



Workshop

Berühren – Berührt werden – Berührt sein in der professionellen Pflege





Agenda

Berührung und Wahrnehmung

Bedeutung in der Pflege Warum?

Wirkung

Kriterien für die Berührung

Berührung als Kommunikationsmittel

Grenzen

Berührungskonzepte in der Pflege

Diskussion und Abschluss des Workshops

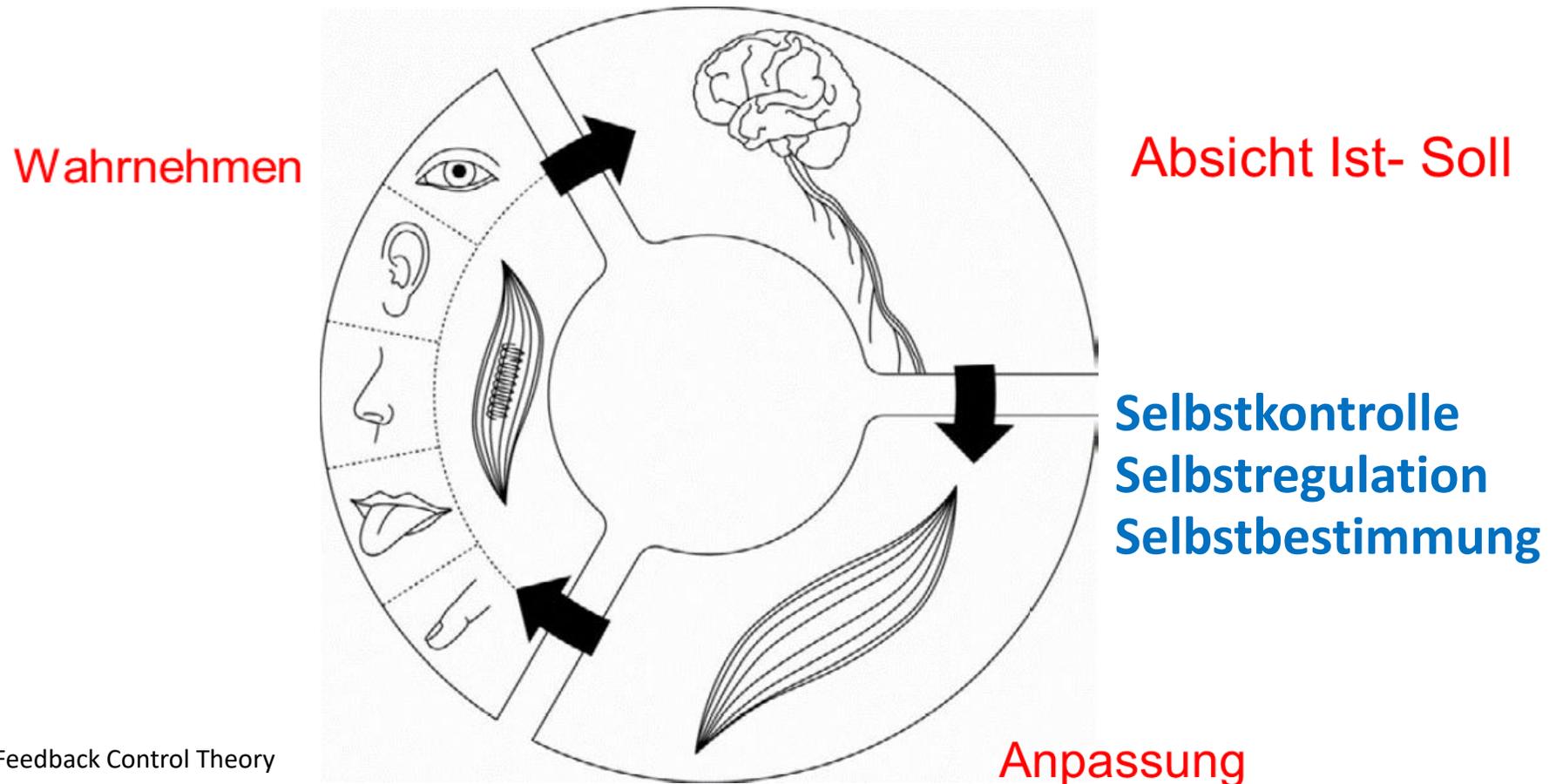


Wahrnehmung

- **Aspekte:**
 - Philosophie – Grundlage der menschlichen Erkenntnis (Erkenntnistheorie)
 - Neurobiologie – mit den organischen Grundlagen der Sinnesfunktion
 - Wahrnehmungsphysiologie – als Gegenstand im Prozess der Informationsverarbeitung



