schritt (1 Minute Pause)

Text lesen:

*Noch viele Schritte liegen vor dir. Doch hast du dich auch schon etwas im Leben bewegt. Menschen haben sich mit dir zusammen auf den Weg gemacht. Andere werden deinen Lebensweg kreuzen. Da du noch ziemlich neu bist auf dieser Welt, denke einmal darüber nach, wer ein Vorbild für dich ist – an wem möchtest du dich orientieren? (Kurze Pause)
Überlege aber auch, wen du dir nicht als Vorbild nehmen möchtest.*

Anweisung: Mache jetzt zwei Schritte nacheinander.

Nach dem dritten und vierten Schritt (1 Minute Pause)

Text lesen: