

PROJEKTBERICHT LEVEL 1-4

VAP - TEACHER

LEHRGANG NR. 0813

Oktober 2018 - Februar 2020

Bewegung berührt  
Berührung bewegt



-

Mit Herz und Verstand

Von

Elvira Dambacher

# Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>Mein Lernweg - 14 Monate Zeit</b>	<b>4</b>
<b>3.</b>	<b>Level 1</b>	<b>4</b>
<b>3.1</b>	Herausforderungen	4
	3.1.1 Einleitung	4
	3.1.2 Vor- und Zurückrutschen	5
	3.1.3 Teilnehmer	5
<b>3.2</b>	Supervision	5
<b>3.3</b>	Fazit	6
<b>4.</b>	<b>Level 2</b>	<b>6</b>
<b>4.1</b>	Herausforderungen	6
	4.1.1 Warm-Up M2/1	6
	4.1.2 Bewegungsmuster	7
	4.1.3 Zug und Druck	7
<b>4.2</b>	Supervision	7
<b>4.3</b>	Fazit	7
<b>5.</b>	<b>Level 3</b>	<b>8</b>
<b>5.1</b>	Herausforderungen	8
	5.1.1 MOTPA	8
	5.1.2 Transfers in unterschiedlichen Positionen	8
<b>5.2</b>	Supervision	8
<b>5.3</b>	Fazit	9
<b>6.</b>	<b>Level 4</b>	<b>9</b>
<b>6.1</b>	Herausforderung	9
<b>6.2</b>	Supervision	9
<b>6.3</b>	Fazit	10
<b>7.</b>	<b>Projektarbeit</b>	<b>10</b>
<b>8.</b>	<b>Umfrage: interessante Ergebnisse</b>	<b>11</b>
<b>9.</b>	<b>Schlusswort: Vom „Denker zum Spürer“</b>	<b>13</b>
<b>10.</b>	<b>Danke</b>	<b>13</b>
<b>11.</b>	<b>Literaturverzeichnis und Anlagen</b>	<b>14</b>
<b>12.</b>	<b>Erklärung</b>	<b>15</b>

Anlage 1 - VAP Befragung

Anlage 2 - Beschreibung Gruppenanleitung Modul 4

Anlage 3 - Patientenarbeit

# 1. Vorwort

## Ich habe (k)einen Plan

Ich bin Elvira Dambacher und 42 Jahre alt. Seit meinem FSJ 1997 bin ich mit dem Universitätsklinikum Ulm verwurzelt. Die Frage die ich mir gelegentlich selbst stelle: Warum mache ich das eigentlich? Es ist tatsächlich eine berechtigte Frage, denn: erstens stand „Krankenschwester“ nicht auf meiner Berufswunschliste und zweitens war auch VAP-Teacher nicht auf der Agenda. Aber was bedeutet es schon einen Plan zu haben? Nein, ich habe keine Pläne!!! Ich habe Visionen, die ich so klar vor Augen sehe, daß ein fesselnder Gedanke ausreicht um zu einer Idee zu reifen. Kommt dann noch ein Funken Begeisterung hinzu, reicht es für ein Feuer. Um weiter in diesem Wortspiel zu bleiben:

Ich brenne:

- für meinen Beruf
- für die Pflege
- für die Menschen, für die ich Verantwortung übernehme
- für eine hohe ethische und moralische Fürsorge
- für diese eine VISION:

Ob ich nun Krankenschwester oder ab 2020 eine Pflegefachkraft bin... Ich habe die Vision, daß sich der pflegende Beruf wieder auf das Wesentliche konzentrieren darf. Eine professionelle Pflege darf sich dann wieder auf ihr eigenes Handwerk konzentrieren. Wir sind keine „kleinen Ärzte“ und sind nicht besser qualifiziert, wenn wir ärztliche Tätigkeiten übernehmen. Genauso wenig lassen wir dann zu, daß administrative Aufgaben uns soviel Zeit rauben, so daß am Ende nichts für unser ordinäres Handwerk übrig bleibt. Nämlich die Zeit bei einem Menschen zu verbringen, der aufgrund von einem Unfall, einer Krankheit, einer Behinderung oder seines hohen Alters es verdient hat, daß sich ein Profi um seine Bedürfnisse kümmert.

Trete ich wach, konzentriert und mit all meinen Sinnen an ein Pflegebett und nutze ich alle meine Fähigkeiten mit Herz und scharfem Verstand, erreiche ich für JEDEN Menschen, der auf meine Hilfe angewiesen ist, eine würdige Lebenssituation.

Über 22 Jahre Pflegeerfahrung und ich habe erkannt, daß alles Wissen wichtig ist, aber Niemandem ist geholfen, wenn es im Verborgenen bleibt. Über ein Jahr VAP-Teacherausbildung und ich habe erkannt, daß alles was ich brauche, mein Verstand und meine Hände sind. An ein Bett zu treten und allein mit Herz und meinen Händen zu arbeiten bedeutet:

*MENSCHEN BEWEGEN - PERSPEKTIVEN GEBEN*

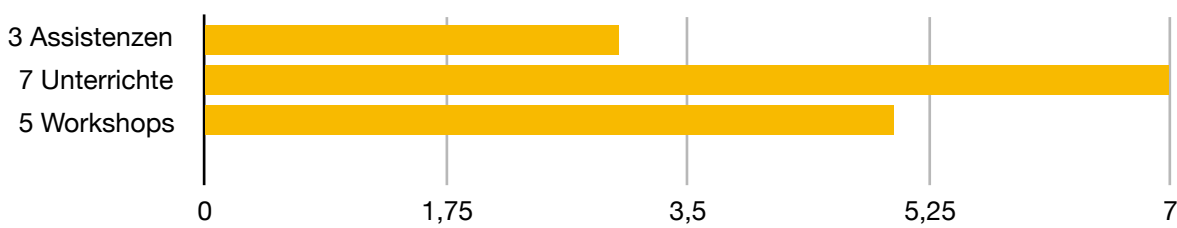
## **2. Mein Lernweg**

### **2.1 14 Monate Zeit**

So intensiv, knallhart und emotional dieser Lernweg war, so lehrreich und faszinierend zugleich, war auch meine persönliche Entwicklung. Ich musste meinen eigenen Weg finden, eigene Pfade gehen, eigene Fehler und Misserfolge hinnehmen, Enttäuschungen und Tränen zulassen und aushalten. Verluste hinnehmen und akzeptieren, vor allem aber lernen, besonders meine Erfolge und Erkenntnisse zu feiern. Ich bereue NICHTS, denn im Rahmen meiner Möglichkeiten habe ich mein Bestes gegeben und darauf bin ich stolz.

Ob ich es wieder machen würde? Selbstverständlich!!! Um es mit einem Zitat von Marilyn Monroe auszudrücken: „Ich würde alle Fehler genauso wieder machen. Nur ein bißchen früher, dann hätte ich mehr davon.“

## **3. Level 1**



In diesen drei Assistenzen Modul 1, durfte ich vier unterschiedliche Lehrerkolleg\*innen begleiten und von ihnen lernen. Vier unterschiedliche Generationen VAP-Teacher. Bei jedem Modul profitierte ich von ihrem Erfahrungsschatz und ich konnte es zu Beginn kaum fassen, sie hatten alle unterschiedliche Unterrichtsabläufe. Niemals würde ich mich als Novize trauen zu experimentieren. So halte ich mich immer noch streng an die Unterrichtsvorgabe und nur wenn ich ganz mutig bin, weiche ich auf einen anderen Transfer ab. Abweichen birgt für mich das Risiko des Zeitverlustes. Einen Inhalt weglassen zu müssen, ist mit der Sorge „Qualitätsverlust“ verbunden. Schließlich bauen die Module aufeinander auf und nicht vermittelte Inhalte, sind in den weiteren Modulen wiederum Zeitdiebe.

### **3.1 Herausforderungen**

#### **3.1.1 Einleitung**

Heidi Bauder-Mißbach: „Die Einleitung darf dich nicht mehr als 30 Minuten kosten und baue am besten zwei Bewegungssequenzen ein...“. Schon beim Schreiben von diesem Satz empfinde ich Stress. Eine Einleitung zu formulieren, die dieser Vorgabe entspricht und alles Wichtige enthält, ist ein Kunstwerk. Allerdings ist es realistisch.

Es ist in der Knappheit möglich und soll die Teilnehmer auf das Thema lenken. Ihnen Lust bereiten. Vorwissen aktivieren. Immer wenn es mir gelungen ist in diesen 30 Minuten kurz, prägnant und konzentriert VAP zu erklären und auf das Thema Modul 1 zu lenken, zog sich dieses positive Gefühl durch den ganzen Tag. Neumodisch lässt sich das als „Flow“ bezeichnen.

Fakt ist, daß ich tagelang an meiner Einleitung gebastelt habe. Umso entsetzter war ich, als in meiner Supervisionsrückmeldung stand: „Aufbau etwas chaotisch, war etwas schwierig Zusammenhänge zu erkennen“. Ein Jahr später verstehe ich dieses Feedback. Wusste ich doch noch so wenig.

### 3.1.2 Vor- und Zurückrutschen

Als ein Kollege sagte: „Das Vorrutschen gelingt den Meisten doch irgendwie...“ musste ich regelrecht protestieren. Im Nachhinein ist es mir ein Rätsel, daß es mir fast dreiviertel der Ausbildungszeit nicht gelingen wollte „Vor- und Zurückzurutschen“ ordentlich durchzuführen, geschweige denn akzeptabel zu demonstrieren. Supervision: „Vor- und zurückbewegen Sicherheit erarbeiten: Ausgangsposition!“ Vom Ehrgeiz gepackt und ziemlich verzweifelt wollte ich schon aufgeben. Heidi jedoch, mit ihrer stoischen Gelassenheit, bat mich es ruhen zu lassen. Voller Zuversicht behauptete sie: „Irgendwann wird es dir einfach gelingen, wenn du aufhörst Angst davor zu haben.“ Genauso war es! So einfach kann Lernen sein.

### 3.1.3 Teilnehmer

Eine meiner Stärken ist Menschen da abzuholen wo sie stehen, ohne Vorwurf und mit Respekt. Das ist eine Grundhaltung, die ich mir im Laufe meiner Lehrerfahrung als Unterrichtende und Praxisanleiterin von meinen zahlreichen Vorbildern angeeignet habe. Mit dieser Ressource fahre ich sehr gut. So kann ich nur selten Verzweiflung mit „schwierigen Teilnehmern“ verzeichnen. Unterrichtserfahrung habe ich mit Menschen von 16 bis 65 Jahren. FSJ / Bufdi, Auszubildende vom ersten bis zum Examenseinsatz, Studierende, erfahrene Pflegekräfte, von 25-100% Beschäftigte. Gelegentlich bringen diese ihre Probleme, Unzufriedenheiten, persönliche Situationen mit in den Unterricht. Ruhe ich in mir, kann ich diese zwischenmenschlichen Nuancen sehr gut ausgleichen. Befinde ich mich selbst in einer anstrengenden, überarbeiteten Phase, kostet es unheimlich viel Kraft den Motzern, Jammerern, Kritikern, lustlosen Provokanten den Bauch zu pinseln. Es ist auch eine Frage der Fairness, diesen Menschen nicht zu viel Aufmerksamkeit zukommen zu lassen. Der motivierte Teilnehmer darf nicht zu kurz kommen. „Jeder kann hier was mitnehmen, wenn er möchte. Sieht er es als Zeitverschwendung an, stelle ich es jedem frei mit einer Teilnehmerbescheinigung den Unterricht zu verlassen.“ Bisher ist noch nie jemand gegangen.

## **3.2 Supervision**

Eine Woche nach der C-Phase war mein erster eigenständiger Unterricht und gleichzeitig die Supervision Modul 1. Die meiste Zeit der Vorbereitung hat mich die Einleitung gekostet. Unzählige Male habe ich mir die Überleitungen, Anleitungen, Demonstrationen, selbst vorgesprochen. Ich brauche viel Struktur für die eigene Sicherheit. So nutzte ich einen visualisierten Tagesablauf um besser wieder zurück zu finden.

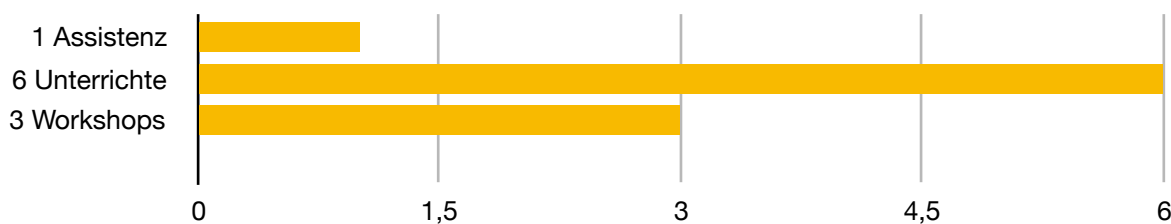
Es hat mir sehr geholfen, daß ich jederzeit ein SOS an meine Supervisoren Heidi Bauder-Mißbach und Markus Mitwollen aussenden konnte. Diese verhielten sich beinahe regungslos im Hintergrund.

War meine Demonstration unsauber oder sogar verquer, habe ich meine eigenen Fehler in der Übungsphase bei den Teilnehmern erkennen können und wieder ausbessern dürfen. Ich stelle fest, daß Fehler im Unterricht zugeben zu müssen, sich selbst zu korrigieren, zu einer hohen Konzentration der Teilnehmer führt und diese danach überraschend korrekt arbeiten. Diese Erkenntnis hilft mir, mir zu erlauben, Fehler zu machen. Für dieses Vertrauen danke ich beiden Supervisoren.

### **3.3 Fazit nach 7 selbständig durchgeführten Unterrichten innerhalb der Ausbildung**

- Bereite dich auf jeden Unterricht vor. Setze dich mit deiner Zielgruppe und ihrem Tätigkeitsfeld auseinander
- Visualisiere deinen Tagesablauf. Möglichst klare Pausenregelungen geben eine gute Orientierung im Tag vor
- Verfolge deinen roten Faden. Baue auf bereits Gesagtes auf. Gestalte deine Überleitungen leicht nachvollziehbar. Bleib einfach und klar. Kein „Bla bla“
- Vermische keine Kriterien. Lenke bei Abweichungen wieder zum Thema und Kriterium zurück
- Erinnere die Teilnehmer, daß im Modul 1 das Grundmuster passiv gesteuert wird. Bitte um Geduld für Anpassungen
- Bewege jeden Teilnehmer selbst einmal und lasse dich auch von Jedem bewegen. Achte darauf, daß sich innerhalb der Gruppe regelmässig verschiedene Bewegungspartner zusammenfinden
- Bleibe ruhig und besonnen!!!

## **4. Level 2**



### **4.1 Herausforderungen**

#### **4.1.1 Warm-Up M2/1**

Als Teilnehmer in Modul 2 ein Warm-Up zu erhalten führt zu Entspannung. Als Dozent diese Anwendung anleiten zu müssen hat mich wiederum über einen längeren Zeitraum mehr als angespannt. So genüsslich und ruhig, in einer natürlichen, rhythmischen Sprache wie es Heidi konnte, sollte eine der größten Herausforderungen in Modul 2 werden. Allein im Zehengrundglied, dreimal „Beugung auslösen und verstärken - Streckung auslösen und verstärken“ zu sprechen, heisst sich 15 mal zu wiederholen. Weitere 30 Wiederholungen im Zehengrundgelenk kreisförmig anleiten und nochmals 15 gleiche Sätze für die Mittelfußknochen, hat mir widerstrebt. Ich neigte dazu Abwechslung reinzubringen und gerne mal etwas mehr zu erzählen. Fataler Fehler. Klare, einfache Worte, im „Singsang“ vorsprechen, sich selbst zu bewegen und immer im Rhythmus bleiben, führt dazu, daß die Teilnehmer schnell verstehen, daß es mehr als nur ein Wechsel zwischen Beugen-Strecken und Kreisen ist. Seit ich das verinnerlicht habe, habe ich beim Anleiten dieser Sequenz genauso viel Freude, wie die Teilnehmer. Wie ist es mir gelungen? Workshops! Teilnehmer lassen sich hierfür sehr schnell zusammenfinden.

#### 4.1.2 Bewegungsmuster

Bewegungsmuster anleiten, heisst vorab am Boden die Eigen- und Partnererfahrung zu machen und das Ganze später an das Bett zu übersetzen. Eine meiner Lieblingssequenzen. Eins nach dem anderen, klare Struktur. Schnell erfahrbare und die Reflektion der Erfahrung ist immer ähnlich. Also kaum Überraschungen zu erwarten. Die Übersetzung an das Bett benötigt wiederum ein gutes Vorbereiten bezüglich der Zielgruppe. Wo arbeiten sie und wann können sie welches Muster erkennen und anwenden? Hier galt es die verschiedenen Muster zu verinnerlichen und sich eine breite Palette an Beispielen im Kopf abzuspeichern. Besonders viel Zeit hat mich die Vorbereitung der Demonstration, die genaue Wortwahl und die Ausgangsposition trainieren, gekostet. Diese Arbeit hat sich gelohnt.

#### 4.1.3 Zug & Druck

Heidi: „Ich verstehe gar nicht, daß du das jetzt nicht verstehen kannst!“. Es war zum davonlaufen. Eine totale Blockade. Ich kann immer noch nicht sagen, was so schwer zu begreifen war. Es fällt mir schwer eine Überleitung zu gestalten. Warum? Ich weiss es nicht! Dabei belasse ich es für den Moment. In der Supervision ist es mir gut gelungen. Hätte doch nur jemand meinen Wortlaut mitgeschrieben.

### **4.2 Supervision**

Nicht nur die Supervisoren, auch ich selbst nehme einen großen Fortschritt in meiner Eigenbewegung und Bewegungsqualität wahr. Sich viel von den Teilnehmern bewegen zu lassen, hilft beim Korrigieren.

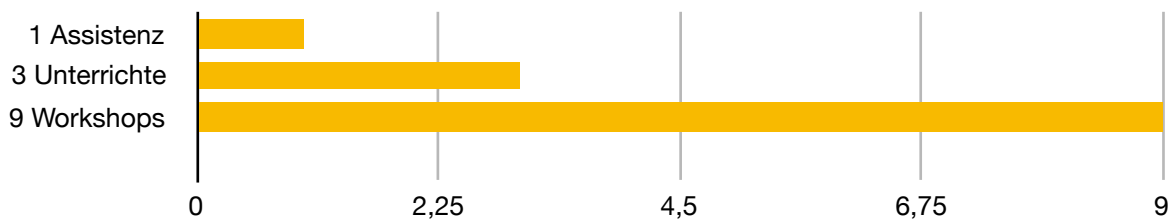
Alle vier Patienten, die ich am Vortag ausgesucht hatte waren teilaktiv und hervorragend geeignet für das Modul 2. Leider stand am Morgen der Supervision kein Einziger mehr zu Verfügung. Drei Ersatzkandidaten waren schnell gefunden. Davon waren bis zur Mittagspause wieder zwei abgesprungen. Hätte ich hier meiner Emotion freien Lauf gelassen, wäre ich nach Hause gegangen. ATMEN hilft. Für die Supervisoren ist es gut zu sehen, wie flexibel und spontan der Prüfling ist. Für den, der geprüft wird, liegen die Nerven blank.

Im Kontaktstudium wurde ich darauf getrimmt, nur die Bedürfnisse der Lernenden abzufragen, wenn es auch zum Unterrichtsinhalt werden kann. Trotz besseren Wissens, habe ich es in der Supervision absichtlich weggelassen. Für spontane Wünsche und besondere Schwierigkeiten der Teilnehmer war ich nicht sicher genug. Obwohl ich in der Vorstellungsrunde gezielt danach gefragt habe.

### **4.3 Fazit**

- Der Tag 1 von Modul 2 ist entspannter
- Bereite dich abends auf Tag 2 vor. Deine Anwendungsbeispiele müssen zu den Patienten aus der Praxis passen. Bereite hierfür auch exemplarisch einen Mobilisationsplan vor
- Schreibe dir die Bedürfnisse und Schwierigkeiten deiner Teilnehmer in der Vorstellungsrunde mit. Plane diese in den Unterricht ein. So fühlt sich jeder individuell begleitet und ernst genommen
- Stelle dich deinem Wissensdefizit „Zug und Druck“. Setze dich mit der Thematik theoretisch und praktisch auseinander

## **5. Level 3**



### **5.1 Herausforderungen**

#### **5.1.1 MOTPA**

Modul 3: Gesundheitsentwicklung. Hier sollen die Teilnehmer unter anderem einen kleinen Einblick in die Tätigkeit eines VAP-Advisors erhalten. Mit dem „Mobilitätstest für Patienten im Akutkrankenhaus“ einschätzen wieviel Selbstkontrolle der Pflegebedürftige bei den Lagewechseln und Positionen hat, mit ihm gemeinsam ein Ziel festlegen und durch gezielte Förderung mehr Selbstkontrolle trainieren.

Da meine Advisorausbildung über sechs Jahre her ist und damals MOTPA maximal am Rande behandelt wurde, stellte ich bei mir, im Vergleich zu meinen Kollegen\*innen der Teacherausbildung große Defizite fest. Während sie mit Leichtigkeit der Thematik folgten, waren es für mich böhmische Dörfer.

#### **5.1.2 Transfers in unterschiedlichen Positionen**

Im Grundlagenbuch zähle ich acht dargestellte Transfervarianten „Bett-Stuhl“. Das Üben und Ausprobieren aller Möglichkeiten: teilaktiv, passiv, stehend, sitzend, kniend, vor dem Patient, neben dem Patient...hat unfassbar viel Spaß gemacht. Die vielseitigen Möglichkeiten bieten wiederum ein großes Repertoire für große, kleine, dicke, dünne, schwache, steife und schlaffe Menschen. Diese Merkmale können nicht nur den zu Bewegenden betreffen, auch die Pflegekraft bringt nicht immer die optimale Körpergröße und das optimale Gewicht mit. Hilfreich war, daß wir als Lerngruppe ebenfalls viele Gewichtsklassen und Größen vertreten hatten.

### **5.2 Supervision**

Zwischen der C-Phase und meiner Supervision lagen 9 Wochen Zeit. Direkt nach der C-Phase habe ich mich intensiv mit den Inhalten und dem Unterrichtsablauf auseinandergesetzt. Ganz nach dem Motto: „theoretisch kann ich praktisch alles“. In dieser Hochsommerphase fanden weder in der Klinik noch in der Krankenpflegeschule Module statt. Da aber Hochsaison für das praktische Examen war, bot sich die Möglichkeit hochmotivierte Lernende zu zahlreichen Workshops einzuladen und so etwas Unterrichtserfahrung für das Modul 3 zu sammeln. Meinen Schwerpunkt setzte ich hier auf die Eingangserfahrungen von Modul 3 und die Umgebungsgestaltung.

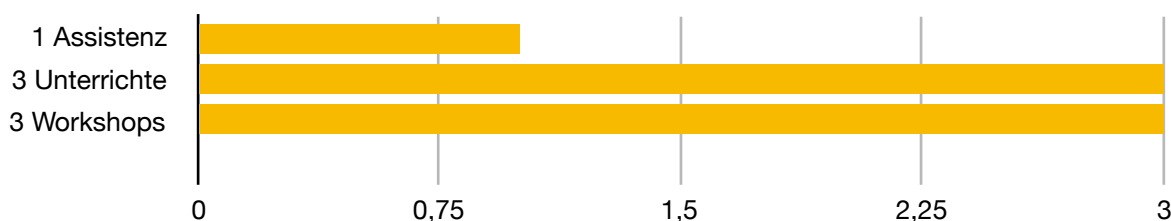
Auf die Supervision habe ich mich im Vorfeld gefreut. Dachte ich noch, es wäre mein Lieblingsmodul. Beinahe euphorisch wollte ich zeigen, was ich gelernt habe. Untypisch für Heidi Bauder-Mißbach hörte ich unregelmässig ein leises, auch mal lauterer Seufzen und auch Räuspern vom Tisch der Supervisoren. Es hat mich stark verunsichert und unzufrieden gemacht. Wiederrum Durchatmen, Ausblenden und Weitermachen hat geholfen diese zwei Tage zu überstehen. Im Unterricht an sich habe ich nicht geglänzt und somit auch nicht gezeigt, wie ich mich persönlich weiterentwickelt habe.



## **5.3 Fazit**

- Modul 3 zu unterrichten, ist mit viel (Vor)Freude verbunden
- Das Zusammenfügen der Grundkenntnisse, plus die Förderung am Bett macht die Alltagstauglichkeit von VAP transparent
- Durch die Praxisbegleitung ist der Fortschritt beim Patient deutlich erfahrbar und führt zu einer hohen Zufriedenheit bei allen Beteiligten
- Meine eigene Bewegungsfähigkeit hat sich stark verbessert, daß ich deutlich entspannter und mit mehr Freude agiere
- alle Lagewechsel mit DrehenStrecken - DrehenBeugen weiter trainieren
- es wäre hilfreich bei der Advisorausbildung zu hospitieren und so mehr Sicherheit in MOTPA und dem Erstellen von Mobilisationsplänen zu gewinnen

## **6. Level 4**



### **6.1 Herausforderung**

Mit dem Kopf unter dem Arm und wenig motiviert, startete ich in das letzte Level. Das Modul 4 fühlt sich von der Phase A bis C, von vornherein, machbar an. Ich merke deutlich, wie ich bereits im Lernprozess wachse. Durch das intensive Lern- und Ausbildungsjahr bin ich und mein Kopf in der Lage, Dinge schneller zu erfassen und zu begreifen. Ich benötige nicht mehr soviel Zeit zum Lesen, Verstehen, Erfahren und Durchführen. Der Beweis: „Lernen im Erwachsenenalter funktioniert genauso, wenn du dich der Herausforderung stellst.“

Regelrecht gepuscht von diesem „Hoch“ läuft es wirklich ausgezeichnet. Es entspannt mich so sehr, daß ich gar nicht anders kann als Abliefern. Eine große Hilfe war für mich die Struktur der Ausbildung. Wir arbeiteten insgesamt dreimal den Unterrichtsablauf gemeinsam durch. Plötzlich hörte ich die Überleitungen, die Heidi formulierte und schrieb diese beinahe im Diktat mit. Problem, Ziel, Maßnahmen zu Beginn einer Sequenz einfließen zu lassen, begleitet von praxisnahen Beispielen für die Zielgruppe, gelingt mir nun besser.....Plötzlich war es so einfach.

### **6.2 Supervision**

Besonders zu Gute kommt mir für die Supervision Modul 4 eine glückliche Planung. Nach Abschluss der Phase C sollte ich bereits meinen ersten Unterricht durchführen dürfen. Natürlich unterliefen mir hier einige Fehler. So waren die Defizite und Schwierigkeiten erfahrbar und ich konnte diese bis zur Supervision aufarbeiten. In der Woche zwischen dem ersten M4 Unterricht und meiner Supervision durfte ich in der Schule für Pflegeberufe ein Modul 3 und ein Modul 1 unterrichten. In diesem „VAP-Modus“ stand die Supervision an.

Dieses Mal war ich wirklich sehr aufgeregt. Weniger das Gefühl der Nervosität, mehr wie die Freude eines Kindes auf etwas, worauf es stolz ist. So wollte ich nicht für die Supervisoren abliefern, sondern es für mich persönlich GUT machen. Es ist mir gelungen. Sehr gut heisst ja bekannterweise: „in besonders hohem Maße“. Das würde ich mir nicht auf die Fahne schreiben. Es ist ein aufrichtiges und ehrliches GUT. Das ist mehr als ich vor 14 Monate für möglich hielt.

### **6.3 Fazit**

- Überleitung und Anleitung „Haltungs-, Transportbewegung“ überarbeiten
- Nicht vergessen das Ziel zu formulieren: Was soll beim Patient erreicht werden?
- Bleibe authentisch
- Die Sicherheit kommt mit dem Unterrichten
- Vertraue darauf: Mit der Zeit und der Praxis wirst du das immer besser verstehen

## **7. Projektarbeit - Implementieren des Modul 4**

VAP ist an der Schule für Pflegeberufe, an der ich seit 10 Jahren als Schulpraxisanleiterin arbeite, integriert. Etwa sechs Monate nach Beginn der VAP-Teacher Ausbildung stand mein Projekt fest:

bis vor neun Jahren erhielten alle Auszubildenden an unserer Pflegeschule die vier Grundlagenmodule. Da die Schule 11 km vom Praxisort entfernt ist, fiel die Praxisbegleitung aus. So setzten sich die VAP-Teacher damals dafür ein, daß der Praxisanteil in den Unterrichtsmodulen elementar und für den besseren Theorie-Praxistransfer unersetzlich ist. Durch diesen größeren Zeitaufwand und dadurch höher anfallende Dozentenkosten wurde das Modul 4 nur noch für Lernende in Freizeit und einem Unkostenbeitrag durchgeführt. In der Regel fand immer ein Modul 4 pro Kurs statt. Die Teilnahme lässt sich auf etwa die Hälfte des Kurses schätzen.

Nun sollten alle Auszubildenden der Schule für Pflegeberufe nach drei Jahren nicht nur ihr Zertifikat zur Pflegefachkraft sondern auch Modul 1-4 Zertifikate in der Hand halten dürfen. Dies konnte erfolgreich eingeführt werden. Der erste Kurs hat bereits in seinem Examenseinsatz das Modul 4 absolviert.

In Vorarbeit führte ich bei drei Kursen eine vorgegebene Umfrage durch. Drei Kurse, die im Jahr 2020 das Examen machen. Die berechneten Zahlen und Ergebnisse sollten meine Argumentationsgrundlage für das Projekt sein. Dies war allerdings nicht mehr nötig, war doch das Team der VAP-Teacher, die Praxisanleiterkolleg\*innen und unsere Schulleitung Lara Hinz, sofort überzeugt und der Umsetzung stand nichts im Weg.

### **Klassische Win-win Situation**

- 10% der praktischen Ausbildungszeit sind **gesetzlich** für eine geplante Praxisanleitung festgelegt. Führen wir das Modul 4, getarnt als eine Gruppenanleitung während des Praxiseinsatzes durch, sind bereits 7,7h der Anleitezeit abgedeckt

- Lernende sind im praktischen Examenseinsatz etwa 33 Stunden lang anzuleiten. Dies ist zusätzlich erschwert, da die Absolventen schnell eigene Bereiche übernehmen um bis zur Prüfung selbständig arbeiten zu können. Von den 33 Stunden werden 14, in Einzelanleitungen seitens der Schule abgedeckt. Kommen 7,7 h durch das Modul 4 dazu, verbleiben für die Stationen etwa 11 Stunden zum Leisten übrig. Das stellt eine große **Entlastung für die Praxis** dar
- Das **Schulpraxisanleiterteam** besteht momentan aus 11 Personen die sich 7,5 Stellen teilen. Davon sind mit mir: 3 VAP-Teacher, 2 VAP-Advisor und eine Kollegin in Ausbildung zum Advisor. Insgesamt macht das 5 Stellen im Team, die tiefere VAP Kenntnisse haben und anwenden. Alle Kolleg\*innen haben die Grundlagen durchlaufen und wiederholen regelmässig die Module 1-4, besuchen Refresherseminare und sind gerne Teilnehmer in Workshops. Das verdeutlicht den hohen Stellenwert der Bewegungsförderung in der Klinik. Durch diese hohe personelle Fertigkeit, fällt es uns leicht den Transfer in die Praxis zu bringen und **VAP transparenter** zu gestalten
- Das Modul 4 im letzten Ausbildungseinsatz, unmittelbar vor der praktischen Prüfung zu unterrichten, führt zu einer hohen Zufriedenheit auf beiden Seiten. Die **Lernenden** bringen eine hohe intrinsische Motivation mit, ist doch die Bewegungsförderung ein benoteter Teil der praktisch-technischen Kompetenz. Sie haben eine Vorstellung von ihrem Fachgebiet und den Fähigkeiten ihrer Patienten und bringen klare Beispiele und Schwierigkeiten mit. Das Unterrichtete kann am nächsten Tag sofort angewendet werden

Gegenargumente? Ich bin keinen begegnet!

## 8. Umfrage: interessante Ergebnisse

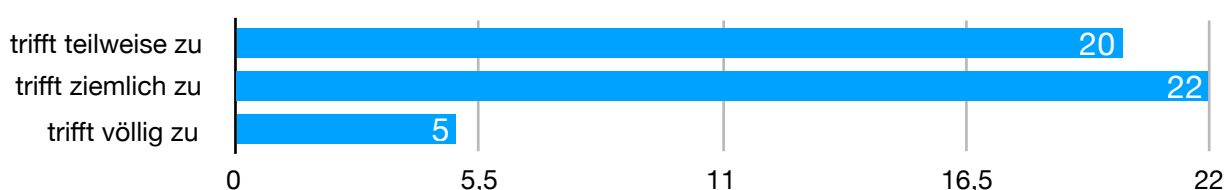
Mit der durchgeführten Umfrage bietet sich mir nun die Gelegenheit, den für mich persönlich interessanten Fragen nachzugehen.

Zuerst die Ausgangssituation:

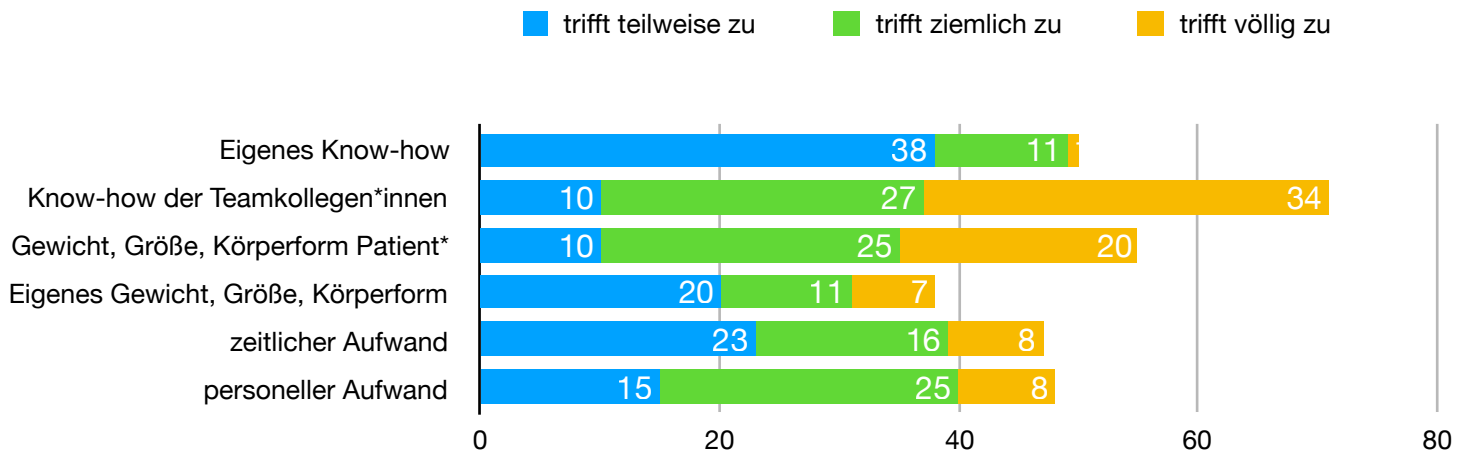
- drei Kurse mit insgesamt 79 Lernenden wurden befragt, Rücklauf von 76 Bögen
- einheitshalber verwende ich nur Bögen von durchlaufenen Modul 3 Teilnehmern, das sind 74 Lernende
- 26 Gesundheits- und Kinderkrankenpflegeschüler\*innen und 48 Gesundheits- und Krankenpflegeschüler\*innen, im dritten Ausbildungsjahr

Folgende Fragen und Ergebnisse stelle ich aus eigenem Interesse dar:

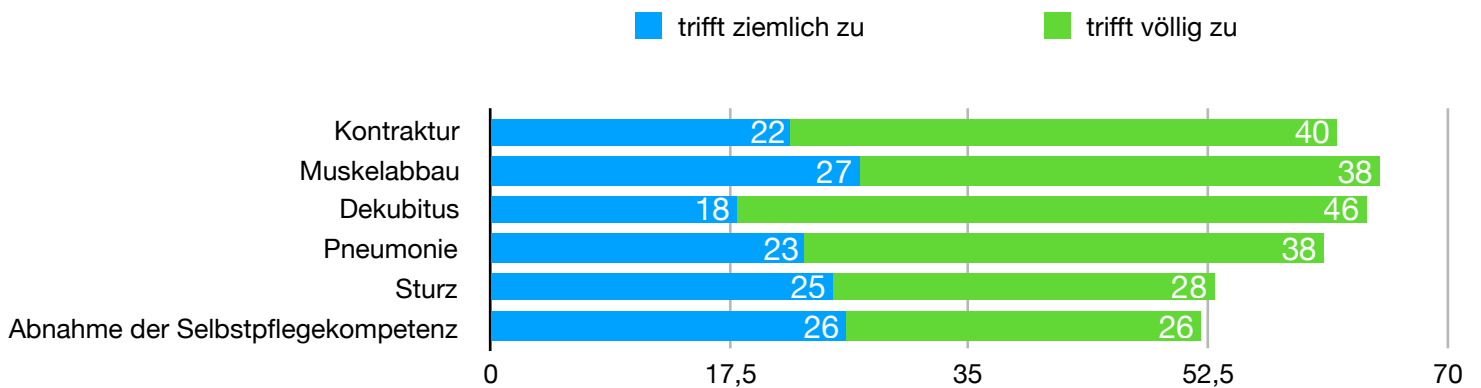
### 1. Ich übernehme gern die Pflege von stark bewegungseingeschränkten Patienten\*innen



2. Was hindert sie daran, Ihr Wissen und Können praktisch, regelmässig am Patient\* anzuwenden



3. Wie beurteilen sie die Wirksamkeit des VAP bezüglich der Prävention folgender Sekundärerkrankungen



Allein die Darstellung von diesen drei Punkten lässt viele Thesen, Möglichkeiten zur Verbesserung und Auseinandersetzung zu. Da es den Rahmen der Facharbeit sprengen würde, verzichte ich an dieser Stelle auf eine persönliche Stellungnahme, über die durchaus reizvollen Gedankengänge. Noch nie zuvor habe ich eine Befragung vorgenommen und ausgewertet. Für diese neue Erfahrung bin ich dankbar.

## 9. Schlusswort: vom Denker zum Spürer

*„Irgendwann wirst du es verstehen...“* pflegten meine Eltern stets zu sagen, wenn ich nach einer Standpauke immer noch stur und bockig dreinblickte. Nun mit meinen 42 Jahren, soll dieser Satz mein Mantra werden: *„Irgendwann werde ich verstehen, für was diese Erfahrung, dieser Fehler, dieser Zufall, diese Begegnung ....gut sein sollte.“*

Mit Demut richtet sich mein Blick auf Oktober 2013. Etwas mehr als sechs Jahre bevor mein Lernweg zum VAP-Teacher begann. Über sechs Jahre sollte es dauern bis ich verstand, was Elli Kirchner mir nach meinem Abschluss zum VAP-Advisor zurückmeldete: „Du denkst zu viel. Du verkopfst dich so sehr. Das blockiert deinen Bewegungsfluss. Du musst aufhören zu denken und vor allem aufhören alles verstehen zu wollen!!!“  
Bewegungskompetenz Note 2. Durchaus eine solide Leistung und absolut akzeptabel und gerechtfertigt. Jedoch für einen (Stur-) Kopfmenschen wie mich nicht begreiflich, warum Denken, Nachdenken, Mitdenken ein Hindernis darstellt...wieder verkopft!  
So sollte es erst dem Nachfolger von Fr. Kirchner, meinem Mann Florian Dambacher gelingen, mir klar zu machen wie „**Denker**“ ihren „Flow“ blockieren und so den Fluss der Bewegung verderben. In einer Bewegung Widerstand wahrzunehmen und diesen nicht mit Denkprozessen zu korrigieren, sondern mit den Händen zu spüren, wann sich dieser löst....das sind die Fähigkeiten der „**Spürer**“.

Und wie wird man zu so einem Spürer? Wollte bei den Übungen etwas partout nicht gelingen, musste Heidi Bauder-Mißbach her. „Heidi, was mache ich denn falsch? Das geht nicht! Schaust mir mal bitte zu?“ Relativ bald begriff ich: Heidi schaut nicht nur zu!!! Heidi legt sich ins Bett und ....

... spürt...

## Danke

„Einen passiven Menschen in eine höchstmögliche Position zu bringen, erfordert viel Personal und Aufwand. Helfen wir ihm trotzdem, erreicht er etwas das er vorher nicht für möglich gehalten hätte. Das bringt ihn einen großen Schritt nach vorne. Er profitiert mit Hoffnung und einem großen Motivationsschub im Genesungsprozess.“ Mit dieser Philosophie von Heidi Bauder-Mißbach möchte ich abschliessen und mich sogleich anschließen. So wurde auch ich von vielen Menschen gefördert, gehalten, motiviert und getragen, daß ich etwas erreicht habe, das vor 14 Monaten noch gar unmöglich schien.

Danke **Heidi**, daß ich von dir Lernen durfte. Für deine Begleitung, dein Wissen deine Geduld und Gabe. Ich habe nicht nur Bewegung von dir gelernt, auch deine Ruhe und Gelassenheit haben mich geprägt und meine Unterrichte zu etwas Wertvollerem gemacht.

Danke **Flo**, daß du mich ertragen hast, mir den Rücken freigehalten, mich gestützt und auch ausgehalten hast. Ohne Dich wäre ich nach Level 2 keinen Schritt weiter gegangen. Ich schätze unsere Fachgespräche und bin sehr glücklich wenn wir den Menschen, die unsere Hilfe brauchen und uns vertrauen, gemeinsam helfen können. Danke für das „an mich Glauben, Fördern und Fordern“.

Danke **Luca**, daß du so selbständig bist und meiner Abwesenheit und meinem Lerneifer großartig und souverän standgehalten hast. Danke für deine „Du rockst das Ma“-Nachrichten.

Danke an meine Mitstreiter **Agnes, Andrea, Anna, Marc-Jan, Uwe und Vivian**. Mit so einer großartigen, spaßigen und geselligen Gruppe lässt es sich nicht nur gut lernen, lachen und feiern auch kämpfen und durchhalten. Ihr seid spitze!

Danke meiner Schulleitung **Lara Hinz**, für das Vertrauen in meine Fähigkeiten und für deine Unterstützung. Für deinen Rückhalt und deinen Kampfgeist, wie du nicht nur zu mir sondern zu uns als Team der „Praxisanleitung“ stehst.

Danke an meine **Kollegen**, die mich beim Projekt unterstützt haben und beratend zur Seite standen. Meine **Kolleginnen**, die oft auf mich verzichtet haben und mir so die Möglichkeiten gegeben haben, meine Ausbildung gut durchzustehen.

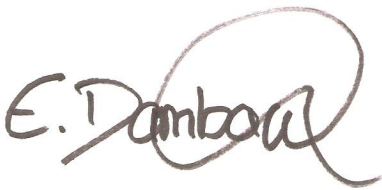
Danke an all meine **Schüler\*innen**, die sich begeistern lassen. Inspirieren statt Missionieren ist das Motto.

## **10. Literaturverzeichnis und Anlagen**

1. Bauder-Mißbach (2016): Bewegungsförderung Kinästhetik Plus, Unterlagen für die Qualifizierung zur VAP Nurse Modul 1-4, 10. Auflage, Viv-Arte® Verlag, Asselfingen
2. Bauder-Mißbach (2018): Bewegungsförderung Kinästhetik Plus, Unterlagen für die Weiterbildung VAP-Teacher Level 1-2, Modul 21-22, 11. Auflage, Viv-Arte® Verlag, Asselfingen
3. Bauder-Mißbach (2019): Bewegungsförderung Kinästhetik Plus, Unterlagen für die Weiterbildung VAP-Teacher Level 3-4, Modul 23-24, 11. Auflage, Viv-Arte® Verlag, Asselfingen
4. Bauder-Mißbach (2018): VAP-Bewegungsförderung, Unterlagen für die Weiterbildung VAP-Advisor Modul 11-14, 13. Auflage, Viv-Arte® Verlag, Asselfingen
5. Bauder-Mißbach (2005): Spielerisches Lernen von Bewegung und Beziehung, Rehabilitation nach hoher Querschnittslähmung, 1. Auflage, Schlütersche, Hannover

Hiermit erkläre ich, daß ich die vorliegende Arbeit bzw. Leistung eigenständig, ohne fremde Hilfe und nur unter Verwendung der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Alle sinngemäß und wörtlich übernommenen Textstellen aus der Literatur bzw. dem Internet habe ich als solche kenntlich gemacht.

Nersingen, 13.01.20

A handwritten signature in black ink, reading "E. Dambacher". The signature is written in a cursive style, with the first letter "E" being large and the last letter "r" having a long, sweeping tail that loops back under the "a".