

PROJEKTBERICHT LEVEL 1-4

VAP-TEACHER LEHRGANG NR. 0812

VON MA FÜR MA

Bewegungsförderung während der täglichen Pflege im VIV-ARTE® Pflegekonzept (VAP),
VAP BASICS Modul 1 – 4 in der Lebenshilfe-Donau-Iller 2016/17



Auftraggeber: Michael Leiter, Gesamtleitung Donau-Iller-Wohnstätten GmbH in
Absprache mit Dr. Jürgen Heinz, Geschäftsführer und Roland Bader,
Gesamtleitung Donau-Iller-Werkstätten GmbH

Projektleiterin: Christina Buck, Ergotherapeutin, Fachkraft im Gruppendienst, Donau-
Iller-Wohnstätte Neu-Ulm

Co-Leiterin: Stefanie Flad, HEP, Ambulant Betreutes Wohnen

Inhaltsverzeichnis

1.Ausgangssituation und Problematik: Mobilisation in der Pflege	03
2.Welches Wissen brauchen Pflegende bezüglich Mobilisationshandlungen?	04
3.Projektzieleplan VON MA FÜR MA	04
4.Meilensteine	06
5.Lernweg und Erfahrungen LEVEL 1	
5.1 Modul 21 Lernziele	07
5.2 Phase D, Unterricht in Neu-Ulm 11./12.April 2016	07
5.2.1 Lernerfahrung zur Unterrichtsfähigkeit	07
5.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer	07
5.3 Zwischenfazit LEVEL 1	08
6. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 2	
6.1 Modul 22 Lernziele	08
6.2 Phase D, Unterricht in Neu-Ulm 21.-23.November 2016	09
6.2.1 Eigene Lernerfahrungen und Ergebnisse	09
6.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer, siehe Anlage 1	09
6.3 Zwischenfazit LEVEL 2	09
7. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 3	
7.1 Modul 23 Lernziele	10
7.2 Phase D, Unterricht 8./9.Mai und Supervision 15./16.Mai 2017	10
7.2.1 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer	10
7.2.2 Eigener Lernprozess: Erfahrungen und Ergebnisse	11
7.3 Zwischenfazit LEVEL 3	11
8. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 4	
8.1. Modul 24 Lernziele	12
8.2 Phase D, Unterricht 9./10.Oktober und Supervision 7./8.November	12
8.2.1 Eigene Lernerfahrungen und Ergebnisse	12
8.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer	13
8.3 Fazit Level 4	13
9. Veränderung des beruflichen Verständnisses bezüglich Bewegungsförderung	14
10. Literaturverzeichnis und Anhang	14

1. Ausgangssituation und Problematik: Mobilisation in der Pflege

„Dauernd schießt bei ihr die Spastik ein. Ich muss immer aufpassen, dass ich keine Stöße/ Schläge/Tritte abkriege, während ich die Pflege verrichte. Das nervt. Ich bin gestresst und schau halt immer, dass ich schnell fertig werde. Ich finds schwierig mit ihr zu arbeiten.“

„Wenn ich den endlich im Lifter hab, um ihn auf die Toilette zu setzten, bin ich froh. Oft hängt er dann aber so schief drin, das sieht übel aus, aber geht halt nicht anders. Außerdem wird er mit zunehmendem Alter immer steifer und unbeweglicher. Es wird immer schwerer, mit dem zu arbeiten. Manchmal hab ich danach Rückenschmerzen. Ich weiß aber nicht, was ich ändern könnte.“

„Immer hat sie beim Transfer Angst zu stürzen oder sich wo anzuschlagen oder sonst was. Deswegen ist sie oft nervös und angespannt. Das macht die Arbeit mit ihr noch belastender, als es eh schon ist. Schön wär, wenn sie mehr mithilft und sich bei mir sicher fühlen würde.“

Drei exemplarische Problembeschreibungen aus dem pflegerischen Alltag mit erwachsenen Menschen mit Behinderung wie sie sicher vielen Kollegen, entweder aus Erzählungen oder aus eigener Erfahrung, bekannt vorkommen.

Genuss trifft Kompetenz

Mir selbst ging es so, dass ich es nach einigen Jahren in der Pflege satt hatte, immer mehr abzustumpfen und alles so zu machen, wie es halt schon immer gemacht wurde. Ich wollte Neuland erforschen und mich weiterentwickeln. Seit 2009 bin ich auf dem Weg Bewegung in meinen Arbeitsalltag zu bringen und die damalige Absicht ist inzwischen zu einem „must have“ für mich geworden: Zum Wohle meiner Bewegungspartner und zu meiner eigenen Freude.

Dabei finde ich es spannend, welche individuellen Bewegungsmöglichkeiten wir gemeinsam entdecken. Während der alltäglichen Pflege trainieren wir, lachen über Missgeschicke, lernen aus Fehlern, feiern kleine Fortschritte und genießen große Erfolge. So steigt zum Beispiel heute eine 63-jährige Bewohnerin entspannt und sicher ganz allein aus der Badewanne, was ihr vor unserem Training nicht möglich war. Oder ich kann einem anderen problemlos die Fingernägel schneiden, weil ich weiß, wie ich seine Spastik löse, um die Hand zu öffnen, die im Alltag stets zur Faust geschlossen ist. So unterschiedlich lässt sich das erworbene Wissen praktisch während der Arbeit einsetzen und das macht vieles einfacher.

