

Sehbehindertentag 2020

Leitfaden für die Durchführung von Schulungen (Sensibilisierungskursen für Fachkräfte in der Pflege)

Inhaltsverzeichnis

1. Vorbemerkungen.....	2
2. An wen richten sich die Schulungsangebote? (Zielgruppen)	2
3. Was wollen wir erreichen? (Ziele)	2
4. Wie können wir den Nutzen unseres Schulungsangebotes vermitteln? (Motivation).....	2
5. Zeitlicher Rahmen	3
6. Vorbereitung.....	4
7. Inhaltliche Schwerpunkte und Vorschläge zur Umsetzung.....	4
7.1 Begrüßung und Einführung, Vorstellung, ggf. Erwartungen.....	4
7.2 Die häufigsten Augenerkrankungen und ihre Auswirkungen.....	5
7.3 Leben mit einer Sehbeeinträchtigung – Selbsterfahrung.....	5
7.4 Welche Zeichen können auf Veränderungen des Sehens bzw. Sehverlust hindeuten?.....	6
7.5 Sehhilfen und andere Hilfsmittel	7
7.6 Einfache aber wirksame Veränderungen der Umgebung	8
7.7 Zum Umgang mit sehbehinderten Seniorinnen und Senioren	8
7.8 Ansprechpartnerinnen und -partner	8
7.9 Abschluss, Auswertung	8

1. Vorbemerkungen

Der vorliegende Leitfaden wurde von der Arbeitsgruppe (AG) Sehbehindertentag (Dr. S. Holzapfel; BFS, U. Rattunde; BFW Halle, G. Grau; BBSB, A. Ostrowski; Blickpunkt Auge des DBSV) des Fachausschusses für die Belange Sehbehinderter (FBS) entwickelt.

Wir bedanken uns für Hinweise, Anregungen und Materialien, die von den Landesorganisationen Bayern (BBSB), Berlin (ABSV), Hamburg (BSVH) und Württemberg (BSVW) zur Verfügung gestellt wurden. Weiterhin bedanken wir uns für die Unterstützung durch die Blindeninstitutsstiftung Würzburg.

Der Leitfaden will vor allem den ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der DBSV-Landesorganisationen Orientierung und Unterstützung für die Durchführung von Schulungen geben, die bisher keine oder wenige Erfahrungen damit haben. Darüber hinaus hoffen wir, dass auch erfahrene Anbieterinnen und Anbieter Impulse für künftige Vorhaben erhalten.

Im Leitfaden werden Schwerpunkte / Inhalte, methodische Hinweise und geeignete Materialien benannt, sodass man zwischen verschiedenen Möglichkeiten wählen kann. Die eigene Kreativität soll hierdurch nicht eingeschränkt werden.

Wir freuen uns über Anregungen und Rückmeldungen zum Leitfaden (Tel. 030 – 2 85 38 72 87 oder a.ostrowski@dbsv.org).

2. An wen richten sich die Schulungsangebote? (Zielgruppen)

Die Schulungsangebote richten sich in erster Linie an Fachkräfte in der Pflege, Betreuung und Versorgung von Seniorinnen und Senioren in Seniorenheimen, Tagespflegeeinrichtungen und bei ambulanten Pflegediensten.

3. Was wollen wir erreichen? (Ziele)

Die Schulungen sollen bei den Teilnehmenden Interesse am Thema Sehen und Sehverlust im Alter wecken und sie für die Belange der zu pflegenden Personen mit Sehbeeinträchtigung sensibilisieren. Die Teilnehmenden wissen, worauf sie achten und was sie ggf. selbst verändern können, um mehr Lebensqualität für die zu pflegenden Personen, aber auch Verbesserungen in ihrem Arbeitsalltag und mehr Zufriedenheit auf beiden Seiten zu erreichen.

4. Wie können wir den Nutzen unseres Schulungsangebotes vermitteln? (Motivation)

Zahlen und Fakten

Sehverlust betrifft immer mehr Menschen im Laufe ihres Lebens. Die Gutenberg-Gesundheitsstudie (GHS, 2019) spricht von rund 8,5 bis 9 Mio. in Deutschland lebenden Menschen. Ursachen dafür sind neben altersbedingten Veränderungen vor allem chronische Augenkrankheiten wie Altersabhängige

Makula-Degeneration (AMD), Glaukom oder diabetische Retinopathie (<https://www.woche-des-sehens.de/infothek/zahlen-und-fakten/augenkrankheiten-zahlen-fuer-deutschland>).

Mit höherem Lebensalter wächst das Risiko zu erkranken deutlich. So können in Deutschland Frühformen der AMD bei ca. 20 % der 65- bis 74-Jährigen festgestellt werden, aber bereits bei rund 35 % der 75- bis 84-Jährigen. Von AMD im Endstadium sind ca. 1 % der 65- bis 74-Jährigen betroffen, aber schon rund 5 % der 75- bis 84-Jährigen. Zahlen zur AMD stehen hier beispielhaft, da sie die häufigste Ursache für gravierende Sehbeeinträchtigungen in Deutschland ist (Berufsverband der Augenärzte, <https://augeninfo.de/cms/hauptmenu/presse/statistiken.html>).

Mögliche Folgen von Sehverlust

- Auswirkungen auf alle Persönlichkeitsbereiche möglich (bspw. Selbstständigkeit, Kommunikation, Mobilität)
- größerer Hilfebedarf
- Rückzug, Isolation, Vereinsamung, Depressionen
- erhöhtes Sturzrisiko
- erhöhtes Demenzrisiko (aber auch Gefahr der Verwechslung mit Demenz)

In deutschen Senioreneinrichtungen hat rund die Hälfte der Bewohnerinnen und Bewohner Sehprobleme. Das zeigt die Studie OVIS (Ophthalmologische Versorgungsforschung in Seniorenheimen) der Stiftung der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft. Dabei können einfache Veränderungen im Umfeld und ein guter Umgang miteinander sowohl den Alltag der Betroffenen als auch der Pflegefachkräfte erleichtern. Ebenso wichtig ist es, Anzeichen für einen Sehverlust zu kennen und darauf zu reagieren.

Nutzen einer Schulung für Einrichtung und Mitarbeiter

Die Entscheidung von Einrichtungen / Diensten für eine solche Schulung demonstriert ihr Interesse am Thema (Imagegewinn) und bietet den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Möglichkeit, ihre Kompetenzen zu erweitern. Verbesserungen in der Praxis sowie die Senkung von Risiken (siehe oben) sind dann schon mit einfachen Mitteln zu erreichen.

5. Zeitlicher Rahmen

Schulungen werden bisher in einem ganz unterschiedlichen zeitlichen Umfang angeboten, von 90 Minuten bis zu zwei Tagen, je nachdem, was die Beauftragenden wünschen oder einrichten können.

Falls eine Schulung in 90 – 120 Minuten stattfinden muss, sollten inhaltlich die unter Punkt 7 genannten Schwerpunkte angeboten werden. Der Leitfaden bietet darüber hinaus Anregungen für die Durchführung umfangreicherer Schulungen.

6. Vorbereitung

Machen Sie vor der Veranstaltung möglichst einen Vororttermin. Dabei sollten Sie Fragen klären wie bspw.: Warum wird eine solche Schulung gewünscht (Motivation) und was wird erwartet? Was sind die Arbeitsgebiete der Teilnehmenden und welche Erfahrungen bringen sie mit? Wie groß wird die Gruppe sein? Sie können auch festlegen, wie viele Teilnehmende aus Ihrer Sicht möglich sind (Obergrenze).

Diese Informationen werden Ihnen helfen, passende Inhalte, Methoden und Materialien für die Schulung auszuwählen. Gleichzeitig erfahren Sie von konkreten Bedingungen vor Ort, die in der Schulung berücksichtigt werden sollten. Ggf. können auch bestimmte Materialien der Einrichtung / des Dienstes genutzt werden.

Die Schulungen sollten von mindestens zwei Personen durchgeführt werden. Beziehen Sie ggf. Fachkräfte wie Reha-Lehrerinnen bzw. -Lehrer ein. Klären Sie den Unterstützungsbedarf der Durchführenden (Vorbereitung, Assistenz, benötigte Materialien).

7. Inhaltliche Schwerpunkte und Vorschläge zur Umsetzung

Folgende Punkte werden als unverzichtbar erachtet, wobei zeitlicher Aufwand, Reihenfolge der Bearbeitung und zusätzliche Themen variieren können:

- Begrüßung, Einführung, Vorstellung
- Selbsterfahrung
- Anzeichen von Sehbehinderung
- Umgang / Kommunikation mit Betroffenen
- Hilfen für Betroffene (Hilfsmittel, Gestaltung der Umgebung, Kontakte)

Umfang und Reihenfolge können variieren.

7.1 Begrüßung und Einführung, Vorstellung, ggf. Erwartungen

Hier werden der Rahmen und die Atmosphäre für die Veranstaltung geschaffen und der Kontakt zu den Teilnehmenden hergestellt.

Die Teilnehmenden werden begrüßt. Durchführende und Teilnehmende stellen sich vor. Die Teilnehmenden erfahren Wesentliches über den Verein und erhalten einen Überblick über das Programm.

Vorschläge zum Vorgehen (Auswahl treffen):

- Vorgaben für die Vorstellung der Teilnehmenden machen (z. B. „Nennen sie Ihren Namen, Ihre Aufgabe hier und welche Berührungspunkte Sie schon mit dem Thema hatten.“)
- Weitergabe eines Gegenstandes (z. B. eines Klingelballs im Stuhlkreis, um klar zu machen, wer jetzt spricht)

- hier schon Selbsterfahrung (Teilnehmende tragen bereits Augenbinden / Simulationsbrillen.)
 - Teilnehmerpaare stellen sich gegenseitig der Gruppe vor und sagen, was für sie aufgrund der Simulationsbedingungen anders ist. Oder
 - Durchführende bewegen sich durch den Raum, Störgeräusche – Reflexion der Situation)
- Videosequenz zu häufigsten Augenerkrankungen und Auswirkungen

Materialien:

- Augenbinden, Simulationsbrillen, Klingelball o.ä.
- ggf. Video (siehe Materialliste), dann auch PC, Beamer, Lautsprecher

7.2 Die häufigsten Augenerkrankungen und ihre Auswirkungen

Die Teilnehmenden erhalten grundlegende Informationen über die häufigsten Augenerkrankungen (Altersabhängige Makula-Degeneration, diabetische Netzhauterkrankungen, Glaukom und Katarakt).

Dieser Teil muss ggf. aus Zeitgründen entfallen oder sehr kurz gehalten werden. Die Vorerfahrungen der Teilnehmenden sind zu berücksichtigen.

Vorschläge zum Vorgehen (Auswahl treffen)

- Beschreibung anhand des Plakates zu Seheindrücken unter Nutzung der DBSV-Broschüren, dabei Herumreichen von Simulationsbrillen (wenn Zeit dafür bleibt, auch unmittelbare Rückmeldungen der Teilnehmenden zu dem, was und wie sie sehen)
- alternativ Einsatz eines Films / Videos oder einer PowerPoint-Präsentation als Einführung
- möglicherweise auch später als Zusammenfassung der Selbsterfahrung aufgreifen

Materialien

- Plakat Seheindrücke oder Filme / Videos, z. B. „Sehbehinderung ist nicht gleich Sehbehinderung“ der Woche des Sehens (Auswahl siehe Materialliste)
- Simulationsbrillen, Augenbinden
- Broschüren AMD, Glaukom, diabetische Netzhauterkrankungen, Katarakt, ggf. Grundinformation für Beratende
- www.blickpunkt-auge.de/informationen

7.3 Leben mit einer Sehbeeinträchtigung – Selbsterfahrung

Die Teilnehmenden erleben anhand der Bewältigung verschiedener Alltagssituation unter Augenbinde und Simulationsbrillen, wie sich eine Sehbehinderung auf den Alltag auswirken kann. In Kleingruppen / Partnerarbeit bearbeiten sie an verschiedenen Stationen im Wechsel Aufgaben aus dem Alltag.

