

# Die Johanniter-Schwesternschaft e. V.

Pflegekompetenz unter dem achtspeitzigen Kreuz



**DIE  
JOHANNITER®**   
Aus Liebe zum Leben

# Inhalt

	Seite
<b>Grußwort</b> .....	3
<b>Editorial</b> .....	4
<b>Die Johanniter-Schwesterschaft – ein Ordenswerk</b> .....	5
Unsere Ideale verankert im christlichen Glauben .....	5
Geschichte der Johanniterschwestern .....	5
Gelebte acht Seligpreisungen .....	6
Die Schwesternschaft heute .....	7
<i>Gemeinschaft leben</i> .....	7
<i>Aus-, Fort- und Weiterbildung</i> .....	7
<i>Berufs- und Gesellschaftspolitik</i> .....	8
Die Chronologie des Johanniterordens .....	8
<b>Aus der Realität des Pflegealltags</b> .....	9
Immer ältere Patienten für immer weniger Tage – zur Situation der Pflege im Krankenhaus .....	9
Die Schwesterntage – Kraftspender für die Arbeit in der stationären Altenpflege .....	10
Gezählte und bezahlte Zeit – aus der Situation der ambulanten Altenpflege .....	12
Begleitung bis zum letzten Tag – die ambulante Palliativpflege .....	13
<b>Pflege der geistigen Gesundheit und des spirituellen Lebens</b> .....	14
Auf sich selbst achten .....	14
<i>Mit Achtsamkeitstraining der Überforderung vorbeugen</i> .....	14
<i>Krisenbewältigung mit geschulter Resilienz</i> .....	15
Spirituelle Oasen nutzen .....	16
<i>Damit deine Wüste erblüht – Oasentage im Kloster Wennigsen</i> .....	16
<i>Rennst Du noch oder pilgerst Du schon?</i> .....	17
<i>Dem lieben Gott einen Platz im Alltag geben</i> .....	17
<i>Gott liebt mich, wenn ich singe</i> .....	18
Kraft aus dem Gemeinschaftsleben .....	20
<i>Zum ersten Mal auf dem Schwesterntag</i> .....	20
<i>Seniorinnentagung – Verbundenheit und Unterstützung über das Berufsleben hinaus</i> .....	20
<i>Impressionen vom Schwesterntag 2015</i> .....	21
<i>Regionaltreffen – ein Sommerfest</i> .....	22
<b>Berufliche Fort- und Weiterbildung</b> .....	23
Fachkompetenz stärken .....	23
<i>Willkommen zur Maietta-Hatch Kinaesthetics Bildung</i> .....	23
<i>Ethik – ein Geländer fürs Gewissen</i> .....	23
<i>CNE – ausgezeichnet!</i> .....	24
<i>Ein Nachmittag mit GERT (Alterssimulations-Anzug)</i> .....	24
Kommunikation nach innen und nach außen .....	25
<i>Rüstzeug für die Bewältigung von Konflikten</i> .....	25
<i>Sich selbst und andere führen</i> .....	25
<i>Mitarbeit in Gremien – mitmischen statt zuschauen</i> .....	26
<i>Networking – PR in eigener Sache</i> .....	27
<i>Schreibwerkstatt – gewusst wie</i> .....	27
<b>Ich bin Johanniterschwester, weil ...</b> .....	11, 16, 19, 28



# Grußwort

## Achtung Ansteckungsgefahr!

„Schon wieder eine Broschüre mit schönen bunten Bildern“, mögen Sie gedacht haben, als Sie dieses Heft vielleicht eher zögerlich das erste Mal zur Hand nahmen. Mir – das sei zu gegeben – ist es jedenfalls so ergangen.

Beim Durchblättern und Lesen stellte ich dann aber sehr bald fest, dass diese Broschüre sich von anderen deutlich unterscheidet: Sie gibt begeisterndes Zeugnis von der Vitalität und der Zukunftsorientierung der Johanniter-Schwesternschaft, einer Gemeinschaft, die offensichtlich nicht zufällig gegen den Mainstream als eine der wenigen vergleichbaren Organisationen einen kontinuierlichen Mitgliederzuwachs verzeichnen kann.

Dabei sind es nicht etwa handfeste materielle Vorteile, die dazu führen. Nein, es ist das von christlichem Menschenbild bestimmte Miteinander, dem sich die Johanniterschwestern verpflichtet haben. So sind sie zwar in erster Linie selbstverständlich mit all ihrer physischen und psychischen Kraft den ihnen anvertrauten kranken und alten Menschen tägliche Hilfe und Stütze. Daneben leben sie dies aber auch untereinander in ihrer Gemeinschaft selbst und finden so



in dieser in ihrem wahrlich vielfältig belastenden Alltag einen Ort der Geborgenheit, einen Kraftquell, aus dem immer wieder neue Zuversicht und Fröhlichkeit in ansteckender Weise erwachsen.

Lassen auch Sie sich anstecken!

*Dr. Tessen von Heydebreck  
Verwaltungsratsvorsitzender*



*Schwesterntag in Nieder-Weisel*

# Editorial

## Liebe Leserinnen und Leser,

Sie überblicken den Titel der Broschüre und wandern gedanklich in vergangene Jahrhunderte, zumindest schauen Sie in die Vergangenheit.

Solch eine Organisation mutet wie von vorgestern an, wirkt als Begriff sperrig und keineswegs selbsterklärend.

Ja, Sie haben ganz recht, eine Gemeinschaft, die als Institution seit 1886 besteht, muss sich wandeln, um überleben zu können. Ein großer Schritt mit weitgehender Änderung war 1958 die Konstituierung der Schwesternschaft als eingetragener Verein. Für die Akzeptanz und letztendlich das Überleben der Organisation spielte die Entscheidung in den 1960er Jahren eine große Rolle sich von der Lebensgemeinschaft zu verabschieden. Die meisten Johanniterschwestern sind verheiratete Frauen mit Familie, wie ich selbst. Sie bejahen die Dienstgemeinschaft ausdrücklich, wollen aber ebenso Familienfrauen sein und keine Verpflichtung für eine Lebensgemeinschaft eingehen.

In allen Pflege-, Behandlungs- und Betreuungssituationen werden die betroffenen Menschen durch verschiedene Professionen versorgt, behandelt und betreut. Interprofessionelle Zusammenarbeit ist ein Schlüssel für funktionierende Prozesse. So war es nur folgerichtig mit einer erneuten Satzungsreform 2005 Angehörigen aus Gesundheitsberu-



fen die Mitgliedschaft zu ermöglichen und nicht nur Pflegenden. Die Verknüpfung von Profession und christlichem Menschenbild im Berufsalltag zu leben ist Anforderung und Selbstverpflichtung der Johanniterschwestern. Die Reform bedeutete nicht nur eine neue Offenheit gegenüber anderen Gesundheitsberufen, sondern im Alltag praktizierte Nächstenliebe ermöglicht seither katholischen Schwestern über Einzelfälle hinaus zu unserer Gemeinschaft zu gehören. Die strukturgebende Wirkung dieser Veränderungen ist nicht zu unterschätzen, wesentlich ist jedoch, wie wir die Form ausgestalten.

Die Schwestern des Johanniterordens fühlen sich nach wie vor der historischen Zielsetzung des Ordens verpflichtet, indem sie sich bemühen, nach dem christlichen Menschenbild den Kranken und Pflegedürftigen Beistand, Begleitung und Orientierungshilfe zu geben.

Die Gestaltungsweise dieser Aufgabe ist ein Gesundheitsberuf, in der Regel die pflegerische Professionalität, die Gestaltungsform ist die geistliche Gemeinschaft.

Die Schwesternschaft als geistliche Gemeinschaft wird meines Erachtens für die Ordenseinrichtungen immer wichtiger, um den historischen Auftrag sichtbar zu gestalten. Bildung ist das wichtigste Instrument, um die vielfältigen Anforderungen der Zeit mit diesem Auftrag zu verknüpfen.

So finden Sie in diesem Journal nicht einen üblichen Bericht, der alle Arbeitsfelder abdeckt und Rechenschaft ablegt. Die Beiträge sind vielmehr Bausteine eines Mosaiks, die sowohl den Schwerpunkten der Professionsarbeit wie auch der geistlichen Selbstverpflichtung entsprechen. Sie geben einen Einblick in die Vielfalt von Einsatzorten, das Erleben von Berufsarbeit in unterschiedlichen Kontexten und sind Zeugnis für das Engagement der Schwestern für die Ziele des Ordens.

*Andrea Trenner  
Ordensoberin*

*Alles begann in Jerusalem: Seit über 900 Jahren widmet sich der Johanniterorden der Krankenpflege. (Foto: Hamburgische Kommende des Johanniterordens e. V.)*





# Die Johanniter-Schwesterschaft – ein Ordenswerk

## Unsere Ideale verankert im christlichen Glauben

Die Johanniter-Schwesterschaft begründet ihre Tätigkeit im christlichen Glauben gestützt auf die Tradition des Ordens. Wir achten diese Ordenstraditionen und nehmen sie auf, um sie für die Herausforderungen unserer Zeit zu nutzen. Gleichzeitig entwickeln wir sie für die Anforderungen der Zukunft weiter. Wir sehen darin nicht frommen Idealismus oder nostalgische Erinnerung, sondern eine realistische Antwort auf die Herausforderungen der Gegenwart.

Im Gesundheitswesen ist oft nur noch von „Patientengut“, Wirtschaftlichkeitsberechnung und Fallpauschalen die Rede. Da hilft uns das Wort aus Matth. 25,40: *„Was ihr getan habt einem unter diesen meinen geringsten Brüdern, das habt ihr mir getan“*, den Menschen als Maßstab im Blick zu behalten. Weil wir in jedem Menschen das Geschöpf Gottes sehen, fühlen wir uns ermutigt, seinen Wert und seine Würde auch dann anzuerkennen, wenn er krank, schwach oder ökonomisch „wertlos“ ist.

Unser lebendiger christlicher Glaube wird in der alltäglichen Arbeit in Krankenhäusern, Altenheimen und der ambulanten Pflege sichtbar und spürbar. Wir geben unseren Patienten jenes „Mehr“ an menschlicher Zuwendung und fachlicher Kompetenz, für das unter dem Regiment der Sparzwänge sonst immer weniger Raum bleibt.

## Die Geschichte der Johanniterschwestern

Über die Geschichte der dienenden Schwestern in den ersten Jahrhunderten des Ordens ist so gut wie nichts bekannt. Dass sie auch in diesen Zeiten ihren Dienst am Krankenbett verrichteten, ist nicht zu bezweifeln. Schließlich galt Krankenpflege noch lange über das Mittelalter hinaus überwiegend als „Frauensache“. Der Arzt ist erst mit der Entwicklung der modernen Medizin in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts ins Krankenhaus gekommen – zur Visite.

Die Wiedererrichtung der Balley Brandenburg durch den preußischen König, Friedrich Wilhelm IV., im Jahr 1852 brachte eine Rückbesinnung auf die alte Ordensaufgabe der praktischen Nächstenliebe. Der Orden übernahm damals die Trägerschaft für zahlreiche Hospitäler, an denen zunächst Diakonissen für die Krankenpflege eingesetzt wurden.

1885 beschloss das Ordenskapitel dann die „Institution der Johanniter-Schwestern“. Diese Johanniterinnen – so nannte man sie damals – erhielten zunächst nur eine zweimonatige Einweisung als Hilfskräfte. Bereits ab 1906 wurden sie mit einem staatlich anerkannten Abschluss ausgebildet. Seitdem nimmt die Schwesterschaft nur Mitglieder auf, die über eine qualifizierte Ausbildung mit staatlicher Abschlussprüfung verfügen.

Da der Orden in Deutschland bis 1945 auch zahlreiche Häuser im Osten Deutschlands und den ehemaligen deutschen Ostgebieten hatte, erlitt er durch den Kriegsausgang, die



sowjetische Besatzung und später die kirchenfeindliche Politik der DDR besonders schwere Verluste. In der Nachkriegszeit konnte er sich nur in den westdeutschen Gebieten betätigen, in denen er traditionell nur schwach vertreten war.

Hier entstanden 1952 die Johanniter-Hilfsgemeinschaften und die Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. (JUH). 1958 wurde die Johanniter-Schwesterschaft als eingetragener Verein ein eigenständiges und gleichberechtigtes Ordenswerk des Johanniterordens. Seitdem ist die Schwesterschaft durch ihre jeweilige Oberin in der Ordensregierung vertreten.

Erste Ordensoberin wurde 1958 Gerda Gräfin Schack v. Wittenau, ihre Nachfolgerinnen waren Caroline v. Consbruch ab 1960, Vera v. Poncet ab 1971 und Karin Gräfin v. Dönhoff ab 1985. Seit 1999 ist Andrea Trenner Ordensoberin.

In der Amtszeit dieser Oberinnen nahm die Johanniter-Schwesterschaft bei aller gebotenen Behutsamkeit an der gesellschaftlichen Modernisierung in Deutschland teil. Anfänglich konnten nur ledige oder verwitwete Frauen der Schwesterschaft beitreten. Ab 1973 wurde auch verheirateten Schwestern die Möglichkeit der Mitgliedschaft eröffnet. In den 1980er Jahren begann der bis in die Gegenwart andauernde Ausbau der Bildungseinrichtungen der Schwesterschaft. Auch das Erscheinungsbild der Schwestertracht wurde modernisiert, und mit der 1997 begonnenen Erarbeitung eines Leitbildes begann ein Prozess, der die umfassende Erneuerung und Konsolidierung der Organisation und ihres Selbstverständnisses zum Ziel hat.

Eines der Motive für diese Erneuerung entstand auch aus den Umwälzungen der Jahre 1989/1990 und der deutschen Wiedervereinigung, die dem Orden wieder Zugang zu seinen Stammländern in und um Brandenburg – und dort eine Fülle anspruchsvoller Herausforderungen brachten.



Ein deutliches Zeichen für die Erneuerung war 1999 die Ernennung der jetzigen Ordensoberin Andrea Trenner, mit der zum ersten Mal eine Frau eine Leitungsfunktion innerhalb des Johanniterordens übernahm, die nicht aus einem der adligen Häuser stammt.

Eine Absage an jede Tradition bedeutet das für Andrea Trenner ganz und gar nicht: „900 Jahre Tradition sind Auftrag und Verpflichtung, aber auch Sicherheit“ erklärte sie in Ihrer Antrittsrede. „Damit wir Menschen uns wohl fühlen können, hoffen wir auf Verlässlichkeit in der uns umgebenden Welt. Diese Stabilität kommt durch Regeln, Konventionen und Gesetze zustande, die den dynamischen Fluss des Geschehens kanalisieren und uns davor schützen, in jedem Augenblick etwas völlig Neuartiges und Überraschendes erwarten zu müssen.“ Und weiter sagte sie: „Bei uns verbinden sich die jahrhundertealte Tradition des Johanniterordens und seiner Schwesternschaft mit modernen Vorstellungen von Fortschritt. Hier können wir gemeinsam das Wort Martin Luthers von der ‚Freiheit des Christenmenschen‘ leben. Wir müssen keinem modernen Fetisch hinterherlaufen, wir haben es nicht nötig, in diesem verkürzten Sinn ‚modern‘ zu sein. Wir dürfen ganz altmodisch den Menschen, besonders den hilfsbedürftigen Menschen, und damit auch uns selbst und unsere Mitschwestern in den Mittelpunkt unserer Sorge stellen.“

## Gelebte acht Seligpreisungen

Wir Johanniterschwestern leben die acht Seligpreisungen aus der Bergpredigt des Evangeliums in unserer Gemeinschaft und gegenüber den Menschen, die unserer Pflege anvertraut sind. Der Text nach Matthäus 5,3-10 lautet nach der Lutherübersetzung:

- 3 *Selig sind, die da geistlich arm sind; denn ihrer ist das Himmelreich.*
- 4 *Selig sind, die da Leid tragen; denn sie sollen getröstet werden.*
- 5 *Selig sind die Sanftmütigen; denn sie werden das Erdreich besitzen.*
- 6 *Selig sind, die da hungert und dürstet nach der Gerechtigkeit; denn sie sollen satt werden.*
- 7 *Selig sind die Barmherzigen; denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*
- 8 *Selig sind, die reinen Herzens sind; denn sie werden Gott schauen.*
- 9 *Selig sind die Friedfertigen; denn sie werden Gottes Kinder heißen.*
- 10 *Selig sind, die um der Gerechtigkeit willen verfolgt werden; denn ihrer ist das Himmelreich.*

Im heutigen Verständnis und konkret angewandt auf die Schwesternschaft bedeutet das für uns:

- christliche Gemeinschaft
- Unterstützung in besonderen Lebenslagen
- respektvoller und wertschätzender Umgang
- berufspolitisches Engagement
- füreinander Dasein
- Freiheit von Vorurteilen
- Nächstenliebe
- moderne und transparente Führungskultur







## Die Schwesternschaft heute

Die Johanniter-Schwernerschaft ist heute eine moderne, der Tradition verbundene, kompetente und lebendige Gemeinschaft mit rund 700 Mitgliedern. Johanniterschwestern haben gemeinsame Werte und unterstützen sich gegenseitig im Beruf und in vielen Bereichen des Lebens. Derzeit leben 40 unserer Schwestern im Ausland – von daher erhalten wir auch internationale Impulse. Johanniterschwestern arbeiten schwerpunktmäßig in der Kranken- und Altenpflege; ihre Gemeinschaft ist offen für Frauen aus anderen Gesundheitsberufen. Als Gliederung des Ordens ist die Schwesternschaft dem Evangelischen Werk für Diakonie und Entwicklung e. V. angeschlossen. Die Schwestern sind überwiegend in den Häusern des Ordens oder der Diakonie tätig, aber auch in Einrichtungen anderer Institutionen.

Als Zeichen der Verbundenheit mit dem Orden tragen die Schwestern das achtspeitzige Kreuz, dessen Spitzen die acht Seligpreisungen der Bergpredigt symbolisieren.

Unsere Gemeinschaft wirkt nach innen ebenso wie nach außen. Nach innen – das bedeutet konkret zunächst wirkungsvolles Engagement der Schwesternschaft in der Aus-, Fort- und Weiterbildung, für viele auch schon in der Begleitung während des Studiums. Dann in der Pflege von Kontakten untereinander und im Leben als geistliche Gemeinschaft. Nach außen gerichtet tritt das berufs- und gesellschaftspolitische Engagement hinzu. Die Schwesternschaft unterstützt alle Bestrebungen, die darauf abzielen, die Qualität von Ausbildung und Tätigkeit in den Pflegeberufen zu heben, ohne dabei von den Anforderungen und Maßstäben des christlichen Menschenbildes abzugehen.

## Gemeinschaft leben

Um unsere Gemeinschaft zu stärken, im Alltag zu leben und für die Zukunft zu entwickeln, gliedert sich die Schwesternschaft in 10 Regionen (9 in Deutschland und eine Region

Ausland), die jeweils von zwei ehrenamtlichen Regionalschwernestern geführt werden. Innerhalb der Regionen treffen sich die Schwestern zweimal jährlich; ein Treffen hat jeweils fachlichen, das andere geselligen Charakter. Überregional kommen die Schwestern jedes Jahr zum dreitägigen Schwesterntag im hessischen Nieder-Weisel zusammen. Die im Ruhestand lebenden Johanniterschwestern treffen sich als Pendant zum Schwesterntag zur Seniorinnentagung.

## Aus-, Fort- und Weiterbildung

„Deinen Nächsten sollst Du lieben wie Dich selbst“ – das ist ein grundlegendes Gebot des christlichen Glaubens. Die Fundierung im Glauben findet ihre Ergänzung in der Überzeugung, dass die Arbeit mit Kranken und Hilfebedürftigen ein hohes Maß an Professionalität erfordert. Die Schwesternschaft bietet daher Aus-, Fort- und Weiterbildungen in der ganzen Breite ihres Wirkens an.

Als Gesellschafterin der Evangelischen und Johanniter Bildungs-GmbH, mit Sitz in Bonn, setzt sich die Schwesternschaft für eine hochqualifizierte und an den aktuellen Herausforderungen orientierte Ausbildung examinierter Gesundheits- und (Kinder-)KrankenpflegerInnen ein. Das beinhaltet die fachliche, soziale und persönliche Kompetenz.

Durch vielfältige und weitreichende Maßnahmen zur Fort- und Weiterbildung werden die Begabungen und Neigungen der einzelnen Schwestern gezielt gefördert. Das eröffnet den Johanniterschwestern Karrierechancen und den Aufstieg in verantwortungsvolle Leitungsaufgaben. Verbindungen und Vernetzungen der Schwesternschaft als Werk des Johanniterordens sind dabei hilfreich, Türen zu öffnen und Chancen wahrzunehmen.

Das jährliche Fort- und Weiterbildungsangebot ordnet sich dem aktuellen Jahresthema der Schwesternschaft zu.

Im Rahmen der Vernetzung der Schwesternschaft mit den anderen Ordenswerken veranstaltet die Schwesternschaft Fachtagungen für Mitarbeiter in leitenden Positionen der Johanniter GmbH. Im April 2014 veranstaltete die Johanniter Seniorenhäuser GmbH gemeinsam mit der Schwesternschaft die Fachtagung „Denken und Lernen mit dem Körper“, die zum Jubiläum „40 Jahre Kinaesthetics“ in Berlin stattfand. Die Anregungen und Erfahrungen dieser gelungenen Veranstaltung werden nun in einem Projekt der Schwesternschaft gemeinsam mit dem Regionalzentrum West der Johanniter Seniorenhäuser GmbH aufgenommen. Das Projekt ist im ersten Schritt auf zwei Jahre angelegt. Es verbindet Personalentwicklung mit Gesundheitsförderung und beinhaltet sowohl umfassende Schulung in Maitetta-Hatch-Kinaesthetics als auch die Stärkung der Führungskompetenz der Wohnbereichsleitungen in der Region West. Zur Auftaktveranstaltung am 23. Februar 2015 in Köln wurden alle Einrichtungs- und Pflegedienstleitungen der Region eingeladen. Erstmals gingen leitende Mitarbeiter der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. im Sommer 2014 mit der Ordensoberin auf

Pilgertour und entdeckten für sich ein in der Schwesternschaft bestehendes Programm der Burnout-Prophylaxe. Wie alle Einrichtungen des Gesundheitswesens benötigen die Krankenhäuser und Altenpflegeeinrichtungen der Johanniter Nachwuchs, der nach Qualität und Quantität den steigenden Anforderungen genügt. Besonders gilt das für die Führungspositionen – tatsächlich sind die meisten Pflegedienstleitungen in den Krankenhäusern des Ordens Johanniterschwestern und auch in den Altenpflegeeinrichtungen der Johanniter Seniorenhäuser GmbH haben viele Johanniterschwestern eine leitende Funktion. In diesen Führungspositionen erwerben sie wertvolle Erfahrungen, die sie dann wieder in der Ausbildung der Gesundheits- und Krankenpflegeschüler/-innen einbringen.

### Berufs- und Gesellschaftspolitik

Der Reform- und Handlungsbedarf im Gesundheitswesen und Pflegebereich ist groß, deshalb setzt sich die Johanniter-Schwesternschaft in ihrem berufspolitischen Engagement für eine generalistische Neuausrichtung der Pflegebildung ein und arbeitet aktiv in den entsprechender Gremien mit, um darauf gerichtete Gesetzesvorhaben der Bundesregierung zügig umsetzen zu helfen.

Die Schwesternschaft ist seit 2014 korporatives Mitglied des DBfK (Deutscher Berufsverband für Pflegenden). Neben ihrer Aktivität in dieser mitgliederstärksten Interessenvertretung für Pflege in Deutschland beteiligt sie sich auf internationaler Ebene im Netzwerk des ICN (International Council of Nurses), dem inzwischen mehr als 130 Pflegeverbände aus aller Welt angehören. Dadurch bündelt sich das berufspolitische Engagement der Gemeinschaft mit dem Gewicht und den Kompetenzen von anderen Hauptakteuren.

Um die Qualität der Pflegetätigkeiten in jeder Hinsicht zu erhöhen und die berufspolitische Position der hier Tätigen zu stärken, fördert die Schwesternschaft die freiwillige berufliche Registrierung ihrer Mitglieder. Sie beteiligt sich daher an den Kosten – bei der Erstregistrierung zu 100 Prozent und bei der Folgeregistrierung zu 50 Prozent.



## Die Chronologie des Johanniterordens

### Die Balley Brandenburg des Ritterlichen Ordens St. Johannis vom Spital zu Jerusalem

- 1099** Nach der Einnahme Jerusalems durch die Kreuzfahrer schließen sich christliche Ritter einer zwischen 1048 und 1071 gegründeten Laienbruderschaft an, die sich der Pflege armer und kranker Pilger widmet. Patron dieser Bruderschaft ist Johannes der Täufer.
- 1113** Päpstliches Schutzprivileg, das der Gemeinschaft die freie Wahl ihres Leiters gewährt. Bis etwa 1180 entwickelt sich die Hospitalbruderschaft zu einem geistlichen Ritterorden, der zusätzlich zu seinen diakonischen Aufgaben (Dienst an den „Herren Kranken“) militärische Aufgaben im Kampf gegen den Unglauben übernimmt.
- 1154** Erste Kommende (Ordensniederlassung) auf deutschem Boden in Duisburg. Es folgt 1160 die Kommende Werben in der Mark Brandenburg. Die Kommenden im nordöstlichen Deutschland werden später zur „Balley Brandenburg“ zusammengefasst.
- 1306/10** Nach dem Verlust des Heiligen Landes und kurzem Exil wird Rhodos Hauptsitz des Ordens (bis 1522).
- 1382** Durch den „Heimbacher Vergleich“ erhält die Balley Brandenburg eine Sonderstellung innerhalb des Ordens mit weitgehenden Autonomierechten.
- 1530** Hauptsitz des Ordens wird Malta (bis 1798). Der seit dem abgekürzt „Malteserorden“ genannte katholische Ordenszweig hat seinen Sitz seit 1834 in Rom.
- 1538** Joachim II., Kurfürst von Brandenburg, tritt zur lutherischen Lehre über. Die Balley Brandenburg folgt ihm allmählich darin und ist nun evangelischer Zweig des im Übrigen katholischen Ordens.
- 1810** Friedrich Wilhelm III., König von Preußen, zieht den Besitz der Balley Brandenburg zur Finanzierung von Kriegsfolgelasten ein.
- 1852** Friedrich Wilhelm IV., König von Preußen, stellt die evangelische Balley Brandenburg als Johanniterorden wieder her. Die Kontinuität bleibt gewahrt.
- 1885/86** Gründung der Johanniter-Schwesternschaft.
- 1927** Investitur des Herrenmeisters Oskar Prinz v. Preußen.
- 1945** Verlust aller Einrichtungen in Ost- und Mitteldeutschland.
- 1947** Wiederaufbau des Ordens in den westlichen Besatzungszonen.
- 1951** Gründung der Johanniter-Hilfsgemeinschaften (JHG).
- 1952** Gründung der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. (JUH).
- 1958** Investitur des Herrenmeisters Wilhelm-Karl Prinz v. Preußen. Die Johanniter-Schwesternschaft wird ein eigenständiges Ordenswerk als eingetragener Verein.
- ab 1990** Aufbau der JHG und JUH in den neuen Bundesländern und Rückübertragung der ehemaligen Ordenshäuser in die Trägerschaft der Genossenschaften.
- 1999** Investitur des Herrenmeisters Oskar Prinz v. Preußen.
- 2000** Rückkehr des Ordenssitzes nach Berlin.
- 2004** Zusammenführung der Johanniter-Krankenhäuser und Altenpflegeeinrichtungen in der neu gegründeten Johanniter GmbH.



