

**Merken Sie sich bereits heute  
die 22. Thuner Alterstagung vom  
Freitag, 12. April 2019, vor.**

**21. Thuner Alterstagung vom Freitag, 23. März 2018**

## **Mit Freude pflegen – Spielräume und Kreativität in der Langzeitpflege**

### **Zusammenfassung der Referate:**

#### **Mit Einsichten und Aussichten Brücken zu Lösungen bauen**

Daniel Goeudevert, Industriemanager, Buchautor, ehemaliges Mitglied des Club of Rome und des Internationalen Grünen Kreuzes, Steffisburg

#### **Die Spielräume liegen in uns – sie wollen ent-deckt sein**

Stefan Knobel, Pflegeexperte, Kinaesthetics-Ausbildner, Kybernetiker, Schübelbach

#### **Warten auf das Wunder – oder – Perspektivenwechsel als Chance**

Irène Erni-Fellmann, Fachverantwortliche Personalentwicklung, Viva Luzern AG

#### **Humor in der Pflege – heiter und gelassen begleiten**

Claudia Murk, Psychiatriepflegefachfrau m. H. und Gerontobeauftragte des Psychiatrie-Zentrums Werdenberg-Sarganserland, Trübbach

#### **Der Alltag unter der Lupe – Ressourcen entdecken und nutzen**

Claudia Berther, Pflegefachfrau HF, Liz. Marte Meo Supervisorin, Wallbach

#### **Welche Rettungsboote benutze ich im Pflegealltag? – Spielräume für die Selbstpflege**

Erich Schützendorf, Diplompädagoge, langjähriger Begleiter von Pflegefachpersonen, ehemaliger Fachbereichsleiter «Fragen fürs Älterwerden», Kreis Viersen, Köln

## **Mit Einsichten und Aussichten Brücken zu Lösungen bauen**

Daniel Goeudevert, Industriemanager, Buchautor, ehemaliges Mitglied des Club of Rome und des Internationalen Grünen Kreuzes, Steffisburg

Der Referent war über Jahrzehnte als CEO oder Vorstandsvorsitzender in der Automobilindustrie tätig. In seinem Buch «Das Seerosenprinzip» erläutert er Mechanismen und Gesetzmässigkeiten in der Automobilindustrie. Er bringt in seinem Referat Analogien, Parallelen zu unseren Institutionen Heim und Spitex.

Er geht davon aus, dass alle Mitarbeitenden in einem Pflegeheim oder in der Spitex ein Bestandteil der Lösungen sind. Er spricht insbesondere zu diesen Themen oder Stichwörtern: Kundenorientierung, das Umfeld, Perspektivenwechsel, Normen, Prozesse, Wahrnehmungen, Focus: Grenzen objektorientierter Führung.

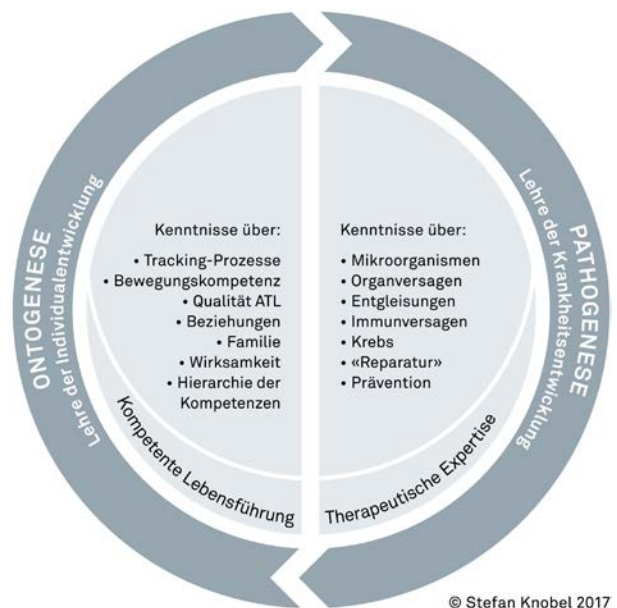
## Die Spielräume liegen in uns – sie wollen ent-deckt sein

Stefan Knobel, Pflegeexperte, Kinaesthetics-Ausbildner, Kybernetiker, Schübelbach

### «Pflegen mit Freude – Spielräume und Kreativität in der Langzeitpflege»

Dieser Slogan tönt vielversprechend. Um im Pflegealltag Freude und Kreativität zu leben, reichen Appelle an die Haltung der Pflegenden nicht aus. Denn dabei geht es nicht um eine Frage der Haltung – sondern um eine Frage des Verhaltens.

**Ein steiniger Weg** liegt vor uns, wenn wir die Langzeitpflege kreativ und freudig gestalten wollen. Die Steine im Weg sind die beruflichen Denkmodelle. Auch wenn wir es nicht wollen, ist es noch immer so: Das Pathogenese- oder Behandlungs-Paradigma bestimmt unser Denken und Handeln.



**Pathogenese und Ontogenese.** Die Medizin ist per Definition die Lehre der Vorbeugung, Erkennung und Behandlung von Krankheiten und Verletzungen (griechisch: «Pathogenese»). In den letzten 100 Jahren hat diese Wissenschaft enorme Fortschritte zum Wohle der Menschen gemacht. Der pathogenetische Zugang deckt aber nur einen Teil des menschlichen Gesundheitsprozesses ab. Ivan Illic meinte dazu in den 1970iger Jahren: Das medizinische System hat etwa 10 % Einfluss auf die Gesundheit der Bevölkerung – aber 100 % Bestimmungsmacht.

Der ergänzende Gegenpol zur Pathogenese ist die Ontogenese. Das ist das griechische Wort für die «Lehre der Individualentwicklung». Wenn Pathogenese und Ontogenese als eigenständige Wissenschaften nebeneinanderstehen, kann Gesundheit und die Rolle der Pflege neu gedacht werden.

**Pflege neu denken.** In den letzten 30 Jahren haben sich in der Praxis verschiedene wissenschaftliche Herangehensweisen etabliert, welche die Individualentwicklung des Menschen in den Mittelpunkt stellen. Eine davon ist Kinaesthetics. Die Feldforschungsresultate zeigen: Der grösste Einflussfaktor auf die menschliche (Gesundheits-) Entwicklung liegt in der Qualität, wie ein Mensch seine alltäglichen Aktivitäten (ATL) gestaltet. Die individuelle Unterstützung der Menschen in ihren ATL's ist nach wie vor der Hauptauftrag der Pflege. Deshalb kommt der Qualität der Unterstützung beim Waschen, Fortbewegen, Ankleiden et cetera eine enorme Bedeutung zu. Wenn es der Pflege gelingt, die Interaktion so zu gestalten, dass der gepflegte Mensch die Aktivitäten selbst steuern und nachvollziehen kann, dann ist das ein Beitrag in Richtung mehr Möglichkeiten. Dann ist Pflege ein Teil der Lösung. Gelingt es nicht, wird Pflege zu einem Teil der Behinderung.

**Beides ist wichtig.** Die Pflege hat keine Wahl zwischen Onto- oder Pathogenese. Beides ist wichtig. Das Wissen und Können rund um die Pathogenese müssen wichtig bleiben. Das Kern-Produkt der pflegerischen Tätigkeit, nämlich mehr individuelle Selbstständigkeit und Lebensqualität, bedingt aber das Verständnis für die Individualentwicklung, für die Ontogenese. Die notwendigen Kompetenzen dafür kann man sich aber nicht über das Studium von Büchern aneignen. Wir müssen die Spielräume in uns verstehen, uns selbst

studieren. Denn, wenn man das eigene Verhalten in den ATL's nicht versteht, kann man einem anderen Menschen nicht wirklich helfen.

Individualentwicklung bedingt individuelle Unterstützung. Und die ist ohne Kreativität der Pflegenden nicht möglich. Wenn sie gelingt, entsteht Freude. Wie sagt doch schon Sr. Liliane Juchli: «Ich Pflege als die, die ich bin».

