

Vorwort

» Achte gut auf diesen Tag, denn er ist das Leben – das Leben allen Lebens.
 In seinem kurzen Ablauf liegt alle Wirklichkeit und Wahrheit des Daseins.
 Die Wonne des Wachsens – die Größe der Tat – die Herrlichkeit der Kraft.
 Denn das Gestern ist nichts als ein Traum und das Morgen nur eine Vision.
 Das Heute jedoch – recht gelebt – macht jedes Gestern zu einem Traum voller Freude und
 jedes Morgen zu einer Vision voller Hoffnung.
 Darum achte gut auf diesen Tag. (Dschalal ad-Din ar-Rumi) «

Die Frau in der Suppe – eine wahre Geschichte

Während eines Besuchs in einem Pflegeheim, bei dem ich eine immobile Dame aufsuchte, saß die Mitbewohnerin beim Mittagessen am Tisch und löffelte ihre Suppe. Plötzlich legte sie den Löffel zur Seite, klappte den Oberkörper nach vorne und landete mit dem Gesicht voran in der Suppe. Die anwesende Mitarbeiterin reagierte auf diesen Vorfall zunächst gar nicht und nach gezielter Rückfrage, antwortete sie lediglich »Das ist normal, das macht sie immer so.«

Derartige Erfahrungen haben mir die Bedeutung eines achtsamen Umgangs mit Patienten, Angehörigen, Kollegen und Mitmenschen allgemein noch einmal bewusster gemacht, so dass letztendlich dieses Buch entstanden ist.

Anhand von zahlreichen Beispielen aus dem Berufsalltag soll die Aufmerksamkeit für Unachtsamkeit und fehlende Wahrnehmung geschärft werden. Alle Beispiele sind reale Erfahrungen, die Namen der beteiligten Personen wurden aus Gründen des Personenschutzes verändert.

Da Achtsamkeit und Wertschätzung in allen Bereichen des Alltags und in allen Sparten des Gesundheitswesens eine übergeordnete Rolle spielen, wendet sich dieses Buch an alle Berufsgruppen des Gesundheitssektors.

➤ **Zur Verbesserung der Lesbarkeit werden im gesamten Buch die verschiedenen Berufsgruppen im Gesundheitswesen, also beispielsweise Ärzte, Gesundheits- und Krankenpfleger, Altenpfleger, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Psychologen, Sozialarbeiter etc., prinzipiell als Mitarbeiter bezeichnet. Analog werden alle Patienten, Bewohner, Klienten, Kunden, Gäste etc. durchgehend Patienten genannt.**

Die Achtsamkeit kann durch zahlreiche Übungen speziell trainiert werden. Dabei handelt es sich um Einzel- oder Gruppenübungen, die unterschiedliche Bereiche des sozialen Kontakts schulen, etwa die Kommunikation, die Aufmerksamkeit oder die Wahrnehmung.

Übungen

Dieses Format beinhaltet Übungen, die auch in Fortbildungen eingesetzt werden können. Viele Übungen können sowohl alleine als auch in Gruppen durchgeführt werden.

Danke

Mein Dank gilt Frau Barbara Lengricht vom Springer Verlag für ihr Vertrauen und die langjährige intensive Zusammenarbeit, die auch einen zwischenmenschlichen Austausch beinhaltet und dadurch dieses Projekt überhaupt erst möglich machte.

Frau Susanne Moritz vom Springer Verlag möchte ich vor allem für ihre unendliche Geduld und die fruchtbare Kommunikation bei der Manuskripterstellung danken.

Für die gute Zusammenarbeit während des Lektorats bedanke ich mich bei Frau Ute Villwock und bei Frau Ulrike Niesel vom Springer Verlag für die kompetente Begleitung.

Mein Dank gilt natürlich auch meiner Familie, die mein zeitaufwändiges »Hobby« mehr oder minder freiwillig akzeptiert und mich immer bestärkt und unterstützt.

Schließlich danke ich allen Lesern dieses Buchs und hoffe, dass es dazu beitragen kann, Ihren Blick auf Ihre tägliche, wertvolle Arbeit zu verändern. Auf Ihr Feedback bin ich gespannt und freue mich über Ihre Meinung.

Simone Schmidt

Ladenburg, September 2011

Achtsamkeit und Wahrnehmung in

Gesundheitsfachberufen

Schmidt, S.

2012, VIII, 202 S. 31 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-642-20888-1