# Aus der Realität des Pflegealltags

## Immer ältere Patienten für immer kürzere Zeit – zur Situation der Pflege im Krankenhaus

Ein Beitrag von Johanniterschwester Martina Theuner

Der Fortschritt in der Medizin hat auch die Pflege im Krankenhaus tiefgreifend verändert. In den 1970er Jahren zum Beispiel verordnete man Patienten mit einem Herzinfarkt sechs Wochen Bettruhe, heute kommen sie schon nach vier Tagen in die Anschlussheilbehandlung. Die Verweildauer ist auf durchschnittlich fünf bis sechs Tage gesunken. In dieser Zeit erfolgt die Diagnostik und Therapie. Die Patienten sind heute oft hochbetagt und multimorbide. Wenn in immer weniger Zeit aber höchster Qualität Patienten versorgt werden sollen, stellt dies an die Pflegenden enorme Anforderungen hinsichtlich fachlicher Kompetenz und ihrer Fähigkeit zu menschlicher Zuwendung.

Nach aktuellen Hochrechnungen des Statistischen Bundesamtes werden im Jahr 2025 voraussichtlich etwa 112.000 Pflegefachkräfte in Vollzeitstellung fehlen, die gebraucht würden, um den Bedarf an professioneller Alten- und Krankenpflege in Deutschland zu decken. Der wachsende Pflegefachkräftemangel stellt für viele Krankenhäuser bereits heute ein ernst zu nehmendes Problem dar. Die bereits bestehende personelle Unterbesetzung in der Pflege hat für die betroffenen Häuser oft weitreichende Folgen. Einerseits steigen die Kosten für die Personalakquise. Andererseits verstärken personelle Engpässe die Unzufriedenheit beim verbliebenen Pflegepersonal. Damit erhöht sich auch die



Bereitschaft, den Arbeitsplatz zu wechseln, denn die Pflegekräfte in den betroffenen Einrichtungen müssen oftmals lange Zeit die personelle Unterbesetzung kompensieren. Die starke physische und psychische Belastung führt zusammen mit unzureichender Wertschätzung und geringer Bezahlung in vielen Fällen zum vollständigen Ausstieg aus dem Beruf, so ein Studienbericht der Fachhochschule Münster im Januar 2011. Zwar sind die Befragten mit der Berufswahl „Pflegekraft“ überwiegend hoch zufrieden – das Berufsbild als solches ist nach wie vor positiv besetzt. Die Beurteilung des individuellen Arbeitsplatzes fällt demgegenüber dagegen leider deutlich negativer aus.

Da zu erwarten ist, dass sich der Wettbewerb um Pflegekräfte verstärkt, ist es dringend notwendig die Arbeitsplatzzufriedenheit zu verbessern. Nur so können die Kliniken das vorhandene Personal gegen Abwanderungen und Abwerbungen absichern und ihre Chancen verbessern, selbst qualifizierte Pflegekräfte zu gewinnen.

Die Situation am Arbeitsplatz ist aber nur ein Faktor, der hier zu berücksichtigen ist. Die Perfektion, die sich Johanniterschwestern bei der Pflege ihrer Patienten wünschen, nehmen sie oft auch gegenüber ihrer Familie zur Richtschnur. Dann stehen individuelle Bedürfnisse hinten an und es besteht die Gefahr der Überforderung.

In diesen Situationen können die gemeinsamen Werte und die gegenseitige Hilfe in der Johanniter-Schwesternschaft wertvolle Unterstützung bieten. Durch Seminare, wie zum Beispiel „Resilienz“, hat sie schon einige Johanniterschwestern aus einem persönlichen „Tief“ herausgeholt. Zusammen mit dem Engagement der Johanniter-Schwesternschaft bei der Begleitung des Studiums, bei der Fort- und Weiterbildung und auch in der Berufspolitik tragen solche Hilfen zur persönlichen Lebensgestaltung viel zur Attraktivität der Schwesternschaft bei.



Krankenpflege im Johanniter-Krankenhaus Gronau um 1900

## Die Schwesterntage – Kraftspender für die Arbeit in der stationären Altenpflege

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Katja Sonntag*

Als ich 2005 meine Arbeit im gerade neu errichteten Johanniter-Stift Wuppertal aufnahm, verknüpfte ich den Namen „Johanniter“ eher mit Erste-Hilfe-Schulung und Krankentransport. Dennoch freute ich mich sehr auf meinen neuen Arbeitsplatz. Mit der Zeit, unter anderem mit dem Besuch des WIR-Seminars für neue Mitarbeiter und durch den Austausch mit den Kollegen anderer Johanniter-Seniorenhäuser, wurde mir bewusst, wie viele Aktivitäten unter dem Markenzeichen „Johanniter“ stattfinden.

Damals gab es bei der Johanniter-Schwesterschaft kaum Mitarbeiter aus der Altenpflege, doch mich reizte es, dieses Ordenswerk näher kennen zu lernen, auch wegen der dort angebotenen tollen Fort- und Weiterbildungsangebote. Im Jahr 2008 entschloss ich mich daher zum Besuch des Schwesterntages in Nieder-Weisel. Eine dreitägige Veranstaltung zu besuchen, bei der man niemanden kennt – da dachte ich an einsame Abende und lange Tage. Umso mehr war ich davon überrascht, wie offen und herzlich mich die Johanniterschwestern als Gast in ihrer Mitte empfangen. Keine Minute wurde langweilig. Neben spannenden Vorträgen und Workshops fand ich immer wieder nette Ge-

sprächspartner, mit denen ich mich austauschen und die ich zur Schwesternschaft befragen konnte.

Beeindruckend war der Festgottesdienst in der Komturkirche zu Nieder-Weisel mit der Ernennung der neuen Johanniterschwestern. Die vielen Schwestern in ihrer schwarzen Festtracht und die Johanniterritter in ihren Ordensmänteln, alles wirkte wie aus einer anderen Zeit, vermittelte aber auch ein großes Zusammengehörigkeitsgefühl.

Da stand für mich fest, dass ich in die Schwesternschaft eintreten wollte. Hier findet man Gleichgesinnte aus der Pflege, denen neben einem hohen fachlichen Anspruch christliche Werte sehr viel bedeuten, auch wenn dies in der Praxis nicht immer einfach umzusetzen ist. Umso wichtiger ist daher der Austausch untereinander, um nicht auszubrennen oder den Mut in der täglichen Arbeit zu verlieren.

In den letzten Jahren habe ich an fast allen Schwesterntagen teilgenommen und auch einige der angebotenen Fort- und Weiterbildungen genutzt. Mittlerweile weiß ich: ob ich die Teilnehmer gut kenne oder nicht, es werden sicher schöne Tage in einer entspannten, offenen Atmosphäre.

Ich freue mich sehr, dass immer mehr meiner Kolleginnen aus der Pflege in den Johanniter-Seniorenhäusern den Weg in die Schwesternschaft gefunden haben. Die zunehmende Arbeitsverdichtung, hervorgerufen durch immer mehr Bürokratie und die steigende Pflegebedürftigkeit unserer Be-

*Ein Höhepunkt auf dem jährlich stattfindenden Schwesterntag ist die Ernennung neuer Johanniterschwestern durch den Herrenmeister*







wohner, dazu der Druck der Wirtschaftlichkeit, können im Alltag sehr belasten. Bei dieser Arbeit ist es unvermeidlich, sich mit der Endlichkeit des Lebens auseinander zu setzen. Unsere Bewohner haben immer mehr Krankheiten und Einschränkungen und leben oft nur noch wenige Monate. Es ist uns ein großes Anliegen, sie würdevoll in ihrem Sterben zu begleiten. Dennoch müssen wir hier auch eine gewisse Distanz halten, um nicht auszubrennen.

Besonders schwierig ist, dass weder Angehörigen noch Mitarbeitern viel Zeit zum Trauern und Verarbeiten bleibt. Der Heimvertrag endet auf Grund der gesetzlichen Erfordernisse mit dem Todestag des Bewohners. Keine Pflegeeinrichtung, sei sie auch gemeinnützig, kann es sich erlauben, ein Zimmer einige Tage nicht zu belegen und den Angehörigen Zeit zum Regeln aller Angelegenheiten zu lassen. Vielmehr zieht schon nach kürzester Zeit, wenn die Farbe an den Wänden häufig kaum getrocknet ist, ein neuer Bewohner ein, der natürlich auch von Beginn an intensiv begleitet werden soll. Die Gemeinschaft der Johanniterschwestern gibt hier Halt und lässt uns immer wieder innehalten, aus der Arbeitsroutine ausbrechen, unsere Werte und unser Handeln hinterfragen. Natürlich sind auch wir an die gesetzlichen Rahmenbedingungen gebunden, doch die Orientierung an unseren christlichen Werten und der Austausch untereinander ermöglichen es uns, emphatisch mit Bewohnern und Angehörigen umzugehen. Gleichzeitig stärken die zahlreichen Fort- und Weiterbildungsangebote der Schwesternschaft uns in vielem den Rücken und erweitern unsere Kompetenzen.

## Ich bin Johanniterschwester weil ...

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Petra Tenhagen*

„Als vor einigen Jahren zwei Johanniterschwestern in unserem Krankenhaus über die Arbeit der Johanniter-Schwesternschaft berichteten, war ich fasziniert von dem Anspruch, die uns anvertrauten Patienten professionell zu pflegen aber dabei die Nächstenliebe nicht zu vernachlässigen. Ich entschloss mich, dieser Gemeinschaft, in der nur Frauen ordentliche Mitglieder werden können, beizutreten, um meine Professionalität weiter zu steigern.

Nach der üblichen Vorbereitungszeit wurde ich 2006 zur Johanniterschwester ernannt. Seitdem habe ich zahlreiche Fort- und Weiterbildungen besucht und bin dadurch für meine tägliche Arbeit mit den Patienten und Kollegen gut aufgestellt. Die Treffen auf dem Schwesterntag und in den Fortbildungen, bieten willkommene Möglichkeiten, sich mit aktuellen Themen näher zu befassen und sich auszutauschen. Es besteht ein Netzwerk, in dem jede Johanniterschwester ihren Anteil zum Wachsen und Bestehen der Gemeinschaft beiträgt. Das gemeinsame Tun im Sinne der Johanniter-Schwesternschaft vermittelt mir ein hohes Maß von Zufriedenheit und stärkt mich, meinen beruflichen Alltag mit all seinen Höhen und Tiefen besser zu meistern.“



## Gezählte und bezahlte Zeit – aus der Situation der ambulanten Altenpflege

Ein Beitrag von Johanniterschwester Karin Schnaudt

Die ambulante Pflege hat sich durch die Einführung der Pflegeversicherung 1995 radikal verändert – Pflege wurde zu einem Geschäft wie andere auch.

Bis Mitte der 1970er Jahre wurden hauptsächlich Gemeindegewestern christlicher Organisationen für die Unterstützung der Familien, die häusliche Pflege, häufig auch für die seelsorgerische Betreuung eingesetzt. Sie gehörte ganz selbstverständlich zum Alltag und zum Bild des Gemeinwesens. Die Gemeindegewestern halfen Familien, besuchten alleinstehende ältere und kranke Menschen und leisteten spirituelle Betreuung, genauso wie Grund- und Behandlungspflege. Mit dem Rückgang der Anzahl klassischer Gemeindegewestern kam es zur Gründung von vornehmlich kirchlichen oder kommunalen Pflegediensten.

Der Blick auf die Uhr, ob noch bezahlte Zeit übrig ist, war damals unvorstellbar. Seit die Pflege jedoch zu einem Geschäft geworden ist, wurde „gezählte und bezahlte Zeit“ zum Messwert für die Wirtschaftlichkeit. Doch menschenwürdige Pflege lebt von der Zeit, die Pflegekräfte auch und gerade für die Pflege zwischenmenschliche Beziehungen aufwenden können. Hinzu kommt, dass bei all' den Wirtschaftlichkeitserwägungen oft vergessen wird, dass die Pflegenden bei Ihrer Tätigkeit ein hohes Maß an Verantwortung tragen. Sie müssen tagtäglich Entscheidungen treffen,



wie sie die Versorgung eines hilfebedürftigen Menschen gestalten, bleiben dabei jedoch meist auf sich allein gestellt. Wo die Pflege ein Geschäft ist, und die Zeit bei den Menschen in Geld aufgewogen wird, ist es für professionell Pflegenden deshalb außerordentlich wichtig, ethische Gesichtspunkte reflektieren zu können und einen Raum für ihr „schlechtes Gewissen“ zu haben, um über die im Arbeitsalltag erlebten Missstände und Unzulänglichkeiten des Systems sprechen zu können. Die hohen Anforderungen, vor die



sie sich gestellt sehen, führen nicht selten zu Spannungen, wenn sie auf eine Berufswirklichkeit treffen, die von Mangel und Kosteneffizienz geprägt ist.

So können viele pflege- und hilfsbedürftige Menschen nur mit der professionellen Unterstützung eines ambulanten Pflegedienstes weiter in ihrer eigenen Umgebung leben, doch oft scheitert ein Verbleib in der vertrauten Häuslichkeit am mangelnden Einkommen.

Auch die Zunahme von demenziellen Veränderungen in der Bevölkerung bringt eine hohe Belastung für pflegende Angehörige und es erfordert sehr viel „Fingerspitzengefühl“ der professionell Pflegenden, um familiäre Konflikte zu entschärfen, den Angehörigen eine Entlastung zu bieten und für die Pflegebedürftigen eine individuelle Versorgung zu sichern. Dieses Spannungsfeld zwischen Wirtschaftlichkeit und Menschenwürde belastet die Pflegekräfte physisch und psychisch ganz außerordentlich.

Sprechen wir von Pflegequalität jenseits der üblichen Definitionen wie Qualitätsmanagementsystem und Qualitätsmanagement-Handbuch, ist Pflegequalität vor allem an der Zufriedenheit des gepflegten Menschen ablesbar. Erforderlich hierfür ist neben einer hohen Fachkompetenz auch und besonders die Sozialkompetenz des Pflegepersonals.

Der Austausch mit Gleichgesinnten, getragen zu werden in einer Gemeinschaft, die sich auf die Bergpredigt des Evangeliums begründet und das Wissen, mit den Alltagsorgen und auch mit besonderen Belastungen nicht allein gelassen zu werden, trägt entscheidend dazu bei, nicht „auszubrennen“ und bietet einen sicheren Rückhalt bei der Ausübung des Berufes. Die Verbindung von Professionalität und Menschlichkeit, basierend auf den christlichen Grundwerten, schafft die besten Voraussetzungen für einen langen Verbleib in der größten Berufsgruppe des Gesundheitswesens und bietet die Möglichkeit, sich aktiv an der gesellschaftlichen Herausforderung durch den demografischen Wandel zu beteiligen. Berufliches Netzwerk und fachliche Weiterbildung helfen bei der Bewältigung des beruflichen Alltags und geben Hilfestellung für die berufliche Weiterentwicklung.



## Begleitung bis zum letzten Tag – die ambulante Palliativpflege

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Christina Dölle*

Seit 2010 arbeite ich in dem ambulanten Hospiz- und Palliativdienst der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. in Rodgau. Hier sind speziell ausgebildete Pflegefachkräfte und Ärzte beschäftigt. Bei Bedarf können wir auch auf Psychoonkologen zurückgreifen. Zusätzlich gibt es zwei Gruppen von jeweils circa 20 ausgebildeten ehrenamtlichen Hospizhelfern, die wir zur Begleitung in den Familien einsetzen können.

Als Palliativkräfte versorgen und begleiten wir die Patienten auf ihrem letzten Lebensweg in ihrer häuslichen Umgebung. Wir besuchen sie fast täglich zu Hause oder telefonieren mit ihnen zur Symptomkontrolle, damit wir – nach Rücksprache mit dem Palliativarzt – schnellstmöglich auf Probleme wie Angst oder Atemnot reagieren können. In Rufbereitschaft jeden Tag rund um die Uhr sind wir für die Patienten und Angehörigen erreichbar.

Diese intensive Betreuung bringt eine große Nähe zu den Patienten und deren Angehörigen mit sich. Bei den regelmäßigen Hausbesuchen nehmen wir ihre tagtäglichen Schwankungen im Krankheitsverlauf und in der psychischen Verfassung wahr. Da wir an keine Zeitvorgaben bei den Hausbesuchen gebunden sind, öffnen sich die Patienten und deren Angehörige sehr schnell. Sie berichten von ihren familiären Problemen, da wir meist der einzige Ansprechpartner vor Ort sind, dem sie vertrauen.

Häufig sind die Begleitungen sehr kurz und es kann vorkommen, dass in einer Woche mehrere Patienten versterben. Jedoch begleiten wir auch Patienten über mehrere Jahre und bauen zu diesen eine intensive Beziehung auf.

Eine starke Belastung stellt die Begleitung jüngerer Patienten dar, besonders wenn diese noch minderjährige Kinder haben, da man dann leicht die Parallelen zum eigenen Leben zieht. Schwer ist es Kindern das Sterben zu erklären, hier sind die Emotionen besonders intensiv. Andererseits gehen Kinder jedoch viel unbefangener mit dem Sterben um, als wir glauben. Sie trösten die Eltern, malen Bilder oder geben ihr Lieblingskuscheltier ab, um es dem verstorbenen Eltern teil mitzugeben.

Schwierig ist die Sterbebegleitung, wenn die Patienten ihre schwere Krankheit nicht annehmen wollen und mit Aggressionen, Wut oder Ablehnung reagieren. Oder die Angehörigen verunsichert oder ängstlich sind. Da ist viel Geduld erforderlich, um das nötige Vertrauen aufzubauen.

Es ist auch wichtig, Wünsche der Sterbenden zu erfragen und zu versuchen diese möglichst zu erfüllen. Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, zum Beispiel noch einmal den Garten sehen oder ein letztes Eis essen. Es kann aber auch sein, noch einmal das Meer zu sehen, auch da versuchen wir gemeinsam mit der Familie eine Möglichkeit zu finden. Dies kann dann der Ort sein an dem sie sterben – oder auch

kurz vor Antritt der Reise, jedoch mit dem Wissen, dass es möglich gewesen wäre.

Nach dem Versterben ist es wichtig, der Trauer Zeit und Raum zu geben, um Abschied zu nehmen. Es ist in vielen Fällen ein gutes Abschiedsritual, wenn wir gemeinsam mit einem Angehörigen den Verstorbenen waschen und ihm das anziehen, was er gerne hatte oder sich gewünscht hat es zu tragen. Eine Kerze und ein Gebet können auch helfen, Abschied zu nehmen. In jedem Fall sind dabei Religion und Herkunft des Verstorbenen zu respektieren.

Die Arbeit in der Sterbebegleitung ist eine sensible und besondere Tätigkeit, aber es wird uns Pflegenden sehr viel Dankbarkeit entgegengebracht. Es kann eine erfüllende Arbeit sein, wenn wir es den Menschen ermöglichen, Zuhause sterben zu können, in der Umgebung in der sie ihr Leben verbracht haben und wo sie von ihren Angehörigen und Freunden umgeben sind, die ihr Leben begleitet haben und ihnen wichtig sind.

In meiner achtjährigen Berufserfahrung in der Sterbebegleitung sind allerdings auch viele Kollegen aufgrund von Burn-out ausgeschieden, weil sie den täglichen Umgang mit dem Tod auf Dauer nicht verkraften konnten. Begleiten heißt, sich mit der eigenen Sterblichkeit und Ängsten auseinanderzusetzen. Das ist eine Grundvoraussetzung für unsere Tätigkeit, fällt aber wahrhaftig oft sehr schwer. Es braucht eine gute Selbstfürsorge und Achtung auf die Kollegen und sich selbst, um dieser Belastung stand zu halten. Der Austausch untereinander und Supervisionen, die wir regelmäßig durchführen, sind dabei eine große Hilfe.

Als Johanniterschwester habe ich durch spezielle Fortbildungsangebote die Möglichkeit, mich weiterzubilden und immer wieder neue Schwestern kennen zu lernen. Das hilft mir, mich zu vernetzen und neue Impulse zu bekommen oder einfach nur mit Frauen ins Gespräch zu kommen, denen es ähnlich geht wie mir. Viele Fortbildungen der Schwesternschaft zielen tatsächlich auf die Fürsorge für sich selbst, denn nur wenn ich mich selbst gut pflege, kann ich auch andere gut pflegen und versorgen.



# Pflege der geistigen Gesundheit und des spirituellen Lebens

## Auf sich selbst achten

### Mit Achtsamkeitstraining der Überforderung vorbeugen

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Ulrike Schepmann*

Im November 2010 startete das erste Pilotseminar Achtsamkeitstraining MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) für leitende Pflegekräfte in der Schwesternschaft. Damit gehörte die Johanniter-Schwesternschaft in Deutschland zu den Vorreitern mit diesem Thema.

Meine Entscheidung für die Teilnahme an einem MBSR-Seminar hatte einen ganz persönlichen Hintergrund. Durch berufliche Veränderung befand ich mich vor vier Jahren in einer Phase sehr großer Belastung. Ich war nach zehn Jahren Nachtdienst wieder in den Tagdienst gewechselt, hatte erneut eine Leitungsfunktion übernommen und die Arbeitszeit aufgestockt. Im Beruf war vieles neu oder erneut zu lernen, meine Rolle als Leitung mit Leben zu füllen, die Arbeit stärker auf Patienten und Mitarbeiterinnen hin auszurichten.

Zuhause waren meine Familie und Freunde – und mein Anspruch allen gerecht zu werden. Dabei rückten meine eigenen Bedürfnisse immer mehr in den Hintergrund. Das führte schließlich dazu, dass es sich in meinem Kopf immer öfter

anhörte, als ob eine ganze Affenhorde schnatternd durcheinanderspringt und ich sie nicht in den Griff bekomme. Ich lief ohne Unterbrechung auf Hochtouren, meine Reizschwelle war zeitweise extrem niedrig, dazu war ich auch körperlich erschöpft und brauchte immer länger, mich zu regenerieren. Um mich nicht völlig aus den Augen zu verlieren, musste ich mir überlegen, wie es weitergehen sollte. Und wie oft in solchen Situationen, erhielt ich genau da das Angebot an einem MBSR-Seminar teilzunehmen.

MBSR bietet umfangreiche Hilfen, Stress vorzubeugen und zu reduzieren. Entwickelt wurde die Methode vor 30 Jahren von Prof. Jon Kabat-Zinn am Massachusetts Institute of Technology (MIT) in Boston. Das Training setzt sowohl auf der körperlichen als auch auf der emotionalen Ebene an. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Schulung der „Achtsamkeit“. Achtsamkeit wird dabei als Gründlichkeit, als Nicht-Oberflächlichkeit beschrieben, als Wachsein für das, was im Augenblick geschieht.

Durch dieses Achtsamkeitstraining sollte ich lernen, wie ich meine Affenhorde im Kopf in den Griff bekomme und damit dem Stress besser begegne.

Neben einem theoretischen Teil über das Wesen der „Achtsamkeit“ erhielt ich durch die Einführung in formale Übungen



*Um die Ausmaße der Pflegebürokratie zu verdeutlichen, entwickelte das Johanniterhaus Bremen zum Aktionstag Altenpflege dieses Standbild. (Foto: Hartwig Claus)*



gen wie Yoga, Meditation und Bodyscan das richtige Handwerkszeug für die Achtsamkeitspraxis. In den Meditations- und Bewegungsübungen geht es darum, wahrzunehmen was sich in der Gegenwart entfaltet, ohne es direkt zu beurteilen, zu bewerten oder es verändern zu wollen. So entsteht nach und nach die Möglichkeit, automatische Reaktionen, die mich häufig leiten, auszuschalten und bewusster zu wählen, wie ich reagieren will.

Ein Beispiel aus meinem Arbeitsalltag: Montag 9.30 Uhr, nach einem anstrengenden Wochenenddienst, die erste große Runde Arbeit ist geschafft, es klingelt an drei Stellen gleichzeitig, die Röntgenabteilung will sofort zwei Patienten, ein Angehöriger und eine Kollegin wollen gleichzeitig etwas von mir, der Stationsarzt fragt wo die Akte von Frau M. ist, der MDK (Medizinischer Dienst der Krankenkassen) steht in der Tür und möchte einen Patienten begutachten, und ich hatte noch keine Zeit für eine Frühstückspause. Meine verbale Reaktion: eine ruppige Antwort an die Kollegin, der Angehörige erhält ein knappes „Moment bitte ...“ samt einem genervten Blick, dem Stationsarzt gebe ich gar keine Antwort und die Dame vom MDK bitte ich mit einem „Ich komme gleich ...“ erst einmal an meinen Arbeitsplatz.

Die körperlichen Reaktionen reichen von Magendrücken, Schulterverspannungen, bis hin zu Kopfschmerzen und Übelkeit. Meine Laune sinkt auf den Nullpunkt und ich fühle mich einfach nur schlecht.

Durch die tägliche Praxis der Achtsamkeit und formale Übungen – für mich sind es Meditation und Yoga – hat sich mir eine wirksame Methode erschlossen solche automatisch ablaufenden Reiz-Reaktions-Muster zu unterbrechen. Das gelingt nicht immer, aber immer öfter! Natürlich gibt es nach wie vor angespannte Situationen, in denen ich mich aufrege und sich Stress aufbaut. Aber ich bin in der Lage, bewusst Einfluss zu nehmen und zu entscheiden, wie ich reagiere. Diese Art der Einflussnahme fühlt sich einfach nur gut an, denn ich habe dadurch die Möglichkeit Probleme mit Abstand zu betrachten und nach kreativen Lösungen zu suchen.

Heute ist diese Achtsamkeitspraxis ein unentbehrlicher Bestandteil meines Alltags geworden. Größere Gelassenheit, Ausgeglichenheit und körperliche Vitalität sind spürbare Ergebnisse, die mir nicht nur in meinem beruflichen Leben, sondern auch im privaten immer wieder helfen, mich zu erden und im Augenblick wirklich präsent zu sein.

### **Krisenbewältigung mit geschulter Resilienz**

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Petra Tenhagen*

Im Johanniter-Krankenhaus Rheinhausen wurde von der Johanniter-Schwesternschaft eine Inhouse-Schulung zum Resilienztraining angeboten. Also dazu, wie man mit den in unserem Beruf reichlich gebotenen Schwierigkeiten und Belastungen fertig wird, statt sich von ihnen fertig machen



zu lassen. Eigentlich war ich der Meinung, dass ich diese Fortbildung nicht benötige und mir sicher, dass ich keine wesentlichen Erkenntnisse erlangen würde. Umso erstaunter war ich nach diesen zwei Trainingstagen, dass ich doch noch einiges dazugelernt hatte.

Mir wurde aufgezeigt, dass ich zwar reflektiert arbeite, aber doch noch Probleme im Umgang mit Krisen hätte. Für eine gesunde Balance fehlte mir noch die Möglichkeit, mich abzugrenzen, notfalls „die Zugbrücke hochzuziehen“, damit ich nicht verletzt werde. Auch dass ich das Verhalten meines Gegenübers nicht verändern kann, habe ich erfahren. Ich kann nun mein eigenes Verhalten und vor allen Dingen meine Erwartungen an mein Gegenüber realistischer einschätzen. Seitdem ich mir dessen bewusst bin, kann ich mein berufliches Umfeld besser verstehen. Reaktionen auf bestimmte Situationen nehme ich nicht zu persönlich, sondern ich versuche die Situation durch mein Verhalten positiv zu beeinflussen. Treten dennoch Situationen auf, die Stress verursachen, helfen erlernte Übungen diesen abzubauen. Ich habe gelernt, dass ich die Fähigkeit besitze, meine eigenen Kräfte situationsgerecht einzusetzen und Potenziale zu wecken. Seitdem bin glücklicher, zufriedener – und produktiver.

Natürlich kann ich auch mit dieser Fähigkeit Vorkommnisse, die für mein berufliches Fortkommen hinderlich waren, nicht nachträglich positiv bewerten. Dennoch hat meine Ausdauer und auch die erlangte Zufriedenheit, mit dem was ich bisher erreicht habe, dazu geführt, dass zu Anfang letzten Jahres mit der neuen Position als Qualitätsmanagementbeauftragte ein lange gehegter Wunsch in Erfüllung gegangen ist.

## Spirituelle Oasen nutzen

### Damit deine Wüste erblüht – Oasentage im Kloster Wennigsen

*Ein Beitrag von Fördermitglied Sœur Ute Hampel*

Leben lernen in der Wüste unserer Zeit ist inzwischen zu einer Herausforderung geworden. Was einst für viele eine Selbstverständlichkeit war: die Lebenskunst – die *ars vivendi*, ist zu einem kaum noch bekannten und viel weniger noch angestrebten Ideal geworden.

Lebenskunst ist kein sorgloses Dahinleben nach dem Motto „Freut Euch des Lebens“. Es geht vielmehr um den Versuch, eine neue tragfähige Orientierung und ein Bewusstsein zu finden für die Wurzeln und Werte unserer Arbeit in den Johanniterhäusern und im persönlichen Leben: Was prägt mich? Wo stehe ich im Moment? Was gibt mir Kraft? Was wird mir zu viel? Was möchte ich verändern?

Zwei „Oasentage“ im Johanniterhaus Kloster Wennigsen bei Hannover möchten dazu beitragen, dass diese Fragen angesprochen werden, damit das Leben schön und bejahenswert bleibt und die daraus gewonnene Haltung an die Mitmenschen weitervermittelt werden kann. Unsere Epoche wühlt die Menschen derart auf und wirbelt unser Leben so durcheinander, dass wir starke Glaubenspraxis (Spiritualität) und viel seelische Widerstandskraft (Resilienz) brauchen, um überleben und das eigene Wohlbefinden sowie das der uns Anvertrauten stärken zu können.

Wir wollen doch dem Leben einen Sinn geben und nicht einfach so dahin taumeln. Wir möchten so lange für uns und die anderen blühen, wie es geht. Und deshalb suchen wir



nach Ressourcen, nach Kraftquellen, und entdecken, dass wir sie in uns und unserem Glauben tragen und nur auf die rechte Weise anzapfen müssen.

Wie das geht, das erfahren wir bei den Oasentagen. Dabei handelt es sich nicht um Coolness oder Wellness, sondern es geht darum, zur Ruhe zu kommen, auszuatmen, einzuatmen, sich zu öffnen und mit anderen auszutauschen, die auch auf dem Weg zur Oase ihres Lebens sind. Und das ist nicht irgendeine Oase, die sich dann beim Näherkommen vielleicht als Fata Morgana erweist. Für die Johanniter ist das der christliche Glaube, ist es Christus, die wahre „Quelle des Lebens“. Das Seminar „Oasentage“ der Johanniter-Schwesternschaft bietet durch Gespräche und Austausch, durch Impulse und persönliche Zeiten, durch Gebet und meditative Momente jedem vielerlei Gelegenheit, zu sich selbst zu kommen und mit neuer Kraft wieder in den Alltag zurückzugehen.

## Ich bin Johanniterschwester weil ...

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Dorothea Hönmann*

„Ich bin Mitglied der Johanniter-Schwesternschaft seit meinem Krankenpflegeexamen im Jahre 1979, in Bonn, nicht nur weil es damals eher üblich war, nach dieser dreijährigen ‚Lebensschulung‘ dort auch einzutreten. Es hat mich auch mit Stolz erfüllt, dazu zugehören – zu einer solch ehrenvollen Organisation. Mir war der Gedanke „dem kranken Menschen dienen“ stets vertraut und ich wollte ihn in einem entsprechend organisierten Umfeld weiter ausbauen. Und das mit dem Schwerpunkt auf den Werten, die ich bei den Johannitern in Bezug auf Krankenpflege erfahren durfte. Die Kombination von Glaube und Tradition kam mir persönlich sehr nahe, und es erschien mir erstrebenswert, das Leben von christlichen Werten, in Form von Hilfestellung zum Heilwerden von leidenden Menschen, auszufüllen. Außerdem war meine Patentante die Ehefrau des damaligen Herrenmeisters, den ich aus tiefstem Herzen mochte, und ich hatte meinen Ehemann zu jener Zeit in jenem jo-

hanniterlichen Gemäuer und Geist kennengelernt, und wir haben unser gemeinsames Lebenswerk gewissermaßen darauf aufgebaut – bis auf den heutigen Tag auf allen Ebenen. In diesem Verbund mit Gleichdenkenden habe ich inzwischen, so wie ich es schon in der damaligen Zeit an der Schule in Bonn angetroffen hatte, Freundschaften fürs Leben gefunden. Heute wie damals empfinde ich diese Menschlichkeit in der Pflege ‚mit dem Johannitergeist‘ im höchsten Masse anerkennenswert und erstrebend. Und so kann ich viele persönliche Herausforderungen, (selbst solche mit negativen Erinnerungen) die mich geprägt haben, mit dem ‚Johannitergeist‘ in Verbindung bringen.

Auch wenn ich nicht mehr in der Krankenpflege aktiv tätig bin und ich leider aus vielerlei Gründen den lebendigen Anschluss ‚über die Jahre‘ ein bisschen verloren habe, bin ich immer noch dabei. Ich kann mir gut vorstellen, wenn ich selber einmal alt, ungelentk und krank bin, von Menschen mit ‚Johannitergeist‘ versorgt zu werden. Und dann bekomme ich ja auch immer so nette, sehr persönliche Geburtstagsbriefe von Ordensoberin Trenner ...“



## Rennst Du noch oder pilgerst Du schon?

Ein Beitrag von Johanniterschwester Julia Richter

Voller Vorfreude machte ich mich auf den Weg nach Bad Urach. Dieses Jahr hat es endlich gepasst, bei der Pilgerwanderung dabei zu sein.

Wie wird es während dieser fünf Tage zugehen? Wandern wir von Ort zu Ort wie Hape Kerkeling? Müssen wir unsere ganzen Utensilien dabei haben? Weniger ist mehr?!

Mit unserer Ordensoberin Andrea Trenner waren wir zu siebt auf den deutschen Pfaden des Jakobsweges unterwegs. Sr. Silke Kloppenburg-Grote hatte für uns wunderschöne und auch anspruchsvolle Pilgerwege gefunden, die wir täglich von unserer Basisstation aus begonnen. Wir wollten die Steigerung von Tag zu Tag, haben uns gut aufeinander eingestellt – das ging so weit, dass wir manchmal unwillkürlich in Gleichschritt verfielen. Ebenso gut konnten wir aber auch unserem individuellen Tempo und der persönlichen Schrittfolge nachgehen. Die Kombination von Spiritualität, Schweigen, Entschleunigung und Reflexion war sehr gut austariert.

Als Pilgerneuling kam ich mit meiner Ausrüstung am letzten Pilgertag mit Regenschauern und Hagel an meine Grenzen. Die helfende Hand von Sr. Hilke Terhaar während der Rutschpartie im Wald hat dies wieder ausgeglichen.

Die Pilgerwanderung und der Zusammenhalt in unserer Gruppe haben in mir Kraftquellen und Kraftreserven mobilisiert und diese Erfahrung möchte ich nicht missen. Vielen Dank an Andrea, Silke, Sophie, Judith, Hilke und Kathrin für diese wundervollen Tage in der schwäbischen Alb in Bad Urach. Bis zum nächsten Mal – da werde ich dann ordentliche Wanderschuhe und Wanderrucksack dabeihaben!



## Dem lieben Gott einen Platz im Alltag geben

Ein Beitrag von Fördermitglied Ulrich Lemm

Da war er wieder, der Satz aus der Bibel, der mir nach der täglichen Lektüre der Herrnhuter Losungen noch tagelang nachging. „Denn mit Dir kann ich Kriegsvolk zerschlagen und mit meinem Gott über Mauern springen“ (Psalm 30,18). Das ist so ein Satz, den ich mir hinter den Spiegel stecken möchte, weil die hoffnungsfrohe Botschaft darin der perfekte Einstieg in einen neuen Tag ist.

Aber das war es nicht alleine. Für gewöhnlich nutze ich die Vorschläge der Liturgischen Konferenz bei der Auswahl des Bibeltexes, der Grundlage für die Betrachtung meiner Andacht sein soll. – Oft sind es aber auch solche Texte, wie der des 18. Psalms, der mich aufhorchen lässt und mir nachgeht. Was hat dieser Satz mit meinem (Krankenhaus-)Alltag zu tun? Sagt er mir etwas, dass ich weitergeben kann, weitergeben möchte? Weitergeben an die Kolleginnen und Kollegen meines Krankenhauses?

Um es vorweg zu nehmen: Ich bin kein ausgebildeter Seelsorger! Ich bin seit mehr als dreißig Jahren Krankenpfleger in der Geriatrie im Johanniter-Krankenhaus Bonn und habe mittlerweile an zahlreichen Fort- und Weiterbildungen teilgenommen. Im Vordergrund stand die fachliche Qualifizierung: Veränderungen im Wundmanagement, Kommunikation, Kinästhetik und alternative Pflegemethoden. In späteren Jahren erfolgten die Weiterbildungen zur Stationsleitung, Praxisanleitung und schließlich zum Case Manager. Was bis 2008 nicht in meiner Fort- und Weiterbildungsplanung vorkam, war der spirituelle Bereich. Nicht, weil ich es als nebensächlich erachte. – Im Gegenteil, ich hielt und halte Fragen zum Thema Spiritualität für ausgesprochen wichtig, gerade in der Pflege. Es lag schlicht daran, dass dieser Bereich in der Universitätsklinik, an der ich fast fünf- undzwanzig Jahre tätig war, nur ganz am Rande vorkam. Das änderte sich für mich mit meinem beruflichen Wechsel ins Bonner Johanniter-Krankenhaus. Das Haus selbst bietet die übliche Standard-Weiterbildungspalette an. Darüber hinaus aber gibt es eine Offerte, die sich vom Angebot anderer Häuser unterscheidet. Im Fortbildungs-Programm, das die Johanniter-Schwesternschaft anbietet, tauchen Themen auf, die die spirituellen Bedürfnisse berühren und ansprechen. Neben den „Oasentagen“, die dem Aufspüren von Kraftquellen im und für den pflegerischen Alltag dienen, war es vor allem die „Andachtswerkstatt“, die mir neue Perspektiven und Möglichkeiten eröffnete.

Mit der Andachtswerkstatt, an der ich im September 2010 teilnahm, erhielt ich nicht nur das Rüstzeug, selbstständig Andachten zu gestalten. Es war auch die Initialzündung aktiv zu werden und an Andachten nicht nur als passiver Zuhörer teilzunehmen. Im Dezember 2010 habe ich dann meine erste eigene Andacht in der Kapelle des Bonner Johanniter-Krankenhauses gehalten. Sie war Auftakt der Adventsfeier

der Johanniterschwestern der Region Bonn/Rhein-Sieg. Für meine Betrachtung im Sinne einer Auslegung von Matthäus 5.14 folgende („Ihr seid das Licht der Welt ...“) stand mir Sœur Ute als Mentorin zur Seite. Ihren Rat kann ich in Zweifelsfällen auch heute noch jederzeit einholen.

Die Andacht mit dem anschließenden Adventskaffee war gut besucht. Es kamen nicht nur Mitarbeiter aus den Johanniter-Einrichtungen der Region, sondern auch Schwestern im Ruhestand, einige Johanniterritter sowie Freunde und Förderer des Bonner Johanniter-Krankenhauses. Mittlerweile gehört diese Andacht hier zum festen Bestandteil des vorweihnachtlichen Treffens der Johanniterschwestern.

Dieser Auftakt hat mir so viel Mut gemacht, dass ich im darauffolgenden Jahr auch die Vertretung für unsere Seelsorgerin in der „Atempause am Mittag“ übernahm. In unserem Haus gibt es seit vielen Jahren diese kurze Andacht für alle Mitarbeiter. Sie findet einmal in der Woche statt und ist ein kurzes, etwa zwanzigminütiges Innehalten im eiligen Arbeitsalltag der Klinik: Zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen, Gedanken neu ordnen. Nun mache ich dies schon seit drei Jahren, jeden letzten Dienstag im Monat und auch dann, wenn Frau Quester, unsere Pfarrerin, eine Vertretung braucht.

Dass die Gelegenheiten, „dem lieben Gott einen Platz im Alltag zu geben“ sich nicht auf eine wöchentlich stattfindende Andacht am Arbeitsplatz beschränken muss, habe ich auf meiner Station in der Geriatrie erfahren. Die Idee dazu reifte in mir mehr oder weniger während oder kurz nach der „Andachtswerkstatt“ im September 2010. – Mich trieb lange die Frage um, warum sich ein Arbeitstag im Krankenhaus nicht mit einem kurzen Gebet, einem geistigen/geistlichen Impuls beginnen lassen sollte? Passt das nicht in

den Tagesablauf? Bedeutet es eine Störung der Arbeitsstrukturen? Ist eine solche Idee in unserer säkularen, auf Ablaufoptimierung programmierten Zeit kontraproduktiv?

Sicher, selbst eine fünfminütige Andacht, zwischen Nacht- und Frühschicht lässt sich im eiligen Klinikalltag kaum gewährleisten. Aber was ist mit einem kurzen „guten Wort in den Tag“? Ein Psalm-Vers, ein Aphorismus vom hl. Augustinus oder Martin Luther, ein kurzer Segen. Nach der Übergabe der Nachtwache, bevor die Frühschicht in den Arbeitstag startet? Noch einmal inne halten, Kraft schöpfen aus Gottes Wort, sich selbst und den bevorstehenden Herausforderungen einen Segen zusprechen? Ist das im Klinikalltag möglich?

Es ist möglich! Seit eineinhalb Jahren gibt es im Bonner Johanniter-Krankenhaus in der Geriatrie auf der Station 8 das „gute Wort in den Tag“. Es verbindet die Mitarbeitenden, erdet und macht Mut, sich einem oft aufreibenden Arbeitsalltag zu stellen. Kurze Impulse, die nicht viel mehr Zeit in Anspruch nehmen als ein „Vaterunser“. Und die doch einen Anspruch mit Leben füllen, der in allen Leitbildern unserer Häuser verankert ist, nämlich christliche Wertvorstellungen ernst zu nehmen und weiter zu geben. Ganz ohne missionarischen Eifer. Ohne die Intention, anderen eigene Überzeugung überzustülpen. Das „gute Wort in den Tag“ gibt es nicht auf allen Stationen unseres Hauses und es gibt Tage, an denen es, aus welchem Grund auch immer ausfällt. Aber es gibt dieses „gute Worte in den Tag“.

### **Gott liebt mich, wenn ich singe**

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Irmgard Sicking und Fördermitglied Mathias Götze-Wittschier*

„Die Gabe der Konfrontation – ein Geschenk, das niemand haben will.“

„He? Was hat das denn mit dem diesjährigen Chor- und Gospelwochenende der Johanniter-Schwesternschaft zu tun?“, mag jetzt mancher fragen. Gibt's neuerdings Gospel über Konfliktmanagement? Hatten sich Alt und Sopran gestritten und wieder versöhnt? Fand ein gruppenspezifisches Coaching des Chors statt? Nichts von alledem! Die Lösung der Frage folgt – aber ein bisschen später.

Nun zum fünften Mal in Folge führten uns Heike und Heiner v. Knobelsdorff, Gebhard v. Krosigk und Ralf Sick sicher ins „Wellnesswochenende für die Stimme und die Seele“. Das war eine echte logistische Herausforderung, denn diesmal waren wir 34 singwillige Menschen, verstärkt um drei Gäste aus Leinefelde. Diese waren letztes Jahr dermaßen begeistert von unserem Beitrag zum Gottesdienst gewesen, dass sie angefragt hatten, ob sie dieses Jahr mit von der Partie sein dürfen. Und man war sich letztes Jahr schon einig: Wo Gott gelobt wird, gibt es keinen Unterschied zwischen Johanniterschwestern und Leinefeldern ...



*Kapelle des Johanniter-Krankenhauses Bonn*





Neben neuen Liedern überraschte Gebhard uns mal wieder mit einem ungewöhnlichen spirituellen Motto für dieses Wochenende: „Die Gabe der Konfrontation – ein Geschenk, das niemand haben will“. Angelehnt an John Ortbergs Buch „Jeder ist normal, bis du ihn kennen lernst“ brachte uns Gebhard eine verbreitete menschliche Schwäche näher, nämlich die Wahrheit zu leugnen, wenn sie unangenehm wird. Die Botschaft lautete: „Wir brauchen jemanden, der uns dabei hilft, unsere Motive zu hinterfragen und unser Gewissen zu prüfen. Wir sind geradezu Fachleute darin, Dinge zu leugnen und uns selbst in die Tasche zu lügen. Daher ist es notwendig, ein Gegenüber zu haben, das uns dies spiegelt. – Eben das Geschenk der Konfrontation“.

Dies verdeutlichte Gebhardt mit einer Geschichte aus der Bibel (2. Samuel 12,1-15): Prophet Nathan konfrontiert König David in Form eines Gleichnisses mit seinen sündhaften Handlungen. Dieser Spiegel bringt David zur Erkenntnis und er bereut seine Sünden vor Gott. Gebhard dosierte seine lebhaften Ausführungen zu diesem Gleichnis in kleinen Portionen: als Einführung in den Tag, zwischendurch vor einer Probenpause und als Abschluss des Samstages in der Johannitergut-Kapelle. Auf diese Weise konnten die Gedanken Raum einnehmen und sich setzen.

Eh wir uns versahen, war es dann schon Sonntag. Direkt nach dem Frühstück brachen wir zum Gottesdienst auf. Die uns schon vertraute Lutherkirche in Leinefelde war diesmal gut gefüllt, was auch der Werbung unserer Gesangsgäste zu verdanken war. Wenngleich sich die Gemeinde anfangs mit den englischsprachigen Gospels etwas schwer taten, war das Eis spätestens bei dem gemeinsam angestimmten „Down by the Riverside“ gebrochen und alle swingten mit. In der Abschlussrunde wurde deutlich, dass dieses Wochenende mit Gesang, Besinnung und den vielen Gesprä-

chen in der Gemeinschaft allen Teilnehmern Kraft für den Alltag gegeben hatte. Großes Lob und herzlicher Dank gingen an Heike, Heiner, Gebhard und Ralf für die wunderbare Organisation, Betreuung und liebevolle Begleitung. Und die einhellig geäußerte Meinung war: Bitte nächstes Jahr wieder!

### Ich bin Johanniterschwester weil ...

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Bettina v. Uslar-Gleichen, geb. Gräfin zu Stolberg-Wernigerode:*

„In meiner Stolberg-Familie hat die Zugehörigkeit zum Johanniterorden eine lange Tradition. Mein Vater wurde schon 1955 Kommendator der Hessischen Genossenschaft und somit auch zuständig für Nieder-Weisel, das damals noch Johanniter-Krankenhaus war. Ich habe ihn als Kind oft dorthin begleitet. Mein Mann war viele Jahre erst im Vorstand und später im Verwaltungsrat der Johanniter-Schwesterschaft. Das schafft Wurzeln!

Bei mir war schon sehr früh der Wunsch entstanden, Johanniterschwester zu werden. Für mich war die Ausbildung in der Bonner Schule wie ein Internatsleben, in dem mein alter Traum in Erfüllung ging: nicht nur eine gute Ausbildung zu bekommen, sondern in einer großen Gemeinschaft Freundinnen fürs Leben zu finden. Seit fünfzig Jahren fühle ich mich der Schwesterschaft sehr verbunden, obwohl ich seit 1972, mit wachsender Kinderschar, nicht mehr im Pflegeberuf tätig bin. Die Nähe zur Schwesterschaft ist in meiner Familie auch für die nachkommende Generation: zwei unserer Töchter sind ebenfalls Johanniterschwestern geworden.“

## Kraft aus dem Gemeinschaftsleben

### Zum ersten Mal auf dem Schwesterntag

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Yasmine Harder*

Anfang Juni 2014 war ich gemeinsam mit meiner Kollegin, Johanniterschwester Marianne Arens, auf dem Schwesterntag. Wir sind beide Altenpflegerinnen im Johanniter-Haus Sinzig und waren zum ersten Mal dort.

Die Schwesternschaft ist eine tolle Gemeinschaft und der Schwesterntag, der alljährlich im Mai oder Juni im Johanniter-Ordenszentrum Nieder-Weisel stattfindet, bietet eine gute Möglichkeit zur Fortbildung, zum gemeinsamen Austausch und zur Diskussion. Es sind Frauen jeden Alters dabei und man lernt viele neue Leute kennen. Man bekommt ein Gefühl dafür, was die anderen wollen, was die Schwesternschaft insgesamt sein will und was sie für einen selbst, aber auch für die Arbeit in der Pflege und für die uns anvertrauten Menschen bedeuten kann.

Auf dem Treffen herrschte eine unglaublich gute Stimmung und Atmosphäre. Der Höhepunkt war der festliche Gottesdienst in der historischen Komturkirche, deren Bau aus dem 12. Jahrhundert stammt. Die Kirche ist von innen niedriger als sie von außen erwarten lässt. Über dem Kirchenraum liegt noch ein großer Raum, der zur Frühzeit der Komturei als Krankensaal genutzt wurde. In seinem Fußboden – also in der Decke der Kirche – ist eine große runde Öffnung, so konnten die Kranken oben den Gottesdienst und die Predigt unten mit verfolgen. Ein schönes Beispiel für die Verbindung von Spiritualität und Pflege, um die sich die Schwesternschaft unter den ganz anderen Bedingungen von heute immer noch bemüht.

Es war schon ein großartiges Bild, als die Schwestern – es mögen an die 200 gewesen sein – in ihrer traditionellen Tracht mit schwarzem Kleid und weißer Haube in die Kirche

einziehen. Dazu dann die ganzen Ehrenmitglieder und die Ordensritter mit ihren schwarzen Mänteln mit dem weißen Johanniterkreuz auf der linken Brustseite – alles sehr beeindruckend. Im Rahmen des Gottesdienstes wurden die neuen Johanniterschwestern vom Herrenmeister des Johanniterordens, S.K.H. Dr. Oskar Prinz v. Preußen, formell ernannt. Er überreichte ihnen dabei die Ernennungsurkunde. Die emailierte Brosche steckte die Ordensoberin den ernannten Johanniterschwestern an.

Soweit war es bei mir noch nicht. In der Morgenandacht des dritten Tages habe ich die Anwärterinnenbrosche der Schwesternschaft erhalten. Ich muss sagen: „Ich bin stolz darauf!“ Es waren drei wunderschöne Tage und ich freue mich schon auf das nächste Jahr, in dem ich dann zur Johanniterschwester ernannt und fester Teil dieser tollen Gemeinschaft werde!

### Seniorinnentagungen – Verbundenheit und Unterstützung über das Berufsleben hinaus

*Ein Beitrag von Johanniterschwestern im Ruhestand*

Für die Gemeinschaft der Johanniterschwestern steht der Mensch im Mittelpunkt. Dabei orientieren wir uns aber nicht an einer x-beliebigen Vorstellung vom Menschen, sondern in unserem Berufsleben haben wir unser Handeln am christlichen Menschenbild ausgerichtet. Das ist das besondere Kennzeichen unserer Gemeinschaft.

Da die Mitglieder der Schwesternschaft im ganzen Land verstreut arbeiten, kommen insbesondere dem Schwesterntag und den Regionaltreffen besondere Bedeutung zu, um diese Orientierung zu stärken und bestehende Grundlagen zu fördern und weiter zu tragen. Diese Veranstaltungen helfen uns sehr dabei, dass wir uns in Beruf und Gesellschaft orientieren, an gemeinsamen Werten ausrichten und gemeinsame Erinnerungen und Rituale pflegen.

Diese Gemeinsamkeit soll auch nicht mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben enden. Deshalb tritt dann die Seniorinnentagung an die Stelle der früher stärker berufsorientierten Veranstaltungen. Auch – und manchmal vielleicht gerade – in diesem Lebensabschnitt bietet die Gemeinschaft wichtige Hilfen, sich für die eigene Lebenssituation zu orientieren, Kräfte bewusst einzuteilen und die Freude am Leben zu erhalten.

Wir beschäftigen uns auf diesen Tagungen mit Glaubensfragen, aber auch mit den heutigen Gegebenheiten in unserem Beruf, um auch den Kontakt zu den jüngeren Schwestern zu erhalten. Außerdem pflegen und begleiten wir familiäre Entwicklungen einzelner Schwestern.

Die Seniorentage sind Ausdrucke an Zusammenhalt, geben Impulse, unterrichten und führen uns den Grundlagen der Schwesternschaft wieder zu – über das Berufsleben hinaus! Sie dienen dazu, die Tradition der Werte des Johanniterordens in der Schwesternschaft zu bewahren.





Impressionen vom Schwesterntag 2015





## Regionaltreffen – ein Sommerfest

*Ein Beitrag von Monika Eilhardt, Koordinatorin der Regionalschwestern*

Es ist Mitte August und das Wetter hätte für unser heutiges Vorhaben nicht besser sein können. Die Sonne scheint, aber es ist nicht zu heiß. Die Natur strahlt buchstäblich und das sommerliche Flair hüllt uns wohlig ein. Heute treffen sich die Johanniterschwestern der Region Bonn/Rhein-Sieg zum Sommerfest. Es findet jährlich in Kooperation mit der Region Köln/Düsseldorf statt.

Nun bin ich auf dem Weg dorthin. Eine Johanniterschwester unserer Region hat in den letzten Jahren für diese Veranstaltung ihr Haus und ihren Garten für uns öffnet. Erste Vorbereitungen habe ich bereits Zuhause getroffen. In diesem Jahr habe ich für die Anderen ein leckeres Dessert vorbereitet. Andere Johanniterschwestern werden Salat, Brot, Käse und weitere Leckereien mitbringen. Einige unterstützen die Regionalschwestern, welche als Gastgeberinnen fungieren, bei der Organisation sowie bei der Vor- und Nachbereitung dieses Regionaltreffens oder chauffieren diejenigen, die nicht mehr mobil sind. Jeder der unterstützen kann, bringt sich auf seine Art für die Gemeinschaft ein. Ich freue mich sehr auf das Treffen mit den Anderen ...

Ich sehe meine Mitschwester nicht so oft. Wir wohnen zu weit auseinander. Zu einigen habe ich aber regelmäßigen

telefonischen Kontakt – wir sind inzwischen richtige Freundinnen geworden.

Als ich eintreffe sind bereits einige da. Das gibt ein Hallo! „Schön, dass Du auch da bist!“ „Ach ich habe Dich ja lange nicht gesehen. Wann war das noch – am letzten Schwes-terntag?“

Hier gibt es eine Umarmung, dort ein Küsschen auf die Wange. Obwohl man sich selten sieht, sind wir wie eine große Familie. Keine fühlt sich fremd. Junge Johanniterschwestern unterhalten sich mit unseren Seniorinnen, Studierende mit denen, die in der Praxis tätig sind, Interessentinnen mit langjährigen Johanniterschwestern.

Überall im Garten sind Sitzgruppen verteilt an denen bunt gemischte Gruppen von Johanniterschwestern sitzen. Sie erzählen von sich – privates und berufliches, sie diskutieren, fachsimpeln und lachen viel gemeinsam. Und über alldem weht ein köstlicher Duft von gegrilltem Fleisch ... Schade, dass so ein schöner Abend auch ein Ende haben muss.

So oder ähnlich finden sich regelmäßig die Johanniterschwestern in allen Regionen zusammen, um Gemeinsamkeit zu erleben – sei es nun wie hier beschrieben zum Sommerfest oder aber zu anderen Gelegenheiten wie etwa einem Museumsbesuch, zum Besuch eines Hospizes, zu einem Seminar oder zur einer Andacht mit anschließender Adventsfeier.



*Johanniterschwestern und Gäste aus den Regionen Bonn/Rhein-Sieg und Köln/Düsseldorf*



# Berufliche Fort- und Weiterbildung

## Fachkompetenz stärken

### Maietta-Hatch-Kinaesthetics-Bildung

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Susanne Leinert*

Kinaesthetics ist die Lehre von der Bewegungsempfindung. Fast alle in unserer Gruppe hatten schon einmal einen Grundkurs besucht, irgendwann in der Vergangenheit, und vieles war bei uns auch dort geblieben – in der Vergangenheit.

Jetzt also der Aufbaukurs. Hoffentlich etwas motivierender und nachhaltiger – näher an der Praxis! Mit Ulrike Buschmann hatten wir eine Trainerin, die es schaffte, dass wir mit Spaß an die Sache herangingen.

Anfangs sollte jeder sagen, was er sich von dieser Fortbildung erhoffte, wo wir Schwierigkeiten hätten, Kinaesthetics-Wissen in den Arbeitsalltag einzubauen. Dabei stellte sich heraus, dass wir alle das gleiche Problem hatten. Viele Kollegen konnten nichts mit dieser Bewegungslehre anfangen und waren unsicher in der Anwendung. Uns fehlte die Unterstützung in der Praxis.

Dem einführenden Erfragen der Voraussetzungen und Erwartungen folgte der erste praktische Teil. Wir sollten uns hinlegen, drehen, auf dem Boden rollen, wieder aufstehen und das möglichst auf unterschiedliche Art und Weise. Es sieht schon sehr komisch aus, wenn eine Gruppe von circa 16 Teilnehmern sich auf dem Boden wälzt. Aber so spürten wir, wie komplex Bewegungen bei uns selbst ablaufen. Nur wer die Bewegungsabläufe kennt und versteht, kann mit Erfolg in Interaktion mit seinem Gegenüber gehen.

Es folgte eine Auffrischung schon bekannter Grundlagen. Hier wurde uns wieder bewusst, wie anspruchsvoll eine gute Bewegungsunterstützung ist. Es geht dabei nicht nur um die funktionale Anatomie und Bewegungsabläufe, sondern auch darum, welche Art von Anstrengung dafür zu erbringen ist und dazu um eine patientengerechte Umgebung.

In den insgesamt vier Tagen haben wir viel praktisch geübt. Es wurde gedreht, gelagert, transferiert, mobilisiert und immer wieder nachgefragt und herausgearbeitet, wie sich die Interaktion für den Patienten und uns selbst verbessern lässt. Was bei Ulrike Buschmann spielend leicht aussah, war es bei uns keinesfalls. Aber wir merkten nach und nach wie rüchenschonendes Arbeiten aussehen kann. Das spornte uns an. Und dann gingen wir in kleinen Gruppen mit Ulrike auf die Stationen, um unter Anleitung mit Patienten zu üben. Das war, was wir wollten, denn es ist etwas anderes, einen gesunden Menschen zu bewegen, als einen alten, kranken, ängstlichen oder schmerzgeplagten Patienten. Und wir kamen voran dabei.

Diese Fortbildung hat uns ein gutes Stück weiter gebracht, es klappt jetzt manches besser. Nicht zuletzt durch die Motivation von Ulrike Buschmann und viel verbaler Interaktion – außerdem haben wir viel gelacht!



Wir wünschen uns, dass alle Pflegenden auf den Stationen Gelegenheit bekommen, ihren irgendwann in der Vergangenheit absolvierten Grundkurs aufzufrischen. Wenn jeder immer wieder geschult wird, ist es leichter, den Gedanken der Kinaesthetics auf die Stationen zu tragen und dort praktisch umzusetzen. Das verhilft allen Pflegekräften zu einem rüchenschonenden Arbeiten – und den Patienten kommt es auch zugute.

### Ethik – ein Geländer fürs Gewissen

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Beate Wieschermann*

Im Mai 2014 haben Schwester Stefanie Scheer und ich das Seminar „Ethik im Alltag – Ein Geländer fürs Gewissen“ – besucht. Unsere Referentin, Sœur Ute Hampel, hat dabei hervorragend Spiritualität mit der Praxis verbunden und uns Möglichkeiten von ethischem Handeln im Alltag vor Augen geführt, die oftmals in der Hektik des Tagesgeschäfts verloren gehen. Die Ideale der Schwesternschaft, so wie sie in unserem Leitbild formuliert sind, stellen in dieser Hinsicht hohe Anforderungen. Es geht darum, den Menschen, die sich unserer Fürsorge anvertrauen, die menschliche Zuwendung zukommen zu lassen und ihnen mit der fachlichen Kompetenz zu begegnen, die sie mit Recht von uns erwarten.

Ebenso wichtig ist es, dass wir uns vom Gebot der Nächstenliebe leiten lassen. Das darf keine letztlich leere Phrase bleiben. Es geht darum, das Handeln im Alltag von gegenseitigem Vertrauen und vom Willen zu konstruktiver Zusammenarbeit leiten zu lassen. Und gerade deshalb ist es so wichtig, sich gelegentlich für ein paar Tage aus diesem Alltag herauszulösen und in Ruhe darüber nachzudenken, was das für jede von uns bedeutet.

Die in den Seminarablauf eingestreuten Besinnungsmomente haben uns sehr dabei unterstützt, den Alltag beiseite zu legen und uns auf das Thema Ethik einzulassen.

## CNE – ausgezeichnet!

*Ein Beitrag von Vivian Weber, Fördermitglied und Referentin der Johanniter-Schwesternschaft e. V.*

Seit 2013 bietet die Johanniter-Schwesternschaft ihren ordentlichen Mitgliedern die Möglichkeit, sich online mit CNE fortzubilden. Das Programm ist eine gelungene Kombination aus Print- und Online-Angeboten, die idealer Weise auch die innerbetriebliche Fortbildung ergänzen. CNE kooperiert mit dem Deutschen Pflegerat und ist als Bildungsmaßnahme im Rahmen der freiwilligen Registrierung beruflich Pflegenden anerkannt.

Im Februar 2015 wurde das Fortbildungsangebot CNE (Certified Nursing Education) mit dem Deutschen Bildungsmedienpreis „digita 2015“ ausgezeichnet. Die Jury lobte CNE als ein beispielgebendes, crossmediales Gesamtkonzept, das

einen überzeugenden Beitrag zur Sicherung von Professionalität und Qualität des Pflegepersonals leistet. Multimediale Angebote sind heute ein wichtiges Instrument der Fortbildung. Pflegende können mit individueller Zeiteinteilung ihr Fachwissen auffrischen und Lernerfolge nachweisen.

Das aktuelle Angebot von CNE, dessen „Außenseite“ unter [www.johanniter.de/die-johanniter/johanniter-schwesternschaft/aktuell/cne-portal](http://www.johanniter.de/die-johanniter/johanniter-schwesternschaft/aktuell/cne-portal) zu sehen ist, gibt es neben der Bibliothek und der Mediathek die Rubriken Fortbildung, Pflichtfortbildung, Fachbereich und Expertenrat.

Die Rubrik Fortbildung mit über 120 Lerneinheiten bietet acht Themenbereiche: Berufspolitik, Hygiene, Kommunikation, Medizin, Organisation, Pflegeintervention, Pflegewissenschaft und Recht. Die Rubrik Pflichtfortbildung umfasst Arbeitsschutz, Hygiene, Notfall, Brandschutz und Datenschutz. In der Rubrik Fachbereich können sechs Themen: Pflegemanagement, Intensivpflege und Anästhesie, Psychiatrische Pflege, OP-Pflege und OTA (operationstechnische Assistenten), Gesundheits- und Kinderkrankenpflege sowie Geburtshilfe bearbeitet werden. Für jeden davon sind pro Jahr sechs Schwerpunktthemen geplant.

In allen Lernbereichen besteht nach Anmeldung die Möglichkeit, Lernfortschritte mit rollierenden Fragebögen zu verfolgen und zu dokumentieren. Dem folgt direkt nach Absolvierung die Auswertung und Zertifizierung. Schwestern, die freiwillig beruflich registriert sind, erlangen pro bestandenen Test 3 Fortbildungspunkte.

Wertvolle Hilfe in allen Sach- und Fachfragen bietet der Expertenrat. Hier geben Fachleute schnelle Antworten auf „heiße“ Fragen, die einem umfangreichen Antwortenarchiv gesammelt werden, dass von jedem eingesehen werden kann.

## Ein Nachmittag mit GERT, dem Alterssimulationsanzug im Johanniterstift Meckenheim

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Christina Körner*

„Wie fühlt sich die Lebenswelt unserer Bewohner wohl an?“ fragen sich die Mitarbeiter und Ehrenamtlichen des Johanniterstifts Meckenheim häufig während ihres Dienstes für und mit den Senioren im Heim. Antworten darauf brachte eine Selbsterfahrung mit GERT, einem Alterssimulationsanzug, den zwölf der ehrenamtlich tätigen „Grünen Damen und Herren“ ausprobieren konnten, um die körperlichen Veränderungen alter Menschen besser zu verstehen.

GERT ist ein gerontologischer Testanzug und besteht aus verschiedenen Bandagen und Gewichtselementen, die die körperlichen Veränderungen des Alters nachspüren lassen. Eine speziell präparierte Brille ahmt Seheinschränkungen nach, während Kopfhörer eine Hochtonschwerhörigkeit simulieren.

GERT wurde der Johanniter-Schwesternschaft von der Rheinischen Genossenschaft des Johanniterordens zu Schulungszwecken in Johanniter-Einrichtungen gespendet.

Im Johanniterstift Meckenheim hatten Einrichtungsleiterin Johanniterschwester Sabine Steinbach und Pflegedienstleiterin Johanniterschwester Melanie Schneider einen kleinen Parcours aus Treppensteigen, Wäsche falten oder Zeitung lesen vorbereitet, der mit dem Alterssimulationsanzug zu bewältigen war und den Teilnehmern eindrücklich zeigte, inwieweit die alten Menschen auch bei kleinen Handlungen in ihrer Wahrnehmung und Beweglichkeit eingeschränkt sein können.



*Selbst ein Handtuch falten kann im Alter schwierig sein, erkennt hier gerade eine Teilnehmerin. (Foto: Christina Körner)*

Auch Frau Inge Seebens, die Leiterin der „Grünen Damen und Herren“ des Stifts war beeindruckt: „Das war für alle eine ganz außergewöhnliche, nachhaltige Erfahrung, die uns in unserer Arbeit mit den alten Menschen gut unterstützt“. Eine andere Teilnehmerin resümierte: „Jetzt verstehe ich viel besser, wie beschwerlich der Alltag der hier lebenden Senioren ist!“





## Kommunikation nach innen und nach außen

### Rüstzeug für die Bewältigung von Konflikten

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Nadine Schilling*

Die gemeinsame Arbeit mit Kolleginnen und Kollegen birgt in jedem Betrieb vielfältige Möglichkeiten für Missverständnisse und Konflikte. Wenn man dann nicht mit toten Gegenständen oder geduldigen Akten, sondern ganz direkt mit Menschen zu tun hat, vervielfältigen sich die möglichen Ursachen von Störungen.

