

Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Kriterium 6 – Zum Thema Selbsthilfe wird qualifiziert

Die vorliegende **Schulungsanwendung** ist von mir konzipiert für die folgende Maßnahme: "regelmäßig einmal im Jahr führt die Selbsthilfekontaktstelle gemeinsam mit ausgewählten Selbsthilfegruppen (SHG) im Mittelkurs der **Pflegeschule** des Krankenhauses mindestens 10 Unterrichtsstunden zum Thema Selbsthilfe durch."

Die Schulung kann verlängert, verkürzt oder auch nur einzelne Einheiten davon umgesetzt werden.

Schulungsablauf – Pflegeschüler/innen im Mittelkurs

Thema: Selbsthilfe verstehen, kennenlernen, erleben

Zeitdauer	Ziel	Wie geht es	Bedarf (Material, Personal...)
2 UE	<p>Kennenlernen/Kontakt</p> <p>Wissensstand erheben, ins Thema einführen</p> <p>Neugier wecken auf die Menschen aus den SHG, Beteiligung herstellen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Handschlagbegrüßung - Gewinnspiel: wie viele SHG gibt es in Mülheim? In Deutschland? Jede/r Zahl auf Zettel, ich sammle ein. Wer gewinnt? → Süßigkeit, Ü-Ei... - Wie alt sind die Menschen in SHG im Durchschnitt? - Wie alt ist der Kurs im Durchschnitt? → ausrechnen; Zahl sagen (in Mülheim bei 69 Jahren) <p>Fragen an die TN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wer kennt Selbsthilfe? Was ist das? - Hat jemand Erfahrungen? - Zu welchen Themen gibt es wohl SHG? <p>Sammlung mitschreiben an Stellwand</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welche Gruppe würden Sie gern kennenlernen? <p>Jeder drei Klebepunkte an der Stellwand anbringen, alle zugleich. Ein TN rechnet aus und stellt das Ergebnis vor.</p> <p>→ Ich versuche im Anschluss, diese SHG zur Teilnahme an dieser Schulung zu gewinnen.</p>	<p>Kleine Zettel</p> <p>Zahlenwissen: Menge der SHG vor Ort/ in Deutschland</p> <p>Gewinn (2-3 Teile)</p> <p>Zahlenwissen: Altersdurchschnitt von SHG</p> <p>Stellwand, Edding</p> <p>Klebepunkte, drei für jede/n</p>

Zeitdauer	Ziel	Wie geht es	Bedarf (Material, Personal...)
	<p>Konkrete Informationen zu Mülheim</p> <p>Kennenlernen des Arbeitsmaterials zur Unterstützung der Beratung für Patienten</p> <p>Einführung einer Methode aus der SHG-Arbeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung des Selbsthilfe-Wegweiser. Suchen der genannten SHG im Heft. Wer findet ...? - Kurzvorstellung meiner Arbeit für die SHG, Kontakthinweis zu mir (Selbsthilfekontaktstelle) - Blitzlicht: wie hat Ihnen der Unterricht gefallen? 	<p>Örtliches Informationsmedium der Selbsthilfegruppen in ausreichender Anzahl</p>
4 UE (oder so viel Zeit, wie man eben hat)	<p>Kennenlernen der Arbeit von SHG</p> <p>Erleben von Krankheitsbildern und dem Umgang damit (Betroffene sind viel mehr als nur Kranke)</p> <p>„Sucht-Warnung durch Erfahrung“ (Alk und Drogen wird immer ausgewählt!)</p>	<p>Interview, Fragen an SHG von Dozent/in:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Warum sind Sie in einer SHG? - Wie kamen Sie in die Gruppe? - Was ist das Gute daran? - Warum würden Sie SHG empfehlen? - Was sollte das Pflegepersonal im Umgang mit der eigenen Erkrankung beachten? - Gibt es Fragen aus dem Kurs? 	<p>Nacheinander (gutes Zeitmanagement!) 3-4 Menschen aus unterschiedlichen SHG (oder wie viele hierfür gewonnen werden können)</p> <p>Vorher jeweils: Besprechung des Ablaufs und der gestellten Fragen mit den SHG</p>
2 UE	<p>Selbsthilfe erleben / verstehen</p> <p>Bedarfe und Regeln von SHG</p>	<p>Kleingruppenbildung, max. 5 Personen (keine freie Personenwahl, ich zähle bis 5 durch)</p> <p>Es wird immer nur eine neue Aufgabe bekannt gegeben, wenn die vorherige bearbeitet ist:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Was habt Ihr alle gemeinsam? (was auch immer es sein mag) 2. Ihr seid eine SHG, um gemeinsam damit umzugehen. Habt Ihr ein Ziel? Wie wollt Ihr arbeiten, was wollt Ihr gemeinsam tun? 3. Was benötigt Ihr, um damit anzufangen? 	<p>Der Schulungsraum kann in der Regel in Grüppchen besetzt werden, es wird nur etwas lauter.</p> <p>Papier für Notizen der TN</p> <p>Flipchart: Dozent/in schreibt immer die nächste Frage hinzu</p>

Zeitdauer	Ziel	Wie geht es	Bedarf (Material, Personal...)
		4. Was ist Euch im Umgang untereinander wichtig? 5. Wie heißt Eure Gruppe? Alle stellen nach einander ihre Gruppe vor: - Wir heißen... - Wir treffen uns zum Thema... - Unsere Ziele sind... - Wir treffen uns immer... - Als Gruppenregeln ist uns ganz wichtig... In Anschluss - offener Austausch über die Erfahrung (macht immer allen TN total Spaß) - Gespräch über Gruppenregeln	Dozent/in notiert bei der Vorstellung Bedarfe und Regeln der Gruppen, sodass im Anschluss eine Übersicht entsteht
2 UE	Selbsthilfefreundliches Krankenhaus: was heißt das für unser Krankenhaus und für mich als Pflegekraft im Haus? Alltagsanwendung in der Pflege Nachhaltigkeit ermöglichen	PP-Präsentation mit den Daten und Zahlen aus der jeweiligen Kooperation, mit den Qualitätskriterien Selbsthilfefreundlichkeit sowie einer Übersicht der dazu im Haus umgesetzten Maßnahmen Austausch: Was davon ist mir bei der Arbeit begegnet? Kann ich mir vorstellen, auf SHG hinzuweisen? SHG bei Bedarf anzusprechen? Fragen/Ideen zum Vorgehen? Abschlussblitzlicht zur Schulungsreihe: Was nehme ich mit?	Beamer Laptop Folienvortrag

Stand: 13.08.1919

Die Schulung wurde von mir auf diese Weise bisher mindestens 6 Mal durchgeführt.
Für Fragen dazu stehe ich gern zur Verfügung.

Anke van den Bosch
Selbsthilfe-Büro Mülheim an der Ruhr (Tel. 0208.3004814)

Anke van den Bosch, Selbsthilfe-Büro Mülheim an der Ruhr (der Paritätische NRW)
Mentorin im Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen