

Abstract zur Diplomarbeit

Bewusst von Moment zu Moment

Ein Angebot zur Achtsamkeit für das Fachpersonal Gesundheit (FaGe) EFZ durch die dipl. Aktivierungsfachperson HF zur Erfüllung der hohen Erwartungen im Alltag.

Simone Schoop, AT 17-20, Eingereicht zur Diplomerreichung als Aktivierungsfachfrau HF an der Höheren Fachschule medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung

Einleitung

Eigene Beobachtungen, das Jahresthema 2019 "Achtsamkeit" in der Altersinstitution, sowie Berichte in Fachbüchern zeigten der Autorin, dass neben allgemein hohen Erwartungen an das FaGe auch eine optimale Beziehung mit den Bewohnenden vorausgesetzt wird. Die Verfasserin stellte sich die Frage wie die Ausgebildeten auf diese herausfordernde tägliche Arbeit vorbereitet werden. Der Fokus der Arbeit liegt auf den Selbstkompetenzen einer dipl. Aktivierungsfachperson HF und deren Vergleich mit dem FaGe, sowie der Achtsamkeitsmethode nach Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR).

Ziele und Fragestellungen

Es soll ersichtlich werden, dass aufgrund der Selbstkompetenzen einer dipl. Aktivierungsfachperson HF Weiterbildungen für das FaGe zum Thema Achtsamkeit erfolgen können und sich diese förderlich auf die Persönlichkeitsentwicklung und somit die Beziehungsgestaltung mit den Bewohnenden auswirken.

Methodik

Die Erarbeitung erfolgte aufgrund Original- und Erstpublikationen, dem Rahmenlehrplan, Bildungsplan, Schullehrplan beider Ausbildungen, ergänzt mit Recherchen aus dem Internet. Die Informationen wurden mit Interviews und eigenen Erfahrungen in der Altersinstitution vervollständigt.

Ergebnisse / Resultate

Der Stresslevel einer FaGe im Berufsalltag wurde bei den Interviewten (Berufsfachschule Gesundheit, Heimleitung, Pflegedienstleitung und FaGe) generell hoch eingestuft und seine Auswirkungen auf die Beziehungsgestaltung wurden oft erwähnt. Die Selbstkompetenzen beider Berufsgruppen liessen sich jedoch nicht vergleichen und erforderten die Gegenüberstellung der Methoden der Metakognitiven Ebenen. Diese Ergebnisse, die Bearbeitung des personenzentrierten Ansatzes nach Carl Rogers und der Beziehungsgestaltung weisen prinzipiell auf ein hohes Mass an Selbst- bzw. Sozialkompetenzen einer dipl. Aktivierungsfachperson HF hin. Die Achtsamkeitsmethode nach MBSR liegt grundsätzlich im Kompetenzbereich, verlangt jedoch praktische Übung.

Diskussion und Schlussfolgerungen

Obwohl die Achtsamkeitsmethode nach MBSR kein Bestandteil der Ausbildung einer dipl. Aktivierungsfachperson HF ist, sind die Analogien zu den Kompetenzen ersichtlich. Der Bedarf ist in der Berufsfachschule Gesundheit und Altersinstitution vorhanden. Es wird durch die Autorin ein Konzept erstellt, um die Thematik weiter zu vermitteln. Obgleich keine allgemeingültigen Aussagen zu den Selbstkompetenzen gemacht werden können, sind die Ergebnisse ein Indikator für eine hohe Kompetenz einer dipl. Aktivierungsfachperson HF. Die Achtsamkeitsmethode nach MBSR könnte auch in die Ausbildung der dipl. Aktivierungsfachpersonen HF aufgenommen werden, um die lebenslange Persönlichkeitsentwicklung und interne Weiterbildungen für das FaGe zu gewährleisten.

Bern, 11. April 2020