

FÜR PFLEGEBEDÜRFTIGE

Modul 6 – Soziale Betreuung

Modulbeschreibung

In Modul 6 steht die soziale Betreuung von Menschen, die aufgrund von Krankheit, Alter oder Behinderung einer besonderen Unterstützung bedürfen, im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden lernen grundsätzliche praktische Methoden kennen, wie sie Ältere unterstützen können, die in alltäglichen Situationen auf Schutz und Fürsorge angewiesen sind.

Da die Teilnehmenden zeitweise mit älteren hilfe- oder pflegebedürftigen Menschen alleine sein werden, bspw. bei einem Spaziergang oder wenn ein pflegender Angehöriger etwas außer Haus erledigt, benötigen sie Basiswissen zum täglichen Umgang und zum richtigen Verhalten im Krisenfall. Deshalb setzen sie sich mit Fragen der Unterstützung bei Alltagshandlungen sowie mit häufig verwendeten Hilfsmitteln auseinander, bspw. mit der Funktionsweise und dem sicheren Gebrauch von Gehhilfen (Gehstock, Rollator und Rollstühlen).

Übernimmt der Ehrenamtliche die Verantwortung für die zeitweise soziale Betreuung eines hilfe- oder pflegebedürftigen Älteren im Alltag, dann bedarf es einer präzisen Abstimmung mit den pflegenden Angehörigen bzw. den hauptamtlichen Pflegekräften. Es wird vermittelt, wie die Ehrenamtlichen unterstützen können, ohne den älteren Menschen bzw. sich selbst gesundheitlichen Gefährdungen auszusetzen.

Die Teilnehmenden lernen typische altersbedingte Krankheitsbilder kennen, bspw. Sinnes- oder

Mobilitätseinschränkungen, und befassen sich auch mit psychischen Erkrankungen, wie bspw. Demenz oder Depression. Sie bekommen Anregungen, wie sie mit einfachen Mitteln die Gesundheit fördern können. Zudem werden mögliche Gefährdungen aufgezeigt und Verhaltensregeln bei Notfällen besprochen.

Zielsetzung

Ziel des Moduls ist es, grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie Handlungssicherheit im Umgang mit älteren hilfe- und pflegebedürftigen Menschen in alltäglichen Situationen zu erlangen.

Handlungskompetenzen

Durch das Modul werden vor allem folgende Handlungskompetenzen gefördert. Die Teilnehmenden

- können hilfe- oder pflegebedürftige Ältere mit physischen und psychischen Erkrankungen sowie Mobilitätseinschränkungen im Rahmen einer ehrenamtlichen Tätigkeit betreuen;
- unterstützen ältere Personen, die Hilfe benötigen in einzelnen Bereichen, je nachdem, welche Einschränkungen bestehen;
- wurden angeleitet, vorausschauend zu handeln und darauf zu achten, dass der ältere Hilfe- oder Pflegebedürftige vor Gefährdungen geschützt wird.

Lernergebnisse

Mit diesem Modul werden folgende Lernergebnisse befördert. Die Teilnehmenden

Wissen

- haben verschiedene gesundheitliche Einschränkungen kennengelernt, die im Alter auftreten können;
- haben sich mit den Herausforderungen der Begleitung von gesundheitlich eingeschränkten Menschen befasst;
- haben sich mit Gefährdungspotenzialen bei alltäglichen Hilfestellungen auseinandergesetzt;

Können

- haben sich damit vertraut gemacht, einschätzen zu können, wann hilfe- oder pflegebedürftige Ältere Unterstützung und soziale Betreuung benötigen;
- unterstützen den hilfebedürftigen Menschen dabei, seine Mobilität zu erhalten, Kontakte zu anderen Menschen zu pflegen, und helfen ihm bei der Gestaltung seiner Außenbeziehungen;

Einstellungen

- haben an Beispielen erfahren, wie sie sich gut mit älteren Hilfe- oder Pflegebedürftigen und den Bezugspersonen absprechen können, um gesundheitliche Gefährdungen zu vermeiden;
- diskutieren und lernen einzuschätzen, wann sie professionelle Hilfe holen sollten;
- erläutern den hilfe- oder pflegebedürftigen Älteren die einzelnen Schritte einer Hilfestellung und achten darauf, die Selbstbestimmungsrechte nicht zu verletzen.

Themenspektrum

In diesem Modul werden folgende Aspekte behandelt:

1. Soziale Betreuung im Alltag
2. Veränderte Sinneswahrnehmungen
3. Krankheitsbilder im Alter
4. Schwerpunkt Demenz
5. Verhalten bei Notfällen, Erste Hilfe
6. Umgang mit Hilfsmitteln, bspw. Rollator und Rollstuhl
7. Gesundheitsförderung

Anregungen zur Vermittlung der Themen

1. Soziale Betreuung im Alltag

„Kreativität ist der Garten meiner Seele.“
Bernd Sieberichs

Hilfe- oder Pflegebedürftigkeit hat häufig eine Einschränkung in Bezug auf den Bewegungsradius und die Möglichkeiten zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zur Folge. Das betrifft sowohl den hilfe- oder pflegebedürftigen Menschen als auch pflegende Angehörige und andere nahestehende Menschen. Ehrenamtliche tragen dazu bei, dass ältere Hilfe- oder Pflegebedürftige, ihre Angehörigen und weitere Bezugspersonen durch kleine Hilfen entlastet werden. Das Allerwichtigste ist dabei der Austausch und die gemeinsame Bewältigung der alltäglichen Herausforderungen. Bei der aktiven Unterstützung sollten die Vorlieben der Hilfebedürftigen berücksichtigt werden. Unterstützung lässt sich dabei auf ganz vielfältige Weise erbringen.



Übung: Ideensammlung – Anregung zur Sammlung von Aktivitäten

1 UE, 45 Min.

Die Übung dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden befassen sich mit den Herausforderungen, die bei der aktiven Unterstützung von Hilfebedürftigen auftreten können.

Sie kennen unterschiedliche Möglichkeiten, wie sie ältere Hilfe- oder Pflegebedürftige unterstützen können.

Materialien:

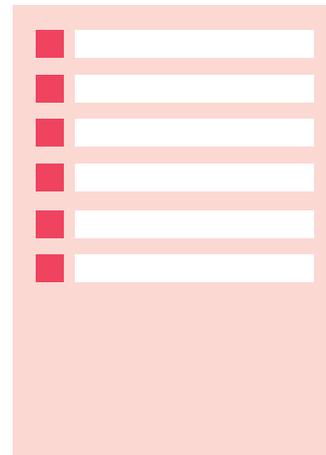
- Handout „Ideen/Möglichkeiten für die Unterstützung von Menschen mit Demenz in einer Betreuungsgruppe“
- Flipchart,
- Marker,
- Kamera.

Gestaltungsempfehlung:

Die Teilnehmenden verteilen sich auf vier Kleingruppen.

Jede Gruppe wählt eins der im Text vorkommenden Themenfelder aus, sie überlegen sich gemeinsam, wie die Ausgestaltung erfolgen kann, und entwickeln ggf. Materialien hierfür (bspw. Kleingruppe 1: Liedtexte, Sprichwörter, Bewegungsspiele u. a.).

In der Gesamtgruppe werden die Ideen und Materialien zusammengetragen und aufgelistet (Flipchart), gemeinsam ergänzt und allen Mitgliedern der Gruppe zugänglich gemacht (bspw. Foto-Protokoll, Kopien von Liedertexten).



Handout „Ideen/Möglichkeiten für die Unterstützung von Menschen mit Demenz in einer Betreuungsgruppe“, Quelle: Neumann u.a. 2015

2. Veränderte Sinneswahrnehmungen

„Die Sinne sind uns Brücke vom Unfassbaren zum Fassbaren.“

August Macke

Mit zunehmendem Alter verändern sich die Körperfunktionen, gesundheitliche Einschränkungen und Krankheiten nehmen zu.

In der Regel passen Menschen sich an und versuchen zunächst die schwindenden Kräfte auszugleichen, indem sie sich bspw. stärker auf eine Tätigkeit konzentrieren oder diese langsamer ausführen.

Verstärken sich die Einschränkungen oder treten mehrere Funktionsstörungen gleichzeitig auf (sog. Multimorbidität), gelingt ihnen dies jedoch häufig nicht mehr.



Übung: Typische Einschränkungen und Krankheiten im Alter

2 UE, 90 Min.

Die Übung dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden lernen verschiedene gesundheitliche Einschränkungen kennen, die im Alter auftreten können. Sie machen sich damit vertraut, einschätzen zu können, wann hilfe- oder pflegebedürftige Ältere Unterstützung und soziale Betreuung benötigen.

Materialien:

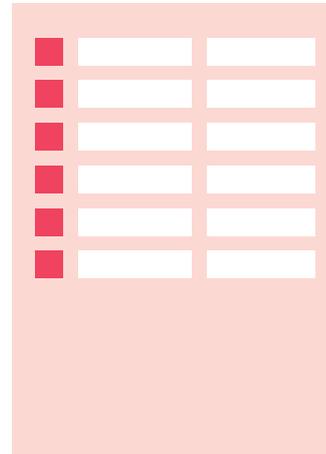
- Handout „Übersicht veränderte Wahrnehmung“,
- Flipchart,
- Marker.

Gestaltungsempfehlung:

Jede und jeder Teilnehmende liest die möglichen Auswirkungen des Alters auf die Sinne durch. Die Teilnehmenden überlegen sich, welche Veränderungen bei den Sinneswahrnehmungen sie an sich selbst wahrnehmen können, und tauschen sich darüber mit ihren Nachbarn aus. Anschließend diskutieren sie im Plenum über ihre Erfahrungen und ergänzen ggf. die Übersicht mit weiteren Anmerkungen.

Fragen für die Diskussion:

- Welche Veränderungen haben die Teilnehmenden bei sich oder bei Personen in ihrem Umfeld wahrgenommen?
- Welche Auswirkungen einer Sinnesveränderung haben die Teilnehmenden am meisten überrascht?
- Welche weiteren Veränderungen können der Tabelle hinzugefügt werden? Welche Auswirkungen haben diese?



Handout „Übersicht veränderte Wahrnehmung“

3. Krankheitsbilder im Alter

„Krankheiten sind Lehrjahre der Lebenskunst und der Gemütsbildung.“

Georg von Hardenberg

Alt zu werden bedeutet nicht zwingend krank zu sein. Gleichwohl steigt das Krankheitsrisiko mit zunehmendem Alter an.

Neben Beeinträchtigungen, die Menschen in jedem Lebensalter betreffen können, gibt es Krankheitsbilder, die lange unbemerkt bleiben, bevor sich erste Anzeichen bemerkbar machen (bspw. Demenz).

Bei älteren Menschen treten zudem häufiger mehrere Erkrankungen gleichzeitig auf (sog. Multimorbidität).



Vortrag: Krankheitsbilder im Alter

1 UE, 45 Min.

Der Vortrag dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden haben verschiedene gesundheitliche Einschränkungen kennengelernt, die im Alter auftreten können. Sie beschäftigen sich auch mit den Herausforderungen der Begleitung bei gesundheitlich eingeschränkten Menschen. Die Teilnehmenden schätzen ab, wie sie Unterstützung leisten können und wann sie eine Fachkraft zu Hilfe holen.

Materialien:

-  Foliensatz Krankheitsbilder im Alter,
- Laptop,
- Beamer,
- ggf. Info-Material zum Mitnehmen.

Gestaltungsempfehlung:

Die Informationen sollten in Form eines Vortrags, ggf. mit Filmbeispielen und Diskussion, durch eine erfahrene Dozentin bzw. einen erfahrenen Dozenten vermittelt werden. Eine Auswahl an Themen ist ratsam. Anschließend lassen sich Fragen im Plenum besprechen.

Fragen für die Diskussion:

- Welche Auswirkungen haben einzelne Krankheiten auf die ehrenamtliche Unterstützung?
- Welche Herausforderungen bestehen, wenn Personen altersbedingte Krankheiten aufweisen?
- Bei welchen Situationen kann der Ehrenamtliche behilflich sein, wann sollte er lieber Hilfe bei einer Fachkraft suchen?

4. Demenzielle Erkrankungen

„Erinnerung ist eine Form der Begegnung, Vergesslichkeit eine Form der Freiheit.“

Khalil Gibran

Hinter dem Begriff Demenz verbergen sich mehrere Krankheitsbilder, wie bspw. die Alzheimer-Demenz, die vaskuläre Demenz, die Frontotemporale Demenz oder die Lewy-Körperchen-Demenz, bei denen vor allem die Denkfähigkeit und das Gedächtnis gestört sind. Folge dieser hirnrorganischen Erkrankungen sind Persönlichkeitsstörungen, die je nach Schweregrad zu Einschränkungen bzw. zum Verlust der Fähigkeit zur eigenständigen Lebensgestaltung führen. Der Verlauf einer Demenz ist höchst individuell und unterschiedlich.



Vortrag: Menschen mit Demenz mit Respekt begegnen

2 UE, 90 Min.

Der Vortrag dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden unterstützen ältere Personen, die Hilfe benötigen, in einzelnen Bereichen, je nachdem, welche Einschränkungen bestehen. Sie haben sich mit Gefährdungspotenzialen bei alltäglichen Hilfestellungen auseinandergesetzt. Die Teilnehmenden erläutern dem hilfe- oder pflegebedürftigen Älteren die einzelnen Schritte einer Hilfestellung und achten darauf, sein Selbstbestimmungsrecht nicht zu verletzen.

Materialien:

-  Foliensatz Schwerpunkt Demenz,
- Laptop,
- Beamer,
- Kurzfilme bspw. zur „Integrative Validation“,
- ggf. Info-Material zum Mitnehmen.

Gestaltungsempfehlung:

Die Informationen sollten in Form eines Vortrags, ggf. mit Filmbeispielen und Diskussion durch eine erfahrene Dozentin bzw. einen erfahrenen Dozenten vermittelt werden. Je nach Engagement können Schwerpunkte gesetzt werden. Folgende Themen können angesprochen werden:

- Phasen demenzieller Erkrankungen
- Verständnis für Menschen mit Demenz entwickeln
- Möglichkeiten zum respektvollen Umgang kennenlernen

5. Verhalten bei Notfällen, Erste Hilfe

„Zwei Drittel der Hilfe ist, Mut einzuflößen.“
Irisches Sprichwort

Zur Sicherheit des älteren hilfe- oder pflegebedürftigen Menschen wie auch des Engagierten sollten im Rahmen der Basisqualifizierung unbedingt die Themen Verhalten bei Notfällen und Erste Hilfe besprochen werden. Sinnvoll ist es, Fachkräfte (bspw. Ärzte und Ärztinnen, Rettungssanitäterin und Rettungssanitäter) für einen Vortrag einzuladen bzw. eine Einweisung oder einen Kurs „Erste Hilfe“ speziell für ältere hilfe- oder pflegebedürftige Menschen anzubieten. Zudem sollte mit den Teilnehmenden das allgemeine Verhalten in Notsituationen geklärt werden. Dabei werden Notfälle besprochen, in die bspw. Menschen mit Demenz

geraten können. Zur Vorbereitung gehört es auch, sich mit pflegenden Angehörigen und hauptamtlich Pflegenden abzusprechen und Informationen auszutauschen.



Übung: Was tun, wenn es brennt?

1 UE, 45 Min.

Die Übung dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden vergewissern sich, wie sie vorausschauend handeln und darauf achten können ältere Hilfe- oder Pflegebedürftigen zu schützen. Sie setzen sich damit auseinander, welche Gefahrenpotenziale bestehen und wie sie in Notfallsituationen handeln können.

Materialien:

- Flipchart,
- Marker.

Gestaltungsempfehlung:

Im Plenum werden Fragen diskutiert und Ansichten ausgetauscht. Die Erkenntnisse können von den Teilnehmenden oder der Kursleitung stichpunktartig gesammelt und festgehalten werden.

Fragen für die Diskussion:

- Was würden die Teilnehmenden tun, wenn die oder der Hilfe- oder Pflegebedürftige einen Unfall erleidet?
- Was können sie tun, um Gefahrensituationen vorzubeugen?
- Mit welchen Personen sollten die Teilnehmenden im Vorfeld ihres Engagements in Kontakt treten, die im Falle eines Falles Hilfe leisten können? Welche Informationen sollten ausgetauscht werden?

6. Umgang mit Rollator und Rollstuhl

„Der Weg ist das Ziel.“

Konfuzius

Sowohl für Menschen, die auf einen Rollator oder Rollstuhl angewiesen sind, als auch für ihre Angehörigen und die Engagierten selbst ist es wichtig, kompetent mit den Hilfsmitteln umgehen zu können. Wenn sie genügend Sicherheit im Umgang mit den Geräten haben, wirkt sich dies positiv auf die Mobilität der alten und pflegebedürftigen Menschen und ihren Bewegungsradius aus. Um die Grundlagen des Umgangs mit Rollstuhl und Rollator zu lernen, sollten die Engagierten deshalb ein Training wahrnehmen.

Ein gutes Beispiel, wie man gemeinsam mit den älteren und pflegebedürftigen Menschen den Umgang mit einem Rollator gezielt üben kann, ist das Angebot „Rollator-Walking“¹⁹. Ziel ist es, sich bei Ausflügen auch bei unterschiedlichen Wegeverhältnissen sicher zu bewegen, den öffentlichen Nahverkehr nutzen zu können, frische Luft zu genießen und das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Weitere Beispiele zur Förderung der Mobilität von älteren hilfe- oder pflegebedürftigen Menschen haben bspw. Stadtwerke oder Anbieter des öffentlichen Nahverkehrs entwickelt.



Exkursion: Praktischer Umgang mit Rollator und Rollstuhl

2 UE, 90 Min.

Die Exkursion dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden unterstützen den hilfebedürftigen Menschen dabei, seine Mobilität zu erhalten, Kontakte zu anderen Menschen zu pflegen und helfen ihm bei der Gestaltung seiner Freizeit und seiner

Außenbeziehungen. Sie wurden sensibilisiert, vorausschauend zu handeln und darauf zu achten, dass der ältere hilfe- oder pflegebedürftige Mensch vor Gefährdungen geschützt wird.

Materialien:

- Verschiedene Rollatoren,
- Rollstühle,
- ggf. weitere Hilfsmittel (Gehhilfen).

Gestaltungsempfehlung:

Die Exkursion kann in eine Altenpflegeeinrichtung oder in ein Sanitätshaus erfolgen. Die Informationen sollten in Form einer praktischen Demonstration mit anschließenden Übungen für die Teilnehmenden durch eine erfahrene Dozentin bzw. einen erfahrenen Dozenten vermittelt werden. Folgende Themen sollten dabei angesprochen werden:

- Funktionsweise der Hilfsmittel
- Mögliche Gefahren und Hinweise zum sicheren Umgang
- Tipps und Hinweise zur Erhaltung und Verbesserung der Mobilität der Nutzerinnen und Nutzer.

7. Gesundheitsförderung

„Freude, Mäßigkeit und Ruh schließt dem Arzt die Türen zu.“

Friedrich von Logau

Auch wenn mit zunehmendem Alter vermehrt gesundheitliche Probleme und Beschwerden auftreten, lohnt es sich, darüber nachzudenken, mit welchen Mitteln persönliches Wohlbefinden und eine möglichst gute Lebensqualität erreicht werden können.



Übung: Aktiv gesund

0,5 UE, 20 Min.

Die Übung dient zur Erreichung von folgenden Lernergebnissen:

Die Teilnehmenden unterstützen den hilfebedürftigen Menschen dabei, seine Mobilität zu erhalten und sind in der Lage, einem älteren hilfe- oder pflegebedürftigen Menschen zur Seite zu stehen, ohne dessen Selbstbestimmungsrecht zu verletzen.

Material:

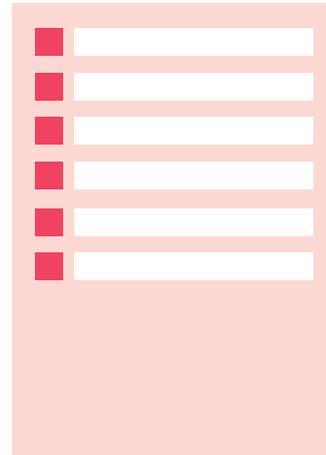
- Handout „Gesundheitsförderung“.

Gestaltungsempfehlung:

Die Teilnehmenden lesen die Beispiele durch. Anschließend diskutieren sie die Beispiele im Plenum oder in Kleingruppen. Sie sammeln und ergänzen eigene Erfahrungen und reflektieren, wie sich gesundheitsfördernde Aktivitäten umsetzen lassen.

Fragen für die Diskussion:

- Welche weiteren Möglichkeiten kennen die Teilnehmenden, die zur Gesundheitsförderung beitragen?
- Gab es positive Reaktionen oder Widerstände auf die „guten Ratschläge“?
- Wie lassen sich die Maßnahmen im Alltag bzw. bei der Ausübung des Engagements umsetzen?



Handout „Gesundheitsförderung“



Praxistipp

Die Bundesgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) hat eine MitMachBox herausgegeben, in der viele Tipps und Ideen für die Seniorenarbeit zu finden sind.²⁰ Die Deutsche Sportschule Köln hat in dem Projekt „fit für 100“ Bewegungsangebote für Hochaltrige zusammengetragen.²¹ Tipps für Fahrgäste mit Gehhilfen und Rollstühlen lassen sich bei den Dortmunder Stadtwerken nachlesen.²²