



Praxisdialog

Wie kann ein selbstbestimmtes und würdevolles Leben
im Pflegeheim ermöglicht werden?

mit Prof. Dr. Stefanie Hiestand & Steffen Balzer

Zum Projekthintergrund



- **SeLeP 1.0** – Selbstbestimmtes Leben im Pflegeheim: Laufzeit 2019-2021; gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit;



- Zentrale Fragestellungen des Projektes waren:

- Was wird unter einem würdevollen, selbstbestimmten Leben im Heim verstanden?
- Wie kann eine Kultur der Sorge im täglichen Miteinander gelebt werden?
- Welche Organisationsstruktur bzw. -kultur braucht es dafür?

- **SeLeP 2.0** – Schulungskonzept: Selbstbestimmtes Leben im Pflegeheim: Laufzeit 2021-2022; gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit;



- Zentrale Fragestellungen des Projektes:

- Wie kann ein würdevoller und selbstbestimmter (Pflege-)Alltag gelebt werden?
- Wie kann dieser gefördert werden?

Zum Projekthintergrund



Grundannahme:

- Selbstbestimmung und Würde als kontingente Erfahrungen und Gestaltungsaufträge

Subjekt – Interaktion/Beziehungen – Organisation

- Fokus auf die sog. kleinen Ethiken des Alltags

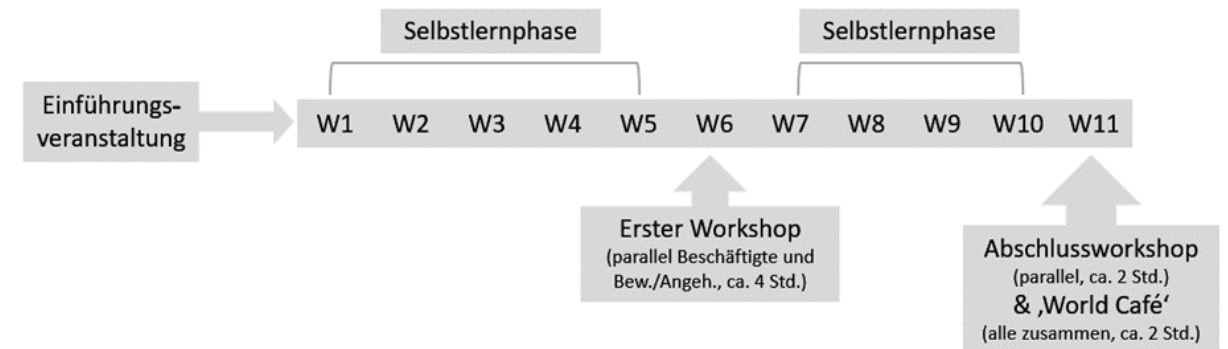
→ Schulungskonzept



Konzeption der SeLeP Schulung



- **Was:** Sensibilisierung von Haltungen, Veränderung von Deutungs- und Handlungsmustern (Routinen und Regeln)
- **Wer:** Leitungskräfte, Pflege-/ Betreuungskräfte, Ehrenamtliche und Bewohner:innen und ihre Bezugspersonen → In-House-Schulung
- **Wie:** moderierte WB, Mischung aus analogen und digitalen Elementen → Lernprozessbegleiterin Carelna
 - Texte, Podcasts, Interviews, (Erklär-)Videos
 - Reflexionsfragen und kleine Arbeitsaufträge pro Woche



Blick in die CareIna



Modul 1 Würde im (Pflege-)Alltag

Woche 1 Würde aus verschiedenen Perspektiven

Woche 2 Von der Würde des Menschen

Woche 3 Würde in der Pflegeeinrichtung

Woche 4 Würdeverletzungen 1

Woche 5 Würdeverletzungen 2

Modul 2 Vertiefung und Anwendung der Inhalte aus Modul 1

Woche 6 Reflexion, Diskussion, Austausch im Workshop

Modul 3 Selbstbestimmung im (Pflege-)Alltag

Woche 7 Selbstbestimmung

Woche 8 Regeln und Routinen im Alltag der Einrichtung

Woche 9 Machtasymmetrie

Woche 10 Moralischer Stress

Modul 4 Vertiefung und Anwendung der Inhalte aus Modul 3

Woche 11 Reflexion, Diskussion, Austausch im Workshop

Woche 8

Regeln und Routinen im Alltag der Einrichtung

Was erwartet Sie?

In dieser Woche setzen Sie sich mit den Regeln und Routinen in Pflegeeinrichtungen auseinander.

- Sie hinterfragen die Vor- und Nachteile von Regeln und Routinen.
- Sie sehen ein Erklärvideo zum Thema.
- Sie denken über die Regeln und Routinen in Ihrem Alltag nach und reflektieren diese.
- Sie betrachten eine Routine aus Ihrem Alltag genauer und erkunden Handlungsalternativen.

Regeln und Routinen im (Pflege-)Alltag

Regeln sind Übereinkünfte oder Vorschriften zu Verhaltensweisen oder bestimmte Verfahren. Sie können aus fachlichen Richtlinien entstehen oder Teil der Kultur in einem Heim sein: z. B. feste Aufsteh- und Essenszeiten oder das Anklopfen an Zimmertüren. Regeln helfen im (Pflege-)Alltag weiter, weil sie vorgeben, was in bestimmten Situationen zu tun ist oder wer für eine bestimmte Frage zuständig ist. Regeln können den Arbeitsalltag und das Zusammenleben im Pflegeheim strukturieren, bieten Orientierungshilfe und erzeugen Verlässlichkeit.

Routinen beschreiben verinnerlichte Abläufe, die im Alltag wiederkehrend zum Einsatz kommen. Routinen finden sich bei Pflegekräften, z. B. gewohnte Abläufe bei der Durchführung der Körperwäsche oder die Vorbereitung der Pflegeutensilien. Aber auch Bewohnerinnen und Bewohner haben Routinen, mit denen sie ins Heim einziehen, wie z. B. eine bestimmte Morgenroutine oder spezifische Wochenplanungen wie „mittwochs gehe ich immer einkaufen“. Wenn manche der eigenen Routinen aufrechterhalten werden können, stiftet das für die Bewohnerin oder den Bewohner Normalität, Vertrautheit und gibt Sicherheit.

Regeln und Routinen erleichtern den Alltag, weil sie vorgeben, was zu tun ist. Aber sie bergen auch eine Gefahr: Nämlich dann, wenn Regeln und Routinen auf Dauer unhinterfragt bleiben, auch wenn sie vielleicht nicht mehr passen (oft spricht man hier auch von Ritualen). Oder wenn dadurch nicht ausreichend auf die Bedürfnisse und Wünsche der Bewohnerinnen und Bewohner eingegangen werden kann, weil diese sich nicht immer in die Regeln und Routinen des (Pflege-)Alltags einpassen.

CareIna



Scannen Sie den QR Code oder nutzen Sie den Link, um zu hören, was Sie in der kommenden Woche erwartet.
www.pflegenetzwerk-deutschland.de/woche8

CareIna



Sehen Sie sich bitte das Erklärvideo zum Thema Regeln und Routinen an. Nutzen Sie dazu den QR-Code oder den Link:
www.pflegenetzwerk-deutschland.de/video3
Auf dieser Seite finden Sie eine Zusammenfassung der zentralen Inhalte des Videos. Wenn Sie möchten, setzen Sie sich mit den weiterführenden Informationen im grauen Kasten auseinander.



Ausführlicher Text zu Regeln und Routinen mit Beispielen:
www.pflegenetzwerk-deutschland.de/regeln



Artikel zu Pflegeritualen:
www.pflegenetzwerk-deutschland.de/rituale



Regeln und Routinen

Warum braucht es Regeln und Routinen?

Wann sind Regeln und Routinen hilfreich für Ihren Alltag?

Wann und inwiefern können Regeln und Routinen den Alltag behindern?

Sammlung von Regeln und Routinen

Beispiele für Regeln und Routinen: z. B. Aufstehzeiten, Essenszeiten, Kleidungswahl, Anklopfen, ...

Welche Regeln und Routinen erfahren Sie in Ihrem Alltag in der Einrichtung?

Wie erleben Sie diese Regeln und Routinen?

Welche würden Sie persönlich gerne verändern, und warum? Wie könnten Sie das machen?

CareIna

Beantworten Sie bitte die Reflexionsfragen zu Regeln und Routinen.

CareIna

Bitte sammeln Sie im Kasten Regeln und Routinen, die Sie aus dem Pflegealltag kennen, und beantworten Sie im Anschluss die Fragen dazu.

Umgang mit Regeln und Routinen



Bitte hören Sie sich den Podcast zum Umgang mit Regeln und Routinen an (oder lesen Sie das Skript dazu) und notieren Sie sich Ihre wichtigsten Erkenntnisse daraus auf dieser Seite. Nutzen Sie dazu den QR-Code oder den folgenden Link: www.pflegenetzwerk-deutschland.de/podcast7

Blick in den (Pflege-)Alltag



Interviewen Sie bitte in der kommenden Woche mit Hilfe der Fragen auf dieser Seite eine Person aus dem Pflegealltag zum Thema Regeln und Routinen und halten Sie die Ergebnisse schriftlich fest.

