

Seniorenbegleiterausbildung – Die Themen aus dem Curriculum

1. Seminarabend	Einstieg in die Ausbildung	Die erste Kurseinheit bereitet den Boden für die Zusammenarbeit in der Gruppe. Gegenseitiges Kennenlernen und die eigene Motivation für die Ausbildung sind die Themen. Die Arbeitsweise in der Gruppe (Gruppenregeln) und Organisatorisches werden besprochen.
2. Seminarabend	Alter(n)	In der zweiten Kurseinheit geht es um gerontologische Grundlagen zu den Themen Alter und Altern und um die Zugänge der Teilnehmenden dazu. Die Ziele sind zu vermitteln, wie individuell und differenziert »Alter« ist und dass man immer mit seinem eigenen Bild vom Alter arbeitet. Darin soll die Einheit die Offenheit in der Begegnung mit alten Menschen unterstützen.
3. Seminarabend	Bewusst wahrnehmen	An diesem Abend steht die eigene Wahrnehmung im Mittelpunkt. Basierend auf den Ebenen der Wahrnehmung erleben die Teilnehmer, dass sie eine »eigene« Wahrnehmung haben und – je nach Situation – selektiv wahrnehmen. Die Teilnehmer begreifen, dass jede Wahrnehmung gleichwertig ist und dass es mehr als eine Möglichkeit gibt, etwas wahrzunehmen. Gefördert werden die Offenheit und das Interesse an der Andersartigkeit der begleiteten Menschen.
4. Seminarabend	Ehrenamt und Arbeitsfelder	In dieser Einheit geht es darum, die Grundlinien des bürgerschaftlichen Engagements zu vermitteln und seinen eigenen Standpunkt beim »Engagementviereck« zu finden und einzunehmen. Die Teilnehmenden sollen darin bestärkt werden, ihr Ehrenamt zu leben. Dem dient auch die Darstellung dessen, was bisherige Teilnehmer aus der Ausbildung gemacht haben. Weitere wichtige Themen der Einheit sind die Bedingungen und die Organisation des Praktikums.
1. Studientag	Grundlegendes zur Kommunikation	Hier geht es darum, das eigene Kommunikationsverhalten in den Blick zu nehmen. Modelle wie das Eisberg-Modell der Kommunikation oder das Vier-Ohren-Modell machen deutlich, wie Kommunikation im Zusammenspiel von »Sender« und »Empfänger« verläuft. Über Selbsterfahrung wird aktives Zuhören unterstützt und bewusst, in welcher Haltung die Begegnung von Mensch zu Mensch stattfinden kann.
5. Seminarabend	Einschränkungen und Krankheiten im Alter – Alte Menschen praktisch unterstützen	Diese Einheit widmet sich den gesundheitlichen Besonderheiten der vierten Lebensphase, auch mit einem Schwerpunkt darauf, wie man in Notfallsituationen am besten reagiert. Praktische Übungen darin, wie man beispielsweise jemanden dabei unterstützt, vom Stuhl aufzustehen, kommen dazu. Für diese Einheit wird eine fachkundige Referentin eingeladen.
6. Seminarabend	Die Lebenssituation alter Menschen	An diesem Abend geht es um die Situation von alten Menschen zuhause und im Altenheim. Referentinnen vom Pflegestützpunkt und aus dem Altenheim führen in das Thema ein. Wichtig dabei ist, dass die Teilnehmenden ihre eigenen Vorstellungen überprüfen können und überlegen können,

		wie die Rolle von Seniorenbegleiterinnen in den entsprechenden Settings sein könnte.
2. Studientag	Grenzen setzen im Gespräch und in der Begleitung	In dieser Einheit wird die Bedeutung der professionellen Distanz als Eigenschutz vermittelt. Es geht darum, die eigenen Grenzen wahrnehmen, setzen und wahren zu können. Genauso geht es darum, die Grenzen der begleiteten Personen zu achten und zu wahren. Professionelle Distanz dient dazu, sein Ehrenamt über längere Distanz mit Freude ausfüllen zu können statt auszubrennen.
3. Studientag	Trauerprozesse und Biografiearbeit	Sich der eigenen Trauer zu stellen und mit Trauer in Gesprächssituationen umgehen zu können ist der erste Schwerpunkt dieses Kurssamstags. Theorie über Trauerphasen wird vermittelt, die das Einordnen des Erlebten erleichtert. Im zweiten Schwerpunkt geht es um das Unterstützen biographischen Erzählens und um dessen Bedeutung.
7. Seminarabend	Demenz und Validation	An diesem Kursabend geht es um einen ersten Einblick in eine nicht medizinisch dominierte Sichtweise von Demenz in Form der Validation nach Naomi Feil. Es kann dabei nur um den Abbau von Ängsten altersverwirrten Menschen gegenüber gehen und um einen Ausblick darauf, was Validation für die Begegnung mit ihnen leisten kann. Validation ist nicht Bestandteil des Kurses – sie muss ausführlich gelehrt werden –, bietet sich aber für weitere Fortbildungen an, wenn die Seniorenbegleiterinnen in diesem Feld arbeiten wollen. An diesem Abend ist eine Validationslehrerin vom regional zuständigen Validationszentrum nach Naomi Feil zu Gast.
8. Seminarabend	Spiritualität im Alter – Begleitung in der letzten Lebensphase	Glaubens Themen spielen bei den begleiteten Älteren eine große Rolle. An diesem Abend geht es darum, den eigenen Standpunkt zum Thema »Spiritualität« zu klären, um in der Begleitung gut mit religiösen Themen umgehen zu können. Der zweite thematische Schwerpunkt sind die Arbeit des ambulanten Hospizdienstes und die »Schnittstelle« zur Tätigkeit der Seniorenbegleiterinnen. Für diese beiden Themen laden wir die Pfarrerin des ambulanten Hospizdienstes ein. Diese macht auch deutlich, wo Hospizarbeit und Seniorenbegleitung sich in ihrer Haltung ähneln und in welcher Form Hospizdienst und Seniorenbegleiterinnen sich ergänzen und zusammenarbeiten können.
9. Seminarabend	Auswertung und Ausblick	Dieser Kursabend gibt den Teilnehmenden die Gelegenheit, den eigenen Lernprozess zu reflektieren. Auch die Erfahrungen im Praktikum sind Thema des Abends. An diesem Abend können auch Vereinbarungen über weitere Treffen nach dem Kurs getroffen werden.
Abschluss und Zertifikatsverleihung		Der Kurs schließt ab mit der Möglichkeit, zum Verlauf Stellung zu nehmen und ihn so für sich abschließen. Die Qualität der Ausbildung dokumentiert sich in der Überreichung des Zertifikats und in einer ausführlichen Teilnahmebescheinigung. Soweit gewünscht, schließt sich ein Ausklang in der Gruppe an.