

LL Prüfungsskript FS11

THEMA AKTIVIERUNG

1. Die Bedeutung und die Wirkung der körperlichen und geistigen Aktivierung für das Wohlbefinden, die Gesundheit, das Selbstbewusstsein und die psychische Verfassung des Menschen.

Die **körperliche Aktivierung** verfolgt das Ziel, die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer der Klienten zu verbessern, *durch z.B.: Spaziergänge, Gymnastik, Wandern, Walken, Wassergymnastik, Sitztanz, Bewegungsspiele, Tanzen,...*

Die **geistige Aktivierung** verfolgt das Ziel die Leistungsfähigkeit des Denkens, des Gedächtnis und der Wahrnehmung zu verbessern *durch z.B.: Singen, Gedächtnistraining, Gedichte, Lesen, Brettspiele, Rätsel,...*

Die Ziele der Aktivierungen sind:

- Sturzprophylaxe
- Um Versteifungen zu vermeiden
- Erhalten der bestehende Ressourcen
- Vorbeugen vor Erkrankungen
- Lebensfreude und -qualität
- Isolation vermeiden – Kontakte ermöglichen

Wirkung: Der Personen fühlen sich durch Aktivierungen besser und entspannt. Die Gesundheit wird gestärkt, das Immunsystem gefördert, das Selbstbewusstsein steigert sich, die Person wird sicherer in ihren Bewegungen und ihrem Auftreten.

2. Geeignete Maßnahmen zur Aktivierung

Spazieren gehen, Musik hören, Lesen, Rätsel, Memory, Rechnen, Instrumente spielen, Gymnastik, Wandern, Walken, Wassergymnastik, Sitztanz, Kino, Theater, Bewegungsspiele, Tanzen, Singen, Gedächtnistraining, Gedichte, Brettspiele,

3. Einfache Übungen zur Wiederherstellung und Erhaltung motorischer Fähigkeiten.

- | | |
|------------------|-----------------------|
| -Gehübungen | -Bügeln |
| -Kochen | -Wäsche zusammenlegen |
| -Treppen steigen | -Balancieren |
| -kriechen | -klettern, steigen |
| -werfen, fangen | -hüpfen, springen |

4. Präventive Maßnahmen zur Erhaltung der Gesundheit und Arbeitsfähigkeit.

- ausgewogene und gesunde Ernährung
- ausreichend Bewegung
- ausreichend Schlaf
- weniger/kein Genussmittel- Alkohol- und Zigarettenkonsum
- Stress vermeiden
- Schadstoffe am Arbeitsplatz oder Umwelt vermeiden
- Bluthochdruck vermeiden, regelmäßig kontrollieren

- Lärmquellen mindern
- ausreichend Ruhe und Entspannung
- rüchenschonendes Arbeiten
- Einhaltung aller Sicherheitsmaßnahmen
- Beachtung von Gefahrenquellen

5. Einfache Beschäftigungs- und Förderungsangebote für verschiedene Zielgruppen

Senioren	Menschen mit Behinderung
Gymnastik	Snoezelen
Singen	Singen
Tanzen	Tanzen
Basteln	Basteln
Walking	Spazieren
Zeitungsrunde	Spiele, Spiele, Spiele
Beschäftigungen	
Filmvorführungen	

Es gibt viele Beschäftigungs- und Förderungsangebote für jede Art von Zielgruppe, dazu gehören geistig und körperlich behinderte Menschen, Kinder, Jugendliche und Senioren.

Beschäftigungsangebote und deren Wirkung:

Staffelspiele

Staffelspiele sollen Geselligkeit und Teamfähigkeit innerhalb einer Gruppe stärken, z.B. *Laufstaffel, Wurfstaffel, Kegelstaffel*

Kennenlernspiele

Diese sollen dabei helfen, die Teilnehmer miteinander vertraut zu machen, um einen guten Start für den weiteren Ablauf eines Beschäftigungsangebots zu sichern.

Möglich ist z.B. *einen Ball zu benutzen, den man sich gegenseitig zuwirft und wer den Ball fängt, stellt sich vor.*

Entspannungsübungen

Die Gruppe soll Ruhe und Entspannung in verschiedene Übungen finden z.B. *einen Baum darstellen → die Füße in Schulterbreite hinstellen. Den Boden durch die Schuhsohlen darunter spüren, leicht in die Knie gehen, das Becken schwer werden lassen, auspendeln, wie es sich gut anfühlt. Die Kraft sitzt im Beckenboden, tief im Bauch. Die Schultern dürfen schwer herunterhängen und Arme und Hände daran. Der Kopf bleibt nach vorn gerichtet, aber locker und frei, nicht anspannen, sondern Wohlfühlen im Nacken und weiten Hals. Dann aus den Hüften heraus den ganzen Körper schwingen lassen, die Arme schwingen einfach schwer mit. Solange, wie es gut tut.*

Wettkämpfe

Sie sollen die Gemeinschaft stärken, durch den Zusammenhalt aller Teammitglieder, z.B. *Fußball, Volleyball, Handball.*

Wichtig: Beschäftigungsangebote sollten immer nach dem schwächsten Klienten in der Gruppe ausgewählt werden und alle sind Gewinner, keiner ist Verlierer.

6. Musik/Lieder aus unterschiedlichen Stilbereichen bzw. Kulturen

Stilrichtungen: Jazz, Pop, Oldies, Schlager, Hip Hop, House, Rock, Volkslieder, Volksmusik, Klassische Musik, Ballett, Oper, Musical, ...

Methodische Überlegungen zum Singen mit Senioren und Menschen mit Behinderung:

1. Einfaches Element (Grundrhythmus – Refrain – Melodie – Textpassage, ...) aus dem Lied vorstellen und einüben (klatschen, summen, stampfen, singen, sprechen, spielen, ...)
2. Zunächst das Lied mit Refrain und 1. Strophe vorstellen – vorspielen
3. Gemeinsam das Lied singen und dabei das erlernte Element einbauen
4. Begleitung durch Rhythmusinstrumente – Orff-Instrumenten
5. Danach: Erarbeitung weiterer Strophen – Begleitung ausbauen...

7. Angebote mit Tanz und Musik:

- Durch Tanzen in der Gruppe trainieren die Klienten Körperbeherrschung, Konzentrationsleistung und Kreativität.
- Einfache Bewegungen zur Musik fördern die Beweglichkeit.
- Durch Musik werden die Klienten motiviert: Singen und Musik bringt Spaß und Erfolgserlebnisse (*z.B. bei dementen Personen, die sich trotz großer Vergesslichkeit an die Liedtexte erinnern*)
- Man kann auch mit weniger mobilen Klienten einfache Sitztänze einüben oder passende Bewegungen zu den gesungenen Sätzen machen.

Weitere Anwendungsbeispiele:

Sitztanz mit Musik (z.B. Die Reise nach Jerusalem)
Bewegungstanz durch eine Geschichte mit leiser Melodie
Stop & GO (bei Musik bewegen wenn die Musik endet stehen bleiben)
Instrumente mit in die Bewegung einbeziehen
Gedächtnistraining durch Bewegungsabläufe

8. Einsatz verschiedener Werktechniken

Knülltechnik, Reißtechnik, Malen mit Murmeln, Wollpompon, Tropfbatik, Stoffbatik, Wachskreidenkratztchnik, Farben verblassen, Motive durchreiben, Wachsbugeltechnik, rinnende Farben, Farbenlehre, Sandbilder, Biegen, Falten, Rollen, Klecksbilder, Fadentechnik, Drucken, Spritztechnik

9. Die kognitive, emotionale und soziale Bedeutung des Spiels

Kognition

Kognition ist der Überbegriff für geistige Tätigkeiten die im Zusammenhang mit Denken, der Wahrnehmung, Erkennen, Erinnern und Kommunizieren stehen

Kognitive Bedeutung des Spiels

- fördert das Reaktionsvermögen
- fördert die Wahrnehmung
- fördert das Gedächtnis und das Erinnerungsvermögen
- fördert die Kommunikationsfähigkeit durch neue Begriffe, Erklärungen und Absprachen während des Spiels

z.B. beim Geräusche hören wird die Wahrnehmung beansprucht. Diese ist ein Teil der Kognition. Ein Kreuzworträtsel bringt einen Menschen zum Nachdenken und fördert so das Denken.

Emotionen

Emotionen (Gefühle) sind Befindlichkeiten, Ich-Zustände, die den Körper das Verhalten und das Erleben umfassen

Emotionale Bedeutung des Spiels

Spiele erzeugen Emotionen, wie z.B. Freude und Ärger über das Gewinnen und Verlieren. Menschen freuen sich, wenn sie etwas geschafft haben und gewinnen dadurch Selbstvertrauen. Zusätzlich erlebt und „lernt“ man auch das Verlieren und den Umgang mit negativen Erlebnissen und Enttäuschungen.

Sozial

Sozialverhalten umfasst jedes Verhalten, das auf den Umgang mit anderen Menschen gerichtet ist

Sozial Bedeutung des Spiels

Beim Spiel erlebt man Spaß und Gemeinschaft, man findet neue Freunde. Besonders bei Teamspielen bilden mehrere Menschen zusammen eine Einheit und helfen sich gegenseitig.

10. Auswahl passender Spiele für die jeweilige Zielgruppe

Senioren: Erzählung über unvergessliche Ereignisse, Gedächtnistraining, Scrabble,..

Kinder: Wettrennen, Hindernis Parcours, Blinde Kuh,..

Menschen mit Behinderung: Memory, Puzzle, Brettspiele,..

11. Die Bedeutung von Bräuchen und religiösen Festen

Religiöse Feste: Ostern, Pfingsten, Weihnachten, Christi Himmelfahrt, Allerheiligen, Fronleichnam, Mariä Himmelfahrt, Dreikönig, ...

Religiöse Bräuche: Martinsgans, Fastenzeit, fleischloser Freitag, Morgen- und Abendgebet, Gedenkerkerzen, Osterhase, Weihnachtsgans, Nikolaus, ...

Die Bedeutung eines Brauchs: Ein Brauch hat sich meist über Jahre in einer Gemeinschaft entwickelt (auch: Tradition). Bräuche dienen der Gemeinsamkeit, es sind Handlungen, die nicht beliebig und nicht spontan ablaufen. Bräuche gibt es bei Tod, Geburtstag,...

Die Bedeutung von religiösen Festen ist je nach Religion unterschiedlich, meistens hat es die Bedeutung, jemanden zu ehren, zu danken, mit anderen Menschen zusammen zu sein, sich mit der Religion vereint zu fühlen, dadurch dass sie an der Religion teilnehmen durch Wallfahrten, Hochzeiten,...

12. Kulturelle, soziale, religiöse Bedürfnisse und Ausdrucksformen

Kulturelle Bedürfnisse und Ausdrucksformen (*Kultur = alles, was der Mensch geschaffen hat*):

Wissen, Musik, Kunst, Lesen, Unterhaltung, Medienkonsum, an der Gesellschaft teilnehmen, Hobbys ausleben, Theaterbesuche

Soziale Bedürfnisse und Ausdrucksformen: Zuneigung, Freundschaften, Kontakte, Beziehungen, Kommunikation, Streit/Reibung, Freude, Trauer

Religiöse Bedürfnisse und Ausdruckformen: Gebete, Rituale, Bräuche, den Glauben ausleben dürfen, nach dem Glauben einen Raum gestalten, Kontakt mit Glaubensbrüdern/-schwestern, in der Fastenzeit fasten, Gottesdienste, Symbole wie Kerzen, Adventskränze, Osterhasen,...

13. Beachtung der besonderen Bedürfnisse und Fähigkeiten spezieller Personengruppen

14. Planung, Durchführung und Reflexion gymnastischer (sportlicher), musischer (künstlerischer) und kreativer Angebote, Entspannungsübungen sowie deren Ziele und Besonderheiten

Bei der Planung ist bei allen Aktivitäten wichtig, dass der aktuelle Zustand und die Diagnose der Klienten beachtet werden.

Bei der Durchführung dürfen die Klienten nicht überanstrengt oder überlastet werden.

In der Regel sollten die Biographie, das Vorwissen, Vorlieben und Neigungen der Klienten miteinbezogen werden.

15. Behinderungen, deren Ursachen und Behinderungsarten

Definition:

Von einer Behinderung spricht man, wenn die körperliche, geistige oder seelische Beeinträchtigung eine Person aufgrund einer Schädigung

umfänglich (= mehrere Lebensbereiche sind betroffen)

schwer (= die Folgen haben erhebliche Auswirkungen auf die tägliche Lebensführung) und

langfristig (= Ende ist nicht absehbar)

in ihrem unmittelbaren Lebensvollzug und ihrer Teilhabe am gesellschaftlichen Leben einschränkt.

Arten von Behinderungen:

Art	Definition	Erscheinungsformen:	mögliche Ursachen
Körper- behinderung	Langfristige und schwere Beeinträchtigung der körperlichen Funktionen und Fähigkeiten	Fehlbildungen, Querschnittslähmung	Amputation von Extremitäten, Querschnittslähmung, Hemiplegie, ...
Geistige Behinderung	Schwere Beeinträchtigung des Lernvermögens und der Intelligenz (IQ unter 50)	Down-Syndrom	Sauerstoffmangel bei der Geburt, Chromosomenfehler, Impfschaden, ...
Lern- behinderung	Schwerwiegendes und langandauerndes Schulleistungsversagen aufgrund einer Intelligenzminderung (IQ zwischen 50 und 70)		soziale Vernachlässigung, Intelligenzminderung, Krankheiten, psychische Störungen,...
Sinnes- behinderung	Starke Beeinträchtigung der Sinne, die die Kommunikation mit der Umwelt erschwert.	Blindheit, Taubheit	Hörsturz, Grauer Star, Grüner Star, starke Grippe, Tinitus, Netzhautablösung, Infektionen, Diabetes,...
Sprach- behinderung	Starke Beeinträchtigung des altersgerechten Gebrauchs der Muttersprache in Laut und/oder Schrift.	Stottern, Aphasie	Schlaganfall, Demenz, Sauerstoffmangel, Vorerkrankung der Mutter
Psychische, emotionale oder soziale Behinderung	Starke Beeinträchtigung des Umgangs mit anderen Menschen sowie der psychischen und emotionalen Gesamtentwicklung, so dass voraussichtlich lebenslange soziale und pädagogische Hilfen nötig sind.	Autismus, Schizophrenie	Vernachlässigung, Mangelernährung, Impfschäden, chronische Krankheiten, Genetische Defekte,

Primär- und Sekundärbehinderung:

Primärbehinderung ist eine Behinderung, die direkt durch eine Schädigung verursacht wird.

Sekundärbehinderung (Folgebehinderung) ist eine Folgebehinderung, die durch die Primärbehinderung verursacht wird.

Ursachen:

- **vor der Geburt:** Chromosomenfehler (Trisomie 21), Drogen,...
- **während der Geburt:** Sauerstoffmangel, Unterversorgung,...
- **nach der Geburt:** Unfälle, Krankheiten,...

16.) Auswirkungen von Behinderung auf den praktischen Lebensvollzug und die Familie

Eingeengter Bewegungs-/Lebensraum:

FOLGE → Kontaktaufnahme mit der Umwelt wird erschwert und daraus kommt es zu einem gestörten Sozialverhalten

FOLGE → Viele Erfahrungen können nicht gemacht werden und daraus kommt es zu einer Beeinträchtigung des Lernvermögens und der Intelligenzentwicklung

Auswirkungen auf die Familie:

- Ein Elternteil muss oft auf das Berufsleben verzichten, damit er auf das behinderte Kind aufpassen kann und das kann zu finanziellen Problemen führen.
- Die Familie kann schwerer am normalen gesellschaftlichen Leben teilnehmen.
- Eltern sind physisch überbelastet, was zu Rückenproblemen und Übermüdung führen kann.
- Eltern sind überfordert und haben Angst um das behinderte Kind

17. Maßnahmen für die personale und soziale Integration

Was ist soziale Integration?

Integrationsmaßnahmen die die Situation der Menschen mit Behinderung in unserer Gesellschaft insgesamt betreffen und verbessern sollen.

z.B.: Aufklärung der Menschen über Behinderungsarten, Weltbehinderungstag, Gesetze zur Förderung und Integration, ...

Was ist personale Integration?

Integrationsmaßnahmen die die individuelle Situation eines Menschen oder einer Gruppe mit Behinderung direkt vor Ort betreffen und verbessern sollen.

z.B.: integrative Einrichtungen, z.B. Kindergarten, Schulen, ... , Training, Therapien, Selbsthilfegruppen, Vereine, behindertengerechte Eingänge, ...

18) Angemessener Umgang und Wertschätzung von Menschen mit Behinderung

- Respekt entgegenbringen
- nicht bemitleiden
- nicht bevormunden
- die Wahrheit nicht verschweigen
- ruhiger Umgang
- nicht ignorieren
- Menschlichkeit zeigen
- Unterstützung und Hilfe anbieten
- freundlich sein
- nicht über-/ unterfordern

- würdevoller Umgang, d.h. auch Menschen mit Behinderungen sollen menschenwürdig leben können

19) Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen sowie deren Ziele und Besonderheiten

Zusammen mit dem Menschen mit Behinderung und dem gesetzlichen Betreuer wird ein individueller Betreuungsplan erstellt und dessen Ziele regelmäßig überprüft.

Mögliche Ziele: Förderung der Selbständigkeit, Training im lebenspraktischen Bereich, Förderung der Gemeinschaftsfähigkeit, Erlernen von Grundtechniken im manuellen Bereich oder Anregungen durch basale Stimulation etc...

Förder- und Betreuungsbereich

Im Förder- und Betreuungsbereich werden Menschen mit Behinderungen, die einen sehr hohen Bedarf an Ansprache, Pflege, Begleitung und Anleitung benötigen, betreut und gefördert.

Die Schwerpunkte der Förderung und Betreuung liegen:

- im lebenspraktischen Bereich
- in der Wahrnehmungsförderung
- in der Förderung von Ausdrucks- und Kommunikationsmöglichkeiten
- in der pflegerischen Betreuung.

Dazu werden musische, spielerische, kreative und kognitive Elemente in Gruppen- und Einzelarbeit eingesetzt.

Besondere Arbeits- und Betreuungsangebote

Die Veränderung der Altersstruktur und die zunehmende Zahl schwerer behinderter Menschen haben Anpassungen in der Beschäftigung und Betreuung notwendig gemacht. Im Arbeitsbereich der Werkstatt wurden spezielle Gruppen eingerichtet, durch die erreicht wird, dass Beschäftigte, die nicht mehr den ganzen Tag arbeiten können, weiterhin ganztags in der Werkstatt betreut werden.

Ganztagsbetreuung bei Halbtagsbeschäftigung

Die Beschäftigten arbeiten vormittags in ihrer jeweiligen Arbeitsgruppe und werden nachmittags in einer pädagogisch ausgerichteten Gruppe betreut.

Arbeits- und Betreuungsgruppe: Der Tagesablauf ist strukturiert durch den Wechsel von Phasen der Anspannung und der Entspannung. Arbeit ist Bestandteil des Tagesablaufs, richtet sich jedoch in ihrer Dauer nach dem Leistungsvermögen der Einzelnen.

20. Institutionelle Angebote und Hilfen zur Selbsthilfe

Institutionelle Angebote für die Unterstützung bei lebenspraktischen Tätigkeiten und Freizeitaktivitäten

Ambulante Pflegedienste - Seniorentreff
Nachbarschaftshilfe - Vereine (Singen, Sport...)
Essen auf Rädern - Integrative Gruppen
Fahrdienste - Integrative Veranstaltungen
Betreutes Wohnen - Haushaltshilfe
Behörden (Gesundheitsamt, Jugendamt) - Ergotherapie

Was bedeutet „Hilfe zur Selbsthilfe“?

Der Zu-Betreuende soll möglichst viele lebenspraktische Tätigkeiten selbst erledigen. Ein wichtiger Grundsatz lautet: „So viel Hilfe, wie nötig, so wenig, wie möglich.“

Wichtig hierfür sind geeignete Hilfsmittel sowie die Gestaltung eines sicheren und gesundheitsfördernden Lebens- und Wohnraumes

21. Geeignete Hilfsmittel, Anpassungs- und Unterstützungsmöglichkeiten zur Gestaltung eines sicheren und gesundheitsförderlichen Lebens- und Wohnraums

Beispiele für geeignete Hilfsmittel

- Rollator - Rutschbrett
- Rollstuhl - Ausziehhilfe
- Greifhilfe - Pflegebett
- Nagelbrett - Blindenstock
- Schnabelbecher - Hörgerät
- Tellerranderhöhung
- Kleiderschutz

Beispiele für die Gestaltung eines sicheren und gesundheitsfördernden Lebens- und Wohnraumes

- Breitere Türen/Keine Türschwellen
- Automatische Türöffner
- Unterfahrbare Schränke
- Verstellbare Schränke und Waschbecken
- Haltegriffe
- Vermeidung von Stolperfallen
- Aufzug/Treppenlift
- Rollstuhlrampe
- Licht- oder Tonsignale
- Umbau des Autos (z.B. verlängerte Pedale)

22. Die Bedeutung der Familie

Eine Familie (lat. familia „Hausgemeinschaft“) ist soziologisch eine durch Heirat und/oder Abstammung begründete Lebensgemeinschaft, im westlichen Kulturkreis meist aus Eltern und Kindern bestehend, gelegentlich durch im gleichen Haushalt wohnende Verwandte erweitert.

Aufgaben der Familie: Haushalt und Versorgung/Erziehung der Kinder/Geburt von Kindern/Emotionaler Ausgleich/Freizeitgestaltung

23. Unterstützung und Hilfestellung bei der Tagesgestaltung

Beispiele für lebenspraktische Tätigkeiten

- Nahrungsaufnahme - hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- Beim Kochen unterstützen
- Körperpflege - Toilettengang
- Einkaufen - sich kleiden
- Telefonieren - Gartenarbeit
- Behördengänge - denke an die AEDLs
- Briefe schreiben

Beispiele für Unterstützung bei der Freizeitgestaltung

- Hilfe bei der Suche nach Freizeitaktivitäten (Internet, Zeitung, öffentliche Einrichtungen, wie Volkshochschule, AOK,...)
- Begleitung zu Freizeitaktivitäten
- Sportvereine (z.B. Rollstuhl-Basketball)
- Seniorentreff
- Integrative Gruppen/Veranstaltungen
- Theater, Kino
- Spaziergänge
- Seniorentanz

24. Einsatz geeigneter Hilfsmittel

- Rollstuhl
- Rollator
- Gehhilfen
- Spezialbesteck (Gabeln mit dickem Griff für besseres Greifen... usw.)
- Telefone mit großen Tasten und Display
- Lichtklingeln, die beim Klingeln leuchten
- Vibrationsmelder für die Hosentasche die das Vibrieren anfangen, wenn Telefon oder die Türe klingeln
- Sehhilfen
- Hörhilfen

25. Sterben als ein ganzheitlicher Entwicklungsprozess

Man soll allen Menschen die Fähigkeit geben, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, immer und überall, auch im Sterben. Die Sterbenden haben bis zum Tod noch Sinnesverwirklichungen und prägen sie auch aus.

Sterben ist die Verarbeitung der unabwendbaren (unvermeidlichen) Erkenntnis des nahen Todes und damit die letzte große Entwicklungsaufgabe.

Die Leistung der Sterbebegleitung liegt in der Gestaltung der Rahmenbedingungen und im Lernprozess, den Sinn des Todes gerade in der Begrenzung des Lebens und im Loslassen zu erkennen.

Grundsätze:

- Wir sehen den Tod als einen Teil des Lebens.
- Wir betreuen sterbende Patienten und ihre Angehörigen ganzheitlich (Körper, Seele, Geist).
- Wir schaffen einen Rahmen, in dem würdevolles Sterben möglich ist.
- Wir akzeptieren die Wünsche des Patienten und respektieren die Traditionen und Bräuche anderer Kulturen und Religionen im Umgang mit dem Tod.