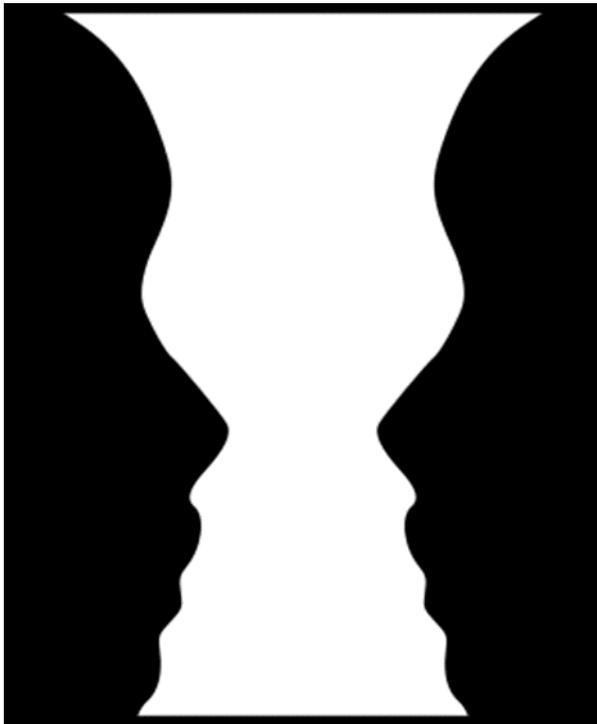
Wahrnehmung durch unsere Sinne



Vergl. Kinaesthetics Feedback Control Theory



Wahrnehmung und Beobachtung





Was konnten Sie wahrnehmen als Sie den Raum betreten haben?



Die 5 Blinden Gelehrten und der Elefant



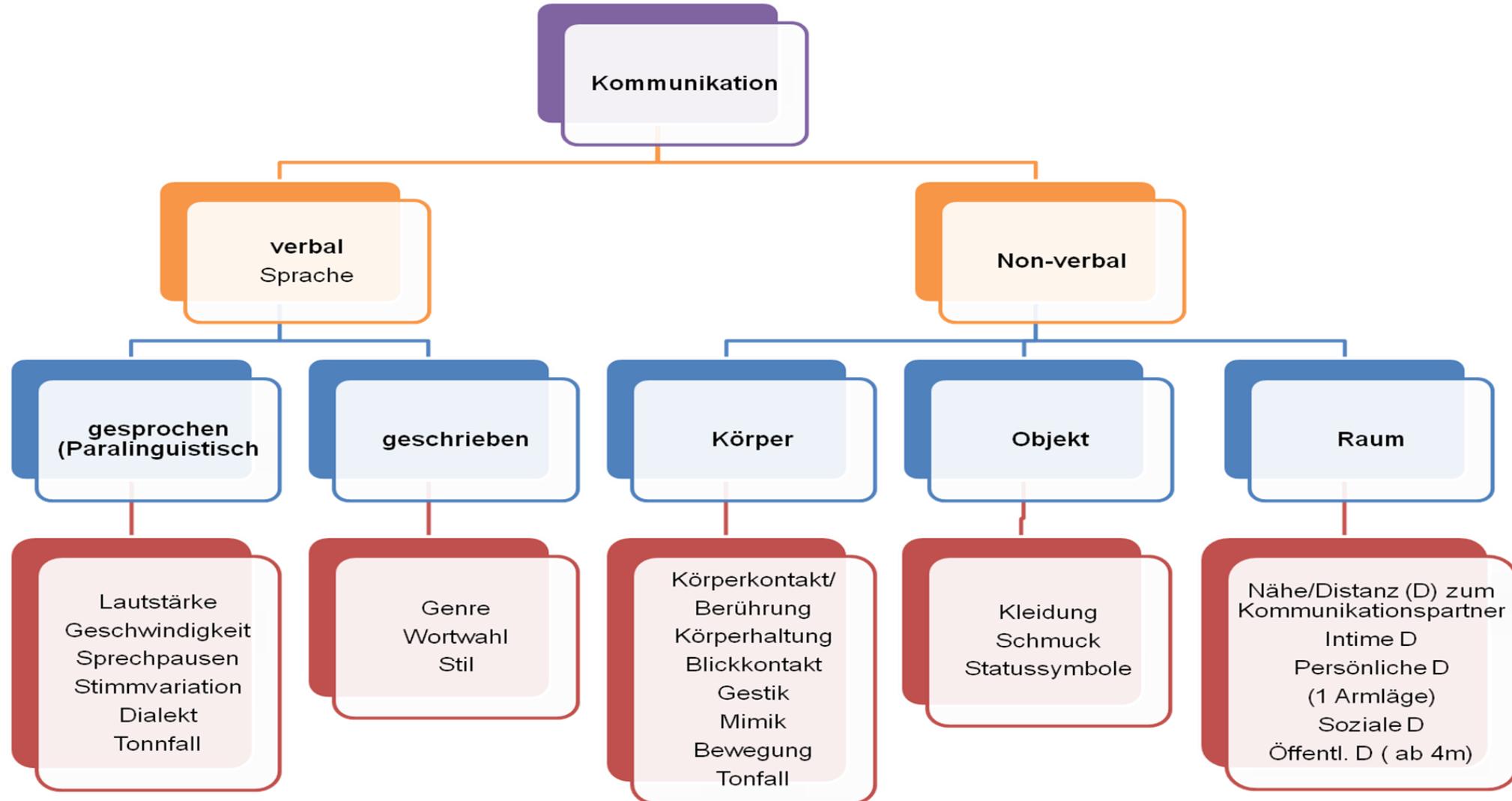
5.... er ist eine riesige Masse mit Rundungen und ein paar Borsten

