

Exemplarischer Ablauf einer dreitägigen Fortbildungseinheit „5 Minuten Religion“ für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen aus Pflege und Betreuung



Mitte 1. Tag, Foto: Ingrid Kandt

1.Tag (Lerntag):

Vorbereitung Raum: Stuhlkreis, gestaltete Mitte mit mitgebrachten religiösen Gegenständen / Symbolen, Flipchart, Stifte, Pinwand, Nadeln, Karten.

Beginn mit einem Impulstext /einer kurzen Andacht /einem Moment der Ruhe, des Innehaltens (z.B. mit einer Achtsamkeits- / Atemübung, Klangschalen etc.)

Vorstellungsrunde mit Arbeitsbereichen.

Vereinbarung eines geschützten und vertraulichen Miteinanders.

Inhaltliche Impulse der Referent*innen: „Unterschiede zwischen Religion und Spiritualität“ und „Demenz und Spiritualität“.

Teilnehmer*innen-Runde: spirituelle Begegnungen und Erfahrungen in der Pflege /Betreuung /im Arbeitsalltag -> Sammlung spiritueller Bedürfnisse und Themen auf Karteikarten (Metaplanwand).

Beschreibung der eigenen religiösen und spirituellen Biografie anhand von Symbolen /Materialien (unter Nutzung der Gegenstände aus der Mitte, s.o.) und als Einzelaufgabe die optische Darstellung des eigenen spirituellen Lebensweges, mit Höhen und Tiefen und „Gottesnähe /-begegnungen“ (Materialien: farbige Kordel, Teelichte, Steine).

2. Tag (Übungstag):

Ruhiges Ankommen: achtsam und aufmerksam den Tag beginnen! Als möglicher Impuls (gesprochen /gebetet oder gesungen): „Schweige und höre, neige Deines Herzens Ohr, suche den Frieden!“ oder „Lauschen wir auf den Klang eines neuen Tages, der in uns beginnt, hören wir nicht auf zu wandern, bis wir verwandelt sind.“

Anleitung für eigene spirituelle Impulse (siehe pdf „Raster zur Entwicklung eigener spiritueller Impulse“ als möglicher Ablauf für jede Einheit), zu zweit (je nach Gruppengröße auch zu dritt) zu einem gemeinsamen Thema (Zeitrahmen ca. 45 Minuten). Nutzung von vorhandenem oder eigenem, mitgebrachtem Material.

Vorstellung der entwickelten Impulse, nach jedem Impuls Rückmeldungen und Austausch in der großen Gruppe.

Vorbereitung auf die Praxis und Aufgaben für den 3. Feedback-Tag

Abschluss mit Segen und „Mitgebsel“ als Mutmacher (kleine Glasmurmel /Stein etc)

3. Tag (Feedback und Reflexionstag)

Ankommen-innehalten-sich spüren (z.B. mittels Körperübung)

Erfahrungsberichte anhand eines Rasters sammeln (Umsetzung in der Praxis: Reaktionen von Bewohner*innen, Unterstützung und Hindernisse in der Einrichtung, Regelmäßigkeit / Institutionalisierung des Angebotes möglich?).

Einzelimpulse /-andachten vorstellen - mit jeweiligem Feedback aus der Gruppe.

Erfahrungen aus der Praxis in Kleingruppen bearbeiten: welche Themen kommen in den Andachten vor? Was lernen die Teilnehmer*innen über sich selbst / über ihre eigene Spiritualität? Auseinandersetzung mit existenziellen Themen (Einsamkeit, Abschied, Vergänglichkeit, Verwirrtheit, Tod, Trauer). Welche weitergehende Unterstützung ist notwendig?

Abschluss mit Segen und guten Wünschen

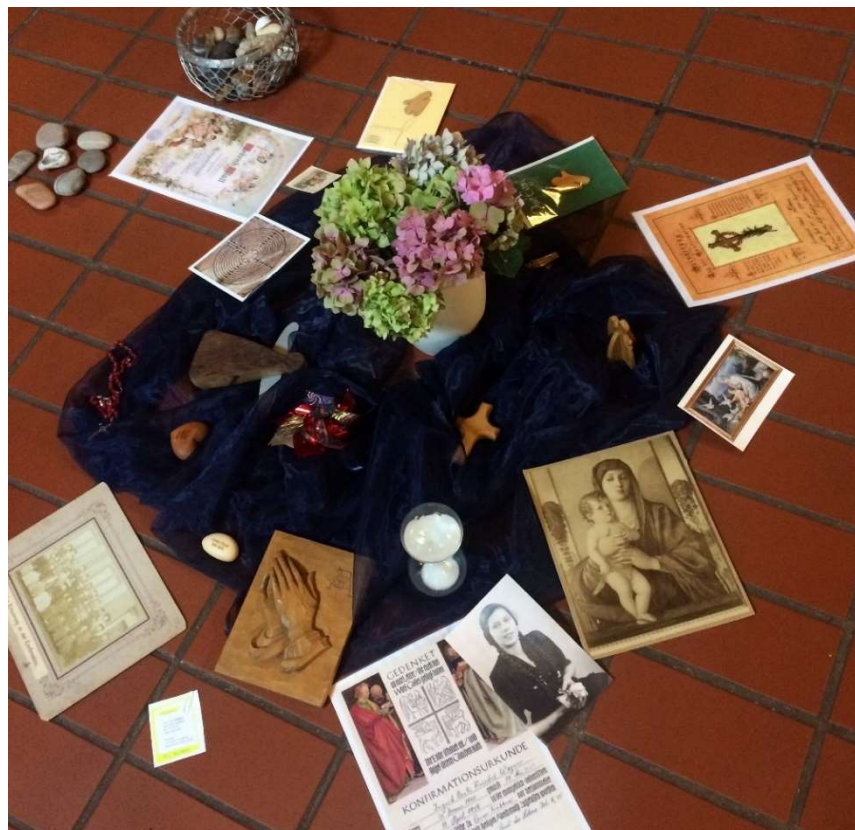


Foto: Ingrid Kandt

Stand: 07/23