26. Grundsätze der Sicherheitserziehung und Unfallverhütung

...

27. Typische Verhaltensmuster sterbender Menschen (Sterbephasen)

Sterbephasen nach Rosemarie Kübler-Ross:

1. Phase: Nicht wahrhaben wollen

Ungünstige Untersuchungsergebnisse werden nicht zur Kenntnis genommen, auf das Aussehen wird besonderen Wert gelegt, Zukunftspläne werden gemacht

2. Phase: Zorn

Ungerechtfertigte Vorwürfe gegen andere, Unzufriedenheit und aggressives Verhalten

3. Phase: Verhandeln

Teilnahme an verschiedenen Behandlungsmethoden evtl. Wundermittel
Gebete und Zuwendung zu Gott und der Kirche
Versprechen werden abgelegt („Wenn ich jetzt noch nicht sterbe, ändere ich mich.“)

4. Phase: Depression

Trauer, Niedergeschlagenheit - Das Leben wird in Gedanken noch einmal durchgegangen - Das Leben wird bewertet - Schuldgefühle können entstehen

5. Phase: Zustimmung

Lösung von sozialen Bindungen z.B. Abschied von Freunden und Angehörigen - Das Leben wird ins Reine gebracht.

28. Kognitive und emotionale Veränderungen im Sterbeprozess

- Abwendung vom aktuellen Umweltgeschehen und die Wendung nach Innen. Die Folge ist ein geringeres Kontakt- und Redebedürfnis
- Verlust des Zeitgefühls
- Verschlechterung des Kurzzeitgedächtnisses
- Verminderung der Bewusstseinsklarheit
- Abfall der Leistungsfähigkeit im Denken und in der Problemlösung

29. Physische und psychische Bedürfnisse Sterbender

Physisch:

sorgfältige Körperpflege
→ sorgfältige Ganz- und Teilwäsche, Einreibungen
→ regelmäßiger Wäschewechsel
Atemerleichternde Lagerung
Befreiung von Schmerzen
Ruhe
→ Sterbende sind schnell müde und erschöpft
Großer Flüssigkeitsbedarf

Psychisch:

auch im Sterben die Würde bewahren
Nähe und Zuwendung (z.B. Hand halten)
- den Sterbenden nicht alleine lassen
- verlässliche Gesprächspartner
- reden über: den bevorstehenden Tod, Erinnerungen und Gefühle (z.B. Angst, Traurigkeit, Schuldgefühle.)
- Beichte
- Wahrheit über Gesundheitszustand erfahren, um sich auf den Tod einstellen zu können
- Regelung persönlicher Angelegenheiten z.B. sich versöhnen oder Testament

30. Möglichkeiten, psychische Belastungen bei der Betreuung Sterbender zu bewältigen

- Aktive Auseinandersetzung mit Belastungen, z.B. *Gespräche mit Kollegen, Freunden, Angehörigen mit mehr Abstand und anderem Blickwinkel*
- Ausgleich nach der Arbeit z. B. *Sport, Malen, Musik, Entspannungsübungen*
- Inanspruchnahme professioneller Hilfe, wie z. B. *Supervision (der Supervisor hat als Beobachter den Abstand und auch die Ausbildung um bei der Klärung zu helfen), Psychologe*

31. Zielsetzungen und Arbeitsweise der Hospizbewegung

Zielsetzung

Sterbenden Menschen ein menschenwürdiges, selbstbestimmtes, angst- und schmerzfreies Leben bis zuletzt ermöglichen

Die persönliche Auseinandersetzung mit dem Gedanken an den eigenen Tod zu fördern

Die Bereitschaft sich für andere in einer besonderen Lebensphase aktiv und zuverlässig zu engagieren

Arbeitsweise – Leistungen:

Hausbetreuungsdienst

Unheilbar Kranke in vertrauter Umgebung pflegen und begleiten

Stationäres Hospiz

Wenn Hausbetreuung nicht möglich ist, Einrichtung des Zimmers mit vielen Persönlichen Gegenständen des Sterbenden

