

# **Anhang 3: Materialband**



**Materialband**  
**zur Gestaltung von Vorbereitungskursen für**  
**Pflegebegleiter**



**Julia Steinfort**  
**2008**

## **Inhaltsverzeichnis:**

### **Teil 1: Voraussetzungen und Eckpfeiler für Pflegebegleiter Vorbereitungskurse**

- Selbstbestimmt Pflegebegleiter werden – ein neuer didaktischer Ansatz
- Checkliste: Selbstbestimmt Lernen – Selbstbestimmt engagiert sein
- Methodenübersicht zu den Kurskarten
- Erklärung zur Systematik der aufgeführten Methoden in diesem Band

### **Teil 2: Methodenbausteine zu den Kursinhalten**

- Vision und Rollenprofil Pflegebegleiter
- Wertorientierungen, Ethik: Haltungen
- Pflegende Angehörige zwischen Fürsorge und Selbstsorge
- Begleitung konkret
- Umgang mit Kranksein, Behinderung und Alter(n)
- Gesetzliche Rahmenbedingungen
- Netzwerke
- Handlungsfelder und Vorbereitung auf die Praxis

Weitere Kursinhalte

### **Teil 3: Anhang mit weiteren Arbeitsmaterialien**

## Vorbemerkungen

Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse sind die Basis für das spätere Engagement der Freiwilligen. In den Kursen liegt die Innovationskraft, die Motivation und die gemeinsame Ausrichtung auf ein Ziel: das Ziel, pflegende Angehörige zu begleiten. Hierfür sind viele Fähigkeiten, fundiertes Wissen aber auch zwischenmenschliche Empathie notwendig.

Jeder Kurs ist immer anders und so hat auch dieser Materialband nicht den Anspruch, einen klaren „Fahrplan“ zu liefern sondern vielmehr Wege aufzuzeigen, wie Lernen in einem neuartigen Engagement-Profil stattfinden kann: Nämlich als gemeinsamer Aufbruch zu Neuland, als Erkundung und mit dem Wissen um Stürme und Kraftanstrengungen auf dem Weg. Das Bild einer „Schiffsflotte“ hat das Bundesmodellprojekt „Pflegebegleiter“ von Beginn an begleitet.

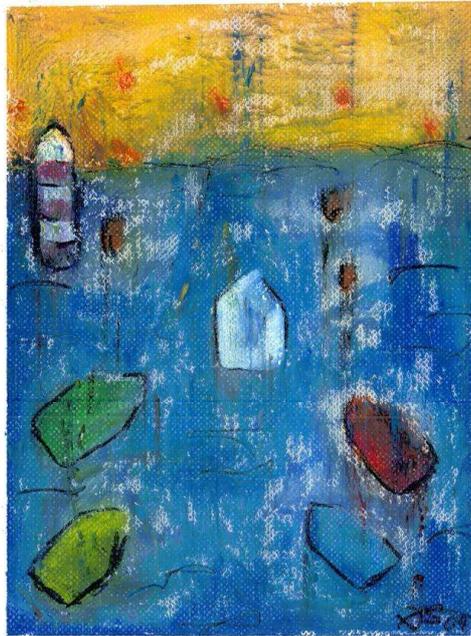


Bild: Julia Steinfurt, 2005

Die „Reise“ eines jeden Standortes, eines jeden Kurses ist immer einzigartig. Sie wird geprägt von regionalen Gegebenheiten, von den Menschen die sich im Kurs zusammenfinden und von der Kraft, die im gemeinsamen Miteinander entstehen kann. Wie bei einer Schiffs-Reise auf dem Meer ist vieles unvorhersehbar: Es gibt Zeiten der Stürme, der Flaute, des Sonnenscheins und des Regens. Es gilt, damit kreativ umzugehen.

Intention dieses Materialbandes ist es zu zeigen, wie eine solche gemeinsame Fahrt (methodisch) aussehen kann, welche (inhaltlichen) „Bojen“ Orientierung geben und wie Freiwillige vom Lernen ins Tun finden können. Dieser Materialband richtet sich an all diejenigen, die Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse durchführen möchten und damit Teil der sich bundesweit ständig vergrößernden „Flotte“ - einer Pflegebegleiter-Bewegung - werden möchten.

