



Lernstützpunkt Süd

Übersicht

Unterrichtseinheit: Grundhaltungen der Betreuungsarbeit

Video-Tutorial

Selbstlernphase

- Übersicht Grundhaltungen
- Wertschätzung
- Empathie
- Echtheit

Wissenssicherung



Die Haltung eines Menschen

Beeinflussung von Gedanken durch Haltung

- Die innere Haltung lenkt zum großen Teil auch unseren Gedankenstrom. Und die Einstellungen, die der Mensch sich bildet, führen unter anderem auch zu Vorstellungen und Erwartungen.

Positive innere Haltung stärkt Resilienz

- Eine aufgeschlossene und positive innere Haltung hilft uns dabei, dass wir in kommenden Krisensituationen gelassener bleiben und flexibel auf Stress reagieren. Denn so stärken man effektiv sein Selbstvertrauen.
- Durch die Fokussierung auf positive Emotionen beeinflussen wir unsere Gedanken, was sich auf unser Handeln auswirkt.
- Ein netter Nebeneffekt: Durch ein positives Selbstbild geht man achtsamer und freundlicher mit sich selbst um. Denn letztendlich ist man selbst der wichtigste Mensch im eigenen Leben.
- Die innere Haltung beeinflusst unser Denken und Handeln, verhilft uns zu einem guten Umgang mit uns selbst und stärkt so auch die Resilienz. Es ist die erste Instanz zum Überprüfen, wenn man Resilienz trainieren möchte.

Resilienz =

Resilienz ist der Prozess, in dem Personen auf Probleme und Veränderungen mit Anpassung ihres Verhaltens reagieren. Dieser Prozess umfasst: Einflussfaktoren, die Resilienz erfordern, Faktoren, die Resilienz begünstigen und Konsequenzen.



Worauf basiert die Haltung eines Menschen?

- Haltung basiert gemäß Fachliteratur auf den Annahmen zum Menschsein.
- Die Grundannahmen zum Menschsein umfassen anthropologische, erkenntnistheoretische, ethische und metaphysische Annahmen zur menschlichen Existenz.
- Jeder Mensch hat eigene Annahmen, sie sind einzigartig und geprägt von seinen Erfahrungen im Leben.
- Gemeinsam mit der biologisch-genetischen Prägung und durch die Sozialisation entwickelt der Mensch Kompetenzen.
- Diese Entwicklung steht in ständiger Wechselbeziehung zu seinem familiären, sozialen und kulturellen Umfeld.
- Gezeigtes Verhalten ist als dauernder Austauschprozess von Aktion und Reaktion zu verstehen.
- Die Frage nach dem Sinn des Lebens ergibt sich aus der Fähigkeit, sich immer wieder aus beengenden Situationen zu befreien und Rahmenbedingungen zu suchen, die eher die kreative Veränderung stützen als die Anpassung fördern.
- Dies sollte generell zu lebenswerteren Bedingungen für die Gesellschaft und die Umwelt mit allen Kreaturen führen.
- Für diese Hoffnung lohnt es sich, auf individueller und soziokultureller Ebene sinngebende Dinge zu tun – wie beispielsweise Menschen mit Demenz zu betreuen. Somit scheint Haltung unser Verhalten zu prägen. Im Alltag ist dies lebendig, erfahrbar und sichtbar.



Grundhaltungen der Betreuungsarbeit

Voraussetzungen der hilfreichen Begleitung von Menschen mit Demenz oder einer Behinderung sind:

Wertschätzung

Empathie

Echtheit



Grundhaltungen der Betreuungsarbeit

Wertschätzung

- Die wichtigste Voraussetzung für die Begleitung eines Menschen ist, ihm Wertschätzung entgegenzubringen.
- Wertschätzung ist eine innere, immer wieder neu herzustellende Grundhaltung.
- Grundsätzliche Freundlichkeit und Offenheit gegenüber einem anderen Menschen sind entscheidend.
- Abwertung, Beschimpfungen und Beleidigungen sind nicht akzeptabel.
- Durch die Berücksichtigung
 - der Lebensgeschichte der betreuten Person,
 - eventueller Krankheitsdiagnosen und
 - möglicher anderer Gründe, die das Verhalten erklären könnten,

kann das Verständnis für die begleiteten Menschen und deren Verhalten und somit auch die Wertschätzung gesteigert werden.



Grundhaltungen der Betreuungsarbeit

Empathie

- Bereitschaft und die Fähigkeit, sich in die zu betreuende Person hineinzusetzen und einzufühlen
- Fragen, die hierbei hilfreich sein können:
 - Wie mag es sein, wenn man vor 80 Jahren in Zeiten von Krieg, Hunger und Armut geboren wurde?
 - Wie fühlt es sich an, nicht mehr richtig sehen und hören zu können?
 - Wie mag es sich anfühlen, immer wieder zu vergessen, wo man lebt und wer die Menschen in der eigenen Umgebung sind?
- Grundlage von empathischer Kommunikation: Verstehen-Wollen

Der begleitete Mensch spürt, ob man ihn verstehen möchte oder ob eine oberflächliche Kommunikation herrscht.



Grundhaltungen der Betreuungsarbeit

Echtheit

- Die Bereitschaft und Fähigkeit, sich echt zu verhalten und sich nicht zu verstellen, wird auch als Kongruenz oder Authentizität bezeichnet.
- Dies meint das Übereinstimmen des inneren Erlebens und des äußeren Verhaltens.
- Alltagsbegleiter/innen sollten sich ihr eigenes inneres Erleben (Gefühle wie Wut, Trauer und schlechte Laune) immer wieder bewusst machen.
- Echtheit erfordert:
 - das Wahrnehmen der eigenen Gefühle,
 - die Übernahme von Verantwortung für die eigenen Gefühle,
 - das Zeigen der Gefühle in angemessener Form.

Zu viele Emotionen sollten jedoch nicht in die Betreuung einfließen, um den zu betreuenden Menschen nicht zu überfordern und mit den eigenen Problemen zu belasten.