2.Nein, er ist vielmehr wie ein großer Fächer

4. ... er ist wie eine kleine Strippe mit eine paar Haaren am Ende

1.....ein langer Arm

3...nein, er ist wie eine dicke Säule





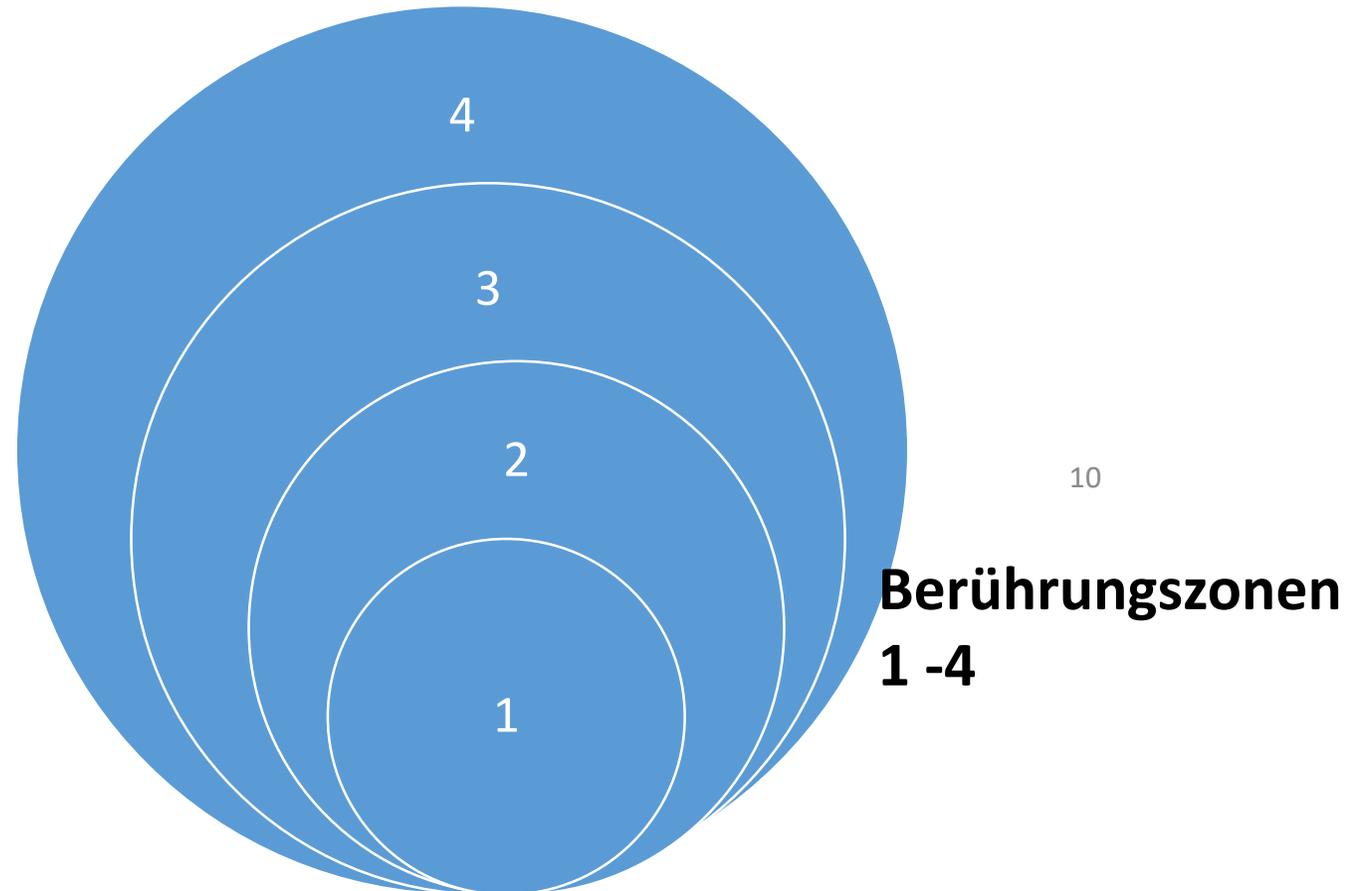
Vier Kategorien des zwischenmenschlichen Abstands nach E. Hall