Der hier vorliegende Band ist Ergebnis eines fünfjährigen partizipativen Prozesses mit vielen Akteuren unterschiedlichster Ebenen aus dem Projekt:

- den Freiwilligen Pflegebegleitern<sup>1</sup> selbst, die Rückmeldung zu ihren eigenen Kurserfahrungen gegeben haben,
- den so genannten „Projekt-Initiatoren“ (PIs), die die Kurse als Lernbegleiter verantwortlich durchgeführt und dazu Rückmeldungen gegeben haben,
- den Verantwortlichen der Regionalbüros, die ihre regionale Erfahrungen reflektiert und an das Bundesprojektbüro zurückgemeldet haben,
- und schließlich der Projektleitung auf Bundesebene, die immer wieder Kurse vor Ort besucht hat um die Entwicklungen der Praxis aufzunehmen.

Allen Projektakteuren gemeinsam war das Anliegen, die für die besondere Qualität der Pflegebegleiter-Kurse wichtigen Gestaltungsspielräume zu betonen. Daher handelt es sich im Folgenden keinesfalls um ein „Kochbuch“ nach dem Motto: „Wie backe ich einen Kurs/ einen Pflegebegleiter?“ sondern um einen Band, der zum Eigenen anregen und „Appetit-machen“ möchte.

Der Materialband folgt im Aufbau den acht inhaltlichen Schwerpunkten, die im Kurskompass (als Basiswerk für Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse) als so genannte „Grüne Karten“ vertieft behandelt werden. Exemplarisch sind einzelne Schwerpunktthemen ausgewählt worden, um aufzuzeigen, wie lebendiges Lernen im Kurs konkret werden kann. Bezug genommen wird hier auf das im Kurskompass ausgeführte Lernverständnis und den „Lernkompass“.

Unser besonderer Dank richtet sich an zahlreichen Autoren dieses Materialbandes, die aus ihren „Methoden-Schatzkästen“ diejenigen Bausteine beigetragen haben, die sie und die Freiwilligen als besonders gelungen im Kurs empfunden haben. Viele Methoden und Herangehensweisen aus der Erwachsenenbildung wurden speziell für die künftigen Pflegebegleiter auf das Freiwilligenprofil hin modifiziert oder ganz neu entwickelt. Auch die Rückmeldungen mit „Originaltönen aus der Praxis“ der Lernbegleiter waren bei der Erstellung dieses Bandes sehr hilfreich. Namentlich danken möchten wir für die Mitarbeit an diesem Band: Iren Steiner, Petra Kümmel, Barbara Steimel, Reimund Stötzel, Angela Schönemann, Heide Sängler, Eva-Maria Lauff, Gerda Rose, Elke Just-Lindemann, Ruth Wichmann, Hiltrud Greitmann, Annette Lödige-Wennemaring, Weiß, Margot Holtgreife, Klaus Krüsmann, Iren Gekle und Petra Bienecker.

Für die speziell für diesen Materialband entwickelten acht Bilder zu den verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten danken wir der Künstlerin Manuela Böhm.

Viel Freude bei der Lektüre und beim Umsetzen der Methoden und Materialien im eigenen Kurs!

Prof. Dr. Elisabeth Bubolz-Lutz, Projektleitung  
Dipl. Päd. Julia Steinfort, Projekt-Koordinatorin und Wissenschaftliche Mitarbeiterin  
Forschungsinstitut Geragogik

Viersen, im Oktober 2008

---

<sup>1</sup> Auch wenn 90% der Freiwilligen im Projekt weiblich sind und sich daher eine durchgängig weibliche Formulierung anbieten würde wird darauf dennoch – ohne jedoch eine Degradierung bzw. ein Übergehen der weiblichen Form zu beabsichtigen – im Sinne der Lesbarkeit verzichtet. In den durchgängig männlichen Bezeichnungen sind ausdrücklich Menschen männlichen als auch weiblichen Geschlechts einbezogen.

Teil 1:

Voraussetzungen und Eckpfeiler  
für  
Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse

## Selbstbestimmt Pflegebegleiter werden - ein neuer didaktischer Ansatz

Die Selbstbestimmung der Pflegebegleiter beginnt schon bei der Planung der Vorbereitungskurse: Nach dem Prinzip der „Partizipativen Curriculumentwicklung“ und der Arbeit mit den „grünen Karten“ (vgl. Vertiefung im Kurskompass) gestaltet sich jeder Kurs individuell, sozusagen nach eigenen Mustern. Im Projekt „Pflegebegleiter“ sind die Konzepte von „Selbstbestimmung“ und „Partizipation“ zentrale Lern- als auch Organisationsprinzipien.

Die fünfjährige Projekt-Erfahrung zeigt, dass Erwartungen der Teilnehmer und die verbindlichen Lerninhalte/ Themen der „grünen Karten“ in großen Bereichen bundesweit deckungsgleich sind und dass eine gemeinsame Bearbeitung im Sinne eines möglichst selbstbestimmten Lernprozesses im Kurs möglich ist.

### Zitate von Projekt-Initiatoren zum Pflegebegleiter-Vorbereitungskurs:

*„Anhand der grünen Karten haben die Teilnehmer weitgehend selbst bestimmt, welche Inhalte in welcher Form bearbeitet werden sollen.“*

*„Es gibt Themen, die die Expertise der Projekt-Initiatoren fordern (z.B. Selbstverständnis und Rollenprofil Pflegebegleiter) andere Themen können an Experten, zum Beispiele auch aus der Gruppe selbst, gegeben werden und müssen dann auf den Pflegebegleiter-Kontext bezogen werden.“*

Um Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse nach dem Prinzip der Selbstbestimmung durchführen zu können ist es notwendig, der Auseinandersetzung mit dem neuen didaktischen Ansatz im Vorfeld einige Beachtung zu schenken, denn: Wenn alle für den Lernprozess, seine Planung, seinen Verlauf, Mitverantwortung übernehmen, braucht es ganz spezielle Kompetenzen der Lernbegleiter, damit das Lernen in der Gruppe gelingen kann.

### Checkliste: Selbstbestimmt Lernen – Selbstbestimmt engagiert sein

▶	<p><b>Selbstbestimmung braucht Vertrauen</b></p> <p>Im Zentrum steht der wertschätzende Umgang mit eigenen und fremden Lern-Bedürfnissen und Fähigkeiten – das hilft auch, das „Fürsorgen“ und „Helfen“ nicht zu sehr ins Zentrum zu rücken.</p> <p>Schweigepflicht sollte über persönliche Themen vereinbart werden.</p> <p><i>„Nur wer seine eigenen Bedürfnisse kennt, kann auf andere Rücksicht nehmen und Konsens schaffen. Die Auseinandersetzung mit dem Eigenen ist wichtig – auch für die spätere Arbeit mit den pflegenden Angehörigen, da dazu die eigene Biografie reflektiert werden sollte“.<sup>2</sup></i></p>
▶	<p><b>Selbstbestimmtes Lernen will gelernt sein</b></p> <p>Das möglichst selbst bestimmte Lernen entwickelt sich oftmals erst allmählich. Der Grad</p>

<sup>2</sup> Zitate ohne Autorenangabe sind Protokollen entnommen, aus denen die Autorenschaft nicht namentlich hervorgeht

