

Ein Augenblick Ruhe



FSJ Einsatz in der FHK

Gerade sitze ich vor dem Computer und habe einen Augenblick Zeit. Ehrlich gesagt habe ich schon seit einer halben Ewigkeit vor einen Text über den Einsatz hier zu schreiben, da ich es hier schon sehr besonders finde. Und jetzt komme ich endlich dazu.

Soeben haben wir lecker gefrühstückt, da Freitag ist und wir gemeinsam mit den Ärzten und Psychologen an diesem Tag immer ein „soziales Frühstück“ gestalten. Das mag ich immer gerne, da man sich über andere Dinge austauscht und sich nochmal anders begegnet, als es sonst im Klinikalltag der Fall ist, wenn es in erster Linie um den Patienten geht. Oft nimmt auch mal jemand ganz anderes teil, unsere Reinigungskräfte, wenn sie mal einen kleinen Augenblick Zeit haben, aber auch unseren Prozess- und Qualitätsmanager haben wir mal von einer Tasse Kaffee überzeugen können. Ich finde, dass das eigentlich für sich spricht, es ist ein außergewöhnliches Miteinander, welches ich sehr zu schätzen weiß.

Vor dem Frühstück sind jedoch schon einige andere Dinge passiert, ich hatte einen Tagdienst der um viertel nach acht anfängt. Da um halb 9 die Morgenrunde beginnt, in welcher wir mit den Patienten eine halbe Stunde etwas gemeinsam machen, war vorher eine viertel Stunde Zeit. Diese habe ich genutzt, um an der Frühbesprechung teilzunehmen. In dieser Frühbesprechung wird sich darüber

ausgetauscht wie viele Patienten auf jeder Station sind und es werden wichtige Informationen weitergegeben.

In der Morgenrunde werden verschiedene Dinge, wie eine Bildbetrachtung, ein Spaziergang oder Ähnliches gemacht. Ich empfinde das als eine wichtige halbe Stunde, da man viel in der Patientenbeobachtung lernt, wie viel Einsatz ein Patient zeigt oder sich eher zurückhält und auch wie er mit den anderen interagiert. Oft sind es Übungen, die viele Patienten auch im Einzelnen machen. Es handelt sich dabei um sogenannte Seelen-/ oder Achtsamskeitsübungen. Mal ganz abgesehen davon, dass man auch für sich selbst viel mitnimmt, erkennt man sehr gut, dass der Patient ganz viel auf seinen Alltag überträgt. Viel aufmerksamer und bewusster wird und mehr mit sich in Kontakt kommt.

Neben diesen Übungen finde ich einen weiteren Therapiepunkt sehr spannend und wertvoll. Es handelt sich dabei um die äußeren Anwendungen. Zum einem gibt es die Einreibungen, welche von den examinierten Kräften durchgeführt werden. Dabei lernt man jedoch auch Einiges, da diese davon berichten. Nach circa einem halben Jahr haben auch wir eine Fortbildung bekommen, in welcher wir die Fähigkeit, eine Fußeinreibung durchzuführen, erworben haben. Diese bekommen viele Patienten abends um unter anderem von dem Kopf in die Füße zu kommen und zur Ruhe finden. Daneben gibt es sogenannte Wickel, wie beispielsweise einen Ingwer-Nierenwickel. Es gibt viele Verschiedene, die je nach Krankheitsbild eingesetzt werden. Eine tägliche Aufgabe, die nie langweilig wird, man spürt ganz deutlich, wie man etwas Gutes tut. Immer wieder ist es sehr spannend neue Anwendungen zu entdecken, kennenzulernen und durchzuführen bzw. anzuleiten.

Je nachdem was man für einen Dienst hat und wie viel es zu tun gibt, hat man die Zeit auch um etwas neu zu organisieren oder auch mal mit den Patienten spazieren zu gehen, ein Spiel zu spielen oder Ähnliches. Daneben gibt es aber viele Aufgaben, die man ohne Patientenkontakt durchführt, wie Diverses zu managen, die anthroposophischen Medikamente zu richten, Verschiedenes zu bestellen und zu bearbeiten, Post zu holen oder Termine mit den Therapeuten auszumachen. Insgesamt ist es ein sehr selbstständiges Arbeiten.

Um aber gleich bei den Therapeuten zu bleiben: Immer wieder gibt es die Möglichkeit in die Therapien zu schnuppern. Das Angebot umfasst hier verschiedene Bewegungstherapien, Werktherapien, Psychoedukationsgruppen, ... Auf jeden Fall erstaunlich, wie viel man über einen Menschen erfahren kann und mit ihm zusammen arbeiten kann durch diese Therapien. Die Therapeuten, Ärzte/ Psychologen, Sozialdienst, die Pflege und weitere Berufsgruppen stehen im Kontakt und tauschen sich immer aus, damit alle in die gleiche Richtung arbeiten. Dabei finde ich sehr spannend, dass man so ein umfassendes Bild erlangt.

Ich könnte noch ganz viel so weiter schreiben, aber es ist ja auch aufregend das alles selbst zu entdecken! Ich kann es auf jeden Fall sehr weiterempfehlen und würde die Entscheidung hierher zu kommen, nochmal so treffen. Es ist ein wirklich schöner Ort, an dem man mit vielen interessanten, offenen Menschen in Kontakt kommt, die einen immer alles begeistert erklären und zeigen. Man wird ein Teil des Teams, man arbeitet mit den Menschen hier wirklich zusammen und wird überall ernst genommen. Dass der Mensch, der Patient, hier im Mittelpunkt steht, ist stets spürbar. Die Anthroposophie wird einem hier näher gebracht, man lernt viel aus den vielschichtigen Bereichen und bekommt immer wieder Anregungen von den anderen, die einen neugierig machen, in verschiedenen Punkten selbst noch etwas nachzuforschen. Ganz nebenbei erlangt man wahnsinnig viel Fachwissen

und Kompetenzen. Es ist zudem eine Kombination aus dem praktischen Arbeiten und dem theoretischen Teil, den man bei den Seminaren am Bodensee hat, man erfährt somit auch Vieles, was über die Krankheitsbilder hier hinaus geht oder auch über einen anderen Bereich, wie beispielsweise Suchterkrankungen. Somit bekommt man einen Überblick über die verschiedensten psychischen Erkrankungen, wie diese sich äußern können und therapiert werden.

Meine Heimat liegt ungefähr 400 km weit weg und ich kann also auch allen, die die Gegend nicht so gut kennen sagen: es lohnt sich allemal. Immer wieder bin ich am Staunen wie schön es hier ist. Freiburg ist außerdem mit dem Fahrrad in einer halben Stunde zu erreichen und mit der Bahn in einer viertel Stunde, man hat also die Ruhe der Natur hier und die Stadt nicht weit. Ich habe sehr viel mitgenommen, auch unterbewusst und viel gelernt und erfahren.