

Das grosse Plus ist Achtsamkeit

Das Pflegeheim Steinhof in Luzern hat nach 2010 das zweite Mal die Kinaesthetics-Auszeichnung erhalten. Über die Beweggründe und die Wirkung geben die Heimleiterin Andrea Denzlein und die Stationsleiterin Gjylfidan Bylykbashi im Gespräch Auskunft.

Im Gespräch: Andrea Denzlein und Lutz Zierbeck

Zierbeck: Warum hat der Steinhof das zweite Mal nach 2010 die Kinaesthetics-Auszeichnung angestrebt?

Denzlein: Wir möchten, dass die Haltung von Kinaesthetics am Leben bleibt und sich in allen Bereichen des Betriebes weiterentwickelt. Der betriebliche Lernprozess hin zur Auszeichnung war für uns sehr hilfreich. Es wurden Lern- und Entwicklungsprozesse initiiert, die von den einzelnen Abteilungen selbstständig bearbei-

tet wurden. Das hat noch einmal eine neue Dimension erschlossen. Unsere Erfahrung war: Wir sind in der Lage, Kinaesthetics Lern- und Entwicklungsprozesse im Betrieb selbst zu initiieren.

Zierbeck: Selbstgesteuertes Lernen auf betrieblicher Ebene?

Denzlein: Das beschreibt unseren Gewinn aus dieser Auszeichnung genau. Ein großes Plus von Kinaesthetics ist aus meiner Sicht die Achtsamkeitsschulung, die sich auf den körperlichen Bereich und auf Bewegung bezieht. Eigentlich ist die Achtsamkeit grundsätzlich ein zentrales Thema des Pflegeberufes: Beobachten, Wahrnehmen. Wenn ich die jungen Leute beobachte, die in der Ausbildung sind, da sehe ich, dass dieser Achtsamkeit zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Kinaesthetics hilft uns im Betrieb, diese Kompetenz ganz konkret zu entwickeln. Die MitarbeiterInnen lernen, Achtsamkeit gegenüber sich selbst und gegenüber den BewohnerInnen professionell einzusetzen. Dadurch ändert sich auch das tägliche Miteinander im ganzen Betrieb.

Zierbeck: Im Audit konnten wir dieses tägliche Miteinander in den Pflgeteams beobachten. Die Pflgenden kommen miteinander in Bewegung, sie lernen mit- und voneinander, sie bearbeiten zusammen Lernthemen. Es herrscht eine positive Fehlerkultur.

Denzlein: Das war am Anfang die größte Hürde. Ich habe kurz vor dem zweiten Auszeichnungsprozess hier als Pflegedienstleitung angefangen. Und ich erlebte bildlich gesprochen «die Geburtswehen des Projektes». Und das waren wirklich massive Wehen. Am Anfang waren wir alle orientierungslos. Es hat eine Zeit gebraucht, bis wir uns zusammengefunden haben und in der Lage waren die verschiedenen, uns selbst gestellten Aufgaben, auch gemeinsam zu lösen. Auch wenn es anfänglich schwierig war, haben sich die abteilungsübergreifenden Projektteams schlussendlich als Erfolgsfaktor erwiesen. Wir versuchen, eine lernende Organisation zu sein. Damit stößt man natürlich an Grenzen, denn Menschen sind oft auch veränderungsaffin. Das ist ein Spannungsfeld. Man muss dann immer wieder fragen: Was heißt das? Was bedeutet lernen und weiterentwickeln?

Zierbeck: Jetzt ist die Auszeichnung geschafft.

Denzlein: Der Prozess geht trotzdem weiter. Ich beobachte, dass die so erfolgreich teamübergreifenden Lernprozesse derzeit etwas eingeschlafen sind. Die Kinaesthetics-Rapporte finden nur in den Pflgeteams statt. Da werden wir weitere Schritte überlegen müssen.



Andrea Denzlein ist Heimleiterin am Steinhof in Luzern, Schweiz.