	<p>an Selbst- und Mitbestimmung der Teilnehmenden nimmt gewöhnlich mit Verlauf des Kurses zu: Vertrauen in die eigene Lernfähigkeit und die Gestaltungsfähigkeit der Gruppe muss sich erst langsam entwickeln. Mit Irritationen und anfänglichen Widerständen einzelner Teilnehmenden ist zu rechnen, da Partizipation beim Lernen in Kursen ungewohnt ist.</p> <p><i>„Die Teilnehmer sind es nicht alle gewohnt, ihr Lernen selbst zu organisieren: Der Kurs kann durch die Entscheidungsfindungsprozesse nicht so straff durchgezogen werden wie z.B. ein Besuchsdienst.“</i></p>
▶	<p><b>Projekt-Initiatoren als Lernbegleiter</b></p> <p>Projekt-Initiatoren verstehen sich als „Rahmengeber“. Sie bieten der Gruppe und den einzelnen Teilnehmenden förderliche Bedingungen zum Lernen. Für die Projekt-Initiatoren kann es durchaus entlastend sein, wenn sie wissen: sie tragen für die Bedingungen des Lernens Verantwortung, nicht aber dafür, was die Einzelnen daraus machen.</p> <p>Grundsatzfrage: „Wie viel Verantwortung übernehme ich als Projekt-Initiator, wie viel übernimmt die Gruppe bzw. überlasse ich der Gruppe?“ – Die Antwort auf diese Frage muss von der Gruppe und den Projekt-Initiatoren immer wieder neu gegeben werden, denn im Laufe des Prozesses sollte die Gruppe zu nehmend mehr Verantwortung übernehmen. Wichtig: es gibt kein durch die Lernbegleitung „vorgefertigtes Programm“, sondern gemeinsame Verständigung auf Augenhöhe über das, was gelernt werden soll und die Art des Vorgehens.</p> <p><i>„Das Maß entwickelt sich im Miteinander!“</i></p>
▶	<p><b>Den Lernfortschritt sichtbar machen</b></p> <p>Die „Kurs-Karten“ geben die notwendige Sicherheit und Orientierung, dass sich die Gruppe auf die anstehende Aufgabe der Begleitung für pflegende Angehörige vorbereitet. Wenn die Themen im Raum aufgehängt sind, kann der Lernplan immer anhand der grünen Karten weiter entwickelt werden („Was haben wir schon? Was fehlt und interessiert uns noch?“). Die Karten dienen als „roter Faden“.</p> <p><i>„Die Karten entsprechen nicht unseren jeweiligen Sitzungsthemen sondern werden verknüpft bearbeitet.“</i></p>
▶	<p><b>Ressourcen der Gruppe nutzen</b></p> <p>Die Beteiligung, Mitwirkung und Einbeziehung Aller: Anders als bei einem „geschlossenen Curriculum“, bei dem bis ins Kleinste vordefinierte Themen und Lernaufgaben verbindlich sind, entwickelt sich im Lernprozess eine eigene Dynamik, in der Aushandlungsprozesse eingeübt werden.</p> <p><i>„...dass wir uns in der Gruppe so oft darüber einigen mussten, welche nächsten Schritte wir gehen, hat mir nachher bei der Begleitungsarbeit geholfen. Hier geht es ja auch immer wieder darum, miteinander darüber zu beraten, was als Nächstes ansteht.“</i></p>
▶	<p><b>Ganzheitlich Lernen – Abwechslung schaffen</b></p> <p>Die Abwechslung der Themen im Seminar zwischen persönlichen und sachlichen Informationsthemen ist wichtig, ebenso ein Wechsel zwischen gemeinsamem Reden und Zuhören...</p>

	<p>„...zwischen anstrengendem Arbeiten und persönlichen `Zuckerstücken wie Entspannungsübungen´... und immer der Hinweis auf das bürgerschaftliche Arbeiten später.“ (Angelika Niemann, Esslingen)</p>
▶	<p><b>Fehlerfreundlichkeit und Niederschwelligkeit</b></p> <p>Das Pflegebegleiter-Aufgabenprofil ist höchst anspruchsvoll. Künftige Freiwillige brauchen hierzu Ermutigung. Immer wieder ist zu betonen, dass es sich hier um ein „niedrigschwelliges“ Angebot für pflegende Angehörige handelt: Kontakt zu halten, zu trösten, Verbindungen zum professionellen Hilfsangebot herzustellen sind bereits wichtige Impulse für die pflegenden Angehörigen.</p> <p><i>„Die Teilnehmer sind `Perfektionisten´ und müssen ihre Ansprüche etwas herunter schrauben... die Aufgabe der Projekt-Initiatoren ist es, stets auf Freiwilligkeit, ehrenamtliche Tätigkeit und niederschweligen Zugang hinzuweisen“</i> (Hans Kremers aus Guben/ Forst-Grießen)</p>
▶	<p><b>Vom Lernen ins Tun kommen</b></p> <p>Im Kurs ist die Praxis immer mitgedacht. So kann durch Fallbeispiele und Rollenspiele immer wieder der Bezug zur Pflege in der Familie hergestellt werden. Die Basis für den Schritt in die Engagement-Praxis ist die Reflexion. So ist in den Vorbereitungskursen und in den daran anschließenden kontinuierlichen Reflexionsrunden und Fortbildungen Raum zum Nachdenken und Reflektieren wichtig: über die Sinnhaftigkeit des eigenen Tuns, die Bedeutung, die das Engagement im eigenen Leben hat und über die Angemessenheit des eigenen Handelns in der Begegnung mit pflegenden Angehörigen.</p> <p>Auch Aktivitäten außerhalb des Kurses wie externe Gruppenarbeiten, „Hausaufgaben“ (z.B. über das Projekt erzählen) oder aber Hospitationen und Kontakte mit Referenten von anderen Institutionen erleichtern den Schritt in die Pflegebegleiter-Praxis.</p> <p><i>„Wir haben im Kurs Immer wieder die Frage gestellt: Was wollen wir tun? Wozu dient es? Was beabsichtige ich mit dem, was ich tue? Wie sieht es mein Gegenüber?“</i></p>