Interviewte Person:

Frage: „Wie erleben Sie / erlebst Du Regeln und Routinen in Ihrem / Deinem (Pflege-)Alltag?“

Antwort:

Frage: „Welche Regeln und Routinen finden Sie / findest Du gut? Und warum?“

Antwort:

Frage: „Welche Regeln und Routinen finden Sie / findest Du eher hinderlich oder einschränkend? Und warum?“

Antwort:

Informationen zu SeLeP 2.0 finden Sie hier: <https://pflegenetzwerk-deutschland.de/selep-20>
Unter diesem Link finden Sie auch die CareIna und eine ausführliche Handreichung zum Schulungskonzept.

O-Töne aus der Erprobung



„Ich merke, dass ich die Bewohner wieder mehr selbst machen lasse.“

(Pflegefachkraft)

„Ich nehme für mich mit, dass ich noch viel an mir arbeiten muss.“

(Bewohnerin, 92 Jahre)

„Ich bin auch im Alltag sensibler bei den Themen geworden.“

(Angehörige)

„Die Würde des Menschen achten!

Immer – und im Besonderen im xxx-Stift – jedem Menschen respektvoll begegnen, ihn nehmen, wie er gerade ist, wenn er mir begegnet. Jeder kommt mit seinen eigenen Befindlichkeiten, mit seiner Lebensgeschichte in eine bestimmte Situation, auch mit tagesaktuellen.

Empathie, Sympathie und auch Antipathie fließen mit ein. Auch Abhängigkeiten – in welcher Form auch immer – können den respektvollen Zugang miteinander erschweren, und auch Gewohnheiten. Lebenslang gelebt und auch geliebt, lassen sie sich schwer ablegen.

Ich glaube, ein „Zauberwort“ könnte heißen: „Miteinander reden und – zuhören!“ Die Frage „Was ist

Würde?“, meine, deine... kann man damit gut beantworten. Sicher sieht jede Gruppe im xxx-Stift das anders, aus je eigenem Bereich.

In diesem Heft werden Situationen aus immer anderer Sicht bearbeitet, andere, sehr unterschiedliche Aspekte werden betrachtet, aber durchgängig gilt immer: Wenn ich mehr von dem anderen weiß, über die Lebensgeschichte insgesamt und die Befindlichkeiten, dann fällt es leichter, die Würde des Gegenübers zu respektieren.

Also: Miteinander reden und zuhören! Und ein Wichtiges noch als Konsequenz: Einige Zugangsformen und Verhaltensweisen einführen und üben! ...und von Zeit zu Zeit reflektieren.“

(Ehrenamtliche, 72 Jahre)

SeLeP 3.0 – Die Train-the-Trainer-Weiterbildung



Blick in die Trainer-Handreichung



Aufbau der Handreichung

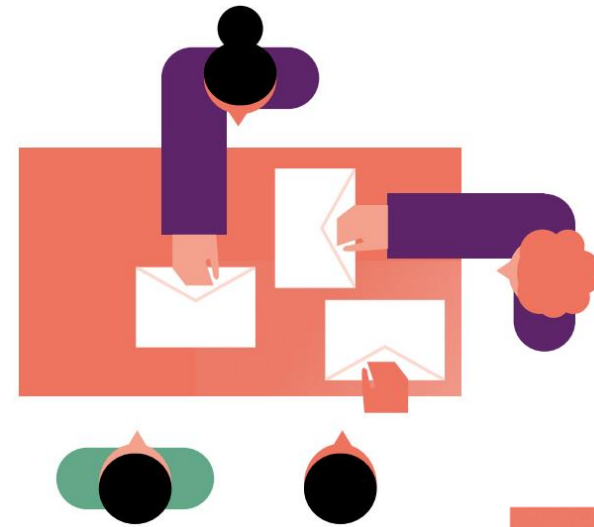


Train-the-Trainer Weiterbildung von November 2023 - März 2024



- Auftakt: 1,5 tages Vorbereitungstraining in Berlin
- Eigenständige Durchführung einer SeLeP-Schulung in der jeweiligen Einrichtung
- Beratungssitzungen online
- Abschlussreflexion

Neue Train-the-Trainer-Weiterbildung für März 2025 geplant!



SeLeP 4.0 – Erprobung der SeLeP-Schulung



Impressionen aus der der Erprobung

Herr Steffen Balzer



SeLeP in zwei Einrichtungen bereits erprobt

Teilnehmer:innen in den Einrichtungen

- Bewohner:innen
- Angehörige
- Pflegekräfte (Fachkräfte und Helfer:innen)
- Betreuungskräfte
- Mitarbeiter:innen des Catering



1. Workshop →
Kollegiale
Beratung



2. Workshop → Reflexion der Inhalte

Wie können wir Selbstbestimmung fördern?

- Teaminggespräche
- Übergaben
- Änderungen von Strukturen
- offene & Respektvolle Kommunikation
- Nachfragen (zuhören)
- auf Wünsche & Bedürfnisse eingehen

Wie können wir positiv mit Regeln und Routinen umgehen?

- als Struktur ansehen
- gibt Sicherheit
- Sinn & Zweck transparent erklären
- alle arbeiten dadurch gleich → Qualitätsicherung

Wie sollten wir Machtasymmetrie begegnen?

- offene Kommunikation
- Selbstreflexion
- Distanz wahren
- ~~Professioneller~~ Professioneller Umgang

Wie können wir mit moralischem Stress umgehen?

- Ausgleich finden
- geregelte Pausenzeiten

Entscheidungen treffen

Ich kann allen so machen, wie ich will? Egal ob man, wo, was? etc.

Hilf die Kollegen der Mitmenschen!!! und Du hilfst die Würde!!!

Bei Hilfen

Als Hilfe-Stellung zur Person Minderung der Person

Sorg für Familie

Hilf als mehr als nur ein Mensch

Hilf als mehr als nur ein Mensch

Macht

Macht ist keine Würde!!!

Kann man mit + was macht? etc.

Kann man machen? etc.

Moralischer Stress

Habe Stress, wenn ich die Zeit vergeblich verbringe + zu spät z. B. in die Gymnasien kommen.

Kann man mehr machen als nur...? etc.

Kann man...? etc.

Zu viel Druck und kein zu Hilfe...? etc.

Kann man...? etc.

2. Workshop → World Café

„Es wird am Aktivitäten erinnert.“



Was ist Ihnen aus dem Gelernten der letzten Wochen zum Gelingen eines würdevollen Umgangs in Ihrer Einrichtung bewusst geworden? Vielleicht fallen Ihnen Beispiele ein?

„Nach mir wird immer geschaut.“

„noch mal hingucken“
= Selbstreflexion

Türen werden nun geschlossen

Halten Sie Ihre Ideen und Diskussionen direkt schriftlich auf die

Es wird angeklopft vor Betreten des Zimmers

„Selbstbestimmtes Leben im Pflegeheim“ Modul 4



Welche Stolpersteine gilt es in Ihrer Einrichtung aus dem Weg zu räumen, damit ein würdevolles und selbstbestimmtes Miteinander noch besser gelingen kann? Was braucht es dazu?

Aufbrechen von Regeln und Regeln / Routinen.

Förderung der Bedürfnisse Individueller

Einhalten von Regeln / Absprachen

- Mitarbeiter die die Arbeit vorwiegend
- kein Umsetzung von Regeln
- Arbeitsanweisungen werden / wollen nicht umgesetzt werden

Halten Sie Ihre Ideen und Diskussionen direkt schriftlich auf diesem Plakat fest.

CareIna

2. Workshop → Aktionsplan

AKTIONSPLAN

Wer macht was mit wem bis wann?



| Wer macht etwas? | Was soll konkret gemacht werden? | Wer kann unterstützen? Was muss vorher noch geklärt werden? | Bis wann ist es erledigt? | Sonstige Anm. |
|--|--|--|---------------------------|------------------------|
| HL, soz. Betreuung, <u>alle Leitungen</u> ✓ | Qualitätszirkel rund um das Thema „Sterben“ | Hospitvonia, KH's SR, Fezitas, Ehrenamtler | Ende 2024 | Treffen 1- im Monat |
| PDL (HL) Führungsteam ✓ | Freundlicher Umgang vorleben/erklären | Führungsteam WBI'er | laufend | Treffen 1 im Monat |
| Alle Mitarbeiter, alle Bereiche | Interdisziplinäres Team bilden (Planung) | Alle Mitarbeiter, alle Bereiche | laufend | Individuell |
| | | | | |
| | | | | |

Unser Fazit



- Raum und Anlass / Impuls zum Austausch
- Reflexion des eigenen Handelns (Bewohner:innen als auch alle andere wie Pflegekräfte)
- Durch SeLeP gewinnt man Einblicke in andere Bereiche und lernt die Perspektiven von anderen kennen
- Die Methoden von SeLeP ermöglichen eine gute, heitere Atmosphäre
- Wir haben gelernt, wie man Stress besser umgeht
- Einiges von der Schulung ist bekannt → gut zur Wiederholung
- Viele Inhalte sind neu → gute Möglichkeit sich weiterzuentwickeln
- Durch SeLeP verändert sich konkret was in der Einrichtung / im Miteinander



Danke für Ihre Aufmerksamkeit



Steffen Balzer, Bereichsleitung

E-Mail s.balzer@azurit-gruppe.de

Prof. Dr. Stefanie Hiestand, PH Freiburg

E-Mail stefanie.hiestand@ph-freiburg.de