Betreuung erfolgt durch Ärzte, Krankenschwestern, Sozialarbeiter, Geistliche, Rechtsanwälte und ehrenamtliche Mitarbeiter

Die Bedürfnisse, Ängste und Wünsche des Patienten stehen im Vordergrund
 Optimale medizinische Versorgung und Pflege rund um die Uhr (individuell abgestimmte Schmerztherapie und keine lebensverlängernden Maßnahmen)
 Intensive seelsorgerische und psychische Betreuung
 Fürsorge für Angehörige und Freunde, auch über den Tod hinaus
 Zusammenarbeit mit anderen Diensten

32. Ziele und Prinzipien der Palliativmedizin

Palliativmedizin

= aktive, ganzheitliche Behandlung von Patienten mit einer voranschreitenden, weit fortgeschrittenen, unheilbaren Erkrankungen und/oder begrenzten Lebenserwartung

Im Vordergrund stehen die Wünsche und Ziele des Sterbenden/ Lebensqualität

Nicht: Verlängerung der Überlebenszeit

Palliativmedizin bejaht das Leben und ist gegen eine Verkürzung, allerdings auch gegen sinnlose Therapieversuche, die den Patienten belasten und verhindern, dass der Patient die verbleibende Lebenszeit optimal nutzen kann – **Nicht dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben geben!**

33. Religiöse Rituale beim Umgang mit Trauer

Rituale helfen mir, mich angemessen zu Verhalten.

Eine Rituale gibt Vertrauen und Sicherheit, weil es mir in einer schwierigen Situation ein festes Verhalten vorgibt. Auf mich kommt nichts Unerwartetes zu und ich muss nicht spontan und kreativ reagieren.

- Ängste nehmen (vor dem jüngsten Gericht)
- Gebete, religiöse Texte (Bibel, Kur-án)
- Musik
- Hinzuziehen von Profis (Pfarrer, Imam)
- Christliche Sterbehilfe:
 - *Freisprechung von Sünden
 - *Krankensalbung
 - *Sterbesakramente. „letztes Abendmahl“

Wichtig: Den Sterbenden dort abholen, wo er steht
→“Christliches Sterben“ nicht aufnötigen.

34. Die Bedeutung einer Patientenverfügung

Die Patientenverfügung ist eine Willenserklärung zur medizinischen Behandlung für den Fall, dass keine Einwilligungsfähigkeit besteht. In vielen Fällen wird eine solche Verfügung auch als Patiententestament bezeichnet.

Meist erstellen ältere Menschen eine Patientenverfügung. Das Hauptmotiv dafür ist die Angst, als Pflegefall wehrlos einer ungewollten Behandlung ausgeliefert zu sein. Abgelehnt werden in Patientenverfügungen am häufigsten die Dialyse, die Beatmung und die künstliche Ernährung.

35. Passive Sterbehilfe

Passive Sterbehilfe ist das Nichtergreifen oder Nichtfortführen lebenserhaltender Maßnahmen aus ethischen, medizinischen und humanitären Gründen.

Dies geschieht auf der Grundlage des Respekts vor dem Leben und Sterben eines Menschen, um damit ein leidvolles Sterben nicht zu verlängern und das Sterben als natürlichen Prozess zuzulassen.

Passive Sterbehilfe als Sterbenlassen heißt somit keineswegs, den Patienten "aufzugeben".

Es bedeutet das zu tun, was der Patient von Ärzten erwarten darf, nämlich unnötige oder schädigende, also sinnlose Therapiemaßnahmen überhaupt nicht erst zu ergreifen oder diese einzustellen, wenn sie sich als sinnlos erweisen. **Als passive Sterbehilfe gelten somit**

- Verzicht auf oder Abbruch einer künstlichen Ernährung, Flüssigkeitszufuhr oder Medikamentengabe,
- Verzicht auf oder Abbruch einer Beatmung oder Intubation,
- Verzicht auf oder Abbruch einer Dialyse,
- Verzicht auf eine Reanimation oder deren Abbruch vor Eintritt des Hirntodes.
- Passive Sterbehilfe kann auch sein, eine bereits begonnene Behandlung als solche fortzusetzen, aber nicht zu intensivieren.