



Moin, moin....

Wochenende !!!!!!!!!!!!!

# Zielsetzung von Anleitung

SELBSTERARBEITUNGSPHASE

Pflege

Lernfeld 2

# Darum ist die Zielsetzung so wichtig

Jeder qualifizierte Pflegekraft hat Ziele, die er/sie gerne verwirklichen würde. Dabei gibt es jedoch eine einfache Regel: Ohne Zielsetzung werden Sie **auf der Stelle treten** und niemals dort ankommen, wo Sie eigentlich hinwollen.

Ziele allein reichen nicht aus und sie werden sich auch nicht selbstständig in die Tat umsetzen. Erst durch die Zielsetzung geben Sie sich selbst eine Richtung vor, die Sie einschlagen wollen.



Es ist die Zielsetzung, die aus einer vagen Vorstellung **ein tatsächlich erreichbares Ziel** macht. Was auch immer Sie schaffen wollen, wird erst durch die konkrete Zielsetzung möglich.

# ZIELSTREBIGKEIT - ZIELE ERREICHEN IN 5 SCHRITTEN





Zielsetzung die häufigsten Fehler



## Keine konkrete Zielsetzung

Mit der Zielsetzung soll festgelegt werden, worauf Sie hinarbeiten. Dabei sollte eine möglichst konkrete Vorstellung entstehen, wie genau das Ziel aussieht, um dies wirklich erreichen zu können.

Leider bleibt die Zielsetzung oftmals viel zu vage, wodurch nur ein ungenaues und schwammiges Bild entsteht, statt eines starken Leitmotivs, an dem Sie sich orientieren könnten.

## Keine realistische Zielsetzung

Große Ziele sind wichtig, um auch Großes zu erreichen. Doch sollte die Zielsetzung dabei realistisch bleiben. Es bringt Ihnen nichts, wenn Sie sich etwas vornehmen, das von Anfang an nicht umzusetzen ist.

Wenn die Zielsetzung besagt, dass Sie innerhalb von 1 Woche einen Menschen mit ausgeprägtem Apoplex wieder zum laufen bringen wollen, braucht es keine Kristallkugel, um bereits vorher zu wissen, dass Sie scheitern werden.

## Keine Analyse vor der Zielsetzung

Bevor Sie mit einer sinnvollen Zielsetzung beginnen können, müssen Sie zunächst verstehen, was auf Sie zu kommt. Welche Herausforderungen stehen auf dem Weg zwischen dem Status Quo und dem anvisierten Endpunkt? Worauf müssen Sie achten? Was wird besonders schwierig?

Nur mit allen nötigen Informationen lässt sich eine gute Zielsetzung durchführen. Genau diese Analyse im Vorfeld wird jedoch häufig weggelassen.

# AEDL als Analytisches Werkzeug

Kommunizieren

Sich bewegen

Vitale Funktionen des Lebens aufrechterhalten

Sich Pflegen

Essen und Trinken

Ausscheiden

Sich kleiden

Ruhen und Schlafen

Sich beschäftigen

Sich als Mann oder Frau fühlen und verhalten

Für eine sichere Umgebung sorgen

Soziale Bereiche des Lebens sichern

Mit existenziellen Erfahrungen des Lebens umgehen

## Kein reflektieren der Zielsetzung

Momentan sind Sie sich sicher: Genau das ist es, was ich will. Mit der Zeit können sich Ziele und Prioritäten verändern – was sich auf Ihre Zielsetzung auswirken kann.

Eine gute Zielsetzung sollte deshalb regelmäßig reflektiert und hinterfragt werden.

Stimmt diese noch mit Ihren Wünschen überein oder muss die Zielsetzung an die neue Situation angepasst werden?

# Zielsetzung mit Erfolg

Für eine Zielsetzung, die am Ende tatsächlich zum gewünschten Ergebnis führt, reicht es nicht aus, Fehler zu vermeiden.

## Erfolgreiche Zielsetzung durch Fristen

Bei der Zielsetzung sollte von Anfang an eine klare Frist eingeplant werden. Sagen Sie nicht nur „*Fr. Müller soll ihr Brot selbst zubereiten können*“, sondern geben Sie der Zielsetzung einen zeitlichen Rahmen, etwa *Ich möchte innerhalb der nächsten 2 Wochen erreichen, das Fr. Müller ihr Brot selbst zubereitet.*

## Erfolgreiche Zielsetzung durch Selbstbewusstsein

Sie wissen bereits, dass die Zielsetzung realistisch erfolgen muss. Gleichzeitig brauchen Sie aber ein gewisses Selbstbewusstsein, um sich selbst herausfordernde Ziele zu stecken.

*Glauben Sie daran, dass Sie etwas schaffen können und setzen Sie ruhig ein wenig höher an. Sie werden sehen, dass Sie viel mehr leisten können, als Ihnen vielleicht bewusst ist. (nicht übertreiben)*

## Erfolgreiche Zielsetzung durch Engagement

Zum Abschluss ein scheinbar einfacher, aber ungemein wichtiger Tipp:  
Ihre Zielsetzung wird nur dann erfolgreich, wenn Sie dafür arbeiten.

Warten Sie nicht darauf, dass Entwicklungen magischerweise von selbst ihren Lauf nehmen.

Wollen Sie etwas erreichen, dann nehmen Sie die Dinge selbst in die Hand und tun Sie etwas dafür.

In einem guten Team ist das kein Problem.

# Nahziele vs Fernziele

Auch wenn es sicher sinnvoll ist selbstbewußt ein Ziel erreichen zu wollen, macht es keinen Sinn die Ziele zu hoch anzusetzen.

Besser ist es kleine Ziele zu setzen. S.g. Nahziele, als schwer erreichbare Fernziele.

Da das Erreichen eines Zieles sehr motivierend sein kann sollte man in der Pflege lieber diesen Weg gehen um einer Demotivation vorzubeugen.

# S.M.A.R.T-Ziele

**S = spezifisch**

**M = messbar**

**A = aktionsorientiert**

**R = realistisch**

**T = terminierbar**

# Spezifisch

Die geplante Maßnahme sollte auf den  
Pflegerbedürftigen individuell  
zugeschnitten sein

# Messbar

Ziele sollten soweit wie möglich mit quantitativen Angaben versehen werden; die Evaluation ist dann leicht und schnell durchzuführen

Quantitative Angaben sind möglich bei: BMI, Trinkmenge, Gehstrecke, BZ-Wert, Wundgröße, Zufuhr von Kilokalorien

# Aktionsorientiert

Das aktivierende Pflege durchgeführt wird, sollte sich im Ziel widerspiegeln.

# Realistisch

Ziele sollten erreichbar sein, also keine  
"Wunderziele" darstellen

# Terminierbar

Es sollte möglichst mit der Angabe eines Datum gearbeitet werden.

# Ziele in der Pflege von alten Menschen

- Erhaltung und Aktivierung einer eigenständigen, bedürfnisorientierten Lebensgestaltung
- Erhaltung und Förderung individueller Fähigkeiten
- Pflege der Gesundheit und Verhütung von Krankheiten
- Versorgung, Pflege und Rehabilitation kranker, pflegebedürftiger, behinderter und psychisch veränderter alter Menschen
- Beratung und Betreuung alter Menschen und ihrer Angehörigen in persönlichen und sozialen Angelegenheiten

# Ziel Motivation nach Oberschenkelhalsbruch

## ➤ Auslösende Situation:

Pflegebedürftiger mit Oberschenkelhalsbruch soll nach Absprache mit dem Arzt mobilisiert werden und das Bett verlassen.

## ➤ Motivierung

Entsprechend den Möglichkeiten und Wünschen des Pflegebedürftigen individuelle Anreize geben, Erfolgswahrscheinlichkeit berücksichtigen.

## ➤ Handeln

z.B. Hilfestellung beim setzen auf die Bettkante geben je nach individuellen Fähigkeiten krankengymnastische Übungen im Bett durchführen

## ➤ Selbstbewertung

Der Pflegebedürftige bewertet seine Leistungen unabhängig von Aussagen der Pflegekraft selbst. Übungen mit einem Erfolgserlebnis beenden, um positive Selbstbewertung zu ermöglichen.

## ➤ Konsequenzen

Je nach Ergebnis der Selbstbewertung und nach den Reaktionen der Umwelt auf die Ergebnisse der Mobilisierung verstärkt oder mindert der Pflegebedürftige seine Anstrengung

# Motivation

Um bei der Arbeit mit pflegebedürftigen Menschen ein Ziel zu erreichen ist es wichtig das der Mensch motiviert ist. Besser noch wäre eine ausgeprägte compliance.

# Selbstmotivation

Die Motivation gerade älterer Patienten besonders in Einrichtungen stellt für das Pflegepersonal eine große Herausforderung dar.

Die Motivation „Leistung“ zu erbringen setzt ein hohes Maß an Selbstmotivation voraus (von innen kommende Motivation).

Diese von innen kommende Motivation ist auf Grund der Rahmenbedingungen in der Pflege nicht immer vorhanden

Deshalb müssen Pflegekräfte die Möglichkeiten der Fremdmotivation nutzen.

# Fremdmotivation 2 Möglichkeiten

## ➤ Negative Motivation

Die Pflegekraft versucht durch Ankündigen bzw. Ausführen von negativen Konsequenzen beim Patienten ein Verhalten auszulösen oder zu verändern.

## ➤ Positive Motivation

Die Pflegekraft gibt dem Patienten einen positiven Anreiz, um ein bestimmtes Verhalten auszulösen

# Motivation fördern

- Personale Motivation
- Sprachliche Motivation
- Biografische Motivation
- Situative Motivation



# Personelle Motivation

Das Verhältnis zwischen Pflegekraft und Patient beeinflusst den Motivationsprozess. Wichtig sind z.B.:

- Auftreten
- Körperhaltung
- Stimmlage
- Kleidung
- Vorerfahrungen



# Sprachliche Motivation

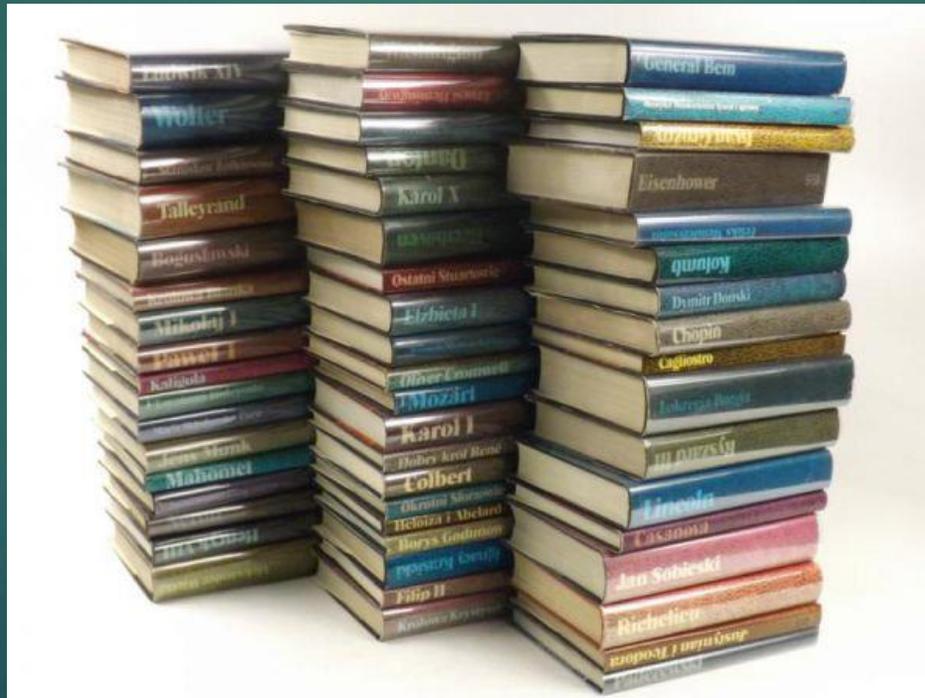
Kommunikation ist ein wichtiges Mittel der Motivation.

Tonfall und Wortwahl beeinflussen das Verhalten anderer Menschen



# Biografische Motivation

Der Pflegebedürftige muß Sinn und Zweck eines erwünschten Verhaltens erkennen und sich als Person angenommen fühlen. Wichtige Anregungen kann hier die Biografie geben



# Situative Motivation

Der Erfolg eines Motivationsprozesses ist abhängig von der jeweiligen Situation und den Rahmenbedingungen einer Einrichtung. Z.B.:

- freundliche, anregende Atmosphäre schaffen
- Informationen geben
- Mitwirkungsmöglichkeiten geben
- Eigenverantwortung fördern
- Zeit haben



# Motivationshemmende Faktoren

Oftmals in den Rahmenbedingungen begründet:

- Trostlose und bedrückende Atmosphäre
- Fehlende Informationen
- Mangelnde Mitwirkungsmöglichkeiten
- Ständig wechselnde Bezugspersonen



