

Pflege in Oldenburg

Aktuelle Informationen der **Ev. Altenpflegeschule e.V. in Oldenburg**



**Liebe Leserin,
lieber Leser,**

Pflege ist ein gesellschaftliches Reizthema. Die Regierung will neue Stellen schaffen und über eine bessere Bezahlung mehr Anreize für die Ausbildung schaffen.

Doch es geht vordergründig um das Image der Altenpflege. Was schätzen wir an diesen Beruf? Das können Sie in den Artikeln dieses Mitteilungsblattes lesen: Es sind unter anderem Kreativität, Abwechslung, Sinnhaftigkeit und Krisensicherheit. Der Beruf bietet so viele Gestaltungsräume, Spezialisierungs- und Karrieremöglichkeiten. Uns werden so viel Dankbarkeit und Wertschätzung entgegengebracht, woraus wir unsere Motivation speisen. Natürlich ist unser Alltag auch oft herausfordernd und schwierig, wie in vielen anderen Berufen auch. Da ist insbesondere eine qualitativ hochwertige Ausbildung und Qualifizierung gefragt, die uns Strategien vermittelt, mit Schwierigkeiten konstruktiv umzugehen.

Lassen Sie uns positiv in die Zukunft schauen und anderen erzählen, was uns an unserem Beruf begeistert. So können wir echtes Interesse wecken und Vorurteilen begegnen – ob im Freundeskreis oder in der Politik.

Mit den besten Wünschen für einen schönen Sommer,

Ihre Birgit Voß

Leiterin der Ev. Altenpflegeschule e.V.
in Oldenburg

Durch Zusatzkurs dem Fachkräftemangel begegnen Stark für die Altenpflege

von Kurs 18/21a



Menschen und Freundschaften – und natürlich interessanten Unterricht. Unsere Hoffnungen bestätigten sich: Wir sind ein lebhafter, kreativer Kurs mit vielen unterschiedlichen Persönlichkeiten. Es sind zwar erst wenige Wochen vergangen, jedoch fühlt es sich bereits an, als wären wir eine kleine Familie.

Der Unterricht bietet uns einen Raum für Kreativität

Erstmals in der Geschichte der Ev. Altenpflegeschule Oldenburg startete im Februar eine neue Ausbildungsklasse. So können im Jahr 2018 fast doppelt so viele Schülerinnen und Schüler die Altenpflegeausbildung beginnen. Damit reagiert die Schule auf den Pflegenotstand und den Fachkräftemangel. „Pflege und somit auch die Ausbildung der Pflegekräfte geht letztlich jeden an“, ist Schulleiterin Birgit Voß überzeugt. „Wir bereiten unsere Schülerinnen und Schüler bestmöglich auf ihren Berufsalltag vor, in dem wir unsere Ausbildungsinhalte sehr breit aufstellen und jeden Einzelnen individuell fördern.“

Die Schülerinnen und Schüler des Zusatzkurses haben nun schon einige Wochen lang Erfahrungen gesammelt. Leonie Sakinah Döhrer erzählt aus Sicht des Kurses: „Zu Beginn waren wir alle ein bisschen unsicher. Jeder fragte sich, wie man sich wohl mit den Mitschülerinnen und Mitschülern verstehen würde, welche Lehrerinnen und Lehrer uns erwarten und was wir wohl im ersten Theorieblock lernen würden. Wir alle hofften auf tolle neue

und Individualität, unsere eigenen Meinungen und Diskussionen werden immer gehört und gefördert. Die Lehrkräfte erleben wir als kompetent, kreativ und freundlich. Auch bei anfänglichen Startschwierigkeiten bleibt niemand alleine, sondern wird dort abgeholt, wo er sich befindet. Das Wissen wird sehr praxisorientiert vermittelt und wir begegnen den Lehrerinnen und Lehrern auf Augenhöhe.

Es herrscht eine sehr positive und herzliche Atmosphäre an der Schule, was viele von uns überrascht hat.

Eins ist uns bereits klar geworden: Pflege ist und bleibt eine Kunst, ganz egal, ob man Neuling ist oder schon Pflege-Erfahrung hat. Die Ausbildung vermittelt dabei Methoden und Instrumente, mit denen man auch Probleme gut bewältigen kann. Berührungsscheu darf man hier nicht sein, denn nur so konnten wir uns prima durch viele praktische Übungen auf den ersten Praxisblock vorbereiten. Unser erstes Fazit nach knapp drei Monaten Ausbildung: Lernen kann so viel Spaß machen!“



Dorn-Breuß-Anwendungen

Heilende Wirkung mit einfachen Mitteln

von Jan Knöttig, Kurs 16/19

Im April dieses Jahres stand für interessierte SchülerInnen des Kurses 16/19 die sogenannte Dorn-Breuß-Ausbildung auf der Tagesordnung. Dr. med. Silke Gronemann hatte zahlreiche Massagebänke im Gepäck und stellte den Teilnehmern die Dorn-Methode und die Wirbelsäulenmassage nach Rudolf Breuß vor.

Das Lösen von körperlichen und seelischen Blockaden ist das Ziel der Methode, die der Sägewerksbesitzer Dieter Dorn ab den 1970er Jahren entwickelte. Fehlstellungen der Wirbelsäule und des Beckens können mit einfachen Techniken beseitigt und somit Schmerzen und



Verspannungen abgebaut werden. Gleichzeitig können auch unterschiedliche Beinlängen behoben werden. Schritt für Schritt erklärte und demonstrierte Frau Gronemann dabei die einzelnen Abläufe und Handgriffe, die dann gleich von den angehenden Anwendern umgesetzt werden konnten. Um die heilende Wirkung der Dorn-Methode abzurunden, kann im Anschluss die Breuß-Massage angewendet werden. Dabei werden bis zu

13 einzelne Stationen entlang der Wirbelsäule behandelt und der Patient empfindet eine wohltuende Entspannung.

Am Ende durften acht SchülerInnen aus dem Kurs stolz ihre Zertifikate entgegen nehmen, die sie fortan als Dorn-Breuß-Anwender ausweisen. Jetzt gilt es, Routine aufzubauen, um die frisch erworbenen Erkenntnisse zu festigen.



„Meine Familie hat bereits Bedarf angemeldet und freut sich schon auf meine Behandlungen“, erklärte eine Teilnehmerin in der Abschlussrunde. Auch die anderen TeilnehmerInnen kündigten an, ihr Können in ihrem jeweiligen Umfeld anzubieten. Dazu könnte dann auch mancher Pflege-Klient gehören.

Ausbildungsvisite

von Gudrun Schneider

Ab dem Schuljahr 2018/19 wollen wir gemeinsam mit den praxisanleitenden Fachkräften aus unseren Kooperations-einrichtungen mit einer neuen Form der Anleitung beginnen: mit der Ausbildungsvisite.

Die Idee dazu ist durch die bekannte „Pflegevisite“ entstanden, die in regelmäßigen Abständen in allen Einrichtungen durchgeführt wird. Alle Mitarbeitenden, auch die SchülerInnen, kennen dieses Vorgehen: Anhand eines Kriterienkatalogs wird die derzeitige Pflegesituation der KlientInnen eingeschätzt. Dabei wird geprüft, welche weiterführenden Maßnahmen notwendig sind, um die jeweilige Situation weiter zu verbessern. Außerdem wird festgestellt, welchen Verbesserungs- und Förderbedarf die

pflegende MitarbeiterIn hat, die die jeweilige Pflege im Rahmen der Visite durchführte.

In vielen Planungs- und Lernentwicklungsgesprächen zwischen SchülerIn, PraxisanleiterIn und Lehrkraft der Schule wurde immer wieder darüber gesprochen, die praktische Anleitung anhand von festgelegten Kriterien durchzuführen. So könne man sich besser vorbereiten und auch die Beobachtung und die nachfolgende Reflexion würden an dieselben Kriterien angelehnt. Mit der Einführung der Ausbildungsvisite setzen wir diese Überlegungen um.

Ein weiterer Vorteil ist, dass wir so dafür sorgen können, dass die praktische Anleitung sicherer und nachweisbarer wird. Damit bereiten wir unsere SchülerInnen schon während der Ausbildung so vor, dass sie die praktische Abschlussprüfung als – im Idealfall – routiniertes Geschehen erleben.

In der Schule wurde eine Entwurfsfassung für einen Kriterienkatalog erstellt. Die PraxisanleiterInnen und die KollegInnen der Praxiseinrichtungen haben diesen Entwurf auf Nutzbarkeit geprüft. Nun geht das Formular zur „Ausbildungsvisite“ zur weiteren Bearbeitung ins Schulteam. Ab dem nächsten Schuljahr wird es dann Teil der Praxisbegleitmappe sein.

Ist es wirklich nötig, ein weiteres Formular zu kreieren, das wiederum bearbeitet werden will? Ja, wenn es PraxisanleiterIn und SchülerIn hilft, komplexe Anleitungssituationen zu erkennen und zu bewerten. Und wenn Schülerinnen auf diese Weise gefordert sind, sich selbstständig vorzubereiten, Aufgaben selbst in die Hand zu nehmen und eigene Verantwortung zu lernen, dann wird das allen in der Ausbildungseinrichtung zugutekommen.

Exkursion 2018 nach Brüssel und Gent

Auf Wiedersehen Schule und hallo Belgien!

von Ali Kock, Kurs 15/18

Am Donnerstag, den 10.05.18, haben wir uns auf den Weg nach Brüssel gemacht. Mit einigen Pausen kamen wir voller Vorfreude um 15 Uhr am Youth Hostel Jacques Brel an.

Nach kurzer Erfrischungsphase machten wir uns auf den Weg, die Stadt zu erobern. Wir liefen durch die Straßen und uns gefielen die vielen alten und interessanten Bauwerke. Nach einem Zwischenstopp beim Italiener ging es dann voller Energie weiter – unter anderem zum Grand Place. Mit dem gotischen Rathaus und seiner geschlossenen barocken Fasadensfront gilt er als einer der schönsten Plätze Europas. 1998 wurde er sogar als Ensemble in die Liste des Weltkulturerbes der UNESCO aufgenommen. Wir waren alle beeindruckt von der imposanten Architektur und den Prunkbauten.

Am nächsten Tag wollten wir die Stadt aus einer anderen Perspektive betrachten. Was gab es da besseres, als eine „Hop on hop off Tour“? Mit vielen neuen Eindrücken dieser tollen Stadt kamen wir zurück zu unserem Startpunkt. Anschließend besuchten wir das Medizin-Museum, wo wir allerlei zur Historie medizinischer Erfindungen und Erkenntnisse erfuhren.

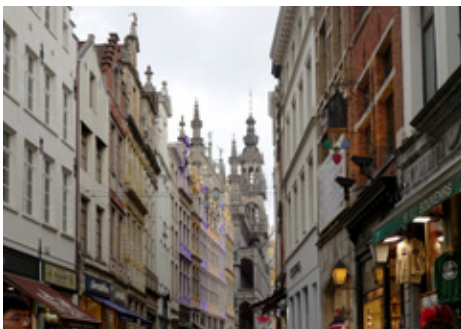


Am Samstag ging unsere Belgien-Tour weiter und wir fuhren mit besten Wetteraussichten nach Gent.

Die kleine Stadt in der Nähe von Brüssel hat uns alle verzaubert, mit ihren kleinen Gassen und den mittelalterlichen Häusern. Wir besichtigten, unter anderem, den berühmten Genter Altar in der imposanten St.-Bavo-Kathedrale und

die Burg Gravensteen, eine der größten Wasserburgen Europas.

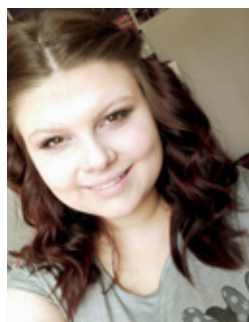
Abschließend kann man sagen, dass die vier Tage abenteuerreich und aufregend gewesen sind. Vor allem hat uns die schöne gemeinsame Zeit den Stress der letzten Wochen vergessen lassen.



Wir sind Helden! mit Laura Zepig

Vielen Menschen, die mit dem Thema Pflege konfrontiert werden, kommen diese typischen Klischees in den Kopf: „Ihr wascht die Leute!“ „Ihr füttert sie.“ „Ihr macht den Po anderer Menschen sauber.“ „Hast du keine Angst dich anzustecken?“

Jedes Mal wenn solche Sätze fallen, wünsche ich mir, dass diese Menschen einmal unseren Arbeitsalltag erleben.



Denn die Altenpflege beinhaltet so viel mehr als das, was den meisten zuerst dazu einfällt. Der Beruf bietet viel Abwechslung, ist krisensicher und man



empfindet einfach eine große Sinnhaftigkeit bei dem, was man tut. Es ist ein tolles Gefühl, Bindungs- und Vertrauensperson für Klienten, Zu- und Angehörige zu sein. Viele wissen gar nicht, dass es eine Vielzahl von Spezialisierungs- und Karrieremöglichkeiten gibt.

Es ist schade, dass unser Beruf oft einen so niedrigen Stellenwert hat. Der Altenpflegeberuf ist sehr wichtig für unsere Gesellschaft – denn die meisten werden im Alter Hilfe und Pflege benötigen. Und wer ist dann für sie da? Die Altenpflegerinnen! Die Ausbildung ist sehr vielseitig und praxisbezogen, man

muss viel lernen und konzentriert sein. Es ist nicht immer einfach, aber es lohnt sich, durchzuhalten. Man darf nie vergessen: Man ist für viele Menschen ein Held/ eine Heldin! Und das ist es, was zählt. Jeden Tag.

Workshop für Kurs 18/21a

Prüfungsangst aktiv ins Leben integrieren!

Ängste können etwas sehr Wertvolles sein. In neuen, unbekanntem Situationen können sie uns vor gefährlichen Erlebnissen schützen. Doch wenn Ängste überhand nehmen, wir sie als stetigen Begleiter erleben und sie sich zu Lebensängsten entwickeln, kann und sollte man etwas dagegen tun.

Viele Menschen kennen das: Man kann schlecht abschalten und das „Kopfkino“ drängt aktiv in den Vordergrund. Man grübelt und grübelt, fühlt sich dabei schlecht, kann nicht entspannen oder schlafen. Angst blockiert auch Lernleistungen. Diese dysfunktionalen Emotionen haben mit unserem limbischen System im Gehirn zu tun. Über eine einfache „Klopftechnik“ – PEP (Prozess- und embodimentfokussierte Psychologie nach Dr.

Michael Bohne) können wir aktiv für Entspannung sorgen. Gehirnforscher haben dies in den letzten Jahren belegt.

Wie das geht, erfahren Sie im Workshop zum Thema Prüfungsangst. Lernen Sie, wie Sie dysfunktionale Emotionen auflösen und den Selbstwert und die Selbstakzeptanz wieder Raum geben können! Dabei lernen Sie Mechanismen und Techniken kennen, die Sie selbstwirksam in solchen stressigen Situationen einsetzen können. „Das Glas ist nicht halbleer – sondern halbvoll“ oder „geht nicht – gibt es nicht“ – an dieser Haltung wird in diesem Workshop



Prüfungsangst? Besuchen Sie unseren Workshop!

sehr praxis- und handlungsorientiert gefeilt. Gemeinsam mit Frau Voß freue ich mich auf Sie!

Karen Duggen
Dipl. Pädagogin, Supervisorin (DGSv)



Der Schritt zum bewussten beruflichen Verhalten

von Tatyana Bondartseva, Kurs 16/19 (zweites Ausbildungsjahr)

Im Rahmen unserer Ausbildung absolvieren wir angehenden AltenpflegerInnen ein Praktikum. Vor diesem Außeneinsatz habe ich mich gefragt, warum wir das eigentlich machen und was sich wohl hinter dieser Praxiserfahrung verbirgt? Was wird es mir bringen? Was wird sich in diesen fünf Wochen für mich verändern?

Im Nachhinein weiß ich jetzt, dass es einen wichtigen Schritt in der beruflichen Entwicklung darstellt. Man lernt unterschiedliche Arbeitsstrukturen, Arbeitsmethoden und Arbeitsarten kennen. Aufgrund der neu gewonnenen Erfahrung hat sich für mich meine berufliche Einstellung geändert. Ich habe neues, praktisches Wissen gesammelt, von dem ich jederzeit profitieren kann. Es ist, als habe man einen Krug

mit Wasser gefüllt. Wenn ich „Wissensdurst“ habe, kann ich von dem Wasser, also meinen Erfahrungen, trinken. Ich habe Antworten auf viele meiner Fragen bekommen.

Nach dem Außeneinsatz liegt für mich der Fokus meiner Arbeit auf diesen Erkenntnissen:

- Die Art der Kommunikation, die wir wählen, ist eine Quelle für die eigene Entwicklung oder führt zur eigenen Degradierung unseres beruflichen Verhaltens.
- Ich achte auf mehr Aufmerksamkeit im Arbeitsalltag: Ist der jeweilige Arbeitsprozess mit Stress verbunden oder nicht?
- Sinnvolles Zeitmanagement ist eine positive Ressource für den erfolgreichen Arbeitsprozess.



Ich weiß jetzt, dass ein Außenpraktikum im Rahmen der Ausbildung relevant und wichtig ist. Deshalb möchte ich allen, die diesen Einsatz noch vor sich haben, ermutigen, ihn mit Neugier und Achtsamkeit zu absolvieren.

„Nur Dein persönlicher Blick auf die Welt macht sie schöner oder dunkler.“
Tatyana Bondartseva

Heute ist mein Tag

von Angela Heyer

Wussten Sie schon, dass es einen „Tag der älteren Generation“ gibt? Immer am ersten Mittwoch im April findet dieser internationale Aktionstag statt – seit 1968. In diesem Jahr war es der 4. April. Mir war dieser Tag bislang unbekannt, durch Zufall wurde ich durch einen kleinen Zeitungsbericht auf ihn aufmerksam. Den „Tag der Pflege“ (12.05.), den „Internationalen Frauentag“ (08.03.) oder den „Tag der Zahngesundheit“ (25.09.) kannte ich schon, aber einen „Tag der älteren Generation“? Von diesem Tag hatte ich noch nicht gehört. 365 Tage hat ein Jahr. Für jeden davon gibt es mindestens einen Aktionstag – wie soll man da noch den Überblick behalten? Vielleicht sollte man daher erst einmal bei sich selbst schauen. Denn gerade Menschen, die in der Pflege arbeiten, vergessen sich selbst am schnellsten. Wie wäre es also damit: Heute ist mein Tag!

Werbung in eigener Sache

Ein Tag in der Pflege

von Kevin Groth, Kurs 17/20

Anfang Mai hat mich eine Journalistin der Nordwestzeitung (NWZ) während meines Dienstes begleitet. Dabei konnte ich ihr die vielfältigen Aufgaben und Herausforderungen des Altenpflegeberufs zeigen. Die Bewohner der Einrichtung, in der ich arbeite, haben auf die Journalistin sehr offen reagiert. Es hat mich stolz gemacht, ihr einen kleinen Einblick in meinen Pflegealltag geben zu können. Ich glaube, ich konnte ihr nahe bringen, wie viel Freude es macht, alte Menschen zu unterstützen. Man bekommt von den Hilfebedürftigen so viel zurück, sie sind dankbar dafür, dass man für sie da ist.

Ich bin sehr gespannt auf den Artikel und hoffe, dass er die Vorurteile und Klischees in den Köpfen vieler Menschen entkräften kann. Denn wir müssen mehr Werbung in eigener Sache machen und zeigen, wie attraktiv der Altenpflegeberuf ist.

Personalia

Wir begrüßen viele neue Kolleginnen und Kollegen in unserem Team: **Andrea Schröder, Elke Hahn, Günther Krönke, Norbert Zwingmann, Elisabeth Albers-Berens und Irmgard Eylander** – herzlich willkommen! Wir freuen uns auf ein kollegiales Miteinander und wünschen einen guten Start.

Impressum

Herausgeber: Ev. Altenpflegeschule e.V. in Oldenburg, Verantwortlich für den Inhalt: Ev. Altenpflegeschule e.V. in Oldenburg, Artillerieweg 37, Tel.: (0441) 7 41 63, E-Mail: altenpflegeschule.ol@t-online.de, www.ev-altenpflegeschule-ol.de
Redaktion: drescher & konsorten, Marktstraße 57, 20357 Hamburg, Tel.: (040) 492 22 97 10, Fax (040) 492 22 97 29, E-Mail: alklaus@drescherkommunikation.de, www.drescher-und-konsorten.de