

Infobrief Biografiearbeit

Liebe Leserin, lieber Leser!

Pflegen ... das Thema kam spontan, als ich mich für das Schreiben meines ersten Infobriefes anmeldete. Für mich war zunächst klar, dass es sich um die professionelle (Kranken-)pflege handeln soll und es schien mir sehr einfach darüber zu schreiben. Begleitet mich dieses Thema doch seit nunmehr 48 Jahren. Und dann kamen immer mehr Fragezeichen.

Ich möchte Sie einladen, mit mir auf eine Frage-Reise rund um das Thema Pflege / pflegen zu gehen. Wenn Sie mögen, legen Sie Stift und Papier zurecht und schreiben Ihre eigenen Gedanken dazu auf.

Ruth Bühler-Schuchmann

rbs@heute-gestern-morgen.info

Pflege/n??? Pflege/n!!! Ein Thema, das unter die Haut geht

Berufsbedingt fand ich mit Hilfe meines Scrabble-Buchstabensalates die nebenstehenden Begriffe zu „Pflege“. Neugierig geworden wollte ich mehr wissen und befragte den guten alten Duden – zugegeben online. Dieser informiert mich zur Herkunft des Wortes: „mittelhochdeutsch pflegen, althochdeutsch pflegan, ursprünglich: für etwas einstehen, sich für etwas einsetzen. Die Herkunft ist ungeklärt.“ Und wie das im Online-Format so ist, stöberte ich gleich auch noch nach Definitionen zu **pflege/n**:



- Sich sorgend um jemanden [der krank, gebrechlich ist] bemühen, um ihn in einen möglichst guten [gesundheitlichen] Zustand zu bringen oder darin zu erhalten.
- Zur Erhaltung eines guten Zustandes mit den erforderlichen Maßnahmen behandeln.
- Sich um die Förderung oder [Aufrecht]erhaltung von etwas Geistigem [durch dessen Betreiben, Ausübung] bemühen, sich dafür einsetzen.
- Die Gewohnheit haben, etwas Bestimmtes zu tun. Gewöhnlich, üblicherweise etwas Bestimmtes tun.

Seitdem beschäftigt mich das Thema „pflege/n“ noch mehr. Ich habe ein Listengedicht begonnen und es wird immer länger...ich habe wahrlich viel zu pflegen.

Vielleicht haben Sie Lust, auch ein Listengedicht zu schreiben? Ein Blatt Papier, ein Stift und los geht es. Schreiben Sie, wie bei einem Einkaufszettel, alles, was Sie pflegen untereinander ... und staunen Sie.

Sich pflegen – ganz persönlich

Stellen Sie sich mal vor, Sie wachen in der früh auf und nach dem Sie sich genüsslich wach geräkelt haben, starten Sie in den Tag:

- Welche Rituale sind Ihnen wichtig? Erst Kaffee und dann Bad? Oder umgekehrt? Oder...?
- Welche Wassertemperatur mögen Sie beim Duschen? Wie muss das Handtuch beschaffen sein? Groß? Klein? Hart? Weichgespült? Welchen Druck mögen Sie beim Abtrocknen?
- Benutzen Sie noch die gleiche Pflegelotion wie vor zwei Jahren oder probieren Sie öfter mal etwas Neues aus?
- Wann entscheiden Sie, was Sie heute anziehen?
- Was schmeichelt Ihrer Haut und Ihrer Nase? Was mögen Ihre Ohren in der Früh?
- Was brauchen Sie **heute**, um sich wohlzufühlen?



Oder so: pflegen - ein „normaler“ Morgen

- Die Personaldecke ist dünn.
- Die Arbeit von kurzfristig erkrankten Kolleg*innen muss mit übernommen werden.
- Mitarbeiter*innen werden aus dem Frei geholt, damit die Versorgung der alten Menschen gewährleistet ist.
- Um 8:30 Uhr gibt es Frühstück. Bis dahin müssen alle alten Menschen versorgt sein.
- Herr XY ist heute wieder sehr unruhig und sperrt sich gegen Alles. Der soll sich jetzt mal nicht so haben. Ich hab noch fünf andere fertig zu machen.
- Der neue Schüler ist nun schon die zweite Woche da und hat immer noch keine Ahnung, wo er hinlangen muss. Er steht mir einfach immer nur im Weg rum.
- Die Medikamente müssen verteilt, das Insulin vor dem Frühstück gespritzt werden.

