

Geborgenheit finden

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Was trägt uns in der derzeitig dominanten Situation voller Gefahren? Wo sind die Nischen für Begegnung und Gespräch? Wo ist der Raum für Wohlbefinden und Sicherheit? Mit dem Schwerpunkt dieser Ausgabe der *NOVAcura* zur *Geborgenheit* wollen wir einen Kontrapunkt setzen zu Covid-19 und Infektionskrankheiten. Wir haben dafür Autor_innen eingeladen, die Momente der Geborgenheit durch Wohlgefühl und Schutz zu beschreiben und aufzuzeigen, wo und wie es sie noch immer gibt – trotz allem!

Geborgenheit ist das kleine, flüchtige Glück im Alltag. Es zeigt sich, wenn wir umgeben sind von dem, was uns guttut, was uns tröstet und unterstützt. Geborgenheit assoziieren wir mit friedvollem Sein im Jetzt, in den Momenten der Ruhe, in denen das Leben einen gelösten und gelassenen Gang geht, im einvernehmlichen Rhythmus mit unseren eigenen inneren und äusseren Umständen. Damit ist bereits ausgedrückt, dass dieses Gefühl der Geborgenheit bereits bei den daily hassles, den gewohnten Alltagsbeschwerden wie beruflicher Leistungsdruck, emotionaler Verunsicherung durch Krisen und anderer stressauslösender Situationen, verloren gehen kann. Die Pandemie setzt dem noch eines drauf: Sie fordert von uns, dieses lebensnotwendige Gefühl der Geborgenheit unter den erschwerenden Konditionen wie Abstandsregeln, Hygienevorschriften und Alltagsmaske herzustellen.

Diana Staudacher zitiert in ihrem Beitrag den Philosophen und Pädagogen Bollnow, der von Hausfriedensbruch spricht im Angesicht von schwerer Krankheit, chronischem Schmerz, seelischem Trauma und Lebensbedrohung. All das erleben wir momentan als Individuen wie auch als Mitglieder einer Gesellschaft. Ja – die Pandemie ist in unsere Häuser eingebrochen und hat das Unterste zuoberst gekehrt. Wo zeigen sich trotzdem die geborgenen, behütenden Momente?

Im Interview beschreibt der Geschäftsführer und Bereichsleiter des *Seelandheims Worben im Berner Seeland*,

wie Räume gestaltet werden können, damit sich die Heimbewohnenden sicher und geborgen fühlen: Innenräume mit viel Tageslicht, warmen Farben und Ausblicken in die Natur. Neue Baumassnahmen werden gemeinsam mit Bewohnenden und Mitarbeitenden geplant, das steigert die Zufriedenheit und die Zustimmung. Ergänzend dazu führt *Sonja Schiff* auf, wie sich die magischen Momente in der Altenpflege wiederfinden lassen und zeigt den reichen Schatz der pflegerischen Tätigkeit auf.

Die *RESPONS-Studie der Pflegeforscher_innen* der Berner Fachhochschule aus dem Jahr 2019 bezeugt die Parameter für emotionale Stabilität und Vertrauen der Heimbewohnenden: Lebensnotwendig dabei sind die sozialen Beziehungen als Ressource und Widerstandskräfte gegen Krankheiten und zur Stärkung des Wohlbefindens. Die Ökotrophologin *Malwina Harnischmacher* ergänzt die Ernährung als Anker für emotionale Geborgenheit.

„Berührung ist das zentrale Medium, mit dem Pflegenden in Kontakt treten [...]“, schreibt *Andreas Fröhlich* und klärt auf, wie man mit Basaler Stimulation anderer Sinneskanäle auch aufmerksam und achtsam sein kann, trotz der Einschränkungen von Nähe und Berührung.

In Ihrem beruflichen Alltag tragen Sie Sorge dafür, dass die Ihnen anvertrauten Menschen Sicherheit, Wohlbefinden und Geborgenheit erfahren und das in allen Situationen ihres Lebens bis zum Tod. *Wie und wo erfahren Sie selbst Geborgenheit?* Suchen Sie sich Ihre persönlichen Momente des kleinen, flüchtigen Glücks im Alltag und bewahren Sie diese für die alltäglichen Mühen: Man kann sie sich auf Vorrat zulegen, damit man bei Bedarf darauf zurückgreifen kann. Dazu hilft auch schon eine Beziehung über zoom, ein Spaziergang im Wald, ein tägliches kleines Innehalten in Achtsamkeit.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine gute Lektüre und grüsse Sie alle herzlich,
Barbara Müller

Inhalt

Editorial	Geborgenheit finden	7
	<i>Barbara Müller</i>	
Schwerpunkt	Mit Licht und Farben Geborgenheit schaffen	9
	<i>Brigitte Teigeler</i>	
	Beziehung, emotionale Sicherheit und Vertrauen im Pflegeheim	13
	<i>Sabine Hahn, Eliane Gugler, Niklaus Bernet, Sandra Siegrist-Dreier & Sabrina Laimbacher</i>	
	Auf zu magischen Momenten!	17
	<i>Sonja Schiff</i>	
	Geborgenheit durch Ernährung fördern	21
	<i>Malwina Harnischmacher</i>	
	Achtsam durch den Pflegealltag	25
	<i>Marcel Meier</i>	
	Medientipps zum Thema	28
	<i>Lena-Marie Wimmel</i>	
Fokus	„Für mich selber ist Sexualität bei Menschen mit Behinderung kein Tabuthema, aber für sehr viele andere schon“	29
	<i>Lotte Habermann-Horstmeier</i>	
	Brille auf und ab ans Meer	37
	<i>Jens Gieseler</i>	
Palliative Care	Die letzte Geborgenheit	39
	<i>Diana Staudacher</i>	
Bildung	Wie wir selbst zur Bedrohung des Wohlfahrtsstaates wurden	43
	<i>Karen Torben-Nielsen</i>	
	Lernende im Pflegezentrum begleiten – ein Einblick	47
	<i>Nihad Smailji & Ursula Gubler Thomann</i>	
	Sensorisch anregend ohne sinn-lose Vielfalt	51
	<i>Barbara Müller</i>	
	Pflege und Forschung	56
	<i>Brigitte Teigeler</i>	
Dementia Care	Autonomie erhalten, Sicherheit bieten	59
	<i>Melanie Reichartz</i>	
	Demenz und Affektivität – Die „lustige“ Witwe	63
	<i>Christoph Held, Mathias Schlögl & Silvia Silva Lima</i>	
	Wer lacht, gewinnt	69
	<i>Svenja Sachweh</i>	
à propos		73
Vorschau/Termine		74
Chalfont/Rätsel		75