Im Gespräch: Gjylfidan Bylykbashi und Lutz Zierbeck

Zierbeck: *Ihr habt auf eurer Abteilung im Auszeichnungsprozess das Thema «Interaktion» in den Mittelpunkt gestellt. Ist das Thema nun abgeschlossen?*

Bylykbashi: Das Projekt ist abgeschlossen. Das Thema Interaktion aber bleibt. Die Aufmerksamkeit auf sich und auf die Reaktion der BewohnerInnen, das Anpassen der Bewegungsgeschwindigkeit an die Möglichkeiten der BewohnerInnen ist eine Kernkompetenz der Langzeitpflege. Diese Achtsamkeit lenkt auf Fragen wie: Wieviel Informationen kann ein Mensch verarbeiten? Welche Informationen braucht ein Mensch, um sich zurechtzufinden? Diese Achtsamkeit geht aber im hektischen Alltag schnell verloren. Wir wollen immer in der Zeit voraus sein. Wir sind in einer Interaktion mit einer BewohnerIn und denken schon: Was müssen wir noch als Nächstes tun. Bei jungen Leuten merke ich eher, dass sie denken: Was war gestern noch? Wenn man aber diese Achtsamkeit auf das augenblickliche Geschehen verinnerlicht hat, dann wird Kinaesthetics zu einer Routine, die ermöglicht, die Achtsamkeit aufrecht zu erhalten. Ich sehe das bei Lernenden, die das Flair haben, die Bewegungen zu verstehen. Wenn ich sie darauf anspreche, können sie nicht genau benennen, auf was sie achten. Sie haben von Anfang an gelernt, die Bewegungen der BewohnerInnen zu beobachten. Ich denke, wenn man das so verinnerlichen kann, dass ein natürliches Lernen entsteht, dann haben wir sehr viel gewonnen.

Zierbeck: *Diese Art von Achtsamkeit ist zur gelebten Kultur geworden?*

Bylykbashi: Das kann man sagen. Ich beobachte das auch bei mir. Im Pflegealltag bemerke ich plötzlich: Das Tempo war jetzt schon zu schnell. Wenn ich mit einem Menschen mit einer Parkinsonerkrankung arbeite, dann kann ich ihm mit dieser Achtsamkeit helfen, die Schranke, die Parkinson als Krankheit auferlegt, zu überwinden. Das bedingt, dass ich meine Wahrnehmung und die Beobachtung gezielt einsetze. Manchmal ertappe ich mich beim Dokumentieren, dass ich eine Aussage einer Bewohnerin aufschreibe. Dann bemerke ich, dass diese Bewohnerin sich verbal gar nicht ausdrückt. Und trotzdem erlebe ich die Interaktion so, dass ich genau weiss, was die Bewohnerin sagen würde (lacht). Die Interaktion über Bewegung verhilft uns zu einem sehr tiefen Verständnis. Das ist schon schön!

Zierbeck: *Es entsteht ein tiefes Grundverständnis für den Anderen?*

Bylykbashi: So kann man das ausdrücken. Das sind

schon besondere Augenblicke, wenn ich dann beobachte, wie lange gute Pflegeteams durch die ganz gezielte Pflege den Menschen helfen können, ihre Mobilität beizubehalten. Das Verhalten der Pflegenden hat sich verändert. Junge Pflegenden haben den Steinhof-Leitsatz «Rollstühle sind Transportmittel» verinnerlicht. Sie lassen die Menschen nicht in den Rollstühlen sitzen, sondern helfen möglichst bald auf einen Stuhl oder ermöglichen ihnen, ins Sofa zu sitzen. Das hilft den Menschen, ihre Mobilität zu erhalten.

Zierbeck: *Im Steinhof haben alle Abteilungsleitungen die Peer-Tutoring-Kurse absolviert.*

Bylykbashi: Das hat mit einer wichtigen Grundhaltung der Institution Steinhof zu tun. Unsere Vorgesetzten beziehen die Abteilungsleitungen in die Entwicklung des Betriebes mit ein. Ein wichtiger Schritt war der Peer-Tutoring-Kurs. Das Wort sagt es schon: Die Peer-TutorIn ist eine AnleiterIn. Wenn man als Abteilungsleiter diese Funktion ausübt, nimmt man Einfluss auf die Kompetenz der MitarbeiterInnen. ●



Lutz Zierbeck ist Pflegefachmann, Erwachsenenbildner, selbstständiger Kinaesthetics-Trainer und -Ausbilder. Er lebt im Kanton Basel in der Schweiz.



Gjylfidan Bylykbashi ist Abteilungsleiterin am Steinhof in Luzern, Schweiz.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____