Immer wenn ich Lust auf Neues habe und Veränderung brauche, setzte ich meine Reise mit der Bewegungsschule VIV-ARTE® KINÄSTHETIK-PLUS fort. Gerade lerne ich, mein Können und Wissen in Form von Unterrichten weiterzugeben. Damit gehe ich einen weiteren Schritt aus meiner Komfortzone und kann mit anderen die positive Erfahrung teilen, wie gemeinsam gesund bewegen den Arbeitsalltag nachhaltig verändert.

2. Welches Wissen brauchen Pflegende bezüglich Mobilisationshandlungen?

Bewegungsförderung nach VIV-ARTE® KINÄSTHETIK-PLUS bietet unendliche Möglichkeiten in der Pflege achtsam, gesund und kreativ zu arbeiten. Das modular aufgebaute Bildungsangebot der Bewegungsschule

kombiniert die Erkenntnisse aus Grundlagenforschung mit den Erfordernissen der DIN ISO 9001:2015 und entwickelt die bestehenden Programme fortlaufend innovativ weiter.

VIV-ARTE® KINÄSTHETIK-PLUS wurde aus der Praxis für die Praxis entwickelt und lehrt Bewegung im Rahmen der täglichen Pflege zu fördern. Das PLUS steht für das VIV-ARTE® Lernmodell, die VIV-ARTE® Mobilisation in 3 Phasen, die VIV-ARTE® Bewegungsdiagnostik und die VIV-ARTE® Pflege- und Trainingskonzepte VAP und VAT®.

VAP ist ein pflegetherapeutisches Konzept, bei dem es darum geht, dass alle an der Mobilisation Beteiligten gesundheitlich davon profitieren. In Modul 1 bis 4 lernen wir die Grundlagen der Bewegungsförderung mit dem Ziel uns und unsere Bewegungspartner in der Bewegung, Wahrnehmung und dem sozialem Miteinander ressourcenorientiert zu fordern und zu fördern.

Während unserer täglichen Arbeit können wir maßgeschneiderte Lösungen entwickeln und legen fest, welche der geeigneten Vorgehensweisen fallbezogen am besten zum Einsatz kommt. Wir erwerben das Fachwissen, notwendige Entscheidungen für Korrekturen im Vorgehen zu treffen. Auch lernen wir unsere Arbeitsweise zu hinterfragen, zu überprüfen und individuelle Anpassungen vorzunehmen. Wir können unsere Methodik erklären und begründen.

Mit dem aktuellen Projekt „VON MA FÜR MA“ bieten Frau Flad und ich unseren Kollegen in der Lebenshilfe-Donau-Iller einen Einstieg in die unendlich weite Welt der Bewegungsförderung an.

Mein persönliches Ziel ist es, den Teilnehmern Erfahrungen an die Hand zu geben, die sie für ihren Arbeitsalltag brauchen können. Ich will den Teilnehmern Lust machen, etwas Neues auszuprobieren. Super wäre, wenn wir ein paar Menschen mit unserer Begeisterung anstecken können. Wenn die Kollegen Feuer fangen und gemachte Erfahrungen in ihre Arbeit integrieren, dann haben wir gute Arbeit geleistet. Dann „bewegen wir beim Pflegen“. Wird uns das gelingen?

3. Projektzieleplan „VON MA FÜR MA“

Gesamtziel

In der Lebenshilfe-Donau-Iller arbeiten VAP-Nurses. Diese unterstützen Menschen mit Behinderung fachlich durch gezielte Bewegungsförderung in den verschiedenen Lebensbereichen Arbeit, Wohnen und Gemeinschaft „so zu leben, wie man es selbst möchte... sich wohl fühlen, am Arbeitsleben und an der Gemeinschaft teilhaben, lebenspraktische Selbstständigkeit und eigenständige Persönlichkeit entwickeln,...“(Quelle: aus dem Leitbild der Lebenshilfe-Donau-Iller)

Gesamtnutzen

VAP-Nurses wirken durch gezielte Bewegungsförderung positiv auf das Wohlbefinden der zu Betreuenden ein. Je mehr VAP-Nurses pro Standort/Gruppe/Abteilung tätig sind, umso vernetzter können diese sich in ihrer Fachlichkeit und Qualität in Bezug auf die Bewegungsförderung der zu Betreuenden ergänzen und sich fallbezogen miteinander austauschen und gegenseitig unterstützen.

Sind diese dazu noch Anleiter können sie die Nachwuchskräfte bereits während ihrer Ausbildungszeit auf das Thema Bewegungsförderung im pflegerischen Alltag sensibilisieren.

Projektziel (Output) - Ziele der Fortbildung

- ⇒ Prävention und Gesundheitsförderung
- ⇒ Arbeitssicherheit und Unfallschutz
- ⇒ Arbeitszufriedenheit und Mitarbeiterqualifikation

Projektnutzen (Outcome)

VAP-Nurses wenden ihr Können am Arbeitsplatz an und geben ihr Wissen an ihre Kollegen weiter. Sie lassen ihre zu Betreuenden und Kollegen im Pflegealltag von ihren Erfahrungen profitieren.