## **Warten auf das Wunder – oder – Perspektivenwechsel als Chance**

oder

### **Allen Leuten recht getan ist ein Ding, das niemand kann**

Irène Erni-Fellmann, Fachverantwortliche Personalentwicklung, Viva Luzern AG

#### **Wie gelingt es trotz Ansprüchen ohne Ende, die eigene Arbeit unter Kontrolle zu haben, statt sich von Zeitdruck und Erwartungen beherrschen zu lassen?**

Im Referat werden relevante Aspekte des Arbeits-, Führungs- und Ausbildungsumfeldes der Langzeitpflege in Verbindung gebracht mit Grundlagen der Psychologie und der Personalentwicklung. Der Bezug zur aktuellen Berufssituation der Fachpersonen und Mitarbeitenden in der Pflege wird hergestellt anhand unterschiedlicher Beispiele aus der Berufspraxis und verschiedenen Übungen. Es geht darum, das Spannungsfeld in der Berufsausübung in den betrieblichen, gesellschaftlichen und individuellen Bedingungen anhand der unterschiedlichen Werte, Einstellungen, Kompetenzen und Erwartungen der Beteiligten darzustellen. Die Konsequenzen für die aktive und nachhaltig positive Gestaltung der Berufstätigkeit werden mittels anschaulicher Musterbeispiele hergeleitet. Wie gelingt es, mit den oft belastenden und als nicht befriedigend empfundenen Alltagssituationen besser umzugehen? Es werden Verbindungen hergestellt mit den Aspekten Gesellschaft, Bewohnende und Angehörige, Organisation, Betriebskultur, Führung und Personalentwicklung. Die Inhalte werden alltags- und organisationsnah im Referat bearbeitet. Denn eine gelingende Berufsausübung ist nicht nur individuell erstrebenswert, sondern hat direkte Auswirkungen in die nachhaltige Lebensgestaltung.

*Wähle einen Beruf, den du liebst, und du brauchst keinen Tag in deinem Leben mehr zu arbeiten. Konfuzius*

## **Humor in der Pflege – heiter und gelassen begleiten**

Claudia Murk, Psychiatriepflegefachfrau m. H. und Gerontobeauftragte  
des Psychiatrie-Zentrums Werdenberg-Sarganserland, Trübbach

In diesem Referat erfahren Sie den Unterschied von Humor und Lachen, deren Auswirkungen und weshalb Lachen gesund ist. Die Gelotologie (Wissenschaft des Lachens) hat vieles erforscht, das Ihnen präsentiert wird.

Anhand von vielen praktischen Beispielen werden Sie angeregt, Humor in Ihren Alltag zu integrieren und anzuwenden, um in ihrem Umfeld eine heitere Atmosphäre zu schaffen. Gerade in schwierigen Situationen im Pflegealltag, die nicht zum Lachen sind, ist es eine besondere Herausforderung, gelassen zu bleiben und bestenfalls humorvoll zu reagieren! Eine heitere und gelassene Haltung fördert eine gute Beziehung mit den Patienten und bereichert die Zusammenarbeit mit Angehörigen und im Team. Humor ist, wenn man trotzdem lacht! Hierzu erläutert die Referentin mögliche Strategien und Vorgehensweisen.

Humor hat man nicht einfach. Der eigene Humor bedarf auch einer stetigen Pflege, damit einem das Lachen im Alltag nicht vergeht. Sie erhalten Impulse und Tipps, wie Sie Ihren eigenen Humor pflegen und erweitern können. Humor ist lernbar!

# Der Alltag unter der Lupe – Ressourcen entdecken und nutzen

Claudia Berther, Pflegefachfrau HF, Liz. Marte Meo Supervisorin, Wallbach

Im Alltag gibt es viel zu entdecken. Kurze Filmsequenzen bieten eine Unterstützung, die zu Betreuenden besser kennenzulernen und das eigene Verhalten zu reflektieren. Die ressourcenorientierte Videointeraktionsanalyse nach Marte Meo hilft genauer hinzuschauen, um Details zu entdecken. Initiativen, Signale, Fähigkeiten und Ressourcen der Bewohner und Pflegenden werden sichtbar. Diese Informationen gezielt und bewusst nutzen zu können, erweitert den Handlungsspielraum, die Kreativität und die Freude im Pflegealltag.

## Was ist Marte Meo?

Marte Meo (lat. aus eigener Kraft) ist eine videounterstützte Methode von Maria Aarts, Niederlande, entwickelt, die sowohl als Kommunikationstraining wie auch in der Beratung genutzt und überall dort eingesetzt werden kann, wo Menschen zusammenleben, arbeiten und sich weiter entwickeln wollen.

## Zum Referat

Im Referat werden kurze Alltagssituationen gezeigt, in denen kleinste, unterstützende Interaktions- und Kommunikationselemente sichtbar sind, die in den gezeigten Beispielen halfen, herausforderndes Verhalten zu reduzieren. Sie erhalten einen Einblick aus strukturierten Situationen und ein Beispiel aus einer freien Situation.

### Strukturierte Situationen nach Marte Meo

Mit strukturierten Situationen sind tägliche Verrichtungen im Alltag gemeint, in denen Menschen Anleitung benötigen und ein Ziel erreicht werden soll (zum Beispiel Körperpflege, Mobilisation, Mahlzeiten). Die folgenden Elemente, die meist intuitiv bereits angewendet werden, sind Ressourcen von Pflegenden, die es gilt, gezielt auf die noch vorhandenen Fähigkeiten der Bewohner anzupassen.

#### Die wichtigsten Elemente des positiven Leitens:

Basis: gute Atmosphäre durch Motivationsstimme und ein freundliches Gesicht

Guter Anschluss, eigene Initiative benennen, vorhersagbar sein, Zeit geben, Schritt für Schritt anleiten, sagen wie man es haben möchte, Freude teilen, Happ Happ

#### Bedeutung für die BewohnerInnen

Positives Leiten bietet Orientierung, gibt Struktur, unterstützt Handlungsabläufe

### Freie Situationen nach Marte Meo

Freie Situationen sind kurze Begegnungsmomente zwischen den Pflegenden und den Bewohnern, wo von Seiten der Bewohner kein Ziel erreicht werden muss. Dabei ist das «aufmerksame Warten» (den Interessen und Initiativen zu «folgen») zentral, um mehr über die Mitmenschen zu erfahren. Zum Beispiel zu welchen Gesprächsthemen können sie noch etwas beitragen? In welchem Tempo kommen die Antworten?

#### Die wichtigsten Elemente der freien Situation:

Basis: gute Atmosphäre durch interessierte Grundhaltung

Aufmerksam warten, folgen, benennen oder wiederholen auf verbaler, emotionaler oder Aktionsebene,  
Happ Happ

### **Bedeutung für die BewohnerInnen**

Die emotionale Botschaft, «wahrgenommen zu werden», «es Wert zu sein», dass sich jemand Zeit nimmt und Interesse zeigt, beruhigt und bietet nicht nur verunsicherten oder verwirrten BewohnerInnen Sicherheit. Das «Benennen» ihrer Initiativen unterstützt die Selbstwahrnehmung und ermöglicht ihnen, von einem Kontaktmoment bewusster zu profitieren. Das Gefühl von «isoliert und einsam Sein» kann so reduziert werden.

### **Buch zur Marte Meo Methode**

Theorie und Praxisbeispiele inkl. DVD: C.Berther/Th. Niklaus Loosli. Die Marte Meo Methode. Ein bildbasiertes Konzept unterstützender Kommunikation für Pflegeinteraktionen. Hogrefe Verlag.  
Artikel und Kurzfilm: [www.claudiaberther.ch](http://www.claudiaberther.ch) unter der Rubrik Marte Meo – Literatur.



## **Welche Rettungsboote benutze ich im Pflegealltag?**

### **– Spielräume für die Selbstpflege**

Erich Schützendorf, Diplompädagoge, langjähriger Begleiter von Pflegefachpersonen, ehemaliger Fachbereichsleiter «Fragen fürs Älterwerden», Kreis Viersen, Köln

Es gibt nichts Schwierigeres als Beziehungen.