Vorschläge zum Vorgehen (Auswahl der Stationen treffen)

Hier hat sich das Durchlaufen von Stationen mit verschiedenen Aufgaben durch Kleingruppen bewährt. Vorab werden die Materialien und Aufgabenbeschreibungen an den Stationen bereitgelegt und die Gruppen eingeteilt (2 - 4 Personen). Zudem wird vorab das Vorgehen erläutert: „Sie gehen von einer Station zur nächsten. Bei der Bearbeitung der Aufgaben (einmal unter „normalen“, einmal unter optimalen Bedingungen – siehe Hinweise bei den einzelnen Stationen) wechseln Sie sich ab. Einer / eine arbeitet unter Simulationsbrille / Augenbinde, die / der andere beobachtet und sorgt ggf. für die nötige Sicherheit.“ Die Teilnehmenden sollen sich ihre Beobachtungen auch für die anschließende Auswertung merken. Zum Abschluss erfolgt eine Reflexion im Plenum.

Vorschläge für Stationen:

- Essen und Trinken (z. B. helles Geschirr auf hellem Grund, danach mit kontrastierendem Platzset, Eingießen mit und ohne Füllstandsanzeiger etc.)
- Lesen und Schreiben (z. B. Lesetext in normaler Schwarzschrift, kontrastarm und ohne Beleuchtung, dann mit beleuchteter Lupe lesen – Text in Großschrift, kontrastreich und mit Leselampe, eine Unterschrift unter schlechten und unter optimalen Bedingungen leisten, mit Kugelschreiber oder Filzstift schreiben)
- andere Alltagssituationen wie Einfädeln, Karten- oder Brettspiele, Geld zählen / sortieren, Wäsche sortieren an einer oder zwei Stationen mit und ohne Unterstützung wie Beleuchtung, Einfädelhilfe, Maxi-Spielkarten, spezielle Brettspiele, Sortierhilfen
- Hausrundgang mit Arbeitsaufträgen (bspw. Auffinden bestimmter Zimmernummern oder Namen von Verantwortlichen, Treppen abwärts überwinden)
- im Rollstuhl sitzend (mit Augenbinde) schnell von einem Ort zum anderen bewegt werden und / oder einen Weg zu Fuß zurücklegen

Materialien

- Checkliste entsprechend der geplanten Stationen machen
- Aufgabenbeschreibungen für die Stationen vorbereiten
- ausreichend Simulationsbrillen und Augenbinden (siehe Materialliste) je nach Gruppengröße und Anzahl der Stationen

7.4 Welche Zeichen können auf Veränderungen des Sehens bzw. Sehverlust hindeuten?

Die Teilnehmenden erhalten eine Übersicht über typische Anzeichen von Sehbeeinträchtigungen / Sehverlust, um entsprechende Beobachtungen im Alltag besser einordnen und adäquat reagieren zu können. Grundlage sind die

im Dokument „Welche Zeichen können auf Veränderungen des Sehens bzw. Sehverlust hindeuten?“ genannten Inhalte, das zum Abschluss dieses Teils ausgegeben werden kann.

Vorschläge zum Vorgehen (Auswahl treffen)

- In Verbindung mit 7.3 als Zusammenfassung (Kurzvortrag) der Selbsterfahrung möglich oder
- als Gespräch mit allen unter Einbeziehung der Erfahrungen / Beobachtungen aus dem Arbeitsalltag und / oder der Erkenntnisse aus dem Teil „Selbsterfahrung“ oder
- arbeitsteilig je eine Kleingruppe je einen Punkt des o. g. Dokumentes bearbeiten lassen
- Zusammenfassung auf Flipchart oder Moderationswand möglich
- Fazit: Worauf kann ich in meinen Arbeitsalltag künftig besser achten?

