

## Hinweise zur Gestaltung von Pflegekursen

Für die zukünftige Versorgung Pflegebedürftiger ist die Stabilisierung häuslicher Pflegearrangements durch Angehörige, sonstige ehrenamtlich Pflegende, soziale Netzwerke und weiteres bürgerschaftliches Engagement von überragender Bedeutung.

Soll verhindert werden, dass häusliche Pflegearrangements kritisch werden, dekompensieren und gar zusammenbrechen und Pflegebedürftige zukünftig vermehrt in Heime wechseln müssen, ist es notwendig Unterstützungsleistungen für pflegende Angehörige bei der Versorgung ihrer pflegebedürftigen Eltern oder Ehepartner aktiv anzubieten. Gemeint ist die Durchführung von Pflegekursen, Individuellen Schulungen in der häuslichen Umgebung und Überleitungspflegen für pflegende Angehörige. Diese Angebote sollen Kompetenz stärken, Informationen verbreiten, Entlastungsmöglichkeiten als auch präventive Grundgedanken vermitteln sowie die Grenzen der eigenen Situation erkennen. Die Angebote für pflegende Angehörige fußen auf drei Säulen:

### 1. Säule

#### **Basispflegekurse**

Die Basispflegekurse vermitteln den Pflegepersonen basisrelevantes pflegerisches Wissen für eine fachbezogene häusliche Pflege und Betreuung der pflegebedürftigen Personen. Grundsätzlich haben sich die Inhalte von Pflegekursen weg von der verrichtungsorientierten Ausrichtung - hin zu mehr psychosozialer Unterstützung pflegender Angehöriger entwickelt. Unter fachlichen Aspekten wird die folgende Aufteilung favorisiert:

- 50% der Seminardauer Vermittlung von Pflegefachlichem auf Laienniveau
- 25% Vermittlung und Anleitung zur Selbstpflege der Angehörigen
- 10% Vermittlung von Copingstrategien, wie man als Betroffene mit psycho-sozialen Problemen umgeht
- 15% Informationen von regionalen Anlaufstellen, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen etc.

Nach neuestem pflegewissenschaftlichen Stand soll die jeweilige Vermittlung der Selbstpflege und Copingstrategien mit der pflegefachlichen Vermittlung thematisch geblockt werden, so dass ein direkter Bezug besteht. Darüber hinaus vermitteln die Kurse Kenntnisse, wie Veränderungen bei dem Pflegebedürftigen erkannt werden und wie eine Pflegeperson darauf reagieren sollte. Ein wichtiger Baustein ist, dass die Ressourcenausschöpfung und -erhaltung bei dem Pflegebedürftigen und der pflegenden Person erkannt werden, um physische und psychische Überlastungssituationen zu vermeiden. Ein nicht zu unterschätzender Punkt bei den Kursangeboten ist der Gedankenaustausch unter den pflegenden Angehörigen.

#### **Spezial- und Kompaktpflegekurse**

Diese Kursangebote können als Aufbaukurse nach einem Basispflegekurs betrachtet, sie können aber auch unabhängig von anderen Schulungsangeboten genutzt werden. In diesen Kursen werden spezielle Teilaspekte der pflegerischen Versorgung themenzentriert vermittelt. Schwerpunkte können zum Beispiel »Kinaesthetics für pflegende Angehörige«, »Umgang mit demenziell erkrankten Personen« oder »Sterbebegleitung« sein. Ziel dieser Kurse ist es, die individuellen Belastungen für die spezielle Pflege- und Versorgungssituation in einer Gruppe zu thematisieren und dabei Techniken und auch Copingstrategien zu erlernen, die den Pflegealltag entlasten. Auch hier gilt oben aufgeführte Aufteilung der fachlichen Inhalte.

#### **Zeitgleiche Betreuungsmöglichkeiten**

Grundsätzlich hat sich als hilfreich erwiesen, dass zeitgleich zur Durchführung eines Kurses zusätzliche Betreuungsmöglichkeiten für den Pflegebedürftigen angeboten werden. So ist die Akzeptanz zur Inanspruchnahme der Kursangebote größer, wenn die zeitgleiche Betreuung des Pflegebedürftigen problemlos erfolgen kann. Je nach gesundheitlichem Zustand des Pflegebedürftigen ist eine Betreuungsmöglichkeit in einer Gruppe oder durch eine Tagesmutter im häuslichen Bereich sinnvoll. Mit Hilfe der Leistungen der Verhinderungspflege (§ 39 SGB XI – die auch stundenweise möglich ist) können die Kosten für Gruppen- oder Einzelangebote des Pflegebedürftigen bei den Pflegekassen beantragt und bis zu dem Betrag von 1550,- Euro pro Jahr (Stand 2010) übernommen werden.

## Hinweise zur Gestaltung von Pflegekursen

### Gruppengröße / Organisation

Die Gruppengröße der Pflegekurse sollte zwischen 8 und 16 Teilnehmern liegen, um einen regen Austausch zu ermöglichen. Darüber spielt die Örtlichkeit eine wichtige Rolle. Hier sollten ein zentraler Ort mit guter Verkehrsanbindung und Parkplatz gewählt werden. Eine kürzere Kursdauer zwischen vier bis acht Terminen hat sich bewährt, damit die Pflegenden sich zeitlich nicht so lange an das Angebot binden müssen. Grundsätzlich sollten verschiedene zeitliche Angebote ausprobiert werden (Vormittagsbereich, Mittagszeit, früher Abend, Wochenend-Kompaktkurs etc.). Bei allen Angeboten sollte unterstützende Literatur zum Thema angeboten werden. Kostenlose Broschüren können bei den Pflegekassen, den Gesundheitsministerien, den Unfallkassen etc. bestellt werden. Gängige Hilfsmittel zur Veranschaulichung der Pflegekurse können oftmals über den regionalen Sanitätsfachhandel besorgt werden.

## 2. Säule

### Individuelle Häusliche Schulungen

Mit Hilfe der Individuellen Häuslichen Schulungen (1:1 Beratung) wird der jeweiligen Pflegeperson pflegerelevantes Wissen für die individuelle Pflegesituation im Haushalt des Pflegebedürftigen vermittelt. Hierbei gilt es, gemeinsam mit der Pflegeperson, die pflegespezifischen und auch die psychosozialen Problembereiche der häuslichen Versorgung zu analysieren, um mit Hilfe der Pflegefachkraft Lösungen oder zumindest Lösungsansätze zu deren Behebung zu entwickeln. Zentral im Mittelpunkt der Beratung steht hier der Beratungsbedarf des pflegenden Angehörigen, der mit Hilfe des Beratungsprozesses erhoben und verfolgt wird. Der Verlauf wird in 4 Prozessphasen unterteilt:

#### 1. Einschätzung

Kontaktaufnahme  
Wissensstand des Pflegebedürftigen/der Pflegeperson über die pflegerische Situation  
zugrundeliegendes Pflegeverständnis des Pflegebedürftigen sowie der Pflegeperson  
Pflegesituation, Wohnsituation und soziales Umfeld (Probleme und Ressourcen)

#### 2. gemeinsame Zielerarbeitung

Ziele zu den einzelnen Arbeitsschwerpunkten werden festgelegt (diese werden aus pflegerischer, psychologischer und pädagogischer Sicht betrachtet) wichtige Schwerpunkte können z. B. sein:

- Förderung der Bewegungskompetenz
- Entwicklung individueller Bewegungsformen
- Förderung der Ressourcen des Pflegebedürftigen und der Pflegeperson
- Konkrete Entlastungsmöglichkeiten für sich selbst erkennen

#### 3. Unterstützung der Zielerreichung

Informationsaneignung des Pflegebedürftigen/der Pflegeperson  
konkrete Anleitung in pflegerischen Situationen  
Umgang mit Hilfsmitteln  
Vertiefung der pflegerischen Fähig- und Fertigkeiten

#### 4. Evaluation

Feedback des Pflegebedürftigen/der Pflegeperson  
Selbstbewertung der Pflegeperson  
Reflexion der Lerninhalte  
Klärung noch offener Fragen

So erhält die Pflegeperson gezielte bedarfsgerechte Unterstützung. Theoretische Informationen sowie praktische Anleitungen stellen einen Schwerpunkt bei der Verbesserung und Vereinfachung der individuellen pflegerischen Versorgungssituation dar. Wichtige Themen sind unter anderem die Bewegung von Pflegebedürftigen sowie die Unterstützung der eigenen Ressourcen des Pflegebedürftigen in der Bewegung.

Im Verlauf der häuslichen Schulung kommt es in der Regel zu vertraulichen Situationen, in denen der pflegende Angehörige auch über seine psycho-sozialen Situation und die daraus resultierenden Belastungen erzählt. Hier gilt es gemeinsam präventive Aspekte und die persönlichen Entlastungsmöglichkeiten zu eruieren und umzusetzen. Generell sollen die präventiven Grundgedanken in den Häuslichen Schulungen vermittelt werden, um den physischen und psychischen Überlastungssituationen der privaten Pflegepersonen entgegenzuwirken.



## Hinweise zur Gestaltung von Pflegekursen

### **Nützliche Sachmittel und Medien zur Durchführung der Individuellen Häuslichen Schulung**

Folgende Sachmittel und Broschüren können einen Einsatz zur Individuellen Häuslichen Schulung sinnvoll unterstützen. Wichtig ist, dass auf die individuelle Situation vor Ort adäquat reagiert werden kann, z. B.

- Hilfsmittel-Kataloge zur Veranschaulichung
- Rutschbrett / Haltegurt / Lagerungskissen u. a. zur Demonstration rückengerechten Positionswechsels
- Bettgurte oder andere Aufrichthilfen zur Demonstration des selbständigen Aufrichtens im Bett
- Kleine Hilfsmittel zur Demonstration von Transfersituationen
- Inkontinenzvorlagen zur Demonstration des rückengerechten Wechselns von Inkontinenzmaterial
- Übersicht weiterer Pflegekursangebote der Region
- Hinweise auf Internetauftritte (z. B. [www.gesundheitsdienstportal.de](http://www.gesundheitsdienstportal.de))