Diese schlichte Wahrheit gilt auch für die Beziehung zu alten Menschen, die sich in unsere Hände begeben haben, die auf uns angewiesen sind, die aber Forderungen stellen ohne sich zu bedanken, die alles sofort haben wollen und mit denen man keine Absprachen treffen, keine Kompromisse eingehen kann.

Die alten Menschen sind wie Rosen, die wir in der Hand halten: sie blühen, sie verzaubern uns, aber sie haben auch Dornen, mit denen sie uns verletzen können.

Was macht uns das Leben mit Ihnen so schwer?

Zum Beispiel die Vorhersehbarkeit ihrer Worte oder ihres Handelns, ihre Wiederholungen oder der Umstand, dass sie über uns verfügen wollen und können.

Dann leiden wir an ihnen und wenn das Leiden zu gross wird, dann lassen wir sie leiden.

Wir beachten die Menschen nicht, lassen sie stehen, lassen sie warten, weisen sie zurecht oder entladen unseren Unmut in ihrer Gegenwart. Dummerweise leiden wir danach, weil wir sie haben leiden lassen.

Wir haben ein schlechtes Gewissen und rechtfertigen uns mit der nicht vorhandenen Zeit.

Aber vielleicht liegt es nicht an der fehlenden Zeit, sondern an einer zweiten schlichten Wahrheit, die besagt, dass Beziehungen auf Dauer nicht ohne Leiden und Leiden lassen auskommen.

In Beziehungen, an denen uns etwas gelegen ist, versuchen wir einen Kompromiss zu erreichen: Keiner muss ganz oder einseitig zurückstecken, aber auch keiner darf sich ganz oder einseitig durchsetzen.

Solange wir alte Menschen, die auf uns angewiesen sind, als kranke, hilflose und bedauernswerte Geschöpfe betrachten und uns selbst für die Kraftvollen und Überlegenen halten, fällt es schwer, den Menschen als Mensch auf Augenhöhe zu begegnen, die Bewältigungsstrategien und Selbstheilungskräfte der anderen zu erkennen und das eigene Wohlbefinden im Auge zu behalten.

Wir müssen nicht der Entwicklungshelfer für die Bewohner eines unterentwickelten Landes sein, sondern können den Menschen als Ethnologe, als Völkerkundler begegnen, der die Menschen in ihrem Anderssein verstehen und respektieren will, dabei aber das eigene Wohlergehen nicht ausser Acht lässt.

Das eigene Wohlergehen ist deshalb so wichtig, weil sich das Land der anderen oft wie ein Meer anfühlt, in dem man keine Luft bekommt und unterzugehen droht. Dann benötigen wir, um überleben zu können, Rettungsboote, die uns wieder an das sichere Ufer bringen, Druckkammern, in denen wir uns ausgleichen und Inseln, auf denen wir Kraft für den nächsten Tauchgang finden.

Wir alle nutzen diese Überlebensstrategien, aber leider viel zu oft unbewusst, heimlich oder mit einem schlechten Gewissen.

Wir sollten ohne Schuld- und Schamgefühle auf unsere Rettungsversuche schauen und sie bewusst und offensiv einsetzen, auch wenn die alten Menschen leiden, während wir an uns denken.

**Dürfen wir also die alten Menschen in ihrer Not alleine zurücklassen, wenn wir in unsere Rettungsboote steigen?**

Ja, aber meistens besteigen wir die Rettungsboote «Sprache» und «Aktivität». Mit ihnen wollen wir etwas bewirken, erreichen. Das kann aber nicht gelingen. Passivität als Rettungsboot erweist sich in vielen Fällen als geeigneter.

**Dürfen wir unseren Ärger, unsere Rat- und Hilflosigkeit bei den alten Menschen abladen?**

Ja, aber der Ton macht die Musik und der Grundton muss wohlwollend sein.

**Dürfen wir uns Eigenzeiten nehmen, in denen wir nicht zur Verfügung stehen, obwohl die Menschen auf unsere Nähe angewiesen sind?**

Ja, und wenn wir wissen, dass die Zeit, die wir mit einem Menschen verbringen, keine Frage der Länge, sondern der Tiefe ist, dann ist es mit ein wenig Übung möglich, die Eigenzeiten mit den Menschen zu teilen.