Materialien

- Dokument „Welche Zeichen können auf Veränderungen des Sehens bzw. Sehverlust hindeuten?“ (ausreichend Kopien)
- ggf. Moderationsmaterialien (Moderationswand, Karten, Pinnadeln oder Flipchart und Stifte)

7.5 Sehhilfen und andere Hilfsmittel

Hier soll ein kurzer und prägnanter Überblick gegeben werden, bei Zeitproblemen auch als Hinweis auf die Broschüre „Hilfsmittel und Alltagshilfen...“ oder mithilfe anderer Materialien.

Als Basis soll vermittelt werden, dass bei häufig vorliegenden Fehlsichtigkeiten eine aktuelle, gutsitzende und saubere Brille für die Nähe und / oder die Ferne eine wichtige Voraussetzung ist, das individuelle Sehvermögen bestmöglich nutzen zu können. Darüber hinaus gibt es für sehbeeinträchtigte Menschen unterstützend eine Reihe von – vergrößernden, den Kontrast verstärkenden und / oder Blendung reduzierenden – Sehhilfen und andere Hilfsmittel.

Vorschläge zum Vorgehen

- Bezug auf den Teil „Selbsterfahrungen“ nehmen und nach den dabei gemachten Erfahrungen fragen (mit und ohne Hilfen)
- ausgewählte Hilfsmittel vorführen, herumgeben und deren Einsatz und vor allem Nutzen erläutern
- Verbogene Brillenfassungen als Muster zeigen und die Folgen eines schlechten Brillensitzes wie Druckstellen oder verfälschte Glaswirkung erläutern

7.6 Einfache aber wirksame Veränderungen der Umgebung

Die Teilnehmenden erhalten Anregungen, wie sie mit einfachen Mitteln selbst die Umgebung sehbehindertengerecht gestalten und dadurch den meisten Seniorinnen und Senioren ein angenehmeres Sehen ermöglichen können. Wichtig sind hier insbesondere Vergrößerung, Nutzung sinnvoller Schreibgeräte und Formate, Kontraste, Beleuchtung, Markierung, Kennzeichnung sowie bei Bedarf Nutzung anderer Sinne.

Vorschläge zum Vorgehen

- Bezugnahme auf den Teil Selbsterfahrung (Was haben Sie als hilfreich empfunden bei ...?)
- Beispiele für einfache Veränderungen geben
- Verweis auf die „Checkliste für Begehungen von Einrichtungen – Stand Juli 2017“

7.7 Zum Umgang mit sehbehinderten Seniorinnen und Senioren

Die Teilnehmenden erhalten hierzu einen Überblick, sie entscheiden, was sie künftig im Arbeitsalltag berücksichtigen werden.

Die Inhalte können dem Dokument „Zum Umgang mit sehbehinderten und blinden Seniorinnen und Senioren“ entnommen werden.

Vorschläge zum Vorgehen

- Aufgreifen der Erfahrungen der Teilnehmenden aus der Praxis und der Selbsterfahrung in einer Gesprächsrunde
- Schwerpunkte vorgeben analog zum Papier
- Gruppenarbeit zu einzelnen Punkten
- Fazit: Welcher Punkt war neu für mich? Worauf will ich zukünftig besonders achten?

7.8 Ansprechpartnerinnen und -partner

Die Teilnehmenden wissen, dass sie bei auftretenden Problemen oder Fragen Ansprechpartnerinnen bzw. -partner haben. Deshalb geben die Referentinnen und Referenten ihren Kontakt, den ihres Vereins und ggf. den von weiteren wichtigen Partnerinnen und Partnern (Netzwerklisten) schriftlich weiter.

7.9 Abschluss, Auswertung

Die Teilnehmenden schließen die Schulung für sich ab, haben hilfreiche Materialien und erste Gedanken dazu, was sie in ihren Arbeitsalltag mitnehmen. Dazu dient eine Feedbackrunde (Was hat mich heute am meisten bewegt? Worauf will ich zukünftig achten? Was will ich anders machen? Was brauche ich dazu noch?)