Stell Dir vor Du bist Pflegekraft.
Was bräuchtest Du?

Stell Dir vor Du bist pflegebedürftig. Was würdest Du Dir von **Deiner** Pflegekraft wünschen?

- Oh nein. Ich habe doch Frau ABC gerade gewaschen und fertig gemacht. Jetzt hat sie sich ausgezogen und läuft halb nackt hier herum und sucht ihr Kleid.
- Und dann liegt uns die Chefin dauernd in den Ohren, wir sollen biografisch arbeiten. Wie soll das denn gehen? Wir haben den Biografiebogen doch ausgefüllt. Das muss reichen.

Und jetzt?

Sie glauben sicher, ich übertreibe. Möglich. Ich hoffe. Vielleicht habe ich an der einen oder anderen Stelle etwas überspitzt beschrieben.

Leider höre ich von Auszubildenden, von Pflegekräften und (pflegenden) Angehörigen immer wieder oben beschriebene Situationen. Satt – sauber – trocken – ist das der Alltag und die (Pflege-)zukunft?



Abdruck mit freundlicher Genehmigung von Lichtblicke-Demenzstrategie.bayern



Zukunftsmusik: Spurensuche nach Ressourcenzipfeln

Lass doch mal Deine Lieblingstasse ihre Geschichte erzählen. Was habt ihr gemeinsam erlebt?

Immer dann, wenn ich biografische Elemente in meinen Unterricht einbaue, erlebe ich auch das andere: Geschichtchen und Geschichten, erzählen, schwärmen und leuchtende Augen.

Andererseits ist nicht wegzuleugnen, dass Pflegende – in den Pflegeeinrichtungen und zu Hause - durch strukturelle Gegebenheiten immer öfter an Ihre Belastungsgrenzen stoßen. Viele gut ausgebildete und engagierte Pflegekräfte kehren nach wenigen Berufsjahren dem Pflegeberuf den Rücken und arbeiten in anderen Bereichen oder scheiden durch Krankheit aus. Klar ist, dass eine Änderung auf die Schnelle und zum Nulltarif nicht möglich ist. Zu groß sind die Baustellen im gesamten Pflegebereich.

Zu Bedenken ist ebenfalls, dass die Zahl der pflegebedürftigen Menschen und der Pflegenden aus unterschiedlichen Kulturen zunimmt. Inzwischen sind immer mehr Menschen, die in den 1960er Jahren zum Arbeiten nach Deutschland kamen, auf pflegerische Unterstützung angewiesen und in den Pflegeberufen arbeiten zunehmend mehr Menschen mit Migrationshintergrund, was zu neuen Herausforderungen führt.

Wie wäre folgendes biografisches Szenario?

- Der Personalschlüssel ist so ausgestattet, dass genügend Zeit für die zu Pflegenden da ist.
- Die Pflegekräfte erhalten die Möglichkeit, sich in Methoden der Biografiearbeit fort- und weiterzubilden. Sie werden freigestellt und/oder bekommen die Weiterbildung bezahlt.
- In den Seminaren reflektieren die Pflegenden ihre eigene Geschichte, lernen ihre Ressourcen besser kennen und können in ihrem Arbeitsumfeld für sich und ihr Klientel eine konstruktivere Pflege-Arbeits-Beziehung aufbauen.
- Pflegenden nutzen die erworbenen Kenntnisse zur Selbstpflege und somit auch zur Gesundheitsfürsorge, was zu weniger Arbeitsausfällen führen kann.

Stell Dir vor Du bist pflegebedürftig. Was würde Dir Sicherheit / Geborgenheit vermitteln?

Und zum guten Schluss

Pflege = die Gewohnheit haben, etwas Bestimmtes zu tun. (Duden)

Welche lieb gewonnenen Rituale **pflegen** Sie zu Weihnachten / zum Jahreswechsel?

Beschreibe ein Gericht, das es in Deiner Familie an besonderen Tagen zum Essen gab / gibt.





Ich wünsche Ihnen ein geruhames Weihnachtsfest und einen beglückenden Start ins Jahr 2023.

Herzlichen Glückwunsch zum Kursabschluss in Mühlheim/NRW

12 Teilnehmerinnen schlossen am 9.11.2022 erfolgreich die Weiterbildung zur „Trainerin für Biografiearbeit“ ab. Der Kurs für Fachkräfte der Pflegekinderhilfe wurde in Kooperation mit dem Landschaftsverband Rheinland sowie dem Landschaftsverband Westfalen-Lippe von Februar bis November 2022 durchgeführt. Die Projekte zeigten eine weite Spanne biografischen Arbeitens mit Pflegekindern, aber auch (Pflege-) Eltern sowie Kolleg*innen. Es gratuliert das Lehrtrainerinnenteam Birgit Lattschar, Karin Mohr und Sylvie Dellemann.



Literaturtipps

	<p>Gerlinde Schwarze. Beziehungen und Gefühle in der Pflege (1998) Die Autorin regt in Ihrem Buch mehr Mitmenschlichkeit und Selbstreflexion aller Beteiligten an.</p>
	<p>Cora van der Kooij. Ein Lächeln im Vorübergehen (2012) „Mäeutik oder wie Pfl egende kreativ, kommunikativ und kontaktfreudig verborgene Schätze in sich selbst und ihren Bewohner*innen bergen können.“</p>
	<p>Erwin Böhm. Sprechen Sie limbisch? (2012) Ein innovativer Ansatz und ein Plädoyer für eine wertschätzende Pflege.</p>
	<p>Dr Teresa A.K. Kaya (Hrsg). Von Frau zu Frau (23.11.2022) Praxishandbuch Biografiearbeit aus weiblicher Perspektive</p>


Zitate & Aphorismen


Tu Deinem Körper etwas Gutes, damit Deine Seele gerne darin wohnt. (Teresa von Avila)

Manche Menschen legen mehr Wert auf einen blühenden Garten als auf die Pflege der empfindlichen Beziehungspflanze. (Helmut Peters)

Veranstaltungsempfehlungen

<p>19.12.2022 19:30 – 20:30</p>	<p>Impulsabend: LESUNG: Schluss mit Zurechtgestutzt! Referentin: Elke Janßen Veranstaltungsort: online Information & Anmeldung: elke.janssen@posteo.de</p>
<p>28.12.2022 10 – 17 Uhr</p>	<p>Schreibwerkstatt zum J-wechsel: Rückblick - Entspannung – Neuorientierung Referentin: Michaela Frölich M.A. Veranstaltungsort: online Information & Anmeldung: www.schreibatelier-froelich.de</p>
<p>12. - 13.1.2023 9 – 12 Uhr</p>	<p>Ressourcenorientierte Biografiearbeit mit Kindern und Jugendlichen Referentin: Birgit Lattschar Veranstaltungsort: online Information & Anmeldung: https://www.caritas-campus.de/detail.php?nr=2406</p>
<p>19. - 22.1.2023</p>	<p>Biografisches Schreiben im Kloster Referent: Dr. Andreas Mäckeler Veranstaltungsort: Kloster Frauenwörth Information & Anmeldung: www.meine-biographie.com</p>

<p>LebensMutige Seminare Ausführliche Informationen zur unseren Veranstaltungen finden Sie auf www.lebensmutig.de!</p>	<p>QR Code LebensMutig</p> 
---	--

	<p>Infobrief Biografiearbeit Dezember 2022 Auflage: 1600 Redaktion Ruth Bühler-Schuchmann/ruth.buehler-schuchmann@lebensmutig.de Herausgeber Domberg-Akademie & LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V. Kontaktadresse Untere Domberggasse 2l 85354 Freising. Sie können den InfoBrief bestellen bzw. abbestellen unter infobrief@lebensmutig.de</p>
---	--