Nicht-Ziel / Nicht-Inhalte

VAP-Nurses führen Fachberatungen für zu Betreuende und ihre Angehörigen oder Team-schulungen durch.

Arbeitspakete und Teilziele

Modul 1, Präventive Mobilisation	In den 3 Phasen der Mobilisation natürlich und schmerzarm bewegen: „Gehen anstatt Heben“ <ul style="list-style-type: none"> ✓ Rückenschonendes Arbeiten ✓ Angst und/oder Schmerz der zu Betreuenden mindern ✓ Folgen von Bewegungsmangel vorbeugen
Modul 2, Rehabilitative Mobilisation	Die 3 Phasen der Mobilisation an die individuelle Situation anpassen: „Assistiv unterstützen“ <ul style="list-style-type: none"> ✓ Eigenaktivität des zu Betreuenden fördern ✓ Individuelle Bewegungsmuster unterstützen ✓ Anstrengung für zu Betreuenden und pflegende Person minimieren
Modul 3, Gesundheits- entwicklung	Die 3 Phasen der Mobilisation in alltägliche Pfl egetätigkeiten integrieren: „Selbstkontrolle fördern während dem Pflegen“ <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bewegungsförderung in Pflegehandlungen einbinden ✓ Pflegeabhängige Personen gut positionieren
Modul 4, Effiziente Gesundheits- förderung	Während den 3 Phasen der Mobilisation mit den zu Betreuenden Bewegung und Koordination lernen: „Motivieren – Anstrengung minimieren“ <ul style="list-style-type: none"> ✓ Sicherheit in selbstkontrollierten Bewegungen trainieren ✓ Gegenseitige Lernprozesse gestalten

4. Meilensteine: Projektmanagement „Step by Step“

2014/15	Aufbau von Kooperations- und Kommunikationsstrukturen innerhalb der Lebenshilfe Donau-Iller (Leitungsebene, Fortbildungsbeauftragte, Betriebsrat)
Dez 2015	Artikel in MAZ (=Mitarbeiterzeitschrift der Lebenshilfe) zum Thema erscheint
Nov 2015	Ausschreibung Berufsbegleitende Fortbildung im VIV-ARTE® Pflegekonzept (VAP), Bewegungsförderung während der täglichen Pflege, VAP-Nurse Modul 1 – 4 > erscheint außerhalb des regulären Fortbildungskatalogs in eigenverantwortlicher Redaktion
28.06.2016	Reflexions-/Planungsgespräch mit Herr Leiter betreff Planung VAP M1-M4 2017
Anfang Juli	Korrespondenz mit Frau Heubach, Fortbildungsbeauftragte der Lebenshilfe-Donau-Iller
Okt/Nov/Dez 2016	Genehmigung der Fortbildung VAP-Nurse Modul 1 – 4 durch die Gesamtleitung für 2017 Enge Zusammenarbeit mit Frau Heubach: Erstellen der Druckvorlage für den Fortbildungskatalog der Lebenshilfe 2017, Terminänderungen gemäß Kundenwunsch, Koordination Raumbelugung im Diakonischen Institut in Dornstadt für 2017
Dez 2016	Ausschreibung für 2017 erscheint offiziell im Fortbildungskatalog
18.8.2017	Reflexions-/Planungsgespräch 2017/18 mit Herr Leiter und Herr Spiegl, Leitung Innerbetriebliche Fort- und Weiterbildung. Herr Spiegl setzt sich dafür ein, dass 2018 auch Kollegen des HPZ (Heilpädagogisches Zentrum) der Lebenshilfe-Donau-Iller daran teilnehmen können.

Die Projektplanung zog sich ab 2014 über 2 Jahre hin. Dank der sehr guten Zusammenarbeit mit der Leitung, den Fortbildungsverantwortlichen und dem Betriebsrat wurden Rahmenbedingungen und Zuständigkeiten ermittelt und 2016 erstmalig in der Lebenshilfe-Donau-Iller eine berufsbegleitende Fortbildung von Mitarbeitern für Mitarbeiter „VON MA FÜR MA“ auf die Beine gestellt.

Ich finde es grundlegend wichtig, dass fachliches Know-How, welches sich im Betrieb befindet transparent vervielfältigt, praktisch angewandt und laufend weiterentwickelt wird. Daher freue ich mich Teil einer solchen Entwicklung zu sein. Ich hoffe, der Fachbereich Bewegungsförderung etabliert sich mit den Jahren in den verschiedenen Lebensbereichen Arbeit/Schule und Wohnen der Lebenshilfe-Donau-Iller. Ein Anfang ist gemacht.

Meine Zukunftsvision: Bewegungsförderung während der Pflege fasst Fuß, wächst weiter und wird eines Tages als Selbstverständlichkeit betrachtet wie andere Pflegestandards aus dem QM.

5. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 1

5.1 Modul 21, Lernziele

- △ Sicherheit im Anleiten und Demonstrieren der kontinuierlichen Be- und Entlastung und des Grundmusters M1 in allen Lagewechseln
- △ Sicherheit beim Erklären und Demonstrieren der Bewegungs- und Steuerungskriterien M1
- △ Sicherheit bei der Anleitung Pflegenden bei der Durchführung der Mobilisation in drei Phasen am passiven Patienten
- △ Erfahrungen sammeln und erste Sicherheit gewinnen im Unterrichten von M1 Seminaren nach QM-Vorgaben
- △ Erfahrungen sammeln und Sicherheit gewinnen im Präsentieren des VAP Konzeptes und in der Planung von Teamschulungen

5.2 PHASE D, Supervision 11./12. April 2016

5.2.1 Eigene Lernerfahrungen und Ergebnisse

„Die Küchenschlacht“ - eine selbstironische Betrachtung der Unterrichtsfähigkeit

- Halte dich an die Kochanleitungen deines Meisters, solange du Azubi bist!
- Solange du die Grundlagen deines Handwerks erlernst, koche ausschließlich nach Rezeptbuch!
- Beherrsche erst mal dein Handwerk, bevor du anfängst zu experimentieren!

Ich danke an dieser Stelle meinem Chefkoch (Supervisor Herr Dambacher) für das Aufzeigen, was falsch gelaufen ist, was gut ist und dafür, dass er sichergestellt hat, dass alles gut geht.

Ich muss Grundlagen pauken, um parkettsicher zu sein und mir in der Vorbereitung nicht erlauben zu denken „das reicht schon“. In den Phasen A/B/C und E will ich zukünftig Unklarheiten sofort ansprechen und mir erklären lassen und nicht wie bisher meinen „das wird schon“. Den Unterrichtsablauf werde ich zukünftig inhaltlich so nah an der Vorgabe ausrichten als möglich, um den Vorbereitungsaufwand geringer zu halten und um während dem unterrichten laufend den Bezug zum Arbeitsbuch herzustellen. Ich will lernen, den Fokus im Unterricht auf das Wesentliche zu halten (Prinzip > Unterthema > Kriterium > Vergleichserfahrung > Reflexionsfragen > ...) und eine klare, sich wiederholende Reihenfolge anbieten.

5.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer

Die Zusammenarbeit mit den Kollegen, die sich auf das Abenteuer „VON MA FÜR MA“ eingelassen haben macht mir Freude. In den individuellen Praxisbegleitungen bekomme ich mit, wie interessiert sie an dem Thema rückschonend Arbeiten dran sind („Wie mach ich das...?“) und wie engagiert sie mehr Bewegung in die Körperteile ihrer zu Betreuenden während passiver Lagewechsel und Transfers bringen wollen („Das

klappt schon gut, aber hier,...“). Da viele bei der Bewegungsausführung im Grundmuster Mühe haben, ihre Eigenbewegung abzustimmen, machen wir hierzu einen passenden Workshop (Interaktion/ Sinne/ Eigenbewegung abstimmen), um durch Vergleichserfahrungen diese Fertigkeit zu verbessern. Die Teilnehmer achten nach dem Workshop vermehrt auf die Aspekte Kommunikation und Bewegungsfluss. Die Teilnehmer, welche sich zum Lernen und Erfahrungen austauschen zusammentun, übertragen mehr in ihren Arbeitsalltag. Mich beeindruckt bei allen ihr Engagement und hoffe, der Alltagstrott holt sie nicht so schnell wieder ein.

5.3 Zwischenfazit LEVEL 1

Wir haben erreicht, dass sie das Unbekannte im Bekannten suchen und den Blick geöffnet haben für neue Erlebnisse und Erkenntnisse. Mit dem Grad der Zielerreichung bin ich sehr zufrieden.

Nach Modul 1 und vergleichend dazu nach Modul 4 führen wir die VAP-Befragung durch. Die Ergebnisse machen Lern- und Veränderungsprozesse der Teilnehmer im Laufe der VIV-ARTE Grundlagenschulungen deutlich (siehe Anlage 1).

6. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 2

6.1 Modul 22 Lernziele

- △ Sicherheit im Unterrichten von M1 Seminaren nach QM-Vorgaben
- △ Sicherheit in aktiven, passiven und teilaktiven Bewegungsinteraktionen
- △ Sicherheit im Ablauf und Handling Warm-Up M2/1
- △ Sicherheit im Demonstrieren unterschiedlicher Bewegungsmuster
- △ Sicherheit in teilaktiver und aktiver Interaktion über Berührung und Bewegung
- △ Sicherheit in der Anwendung Warm-Up M2/2 für unterschiedliche Fortbewegungsaktivitäten
- △ Weiterentwicklung der Kommunikationsfähigkeiten über Zug und Druck
- △ Weiterentwicklung der Fähigkeit für stabile Beziehungen über Zug und Druck
- △ Sicherheit im schnellen Erarbeiten, Beschreiben und Einüben von Mobilisationsplänen
- △ Sicherheit in der Anleitung Pflgender beim Erstellen und Ausführen von Mobilisationsplänen
- △ Erfahrungen sammeln und erste Sicherheit gewinnen im Unterrichten von M1 Seminaren nach QM-Vorgaben
- △ Erfahrungen sammeln und erste Sicherheit gewinnen im Unterrichten von M2 Seminaren nach QM-Vorgaben

6.2 Phase D, Supervision 21.-23. November 2016

6.2.1 Eigene Lernerfahrungen und Ergebnisse

Wer kennt nicht die Geschichte von „Das Loch in der Straße“? Ich bin in Strophe Zwei angekommen. Ich falle beim Unterrichten vielfach auf die Nase, bin jedoch nicht mehr so überrascht wie in Modul 1. Ich mache vieles richtig, manches gelingt mir so lala und bei so manchem wurschtel ich mich durch, was natürlich meinem Supervisor nicht entgeht.

Durch die Vertrautheit, die ich mit gut der Hälfte der Gruppe auf Grund jahrelanger, enger Zusammenarbeit habe, gelingt es mir nicht, professionelle Distanz an den Tag zu legen. Ich reagiere unbedachter als bei Kursen, bei denen mir die Teilnehmer fremd sind. Auch daran habe ich zu arbeiten.

In diesem Level habe ich gelernt, mich spontan auf Korrekturen und Verbesserungsvorschläge von Herr Dambacher einzulassen. Ich verstehe häufiger, was er mir an fachlich-methodisch/ didaktischen und sozial-kommunikativen Tipps während der drei Tage und im abschließenden Reflexionsgespräch zu vermitteln versucht. Ich bin im Vergleich zu Modul 1 weniger verkrampt und widerborstig, nehme jetzt seine Hilfsangebote gerne an und genieße seine Unterstützung. Das Lernen mit Herr Dambacher während dem Unterrichten macht mir jetzt Spaß und ich habe davor keine Scheu mehr.

6.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer

Bei den Praxisbegleitungen fällt mir auf, dass die Kollegen bei der Bewegungsförderung mit unseren spastischen Klienten vor allem Schwierigkeiten haben mit Hilfe langsamer Druckverstärkung und kontrollierter, kontinuierlicher Druckveränderung teilaktive Teilhabe zu ermöglichen.

Mit dem Ziel eigenen Kraftaufwand zu reduzieren bieten wir einen Workshop an (Anstrengung/ Druckkontrolle/ Gleichgewicht zwischen Druckaufbau, Druckveränderung und wegziehen). Schwerpunkt des Workshops ist, zu spüren was „Gewicht über Knochen verlagern“ bedeutet und das wir unser eigenes Tempo drosseln müssen, um das zu ermöglichen. Viele nehmen den positiven Effekt, auf die Quantität (Schrittgröße) und Qualität der Fortbewegung wahr und verknüpfen die Erfahrung mit Erlebnissen aus ihrem Arbeitsalltag.

Ich hoffe, dass die Teilnehmer nun Zeit/Raum/Anstrengung bewusster steuern und bei Lagewechseln den Tonus ihrer zu Betreuenden gezielter regulieren können.

6.3 Zwischenfazit LEVEL 2

Jeder Unterricht, jede Anleitung oder Praxisbegleitung ist einzigartig und nicht wiederholbar. Unterrichten hängt von so vielen Faktoren ab. Was z.B. in der einen Gruppe völlig mühelos funktioniert, löst in der anderen ungeahnte Aufregung und Unsicherheiten aus. Die Vielzahl an Möglichkeiten ist überwältigend und der eigene Horizont noch so klein. Der eigene Lernweg ist holprig und frustrierend, wenn Fantasie und eigenes Können in der Realität aufeinanderprallen.

Parallel zum Unterrichten arbeite ich auch mit Privatkunden „Bewegungsförderung in der Pflege zu Hause“. Ohne die Disziplin, die mir der Lernprozess des Unterrichts abverlangt, gäbe es diese

wundervolle andere Seite nicht. Auf Grund der Ausbildung muss ich mich mit den Inhalten der VIV-ARTE Pflegepraxis immer und immer wieder auseinandersetzen um aus meinen Fehlern zu lernen oder bisher nicht Erkanntes zu erfassen und zu begreifen. Aus dem Unterrichten nehme ich viel Wissen und Können für die Anleitung Pflegender zu Hause mit und genieße hier umso mehr das freie Arbeiten mit den Beteiligten.

7.Lernweg und Erfahrungen LEVEL 3

7.1 Modul 23 Lernziele

- △ Zu allen Kriterien Modul 3 Problem-Ziel-Maßnahme im Sinne des Pflegeprozesses formulieren können
- △ Sicherheit im Unterrichtsablauf von Modul 3 Seminaren nach QM-Vorgaben
- △ Sicherheit in der Lösung von Anwendungsproblematiken nach Modul 3
- △ Sicherheit in der Ausführung und Anleitung Pflegender bei der Integration der 3 Phasen der Mobilisation in die tägliche Pflege
- △ Sicherheit im Erarbeiten, Ausführen, Anleiten und Einüben von Mobilisationsplänen für ein Funktionstraining
- △ Sicherheit im Demonstrieren der Bewegungs-und Steuerungskriterien Modul 3 beim Vorzeigen und Anleiten während des Übens
- △ Erfahrungen sammeln und erste Sicherheit gewinnen im Unterrichten von Modul 3 Seminaren nach QM-Vorgaben

7.2 Phase D, Supervision 15./16.Mai 17

Im Zuge der aktuellen QM-Zertifizierung der VIV-ARTE® Bewegungsschule gibt es unter anderem auch neue Unterlagen für die Pflegepraxis. Wir entschließen uns dazu, dass wir diese in unserer Einrichtung testen und die Erfahrungen dann an VIV-ARTE rückmelden. Dieser Lernprozess ist ausführlich im Zwischenbericht LEVEL 3 beschrieben und folgt hier in gekürzter Darstellung.

7.2.1 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer

In unseren Kursen machen wir deutlich, dass dies ein Testlauf für das Arbeitspapier ist. Für die Teilnehmer ist es anstrengend sich auf die Änderung/Neuigkeit einzulassen. Im Praxisteil des Unterrichts zeigen sich die Kollegen einfallreich, lernbegierig und sind mit Eifer bei der Sache.

In einem Workshop bereiten wir die Kollegen auf die anstehende Facharbeit vor. Mit Hilfe eines Patientenbeispiels (bereits ausgefüllt sind Tag 1 und Tag 2) führen die Teilnehmer die Mobilisation Tag 3 durch. Sie reflektieren ihre Erfahrungen nach dem Ausprobieren der 3 Phasen der Mobilisation, ergänzen den Verlauf, diskutieren Merkmale und mögliche Anpassungen für die weitere Planung.

Auch wenn`s den meisten keine Freude bereitet, das Kombinieren von Theorie und Praxis gehört zum Lernprozess: Lernen, sein Handeln konkret zu planen (sich vorbereiten), zu beobachten, wie`s in Wirklichkeit verläuft (präsent sein während dem Tun) und sich im Anschluss zu überlegen, was sich bewährt hat und welche Veränderungen gezielt beim nächsten Mal ausprobiert werden (nachdenken und darüber sprechen, sich den fachlichen Wortschatz zu eigen machen).

7.2.2 Eigener Lernprozess: Erfahrungen und Ergebnisse

Ich gehe eine Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch. Ich falle schon wieder hinein...

Aufzählung meiner Schwachpunkte, auszugsweise:

Raumgestaltung nicht ideal (Platzierung der Betten etc.); Wischiwaschi beim Vorzeigen und Anleiten (Demonstrieren der Bewegungs- und Steuerungskriterien); meine eigene Ausgangspositionen und die damit zusammenhängende Bewegungsübertragung sind manchmal schlampig; Sprache, visuelles Verfolgen und Bewegungsausführung stimmen häufig nicht überein; ich leite kein flexibles Handling an..., erfülle also vieles von dem selber nicht, was ich von meinen Teilnehmern fordere.

Oh, Mann – das Üben hört nie auf!

Worauf ich hingegen stolz bin ist die gelungene Verknüpfung Patientenarbeit mit Workshop Modul 3. So haben die Teilnehmer und ich in diesem Level gute Fortschritte rund um`s Thema Arbeiten mit Mobilisationsplänen gemacht.

7.3 Zwischenfazit LEVEL 3

Die Supervision hat mir wieder klar gemacht, woran ich praktisch an und mit mir zu arbeiten habe. Ich erkenne schmerzhaft-deutlich die Parallelen im Lernprozess meiner Teilnehmer und mir selbst: Ich fühle mit den Teilnehmern mit, die sich furchtbar verkopfen („ich versteh das nicht, erklär mir nochmal,...“) und sich dadurch verkrampft selbst im Weg stehen.

Ich verstehe die Teilnehmer, die so tun als mache ihnen das alles gar nichts aus (Cool-sein-Woller), sich jedoch sehr darüber freuen, wenn sie gemachte Erfahrungen in ihren Arbeitsalltag integrieren können und das anerkannt und gewürdigt wird.

Ich empfinde Zuneigung zu den Teilnehmern, die sich kaum was zutrauen und daher gar nicht mitbekommen, wenn sie ihre Sache einfach gut machen (sie warten stets noch auf die Katastrophe oder Kritik oder was weiß ich und genießen so ihre Erfolge gar nicht), etc.

Manchmal bringt mich das zum schmunzeln. Ein andermal frustriert mich die Erkenntnis, dass sich diese Phasen immer und immer wieder wiederholen – nur auf einem anderen Level.

8. Lernweg und Erfahrungen LEVEL 4

8.1 Modul 24 Lernziele

- △ Zu allen Kriterien Modul 4 Problem-Ziel-Maßnahme im Sinne des Pflegeprozesses formulieren können
- △ Sicherheit im Unterrichtsablauf von Modul 4 Seminaren nach QM-Vorgaben
- △ Sicherheit in der Lösung von Anwendungsproblematiken nach Modul 4
- △ Sicherheit in der Ausführung und Anleitung Pflegender bei der Integration der 3 Phasen der Mobilisation in die tägliche Pflege
- △ Sicherheit im Erarbeiten, Ausführen, Anleiten und Einüben von Mobilisationsplänen für die Optimierung der Effektivität in selbstkontrollierten Bewegungen
- △ Sicherheit im Demonstrieren der Bewegungs- und Steuerungskriterien Modul 4 beim Vorzeigen und Anleiten während des Übens
- △ Erfahrungen sammeln und erste Sicherheit gewinnen im Unterrichten von Modul 4 Seminaren nach QM-Vorgaben

8.2 Phase D, Supervision 7./8.November

8.2.1 Eigene Lernerfahrungen und Ergebnisse

Herr Dambacher bietet uns an, mit ihm den Unterrichtsablauf vorab durchzuarbeiten.

Da wir den Inhalt (Problem/Ziel/Maßnahme) zum Teil an unseren Arbeitsbereich anpassen und uns eigene Vergleiche unter bestimmten Kriterien erarbeiten, ist diese Form der Vorbereitung für Frau Flad und mich Gold wert: Wir klären Unsicherheiten und werden auf Mängel/Stolpersteine z.B. in der Inhaltsvermittlung und Demo hingewiesen.

Diese Unterrichtsvorbereitung hat gravierende, positive Auswirkung auf die eigenen Fertigkeiten und somit auf die Erreichung der eigenen Lernziele. Demensprechend läuft die Supervision viel unaufgeregter und damit – bis auf ein paar kleine Schnitzer - parkettsicher ab: Weniger Stressempfinden, weniger körperliche Anspannung führt zu besseren Arbeitsergebnissen!

Was sich bei mir wie ein roter Faden durch die Ausbildung zieht, macht sich auch in Modul 4 bemerkbar: Zeitmanagement versus zu vermittelnde Inhalte. Da ich selbst so begeistert von der Bewegungsförderung bin, möchte ich meinen Teilnehmern auch viel an die Hand geben. Doch wer viel will, macht auch viel Fehler, wenn nicht zum rechten Zeitpunkt eingelenkt und flexibel auf Erfordernisse reagiert wird. Hier habe ich noch nicht die Balance zwischen eigenem Anspruch und machbarer Umsetzung innerhalb der vorgegebenen Zeitressource gefunden. Das Wesentliche zu erkennen, was die Teilnehmer jetzt brauchen und demensprechend sinnstiftend Vorhaben zu reduzieren ist was, wofür ich noch Lern-Zeit brauche.

Abseits des Unterrichts habe ich meine schönsten Lernerfolge. In der Anlage das aktuelle Beispiel dazu – es existiert keine Erlaubnis zur Veröffentlichung des Films! Siehe Anlage 2

Ein Gedanke zum Arbeitsbuch Grundlagen zur Bewegungsförderung Modul 1-4

Jedes Fachbuch enthält üblicherweise ein Sachregister. Auch in diesem wünschte ich mir ein Stichwortverzeichnis mit Querverweisen am Ende des Arbeitsbuchs, um z.B. Definitionen rasch nachzuschlagen und für Lernende Zusammenhänge schnell erfassbar zu machen.

8.2.2 Lernerfahrungen und Ergebnisse Teilnehmer

Die Teilnehmer haben z.T. Schwierigkeiten im Erstellen ihrer Facharbeit. Daher gehe ich an Tag 2 mit ihnen die Vorgaben für den Praxisteil vorbereitend wieder Schritt für Schritt durch. Wir arbeiten uns durch den Auftrag, eine verkürzte Vorlage für die Diagnostik, die Tabellen der Planung und den Reflexionsteil. Ich gebe vor, nach der Erstmobilisation die Diagnostik und Planung zu machen und im Anschluss eine Zweitmobilisation durchzuführen. So trainieren und wiederholen die Teilnehmer fokussiert das strukturierte und planvolle Vorgehen in der Bewegungsförderung nach VAP. Die Kollegen sind z.T. begeistert über ihre in der Praxis erzielten Ergebnisse fremdeln jedoch nach wie vor mit der Komplexität der zugehörigen Arbeitsunterlagen. Die gleiche Ambivalenz beobachte ich in den Praxisbegleitungen: „Wow, das funktioniert!“ und „Wie drücke ich das jetzt aus und unter welchen Punkt gehört das in den Mobilisationsplan?“. Freude und Frust liegen nahe beieinander und noch einige Arbeit vor uns.

Im Workshop greife ich das Thema Koordination auf. Die Kombination von Integration der 3 Phasen einer pflegerischen Mobilisation mit der eigenen Standortbestimmung zu diesem Unterthema halte ich für einen gelungen Abschluss der Fortbildung (siehe Anlage 3).

8.3 Fazit Level 4 und Ausblick

Rückblick: Die eigene Komfortzone verlassen - Gewohnheiten ändern

Eine neue Gewohnheit zu schaffen dauert im Schnitt 3 Monate beständiges Training. Erst dann haben sich die neuen Verknüpfungen im menschlichen Gehirn ausreichend stabilisiert, so dass man von einer neuen Gewohnheit sprechen kann. Fallen wir währenddessen in alte Muster zurück und stellen das aktive Üben ein, beginnt sich das neu angelegte Wegenetz nach 3 Tagen wieder abzubauen. Dann mit dem Training wieder anzufangen ist mühsam.

In den zwei Lehrjahren habe ich das selbst erlebt. Im Bewegungslernen ebenso wie beim Unterrichten-Lernen ging es immer wieder einen Schritt vor, drei Schritte zurück,... Das war ätzend! Momentan bin ich geschafft, blicke auf das Erreichte zurück, genieße die Aussicht und frag mich: „Ob das Fachlehrer-Sein auch mal zur Gewohnheit wird?“

Ausblick: „Von MA Für MA“ wird fortgeführt - Unser Engagement trägt Früchte

In der Anlage 4 liegt die einrichtungseigene Gesamtauswertung der zwei VAP Kurse 2016/17 bei. Die Zahlen untermauern das subjektive Empfinden, gute Arbeit geleistet zu haben.

Dank der Gesprächsbereitschaft der Leitungsebene und der Fortbildungsverantwortlichen ist die VIV-ARTE Pflegepraxis auch 2018 integraler Bestandteil des Fortbildungskatalogs der Lebenshilfe-Donau-Iller.

Wir bieten einen Kurs M1 und M2, einen Kurs M1 bis M4 (incl. Facharbeit), sowie 2 Refreshertage an. Zielgruppe der Refresher sind VAP Anwender. Ein Refreshertag besteht aus vier Workshops. Teilnehmer können hier ihre erworbene Kenntnisse und Fertigkeiten auffrischen und ihre Handlungskompetenz stärken.

Träume: gesund bleiben – gesund bewegen

Das Bewegungsritual von Frau Bauder Mißbach ist ein Füllhorn an Möglichkeiten, wie körperliches Training die Selbstwahrnehmung sensibilisiert und die eigene Beweglichkeit verbessert.

Da ich im Fitnesstraining immer wieder so Gedanken habe, wie „Oh, das wäre eine tolle Eigenerfahrung“ habe ich vor, die Kriterien der Grundlagenmodule 1 bis 4 mit Elementen aus dem Sportbereich verknüpfen. Ich möchte einfache und kurzweilige Übungen (incl. individuelle Steigerungslevel) zusammenstellen. Das Angebot ist für Interessierte als ergänzendes Element begleitend zu den Modulschulungen gedacht. Ohne Leistungsdruck und praktischer Zielvorgabe erhalten Bewegungsinteressierten Lernzeit für sich und ihre eigene Körperlichkeit.

Ganz naiv stelle ich mir das zum heutigen Zeitpunkt als tolle Erfahrungsplattform vor. Welche vorschriftsmäßigen Hürden auf diesem Weg auf mich warten? Ob ich das Angebot realisiert bekomme? Das wird sich zeigen.

9. Verändert sich mein berufliches Verständnis bezüglich Bewegungsförderung während der Fortbildung?

JA, fortwährend. „Wer um sich selbst kreist und immer dieselben Dinge sieht und tut, der verliert die Fähigkeit und die Möglichkeit, sein Hirn zu gebrauchen, so dass es sich langsam verschließt, verhärtet und schrumpft wie ein Muskel.“ (Quelle: Fabio Volo, Zeit für mich und Zeit für dich, Diogenes Verlag, 2013, Seite 122).

VAP Anwender zu sein, bedeutet für mich eine Verbindung gefunden zu haben zwischen meiner Ausbildung zum Ergotherapeut und meinem Arbeitsalltag in der Lebenshilfe-Donau-Iller. Durch die bewusste Einnahme von Perspektivwechseln (Prinzip/Unterthema/Kriterien) ändern sich meine Wahrnehmungsprozesse und darauffolgend die Bewertung von Situationen. Das aufmerksame

Herangehen hat positive Auswirkungen auf meine Präsenz während der Verrichtung alltäglicher, pflegerischer Handlungen. Durch den VAP-Werkzeugkasten habe ich eine Vielfalt von Möglichkeiten, auf herausfordernde Situationen flexibel zu reagieren, mich anzupassen und zu Betreuende in ihrer Individualität viel Freiraum zu lassen.

Teilhabe (Neudeutsch: Inklusion) beginnt für mich da, wo Bewegungsförderung während der täglichen Pflege stattfindet und nicht erst ab einem willkürlich definierten Zeitpunkt oder Ort, denn „wenn wir Muskeln und Gelenke bewegen können wir uns als Menschen erfahren und uns aktiv am Leben beteiligen“. So einfach ist das.

Die Weiterbildung zum VAP Lehrer hilft mir zu begreifen, dass jeder seine eigenen Maßstäbe hat, was Festhalten an Gewohnheiten und Zulassen von Veränderungen betrifft. Ich lerne dies zu akzeptieren und zu respektieren. Für diese Einsicht danke ich meinen Kollegen und Kursteilnehmern.

An alle Wegbegleiter, die während dieser intensiven Lehr- und Lernzeit meine Unsicherheiten und Launen ertragen oder auch meine übereifrige Begeisterung ausgehalten haben: Ihr wart echt tapfer, ich danke Euch!

Die Ausbildungszeit zum VIV-ARTE® Fachlehrer hat mein Denken, Fühlen und Handeln nachhaltig verändert und wird mein berufliches Verständnis weiterhin entscheidend beeinflussen.

10. Literaturverzeichnis und Anlagen

VIV-ARTE® KINÄSTHETIK-PLUS Bewegungsschule und Verlag: Flyer, Bildungsprogramm und Homepage, Seminarunterlagen Modul 1 – 4, Modul 11 – 15, Modul 21 - 24

Vera F. Birkenbihl, Trotzdem LEHREN, Gabal Verlag, 2004

Simone Kauffeld, Nachhaltige Weiterbildung, Springer Verlag, 2010

Carl Naughton, Neugier, Econ Verlag, 2016

Rainer Zech, Handbuch Qualität in der Weiterbildung, Beltz Verlag, 2008

Steffen Kirchner, Totmotiviert?, Gabal Verlag 2016

Cornelia Schinzilarz, Gerechtes sprechen, Belz Verlag 2011

Maren Schneider, Stressfrei durch Meditation, O.W. Barth Verlag, 2012

Anlage 1 – VAP Befragung

Anlage 2 – Film

Anlage 3 – Workshop Koordination

Anlage 4 – Gesamtauswertung Lebenshilfe

Anlage 5 - Patientenarbeit