

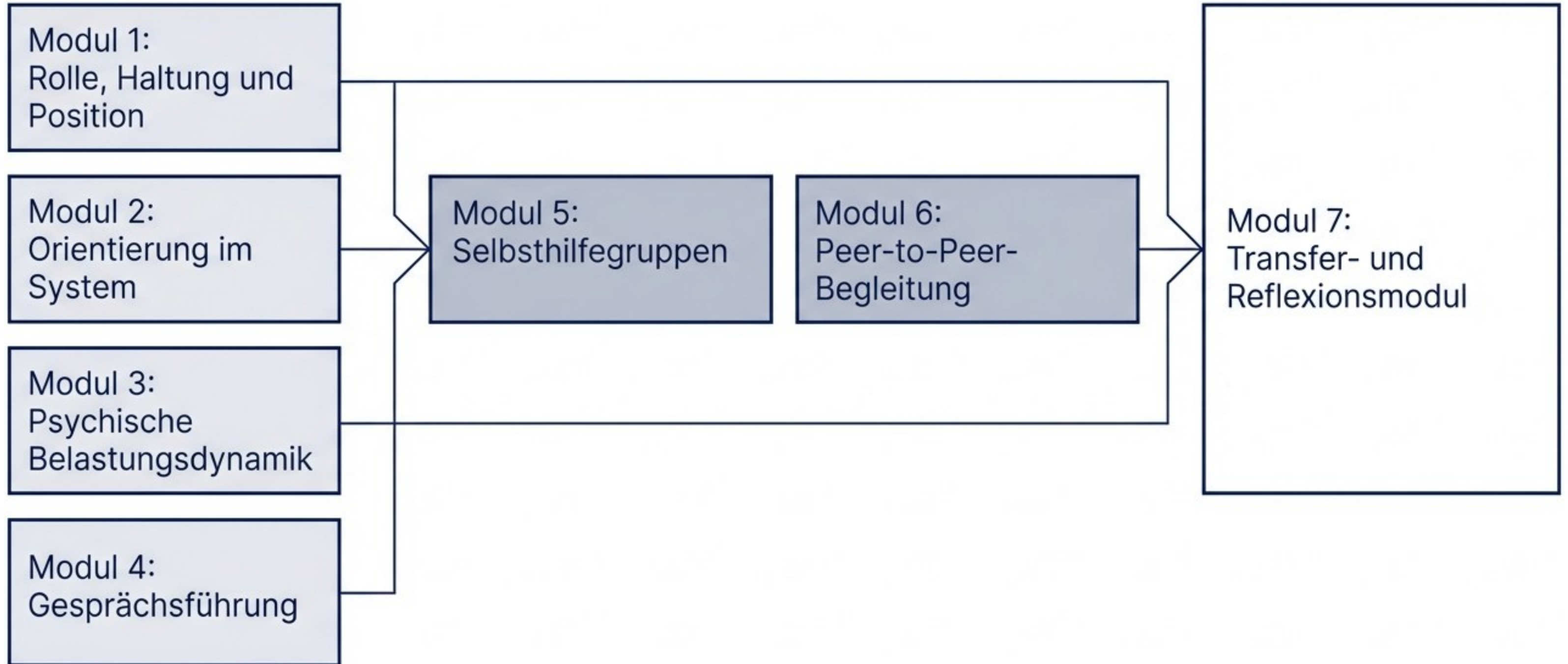


EU-PROJEKT WELL CARE | PROTOTYP

Mit Erfahrung stärken.

Qualifizierung zur Begleitung
pflegender Angehöriger.

Modulübersicht





Rolle, Haltung und Position

Pflegende Angehörige im Versorgungssystem.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

1. **Perspektivenwechsel:** Die zentrale Rolle pflegender Angehöriger in der Alltagsorganisation erkennen und wertschätzen.
2. **Selbstverständnis:** Eigene Motivation, Erwartungen und persönliche Grenzen in der Peer-Rolle reflektieren.
3. **Klare Abgrenzung:** Den essenziellen Unterschied zwischen Peer-Unterstützung und professioneller, therapeutischer oder rechtlicher Beratung verstehen.

Ziel:

Entwicklung eines geschärften Verständnisses der eigenen Position. Gewinnung von Rollenklarheit und realistische, sichere Einschätzung der Verantwortung, Möglichkeiten und Grenzen der Peer-Unterstützung.



Orientierung im System

Sicher navigieren in der Versorgungs- und Unterstützungslandschaft.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

1. **Leistungsüberblick:** Gesetzliche Ansprüche und zentrale Leistungen (insbesondere im Kontext des SGB XI) verstehen.
2. **Schnittstellen erkennen:** Typische Hürden identifizieren und lokale Beratungs- und Entlastungsangebote kennenlernen.
3. **Wissenstransfer:** Komplexe Informationen einordnen und erste Orientierung für andere verständlich aufbereiten.

Ziel:

Gewinnung von Orientierungssicherheit im komplexen Versorgungssystem.
Kompetente Weitergabe von Erstinformationen und verantwortungsvolle Verweisung an passende Fachstellen bei weitergehendem Bedarf.



GRUNDLAGENMODUL 3

Psychische Belastung & Resilienz

Eigene Kräfte schützen, Warnsignale rechtzeitig erkennen.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

1. **Erschöpfungsverläufe:** Typische Belastungsdynamiken und Anspannung in der häuslichen Pflege nachvollziehen.
2. **Systemischer Druck:** Verstehen, wie persönliche Pflegekonstellationen und äußere systemische Anforderungen zusammenspielen.
3. **Schutzfaktoren:** Das Konzept der Resilienz anwenden – wie Selbstfürsorge und soziale Faktoren langfristig stabilisieren.

Ziel:

Entwicklung eines differenzierten Verständnisses für psychische Belastungen. Erlernen, Warnsignale frühzeitig zu erkennen und daraus hilfreiche, entlastende Ansätze abzuleiten.



GRUNDLAGENMODUL 4

Gesprächsführung & Moderation

Ressourcenorientiert kommunizieren und sichere Räume halten.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

1. **Gesprächsstruktur:** Respektvolle Eröffnung, klärende Begleitung und einen guten Abschluss von Gesprächen gestalten.
2. **Aktives Zuhören:** Emotionale Belastungen achtsam aufgreifen – ohne vorschnelle Bewertungen oder Ratschläge.
3. **Sichere Moderation:** Austauschprozesse verlässlich rahmen und in einer guten Struktur halten.

Ziel:

Sicherheit darin gewinnen, auch herausfordernde Gespräche ruhig und zugewandt zu führen. Austauschprozesse verlässlich rahmen, ohne einen therapeutischen Anspruch zu übernehmen.

Selbsthilfegruppen

Gemeinsame Räume aufbauen und verlässlich leiten.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

Selbsthilfegruppen erthicknörten:

1. **Initiative ergreifen:** Neue Gruppen vor Ort starten, erste Treffen vorbereiten und Zugang schaffen.
2. **Gruppendynamik:** Gemeinsame Regeln entwickeln und mit unterschiedlichen Erwartungen umgehen.
3. **Konfliktlösung:** Auf schwierige Dynamiken angemessen reagieren und die Gruppe als Ort gegenseitiger Unterstützung stabilisieren.

Ziel:

Erwerb der Fähigkeit, Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige aufzubauen und zu leiten. Schaffung eines geschützten, tragfähigen Rahmens für Verständigung und soziale Anbindung.



Peer-to-Peer-Begleitung

Solidarische 1-zu-1 Unterstützung und soziale Teilhabe.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

- **Verantwortungsvolle Nähe:** Eigene Erfahrungen einbringen, ohne die Situation des Gegenübers zu überformen.
- **Wege aus der Isolation:** Einsamkeit bei pflegenden Angehörigen wahrnehmen und soziale Wiederanbindung gezielt fördern.
- **Solidarische Vernetzung:** Einzelanliegen als wiederkehrende Themen und strukturelle Herausforderungen erkennen.

Ziel:

Befähigung zur rollenbewussten Begleitung anderer im 1-zu-1-Kontakt. Erwerb von Kompetenzen, um soziale Isolation aufzubrechen, gesellschaftliche Teilhabe zu fördern und solidarische Netzwerke zu stärken.



Transfer und Reflexion

Der Brückenschlag in die begleitete Praxis.

Inhalt (Was wir erarbeiten):

- **Entwicklungsrückblick:** Gemeinsame Auswertung der Qualifizierung und Reflexion der eigenen Kursentwicklung.
- **Einsatzplanung:** Konkretisierung der künftigen Rolle, des bevorzugten Formats und der nächsten praktischen Schritte.
- **Nachhaltige Anbindung:** Verbindliche Klärung von regelmäßiger Supervision (z.B. alle 4–6 Wochen), Rückkopplung im Verein und Evaluation.

Ziel

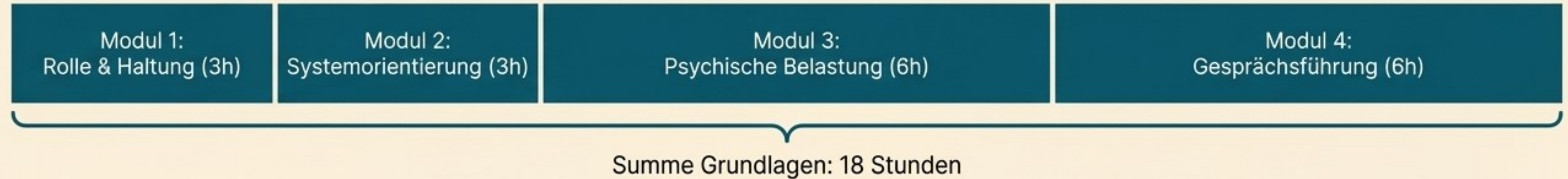
Volle Klarheit über das künftige Einsatzformat. Sicherer Start in die Praxisphase mit einer verbindlichen Grundlage, professioneller Supervision und verlässlicher Vereinsanbindung ("wir pflegen e. V.").



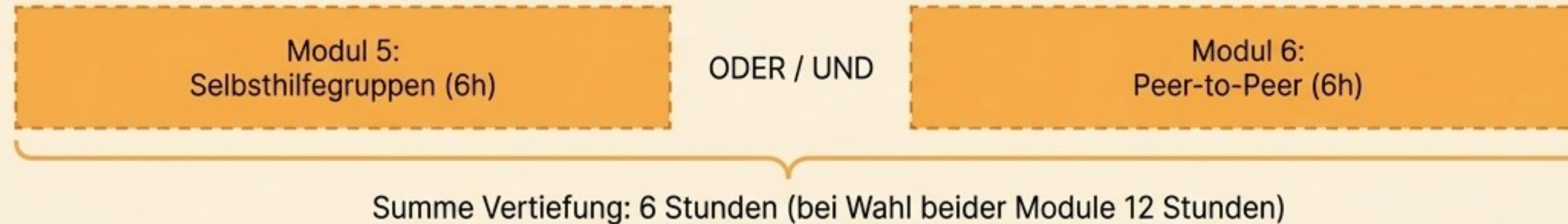
Die Architektur der Qualifizierung

Kompakt, flexibel und praxisnah: 26 bis 32 Stunden über neun Wochen

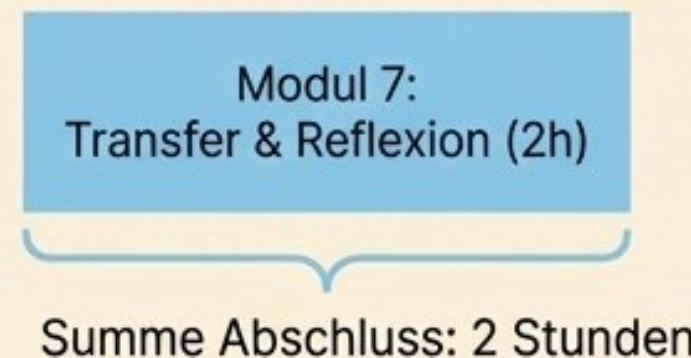
1. GRUNDLAGEN (Pflicht für alle)



2. VERTIEFUNG (Wahlbereich)



3. ABSCHLUSS (Pflicht für alle)



Gesamtumfang: 26 Stunden (bei einem Vertiefungsmodul)
Maximalumfang: 32 Stunden (bei beiden Vertiefungsmodulen)
Taktung flexibel: Module in 3-Stunden- oder 1,5-Stunden-Einheiten absolvierbar.