Die Beachtung dieser „Checkliste“ mit einigen Aspekten, die sich im Projektverlauf als zentral erweisen haben, kann helfen, bei der Durchführung von Vorbereitungskursen für Pflegebegleiter „Kurs zu halten“. Nun gilt es, sich mit „Herz und Verstand“ dem Profil „Freiwillige Pflegebegleitung“ immer mehr anzunähern, so wie eine Teilnehmerin im Anschluss an den Kurs in ihr Reflexions-Protokoll schreibt:

*„Verstand: Dabei wurden sowohl die Lerninhalte wie Krankheitsbilder, Bereuungsgesetz, Patientenverfügung, Pflegeversicherung wie auch das Wissen um Achtsamkeit bei der Pflegebegleitung wie Zuhören, keine festen Vorschläge machen, Übersicht der Hilfsmöglichkeiten (Netzwerk), Verständnis für Krankheitsbilder usw. erarbeitet...“*

*Herz: Im Vordergrund stand das Erspüren und Fühlen von Tatsachen in der Pflege, wir wollen uns `verstören´ lassen, Gefühle zeigen dürfen, Fremdheit aushalten wollen, Verständnis ohne zu werten zeigen und Geduld beim Zuhören üben.*

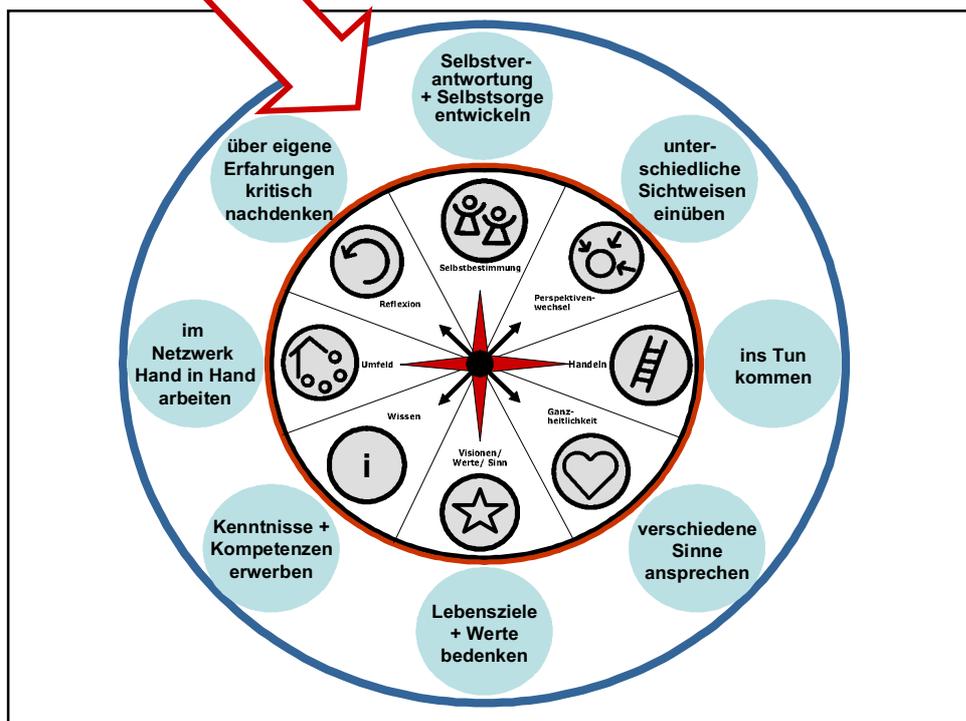
*Aber auch das Kennen lernen einer `neuen Welt´, Selbstwertgefühl – auch als `Laie´ wichtig zu sein, Selbstpflege und Selbstschutz. Wir erfuhren die Wertschätzung unserer Gruppe in der Öffentlichkeit und dass die eingeladenen Referenten uns und unsere Arbeit ernst nahmen.“*

