

## Lernerfahrungen

**Manche Pflegenden sollen nach einem besuchten Seminar ein kurzes Referat im eigenen Team halten, um das Gelernte weiterzugeben.**

**In diesem Zusammenhang fragen Pflegende nach einem Seminar, was für Lernerfahrungen sie ihren KollegInnen anbieten können, da sie nicht nur erzählen möchten.**

Folgende Lernerfahrungen lassen sich gut im Sitzen anbieten, weiter sind diese Erfahrungen auch in großen Gruppen möglich (z.B. auf einem Kongress).

Wichtig dabei ist, dass es im Konzept der Basalen Stimulation nicht mehr so um richtig oder falsch geht, sondern um eher oder weniger angemessene Angebote, d.h. die Erfahrung des Einzelnen ist immer gültig und wahr für ihn selbst, in Gruppen können aus diesen Erfahrungen Allgemeines und individuelle Unterschiede erarbeitet / abgeleitet werden.

### Wahrnehmung / Habituation (Einzelnerfahrung)

Machen Sie sich bitte ein Bild von ihren Händen.

Ertasten und befühlen Sie Ihre Hände. Sie können auch die Augen schließen und jeden einzelnen Finger, die Handinnenfläche und -außenfläche, von der Handwurzel bis zu den Fingernägeln ertasten. Erspüren Sie weiche Anteile, nachgebende Anteile, bewegliche und unbewegliche Teile. ... Stellen Sie sich nun vor, Sie könnten mit einem imaginären Stift die Konturen Ihrer Hände nachzeichnen, sodass in Ihnen ein Bild Ihrer Hände entsteht. Wenn Sie dieses Bild fertig gestellt haben, so setzen Sie sich bitte auf Ihre Hände. Achten Sie darauf, dass Sie nicht mit den Beckenknochen aufsitzen und verharren Sie so bitte für fünf Minuten. Ich werde so lange weitererzählen. ... (weiteres Referat)

Kehren wir zurück zu Ihren Händen.

Bleiben Sie bitte immer noch ruhig sitzen, ziehen Sie die Hände noch nicht hervor.

Wie spüren Sie Ihre Hände? Können Sie die einzelnen Finger von einander unterscheiden?

Können Sie den Daumen spüren? Können Sie die Grenze zwischen Gesäß und Hände deutlich spüren?

Können Sie die Grenze zwischen Hände und dem Stuhl, auf dem Sie sitzen, deutlich spüren?

Und: wenn Sie Ihre Hände nun zeichnen sollten, wie würden sie aussehen?

Machen Sie sich wieder ein inneres Bild von Ihren Händen.

Zuletzt: was macht diese Unbeweglichkeit mit Ihnen?

Was löst sie aus, was bewirkt sie?

Nun können Sie sich wieder bewegen.



### Auswertung:

Wie verändert Unbeweglichkeit die eigene Wahrnehmung?

Was geschieht mit dem Körperbild? Welche psychosozialen Erfahrungen werden möglich?

Allgemeines und individuelle Unterschiede herausstellen.

Reflexion der Patientensituation.

---

### Eindeutige Berührungen (Partnererfahrung)

Bitten Sie eine Person Ihrer Wahl, sich bequem hinzusetzen und die Augen zu schließen. Berühren Sie die andere Person 5x mit dem Finger, machen Sie eine kurze Pause, zählen Sie stumm bis 10 und berühren Sie dann erneut 5x mit der ganzen Hand (Hand passt sich an die Körperform des Berührten an). Wechseln Sie danach die Rollen.



**Auswertung:**

Wie fühlen sich die Berührungen an?

Allgemeines und Unterschiede herausfinden. Wie lassen sich die Erfahrungen in die Pflege übertragen?

---

**Initialberührung / Berührungsgeste (Partnererfahrung)**

Bitten Sie eine Person Ihrer Wahl, sich bequem hinzusetzen und die Augen zu schließen. Berühren Sie die andere Person 5x mit der ganzen Hand, aber ohne Vorankündigung. Machen Sie eine kurze Pause, zählen Sie stumm bis 10. Kündigen Sie sich dann verbal an, informieren Sie und berühren Sie die Person zunächst an der Schulter (o.a.), dann erneut 5x mit der ganzen Hand. Verabschieden Sie sich, wie Sie sich auch angekündigt haben. Wechseln Sie danach die Rollen.



**Auswertung:**

Wie wirkt eine unmittelbare Berührung? Wie wirkt eine Handlung, die in eine deutliche Begrüßung und Verabschiedung gebettet ist? Was kann allgemein und für den Einzelnen eine angemessene Begrüßung / Verabschiedung in Ansprache und Berührung sein?

---

**Nachmodellierende Berührung / Körpererfahrung (Partnererfahrung)**

Bitten Sie eine Person Ihrer Wahl, sich bequem hinzusetzen, die Hände auf die Oberschenkel zu legen und die Augen zu schließen. Kündigen Sie sich an, heben Sie mit einer Hand einen Arm der Person hoch und führen Sie klassische Waschbewegungen mit der anderen Hand aus, indem Sie in einzelnen Bewegungen herzwärts streichen. Legen Sie den Arm wieder ab, verabschieden Sie sich und geben Sie Zeit zum Nachspüren. Kündigen Sie sich an, legen Sie beide Hände an die Schulter des anderen Armes der Person, halten Sie kurz inne und gleiten Sie dann mit beiden Händen nachmodellierend von der Schulter bis zu den Fingerspitzen, modellieren jeden einzelnen Finger nacheinander nach und legen Sie ihre Hände nacheinander wieder zur Schulter zurück. Wiederholen Sie die Bewegung zweimal, ohne die einzelnen Finger nachzumodellieren. Verabschieden Sie sich und geben Sie kurz Zeit zum Nachspüren.



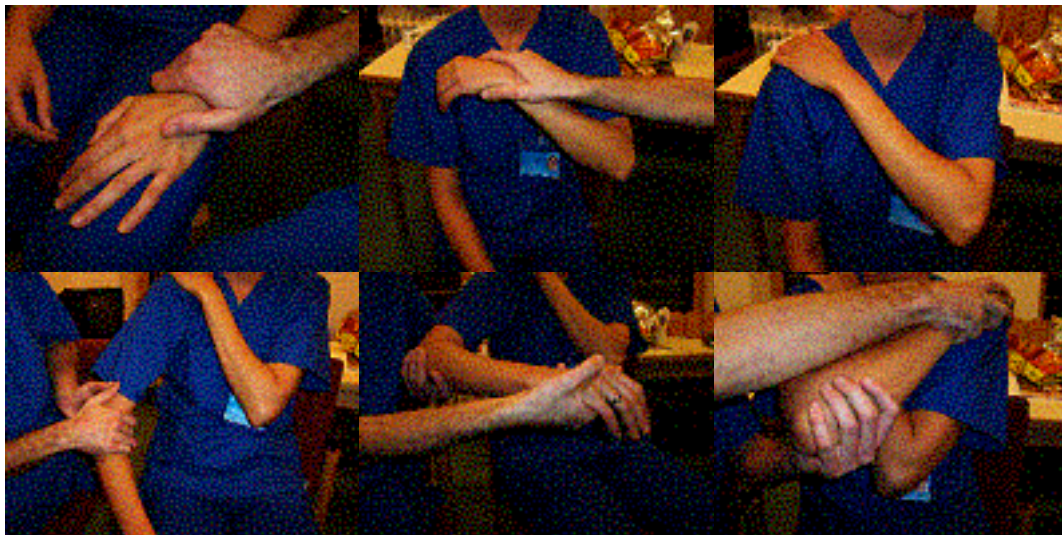
**Auswertung:**

wie fühlen sich die Arme an?

Wie wirken die verschiedenen Berührungen auf Sie als Menschen?

### **Positionierung (Partnererfahrung)**

Bitten Sie eine Person Ihrer Wahl, sich bequem hinzusetzen, die Hände auf die Oberschenkel zu legen und die Augen zu schließen. Legen Sie ohne Vorankündigung in einer raschen Bewegung (hau-ruck-Bewegung) die linke Hand auf die rechte Schulter. Machen Sie eine kurze Pause (zählen Sie bis 10), berühren Sie die andere Person zunächst an der rechten Schulter und ermöglichen Sie ihr, den ganzen Arm zu erfahren, indem Sie mit beiden Händen nachmodellierend den Arm hinab bis zu den Fingerspitzen hinab gleiten. Unterstützen Sie die rechte Hand von unten, stützen Sie ebenso den rechten Ellenbogen und führen Sie die Hand langsam hoch zur linken Schulter. Lassen Sie kurz Zeit zum Nachspüren.



#### **Auswertung:**

Wie fühlen sich die unterschiedlichen Positionierungen an?

Wie deutlich werden die Arme jeweils gespürt?

Allgemeines und Unterschiede herausfinden.

Wie lassen sich die Erfahrungen in die Pflege übertragen?

---

### **Kommunikation über Atmung (Partnererfahrung)**

Bitten Sie eine Person Ihrer Wahl, sich bequem hinzusetzen oder zu legen und die Augen zu schließen. Halten Sie eine Hand der Person und beginnen Sie, diese Hand gleichmäßig zur Atmung der Person wenige Zentimeter zu bewegen: aufwärts während einer Einatmung, abwärts während der Ausatmung. Folgen Sie mit den Bewegungen der Atmung. Nach einiger Zeit versuchen Sie behutsam, die Atmung durch größere oder kleinere, durch schnellere oder langsamere Bewegungen zu beeinflussen.



#### **Auswertung:**

was wirkt wie?

Wo liegen die Unterschiede zwischen Begleitung, Förderung und Überforderung?

Was kann in der Pflege sinnvoll und angemessen sein?

---

Viel Spaß und Erfolg dabei wünscht Peter Nydahl

PS: vielen Dank an die Handmodels Nicole und Sven