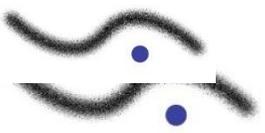
Intim	vom direktem Kontakt bis zu einem Abstand von 15 - 45 cm
Persönlich	45 – 75 cm – guter Freund
Gesellschaftlich	1,2 – 3,5 m – Distanz auf Partys
Öffentlich	3,5 – 4,5 m – Enge im Aufzug oder öffentliche Verkehrsmittel wird als bedrückend empfunden



Berührung – an welchen Körperstellen dürfen mich andere Personen berühren ?

- **Fremde Personen**
- **Kollegen**
- **Bekannte – allgemeine Art**
- **Freunde**
- **Nahe stehende Personen
(Partner, Frauen, Männer,
Kinder)**
- **Intimste Freundin oder
Freund**



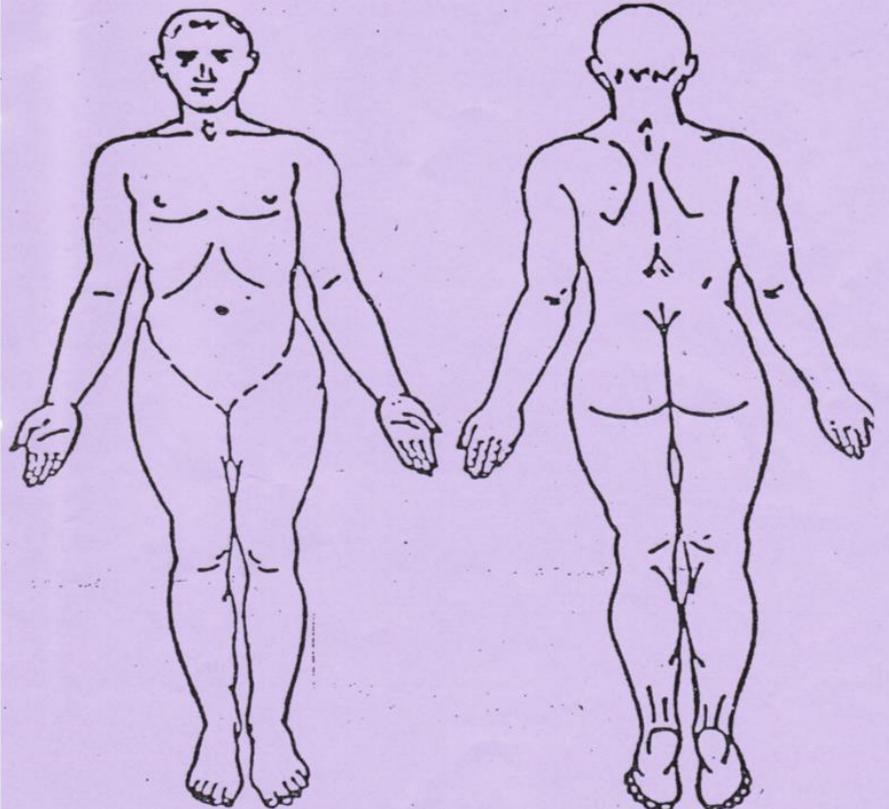


Wahrnehmung - Zonen

Palliativ Care Lehrgang
Thema : Wahrnehmung und Berührung

Wo dürfen mich andere Personen berühren? Kennzeichnen Sie in der Abbildung die Körperstellen:

- Die Öffentlichkeit (fremde Personen.....)
- Bekannte – allgemeiner Art
- Bekannte und Freunde
- Nahe stehende Personen (Ehepartner, Partner, Frauen, Männer, Kinder ,
- intimste(r) Freundin oder Freund.....





Schutzzonen beim Menschen

Sozialzone	Hände, Arme, Schultern, Rücken	Berührung ist allgemein gestattet
Übereinstimmungszone	Mund, Handgelenk	Der Berührung sollte die Frage „Darf ich.....?“ vorausgehen
Verletzbarkeitszone	Gesicht, Hals, Körperfront	Grundsätzlich sollte in diesen Bereich nicht ohne Erlaubnis berührt werden. Betroffene fühlen sich: Überfahren, in Besitz genommen, abhängig.
Intimzone	Genitalbereich, Oberschenkel (innen Bereich)	Berührung mit größter Behutsamkeit, Einfühlung, Vertrauen

Quelle: Juchli, L.: Allgemeine Krankenpflege (1991)



Berührung ist eine universelle Sprache





Berührung ist eine universelle Sprache

- **Berührungsbiographie, Hintergrund/ Erfahrungen**
 - Liebt die Person berührt zu werden?
 - Wie wurde in der Familie Nähe gelebt?
- Geschlecht und Alter
- Kultur/Umweltfaktoren
- **Bedeutung für Pflegeperson:**
 - Erleben Berührung vom Patienten als Zeichen der Dankbarkeit oder sie wird als sexistische Geste interpretiert.
 - Patienten bevorzugen die Berührung von Frauen auch gleichgeschlechtlich



Was ist eine gute Berührung ?

- Ausdruck und Synonym von Beziehungsqualität und Kommunikationsfähigkeit
- Wird Berührung mit einer Bewegung verbunden ist die Berührungsqualität an ihrem Wirkungsgrad deutlicher
- vom Anfassen zum Berühren führt ein Weg, den sich Patient und Pflegeperson gemeinsam erarbeiten



Hände und Berührung

Hände und Berührung:



Bedeutung der Hände:

Kontakte und körperliches Arbeiten am kranken Menschen sollten im Wissen um die Wirkung der Berührung und die damit verbundenen Kommunikation erfolgen.

„**Fremde Hände**“ werden meist von Kranken „eindringlicher“ erlebt, als die eigene Hand, eine

falsche Berührung kann unter Umständen als „**An- oder Eingriff**“ interpretiert werden. „**Handbewußtsein**“ ist deshalb eine Voraussetzung für eine qualifizierte Berührung.



Stellenwert der Hände

- Was bedeuten Hände für mich?
- Was bedeuten die Hände für den Patienten/Bewohner den Angehörigen?
- Was vermitteln mir Hände?
- Wollte ich gerne andere Hände haben wollen

Aufgabe:

- Bitte legen Sie ihre Hand auf dem Rücken Ihrer Nachbarin und Sie wird die Hand beschreiben (Form, Größe, Farbe usw.)





Wie berühre ich?





Berührungskriterien

- **Konstanz**
 - Berührung nicht unterbrechen, ständiger Berührungskontakt.
 - dies erfordert eine gute Planung und Organisation der Pflege.
- **Kontaktintensität**
 - feste, eindeutige Berührung mit Tiefenwirkung
 - je großflächiger der Druck desto mehr Qualität!
- **Rhythmus**
 - fließende Berührung, die Person sollte der Berührung gedanklich folgen können, eher langsam, die Wiederholungen sollen in gleichbleibender Weise erfolgen.
- **Sicherheit**
 - das Ziel ist klar, meine Hand signalisiert sicheres Arbeiten



Physiologische **Wirkung** von Berührung

- Verbesserte Durchblutung
- Muskelaktivierung oder -entspannung
- Anregung der Verdauung
- Begünstigung des Immunsystems
- Entwicklung der Selbstwahrnehmung
- Schmerzstillung und eine bessere Regulationsfähigkeit des Nervensystems
- Stressreduktion (am Cortisolspiegel messbar)
- Beispiel: Patienten die Voreingriffen die Hand gehalten bekommen-
- **haben weniger Angst**



Relevanz für die Pflegepraxis

- Patienten verspüren den Wunsch nach Berührung, äußern den Wunsch jedoch nicht verbal .
- Erleben Berührung in Form von Zuspruch, da-sein oder bekommen Hoffnung vermittelt.
- Personalstand, Zeitressourcen, Stresslevel entscheiden, ob körperlicher Kontakt beim Anfassen bleibt oder zur Berührung wird.
- lockert die Hierarchie zwischen Patienten und Pflegekraft, fokussiert die ganzheitliche Pflege.

(Vgl. Kamleitner, D.,(2015)Masterarbeit, Wenn das Anfassen zum Berühren wird – Körperlicher Kontakt auf Palliativstationen (S.125)



Berührungssuche beim Patienten

- Bei Angst: vor Stürzen, dem Alleinsein, Vor Erstickten, vorm Tod
- Bei (nonverbaler) Bitte um praktische Hilfe
- Bei Überforderung und Verwirrung zur Orientierung
- Zu Dank und Abschied



Berührungssuche – Suche bei Angehörigen

- Ausdruck von Liebe, Fürsorge, Zuwendung
- Be-greifen
- Beistand in Angst und Unruhe



Berührungssuche bei Pflegenden

- Gewünschte praktische Hilfe leisten
- Orientierung zu Körper und Umgebung bieten
- Beistand in Angst und Unruhe
- Krankheitssymptome lindern



Vermeidungsursachen bei Pflegenden

- Körperliche Belastung
- Seelische Belastung (Zeugenschaft von Verfall und Tod)
- Geistige Belastung (Auseinandersetzung mit eigenen Gefühlen von Ekel, Hilflosigkeit, Angst...)
- Hoher Zeitaufwand
- Wenig sichtbare Pflegeerfolge
- Hohe Belastung – geringe Entlohnung
- Delegation an Pflegehilfspersonal



Vermeidungsursachen Angehörige

- Konfrontation mit eigener Hilflosigkeit
- Konfrontation mit eigener Vergänglichkeit
- Angst vor der Angst des Sterbenden
- **Schutzreaktionen wie:**

Schläft – will nicht stören

Kann ja nichts mehr tun

Spürt ja doch nichts

Ist ja nicht mehr ansprechbar



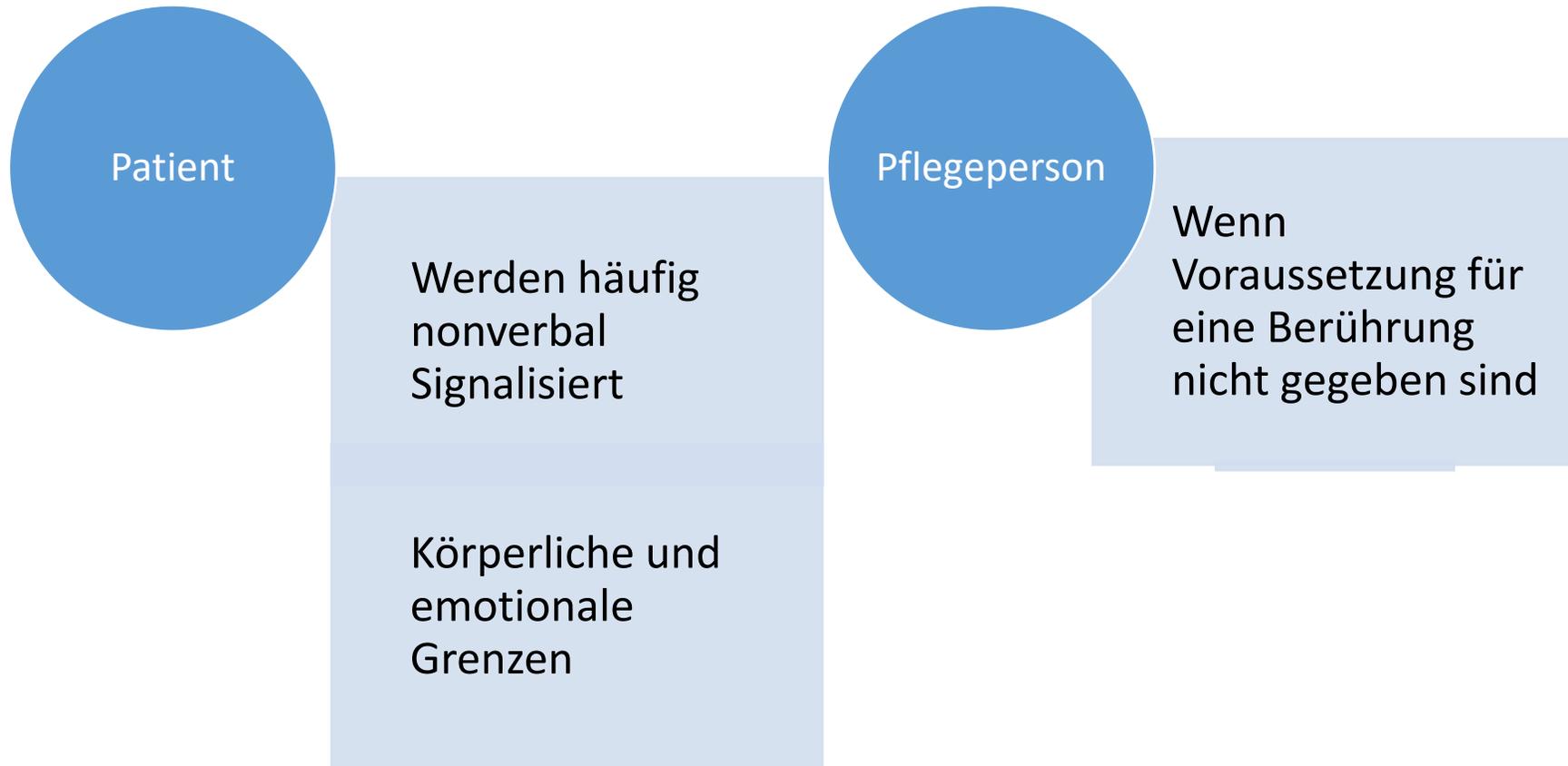
Handschuhe

- Bauen eine professionelle Distanz zwischen Pflegeperson und Patient auf
- Haben eine Schutzfunktion bei körperlichen Kontakt für Pflegeperson und Patienten
- Kontakt mit Handschuhen wird als Anfassen erlebt
- Frage:
 - können Sie sich vorstellen, dass bei einer Massage der Masseur Handschuhe trägt oder dass bei starker Unruhe ein Patient eine Atemstimulierende Einreibung erhält und die Pflegeperson dabei Handschuhe trägt?

(vgl. Kamleitner, D. 2015, Masterarbeit)



Grenzen einer Berührung





Pflegekonzepte

- Basale Stimulation
- Kinaesthetics
- Bobath
- Komplementäre Pflegemethoden
 - Wickel und Auflagen
 - Aromapflege die verbunden ist mit rhythmischen
 - Einreibungen und Streichungen
- Therapeutic Touch
 - (baut auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, dass jeder Mensch ein Energiefeld besitzt. Es gilt die Annahme das dieses Energiefeld von anderen Personen spürbar beeinflusst wird (Vgl. Kamleitner,D.,2015).



Berührung als Kommunikationsmittel

Bindung durch Berührung



Von besonderer Bedeutung am Lebensanfang! – Die Wirkung von Oxytocin spielt dabei eine wichtige Rolle



Kommunikation durch Berührung



Kinaesthetics
in der Pflege



Kinaesthetics

Videomaterial für Kinaesthetics-Kurse

Aktivitäten:

- über die Seitenlage ins Sitzen an den Bettrand
- sitzend vom Bett in den Rollstuhl



Ergebnisse aus Studien

Andrè`et.al.,2013; Berger et al., 2013; Devik et al.,2013; Serfaty et al., 2012 Downey et al. 200; Blomberg& Stahlberg-Blom 2007

Aromatherapie wird in der Pflege in Form von ätherischen Streichungen eingesetzt mit folgender Wirkung:

- Symptomlinderung
- Beziehungsaufbau und Vermitteln von Wohlbefinden
- Verbesserung von Angst, Depression und Stimmung
- Körperliche Symptome , Schlaf- und Lebensqualität können verbessert werden

Vergl. Kamleitner, D., 2015)



Der Körper ist der Handschuh der Seele

Samy Molcho





Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit !