

Es geht um individuelle Schulung

Im Gespräch: Brigitte Käferböck und Stefan Knobel
Fotos: Ordensklinikum Linz

Die Lernwerkstatt für pflegende Angehörige ist ein Pionierprojekt in Österreich. Brigitte Käferböck leitet diese Lernwerkstätte und berichtet über ihre Erfahrungen und Visionen.

Knobel: *Brigitte, du leitest seit vielen Jahren die Pflegewerkstatt für pflegende Angehörige des Ordens der Elisabethinen in Linz.*

Käferböck: Die Leitung habe ich seit vier Jahren. Die Lernwerkstatt ist vor über zehn Jahren entstanden, anfänglich im Rahmen der Ausbildung der PflegeschülerInnen und der Pflegenden auf den Abteilungen des Krankenhauses der Elisabethinen hier in Linz. Um das Jahr 2009 herum bemerkte man, dass auch die pflegenden Angehörigen Bedarf haben für solche Schulungen. Zusammen mit dem Entlassungsmanagement ist dann eine Vernetzung entstanden, aus der die Lernwerkstatt für pflegende Angehörige hervorgegangen ist.

Knobel: *Wie zeigte sich der Bedarf für pflegende Angehörige?*

Käferböck: Wenn die Menschen nach einer Operation oder einer Erkrankung aus dem Krankenhaus entlassen wurden, ergaben sich für die Angehörigen oft ganz neue Herausforderungen. Sie wollten einen Beitrag

dazu leisten, dass ihre Angehörigen ihre Situation zu Hause bewältigen können. Der Bedarf war gegeben und die Lernwerkstätte war ja schon vorhanden; also die Räume, Pflegebetten und Materialien. Man musste nichts in die Infrastruktur investieren.

Knobel: *Wie werden pflegende Angehörige aufmerksam auf euer Angebot?*

Käferböck: Zuerst muss ich sagen, dass durch Umstrukturierungen rund um das Krankenhaus und der Krankenpflegeschule die Lernwerkstätte ausgliedert wurde. Sie wird jetzt vom Orden der Elisabethinen geführt. Noch immer ist etwa die Hälfte der Teilnehmer, die zu uns kommt, vom Entlassungsmanagement auf das Angebot aufmerksam gemacht worden. Die zweite Hälfte sind Familien, die quasi von außen kommen und anderweitig von uns gehört haben – wie durch das Fernsehen oder auch die Integra, die größte Pflegemesse in Österreich.

Knobel: *Wie findet eine solche Schulung statt?*

Käferböck: Der Erstkontakt ist immer telefonisch. Die Angehörigen rufen mich an, wenn sie von extern kommen oder ich kontaktiere sie, wenn sie sich angemeldet haben. Ich kläre ab, was die Herausforderungen sind und wo der Bedarf ist. Danach machen wir einen Termin aus. Dabei achte ich darauf, dass der Termin von den InteressentInnen selbst festgelegt werden kann. Diese Flexibilität meinerseits ist sehr wichtig, damit sie ohne zusätzlichen Aufwand – falls nötig – die Betreuung ihrer Angehörigen während des Termins organisieren können. Das ist manchmal am Vormittag, manchmal am Nachmittag, gegebenenfalls auch abends. Ich schaue darauf, dass die Schulung sehr zeitnah geschehen kann. Das ist wichtig, weil die Angehörigen in diesen Momenten Unterstützung benötigen und sich die Situationen täglich verändern können – dies ist insbesondere dann der Fall, wenn wir im palliativen Bereich arbeiten.

Knobel: *Das setzt große Flexibilität von dir voraus!*

Käferböck: Das ist so. Aber es ist in den meisten Situationen der Pflege zu Hause so, dass es ein ungemeiner Organisationaufwand ist, sich nach zusätzlichen externen Terminen zu richten. Oft genug müssen sich Familien den Terminkalendern der Arztpraxen und anderen Therapiestunden unterwerfen. Flexibilität ist das Markenzeichen unserer Lernwerkstätte. Ich orientiere mich an den Angehörigen. Das schafft eine gewisse Grundbasis des Vertrauens.



Knobel: Die Leute kommen zu dir in die Werkstatt. Wie eruerst du die Schulungsschwerpunkte?

Käferböck: Wir haben bereits am Telefon ein erstes Sondierungsgespräch geführt. Wenn die Interessenten dann da sind, geht es darum, sich kennenzulernen. Ich frage nach den Herausforderungen und den Schwerpunkten und komme mit den Leuten schnell ins Tun. Dadurch stellt sich das Kernproblem heraus. Daran arbeiten wir dann.

Knobel: Hast du eine allgemeine Methode, um solche Kernthemen zu bearbeiten?

Käferböck: Ja, ich folge, im Grunde genommen, der Lernspirale, die wir in der Kinästhetik entwickelt haben. Der erste Schritt ist das Tun. Ich lasse mir durch die pflegenden Angehörigen zeigen, wo sie Schwierigkeiten besitzen und wie sie bestimmte Handlungen ausführen. Hier reflektieren wir kurz, wo sie ihre Grenze erfahren oder Unsicherheiten auftreten. Mein Vorteil dabei ist, dass ich bei der weiteren gemeinsamen Bewegung durch die Spannungsunterschiede, die ich im ersten Tun bei den KlientInnen

erfahren konnte, besser auf ihre individuellen Bedürfnisse eingehen kann. Sie spüren, wie die Wirkung ihrer Handlung auf den gepflegten Menschen ist. Das ist jedes Mal interessant. Denn die Leute sind überrascht, wenn ich ihnen helfe, über die eigene Erfahrung diese Wirkung zu spüren. Das schafft die Basis, dass sie selbst neue Ideen suchen können.

Knobel: Weshalb wendest du viel Zeit dafür auf, das jeweilige Problem der KlientInnen zu verstehen?

Käferböck: Albert Einstein soll einmal gesagt haben: «Wenn ich eine Stunde habe, um ein Problem zu lösen, dann beschäftige ich mich 55 Minuten mit dem Problem und fünf Minuten mit der Lösung.» Wenn ich das Problem nicht verstanden habe, dann können wir gemeinsam keine passende Lösung finden. Das zeigt sich in diesen Schulungen immer wieder. Insbesondere, weil es darum geht, das eigene Verhalten zu verstehen. Wenn wir nun die Ausgangslage verstanden haben, machen wir uns daran, kreative Ände-





rungsmöglichkeiten zu suchen. Dabei ist es mir sehr wichtig, dass nicht ich den pflegenden Angehörigen sage, wie es besser geht. Es ist viel nachhaltiger, wenn sie für sich selbst die Wege für Anpassungen und Veränderungen finden. In einigen Situationen können wir das Problem lösen. In anderen müssen wir uns vom Problem lösen, weil die Herausforderung gar nicht dort liegt, wo man sie auf den ersten Blick vermutet.

Knobel: Warum denkst du, dass das nachhaltiger ist?

Käferböck: Die Situation zu Hause ist ja nicht stabil. Die Angehörigen, die pflegen, verändern sich über den Lauf der Zeit ebenfalls. Darum ist es wichtig, dass sie den Weg des Herausfindens kennenlernen, der zum gewünschten Resultat führt. Wenn ich ihnen eine genaue Anleitung gäbe, dann könnte ich eine falsche Fährte legen. Denn meine Erfahrungen sind persönlich gefärbt, sie sind nicht die meines Gegenübers. Das Spannende dabei ist, dass die Angehörigen Möglichkeiten in einem geschützten Rahmen entwickeln können und lernen, diese auch zu variieren. Zu Hause sind sie dann in der Lage, sich je nach Situation anzupassen und daraus wieder neue Varianten zu entwickeln. Den Grundstein dazu legt die Pflegewerkstätte mit ihren Perspektiven.

Knobel: Kommen die pflegenden Angehörigen allein oder auch gemeinsam mit dem Angehörigen, der die Pflege benötigt, zur Konsultation?

Käferböck: Aus meiner Erfahrung ist es zuerst wichtig, dass der Kontakt mit den pflegenden Angehörigen allein stattfindet. Wenn sie mit mir sprechen, kommen die wirklichen Probleme ungefiltert und direkt auf den Tisch. Verständlicherweise halten sie sich mit kritischen Beurteilungen der Situation eher zurück, wenn sie mit der PartnerIn, ihren Schwiegereltern – oder wer auch immer die Unterstützung braucht – zusammen sind.

Knobel: Wie lange dauert eine solche Lernsequenz und was geschieht danach?

Käferböck: Etwa eineinhalb Stunden, oft auch zwei. Wenn beide kommen, wende ich mich zuerst eine Stunde der pflegenden Angehörigen zu. Danach bearbeite ich die Themen noch eine Stunde mit beiden. Sie können wiederkommen, wenn sie dies wollen. Es ist aber keine Pflicht. Nach etwa zwei Wochen rufe ich die Familien wieder an und frage nach, wie es ihnen geht, welche Erfahrungen sie zu Hause gemacht haben und ob sie noch etwas benötigen.

Knobel: Also machst du auch Telefonberatungen?

Käferböck: Genau. In dieser schwierigen Zeit der Corona-Pandemie kommt der Telefonberatung natürlich eine große Bedeutung zu. Wir überlegen derzeit auch, die Lernwerkstatt zu Hause stattfinden zu lassen. So könnten wir häusliche Schulungen anbieten.

Knobel: Was sind die Themen und Herausforderungen, die pflegende Angehörige mitbringen?

Käferböck: Wiederkehrende Themen sind einerseits die Basispflege, wie Waschen, Ankleiden, Essen verabreichen oder der Umgang mit Urinkathetern. Andererseits sind natürlich Mobilisation und Themen rund um die Kinästhetik sehr gefragt. Klassische Fragen sind: Wie kann ich zum Beispiel meiner PartnerIn helfen, sich so hinzusetzen, dass sie gut essen und schlucken kann? Wie kann ich ihren Weg vom Rollstuhl auf das Klo unterstützen? Was kann ich tun, damit ich in der Nacht nicht alle zwei Stunden aufstehen muss, um mich mit meiner Schwiegermutter in eine andere Position zu bewegen? Wie unterstütze ich meinem Mann dabei, auf die Beine zu kommen?

Ich bemerke, dass bei allen Fragen die Perspektive der Kinästhetik immer miteinfließt. Es geht mir darum, meinen KlientInnen Werkzeuge an die Hand zu geben, damit sie für die ihnen bevorstehenden Herausforderungen gewappnet sind. In der praktischen Umsetzung spielen die Interaktionsfähigkeit oder das Sich-Positionieren somit immer eine Rolle. So zum Beispiel wenn es darum geht, eine PEG-Sonde (Anmerkung: Eine Ernährungssonde) zu verbinden.

Knobel: Das ist also eine Vielfalt an Themen, die hineinspielen ...

Käferböck: Das ist so. Die Grundthematik ist aber immer ähnlich. Denn oft ist beiden Beteiligten nicht klar, was der unterstützte Mensch noch alles selbst zur Aktivität beitragen kann. Es gilt dann diese Möglichkeiten zu finden und den Gepflegten so zu unterstützen, dass er seine Kompetenzen weiterentwickeln und dabei selbstständiger werden kann.

Knobel: Was ist der Effekt dieser Schulungen?

Käferböck: Ich habe diverse Erfahrungen sammeln können, was nach den Schulungen passiert. Im Rahmen meiner Masterthesis bin ich dabei, die Wirkung derselben systematisch zu evaluieren. Ich untersuche das Schulungssetting und die Wirkung der erlernten Fähigkeiten der pflegenden Angehörigen. Hier wird zum ersten Mal der Mehrwert ersichtlich.

Die Interviews, die ich schon gesichtet habe, zeigen, dass die Beteiligten durch die Kurse nicht nur für die Pflege ihrer Angehörigen profitieren, sondern dass sie diese Herangehensweise auch in andere Lebensbereiche übertragen können. Davon bin ich sehr überrascht. Ein Klient hat einst mir geschildert, dass er nach einer Verletzung für sich, ähnlich wie wir es in der Schulung gemacht haben, zuerst die Situation analysierte und dann nach kreativen Lösungen gesucht hat.

Knobel: Du arbeitest in Linz im Bundesland Oberösterreich. Gibt es in eurer Region mehrere solcher Lernwerkstätten für pflegende Angehörige?

Käferböck: Nein, wir sind allein. Das Rote Kreuz hat ein Erste-Hilfekonzent aufgebaut. Das ist aber in fixen Modulen realisiert. Die Individualentwicklung ist nicht Kern des Angebots.

Knobel: Warum legst du so viel Gewicht auf die individuellen Lernprozesse?

Käferböck: Menschen sind Individuen. Jeder ist anders. Jede Situation der pflegenden Angehörigen ist anders. Darum scheint es mir logisch, dass ich beim Individuum andocken muss. Wenn es mir gelingt, dass sowohl die pflegenden Angehörigen wie auch die gepflegten Menschen ihre individuellen Muster verstehen, dann entsteht nachhaltige Anpassung. Die Beteiligten merken dann, dass die Lösung in ihnen selbst liegt. Wenn sie meinem Handlungsablauf folgen würden, finden sie keine Lösung, die ihrer Situation zu Hause entspricht. Es ist für die Betroffenen immer befreiend, wenn sie erkennen, dass sie selbst der Schlüssel für Veränderung sind. Sie haben das Zepter selbst in der Hand. Das führt zu mehr Autonomie für alle Beteiligten, und die Erfahrung der Wirksamkeit steigt.

Knobel: Wie läuft die Zusammenarbeit mit anderen Diensten, die in der häusliche Pflege involviert sind?

Käferböck: Da gibt es derzeit wenig Zusammenarbeit. Die häusliche Pflege hat keinen Schulungsauftrag. Es wäre gut, wenn da ein Zusammenspiel bestehen würde. Die Personen, die bei mir in der Schulung sind, suchen sich ihren Weg und den verfolgen sie auch.

Knobel: Was ist deine Vision für die Lernwerkstatt für pflegende Angehörige?

Käferböck: Ich denke, solche Pflegewerkstätten braucht es in der Nähe der betroffenen Menschen, also regional. Das hilft, den Zugang leicht und unkompliziert zu ermöglichen.

Knobel: Was wären deine Argumente, einer GemeindepolitikerIn aufzuzeigen, dass sie in eine Lernwerkstätte investieren sollte?

Käferböck: Das ist eine Investition, die sich auf verschiedenen Ebenen lohnt. Einerseits entsteht zu Hause mehr Selbstständigkeit. Andererseits schaden sich die pflegenden Angehörigen weniger, weil sie lernen, ihre Arbeit weniger belastend zu gestalten. Und drittens entstehen weniger Kosten für die Öffentlichkeit. Denn eine Schulung kostet bedeutend weniger als ein Aufenthalt eines Tages in einer Pflegeinstitution. Und die Folgekosten, falls eine pflegende Angehörige selbst erkrankt und zum Pflegefall wird, sind massiv höher.

Knobel: Gibt es bereits Studien, die die Wirkung solcher Angebote untersucht haben?

Käferböck: Es gibt sehr viele Studien, die Mikroschulungen zu Hause untersucht haben. Diese Schulungen sind aber eher handlungsorientiert. Angebote für individuelle Lernprozesse sind nicht sehr verbreitet. Wir betreten Neuland. Aber ich bin überzeugt, es ist vielversprechendes Neuland. Ich gehe davon aus, dass sich der Ansatz des individuellen Lernprozesses in nächster Zeit weiterentwickeln kann, wenn viele solcher Werkstätten entstehen.

Natürlich muss man auch die Finanzierung sicherstellen. Bei uns ist es eine Serviceleistung des Ordens der Elisabethinen, die überzeugt sind, dass die Vermittlung dieses Wissens ein wichtiger Beitrag für die Gesellschaft ist. Wir müssen aufzeigen, was Wert und Nutzen dieser Schulungen sind. Diese Investition lohnt sich insbesondere, wenn wir die Herausforderungen der Zukunft bei der Versorgung der alternden Bevölkerung meistern wollen.

Knobel: Brigitte, danke für das Gespräch. ●



Brigitte Käferböck ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Kinaesthetics-Trainerin, Skills-Lab-Tutorin, PBL-Tutorin und studiert derzeit Gesundheits- und Pflegepädagogik. Ihre Fähigkeiten setzt sie im schulischen Setting an der Gesundheits- und Krankenpflegeschule, wie auch als Kinaesthetics-Trainerin im Ordensklinikum Linz Barmherzigen Schwestern ein.

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 Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ online 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



3 Ausgaben plus Online-Zugang / Jahr (CHF 70 / € 44)



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 _____