*(Teilnehmerin eines Pflegebegleiter-Vorbereitungskurses bei der Alzheimer Gesellschaft Mönchengladbach e.V.)*

Methodenübersicht zu den Kurskarten								
	VR	W	PA	B	U	GR	NP	HP
Aktives Zuhören				X				
Begleitung als Lebensthema		X						
Begleitungserfahrungen austauschen								X
Collage: Alt möchte jeder werden...					X			
Das Netz							X	
Einladung eines Vertreters der Krankenkassen						X		
Entdeckungsreise zur Vielfalt von Pflegebedürftigkeit		X						
Erinnerungen pflegender Angehörigen			X					
Erweiterung des Gesichtskreises								X
Experten in eigener Sache					X			
Freiwillige und Institutionen/ Organisationen								X
Gedichtete Profilbeschreibung	X							
Gelebtes Empowerment	X							
Geschichte: Großvater und Enkel					X			
Handlungsspielräume und Grenzen				X				
Ich als Netzwerker/ Wir als Botschafter im Stadtteil							X	
Interviews mit Pflegenden			X					
Kleingruppenarbeit an den Projekt-Grundsätzen	X							
kreative Pflegebegleiter	X							
Kurzfilm: Ein ganz gewöhnlicher Tag					X			
Lebensraum Pflege							X	
Lehrgespräch								
Leid´ und Freud´ auf dem Weg des Lebens		X						
Life-Map: Unterstützung in meinem Leben			X					
Öffentlichkeit interessieren								X
Pflegestrukturen vor Ort							X	
Rund um die Uhr im Einsatz - Medienarbeit			X					
Rollenspiele: Erste Kontakte				X				
Schätze der Pflege			X					
Selbstbestimmte Lernprozesse gestalten	X							
Selbstpflege-Tagebuch		X						
Selbstsorgefähigkeit - Grundhaltungen		X						
Stühle in Bewegung			X					
Stützende Stimmen	X							
Unterstützung von Pflegenden – Wo stehe ich		X						
Wer fragt – führt ein Gespräch				X				
Work-Life-Balance für pflegende Angehörige								
Zukunfts-/Visionsarbeit	X							
<b>Legende:</b>								
VR = Vision und & Rollenprofil Pflegebegleiter								
W = Wertorientierungen, Ethik: Haltungen								
PA = Pflegende Angehörige zwischen Fürsorge und Selbstsorge								
B = Begleitung konkret								
U = Umgang mit Kranksein, Behinderung und Alter(n)								
GR = Gesetzliche Rahmenbedingungen								
NP = Netzwerke								
HP = Handlungsfelder & Vorbereitung auf die Praxis								

## Erklärung zur Systematik der aufgeführten Methoden in diesem Band:

●	<p><b>Benennung des Themas</b></p> <p>wie z.B.: „Hintergründe, Motive, Fakten und Ressourcen des Bundesprojektes“</p> <p style="text-align: right;">&gt; <b>Zuordnung zur Kurskarte</b></p>	
☆	<p><b>Methodenbenennung Beschreibung der Methode</b></p> <p>wie z.B.: Kleingruppenarbeit an den Projekt-Grundsätzen Dabei Auseinandersetzung mit den Fragen: - Wer sind die PflegebegleiterInnen?</p>	<p>Vorge stellt und entwickelt von einer bestimmten Person im Ort X</p> <p>(wenn kein Kasten, dann Quelle unbekannt oder Projektbüro)</p>
◎	<p><b>Erfahrungen mit der Methode, Rückmeldungen, ggf. Materialien</b></p> <p>wie z.B.: ...zu Beginn der Vorbereitungskurse von zentraler Bedeutung...</p>	
!	<p><b>Hinweise zur Weiterarbeit, zur besonderen Berücksichtigung</b></p> <p>wie z.B.: ...Hinweis: Pionierarbeit zieht sich durch den gesamten Kurs und ist dadurch Herausforderung und Entlastung zugleich</p>	
<p><b>Lernen auf den Ebenen: Zuordnung anhand des Lernkompasses</b></p>		



Eine ausführliche Beschreibung des Lernkompasses ist im „Kurskompass für Pflegebegleiter-Vorbereitungskurse“ zu finden.