Es ist also in unserem Beruf dringend erforderlich, Kenntnisse darüber zu erwerben, wie Konflikte entstehen, wie wir sie lösen oder schon im Aufkommen verhindern und wie wir als Leitungen unserer Verantwortung gerecht werden.

Die Fortbildungsveranstaltungen der Johanniter-Schwesterschaft haben mir dazu wertvolle Hilfe und Anleitung gegeben – und das auch noch gerade zu der Zeit, als ich sie konkret brauchte.

Das Seminar „Sich selbst und andere führen“ fand im August 2014 in Bonn statt. Hier konnten wir uns intensiv mit verschiedenen Modellen der Gesprächsführung, dem Umgang mit Blockaden und Widerständen, aber auch mit der eigenen Rolle in Gesprächen auseinandersetzen. Wir haben konkrete Situationen in Rollenspielen dargestellt und bei der anschließenden Nachbereitung herausgearbeitet, was gut, was vielleicht nicht so gelungen war und wie wir die Gesprächsführung gegebenenfalls optimieren können.

In eine ähnliche Richtung zielte ein zweites Seminar mit dem Titel „Aug‘ um Auge, Zahn um Zahn? – Über den Umgang mit Konflikten“ im September 2014. Auch hier analysierten wir gemeinsam mögliche im Arbeitsalltag auftretende Konfliktsituationen und -themen; wir hinterfragten die Rollen der Beteiligten und erarbeiteten Lösungs- und Vermeidungsansätze.



Beide Seminare zusammen haben mir wesentliches Rüstzeug dafür geliefert, die in der Arbeit unvermeidlich auftretenden Konfliktsituationen rechtzeitig zu erkennen und Maßnahmen zu treffen, um Zuspitzungen zu vermeiden und wieder eine gedeihliche Zusammenarbeit zu ermöglichen. Das gelingt zwar noch nicht in jedem Fall so, aber Fortschritte sind unverkennbar.

Was mich an beiden Seminaren außerdem fasziniert und gefesselt hat, war die sofortige Verbundenheit unter den Teilnehmern und den Dozenten sowie die Miteinbeziehung der Teilnehmerinnen, die der Schwesternschaft noch nicht angehören. Das „Du“ war hierbei nur einer der Faktoren, die dieses Gefühl vermittelte und auch noch lange anhielt.

Diese Seminare haben meinen Wunsch, noch lange ein Teil dieser Gemeinschaft sein zu können, mich mit anderen auszutauschen und auch meinen Beitrag zum Ganzen leisten zu können, enorm gesteigert. Ich freue mich auf die Zukunft, die wir miteinander erleben und gestalten dürfen.

### Sich selbst und andere führen

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Gela Spöthe*

„Da bin ich oft ratlos, wie ich mich da am besten verhalten soll“, war einer der Eingangskommentare zu dem Führungseminar in Bonn, an dem 15 Schwestern in Leitungsfunktionen teilnahmen.

Bereits in den ersten kurzen Zweiergesprächen konnten typische Erlebnisse des Alltags erzählt und ausgetauscht werden. Das Interesse der Schwestern bestand schwerpunktmäßig im Bereich der Eigenwahrnehmung und Selbststeuerung sowie in der Gesprächsführung in schwierigen Situationen. Dazu wurde von der Referentin, Birgit Billen, im theoretischen Teil das Modell der ressourcen- und lösungsorientierten Führung vorgestellt und mit knappen, eingängigen Merksätzen ergänzt, über deren Anwendung wir fleißig diskutierten und viele Beispiele aus täglicher Praxis dazu fanden. Zum ressourcen- und lösungsorientierten Ansatz gehört unter anderem die Anerkennung von Ressourcen bei Mitarbeitern. Wie eine ehrliche Anerkennung ausgedrückt werden kann, so dass sie gut zur Person und zur Situation passt, erarbeiteten wir anhand von Beispielen.

Am ersten Nachmittag beschäftigten wir uns in Kleingruppen mit dem Gedankenspiel „Wenn über Nacht ein Wunder geschähe, wie wäre meine Arbeitssituation dann morgen früh?“ Was wäre ideal und an welchen Kriterien wäre das zu erkennen? Diese Fragestellung förderte offensichtlich die ohnehin schon vorhandene positive Grundstimmung. Anhand der Skalierung („auf der Messlatte von 0 bis 10“) schätzten wir den eigenen Stand ein: wie weit sind wir schon auf dem Weg zum gedachten Idealzustand? Da fiel die Bewertung der eigenen Arbeitssituation deutlich besser aus, als wir das ansonsten bei den häufig so bedrückenden

Arbeitsbedingungen angenommen hätten. Ein toller Ansatz, der uns mehrfach zum Ausprobieren im Alltag anregte! In einem lustigen Spiel wurde anschließend die „Führung unter Gleichberechtigten“ unter eingeschränkten Kommunikationsbedingungen (blind und stumm) praktisch ausprobiert. Auch diese Erfahrung werteten wir im Vergleich zu den Alltagserlebnissen und der Eigenwahrnehmung aus. Der zweite Tag begann mit einem geistlichen Impuls und stand dann ganz im Zeichen der Gesprächsführung. Erlebte und noch bevorstehende Krisen- und Konfliktgespräche wurden in Kleingruppen vorbereitet, als Rollenspiele dargestellt und gemeinsam reflektiert. Misslungene Gesprächsverläufe konnten im zweiten Versuch als „Neuverfilmung“ erfolgreicher gestaltet werden. Gerade der Austausch über Wahrnehmungen und Eindrücke, Auftrag, Ziele und Lösungsansätze brachte dabei wesentliche Lerneffekte zutage. Im Plenum trugen wir Einfluss- und Erfolgsfaktoren für gelingende Gesprächsführung zusammen.

Das Seminar hat außerdem wieder gezeigt, wie intensiv, fröhlich und herzlich so ein Zusammentreffen von Johanniterschwestern ist, quer durch verschiedene Generationen, Funktionen und Arbeitsgebiete der stationären, ambulanten Pflege, Hospizpflege, Klinik und Schulbetrieb. Wir haben uns wiedergetroffen oder neu kennen gelernt, uns sofort gut miteinander verstanden. Eine Teilnehmerin aus der ambulanten Pflege, die als Gast dabei war, hatte ihre anfängliche Skepsis schnell überwunden: "hier haben mich alle ganz selbstverständlich aufgenommen."



### **Mitarbeit in Gremien – mitmischen statt zuschauen**

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Stefanie Esche*

Viele von uns haben schon einmal mit dem Gedanken gespielt, sich in einem Gremium zu engagieren, eine Führungsposition anzustreben oder in Gremien unserer oder anderer Einrichtungen mitzuarbeiten. Doch fehlen zuweilen – selbst bei Schwestern, die in Leitungsfunktionen tätig sind – die Erfahrung, die Sicherheit und das Rüstzeug um in Gremien „mitzumischen anstatt (nur) zuzuschauen“.

Genau darum ging in diesem Seminar, das am 2./3. Mai 2013 im Haus der Begegnung in Bonn stattgefunden hatte. Zielsetzung war, die hier teilnehmenden Führungskräfte für eine zielorientierte, möglichst ertragreiche und gestaltende Mitarbeit in Gremien fit zu machen.

Trainerin war Birgit Billen, die mit viel Engagement und Fachkompetenz die Fortbildungsinhalte vermittelte:

- Selbstbewusstes Auftreten in Gremien
- Klärung der Rollenerwartungen und Aufgaben
- Strukturen und Rahmenbedingungen von Gremienarbeit
- Grundlagen der Kommunikation in Gruppen
- Praktische Übungen zur Argumentation und Diskussion
- Umgang mit inneren Blockaden

Bei verschiedenen Rollenspielen wurden Fallbeispiele aus unserem Arbeitsalltags benutzt und dabei konkrete Erfahrungen ausgetauscht. Dabei haben wir manches gelernt, das wir in unserem Berufsalltag gut anwenden können.

Auf der Grundlage der bei diesem Seminar gemachten Erfahrungen möchte ich Mitschwestern an dieser Stelle ermutigen, sich fach- und berufspolitisch zu engagieren. Dieser Kurs liefert das dazu erforderliche Rüstzeug. Der Schwesternschaft und dem Förderverein sind wir sehr dankbar für gerade solche Seminare, für die außerdem noch 10 Fortbildungspunkte bei der Registrierungsstelle geltend gemacht werden können.





## Networking – PR in eigener Sache

*Ein Beitrag von Johanniterschwester Stefanie Scheer*

Ein toller Titel, so dachte ich, und ehe ich mich versah, war ich zur Fortbildung angemeldet. Das Thema sprach mich so sehr an, es zog mich förmlich in die Teilnehmerliste. Mein ursprüngliches Ziel war, etwas für mich zu tun, mehr Infos zu bekommen, Vernetzung im Alltag einfach besser umzusetzen. Dabei dachte ich noch mehr an mich privat, und mein persönliches Umfeld. Kaum am Seminarort angekommen und in die Materie eingestiegen merkte ich ganz schnell, die Inhalte gehen weit über diese Erwartungen hinaus und bieten mir gerade beruflich sehr viele Möglichkeiten.

Vier Wochen vor dem Seminar hatte ich die Position der Einrichtungsleitung im Johanniter-Stift Dortmund übernommen und dafür die vertrauten Strukturen sowie Netzwerke in Duisburg zurückgelassen. Da kamen mir die auf dem Seminar vermittelten Kenntnisse und Fertigkeiten gerade recht. Es bot enorm viele für mich wichtige und interessante Informationen, die ich dann auch mit Begeisterung aufnahm. Das brachte mir aber nicht nur unmittelbaren Nutzen. Ich traf dort auch viele nette Menschen, und wir hatten gemeinsam jede Menge Spaß.

Sofort nach dem Seminar begann ich in Dortmund, das Gelernte für professionelles Networking anzuwenden. Die Erfolge blieben nicht aus. Wir arbeiten nun in einem Geriatrie-Verbund mit, haben Verbindungen zu den unterschiedlichsten Stellen aufgenommen und nutzbar gemacht, haben eine neue Salsagruppe im Haus und stehen den noch kommenden Möglichkeiten offen gegenüber.

Herzlichen Dank an die Johanniter-Schwesternschaft für das kurzweilige Seminar mit vielen wertvollen Informationen und Erkenntnissen, die durch die Dozentin, Silke Krieg, sehr gut vermittelt worden sind.



## Schreibwerkstatt – Gewusst wie

*Ein Beitrag von Fördermitglied Stephan Ley*

Als Einrichtungsleiter des Johanniter-Stifts Köln-Kalk habe ich 2013 an der Fortbildung „Schreibwerkstatt“ der Johanniter-Schwesternschaft e.V. teilgenommen. Dort erfuhren wir, wie wir unsere Öffentlichkeitsarbeit gestalten müssen, um bei den Redaktionen überhaupt wahrgenommen zu werden. Offensive Pressearbeit ist wichtig, um die eigenen Aufgaben, Ziele und Projekte in der Öffentlichkeit bekannt zu machen, Goodwill in der Nachbarschaft zu organisieren und vielleicht auch die Spendenbereitschaft zu erhöhen. Genau das brauchen wir hier für unser Haus im Ballungsgebiet – dachte ich mir. So lernte ich in der Schreibwerkstatt in harter Arbeit, Pressemitteilungen selbst zu verfassen, Themen richtig anzubieten, Kernbotschaften und Leitsätze zu generieren. Abschließend erhielten wir eine Einführung in den Tagesablauf eines Journalisten, damit wir uns besser vorstellen können, unter welchen Bedingungen auf der „Gegenseite“ gearbeitet wird.

Zurück im Berufsalltag habe ich mich dann gleich an die Arbeit gesetzt. Ich formulierte nach Checkliste, wie gelernt, und schickte zwei bis drei Tage vor dem Ereignis am Vormittag meine Pressemitteilung mit einer knackigen Überschrift oder einem Vorspann als Eyecatcher an die lokale Presse. Damit hatte ich tatsächlich Erfolg ... und der ist uns bis heute erhalten geblieben!

Die Zahl unserer veröffentlichten Presseartikel ist deutlich gestiegen, und wir erreichen bessere Platzierungen. Das ist für uns als Stift im Ballungsgebiet von großer Bedeutung.

# Ich bin Johanniterschwester, weil ...

**Christina Körner:** „... ich diese spirituelle, professionelle Gemeinschaft so schätze. Sie hat mich vielfach an Weggabelungen meines Lebens begleitet und entscheidende Impulse gegeben.“

**Hannelore Hecklinger-Zachow:** „... ich das damals vor über 33 Jahren – wie auch heute noch – als Berufung, als Überzeugung empfunden habe.“

**Kristin Alders:** „... mich der Zusammenhalt der Johanniterschwestern und die tolle gemeinschaftliche Atmosphäre auf dem Johanniter-Schwesterntag so sehr beeindruckt hat.“

**Sabine Maetzel:** „... ich zu einer christlichen Gemeinschaft gehören möchte, für die das, was das achtspitzige Kreuz symbolisiert, richtungsweisend ist für alles Tun.“

**Anne-Lotte v. Ledebur:** „... ich im Laufe meiner nun fast 40-jährigen Zugehörigkeit in den unterschiedlichsten Phasen meines Berufslebens immer wieder Halt, Unterstützung, Rat und Trost gefunden habe. Auch heute, am Ende meiner beruflichen Laufbahn spielt die Schwesternschaft eine wichtige Rolle in meinem Leben und dafür bin ich sehr dankbar und froh, dass es diese wunderbare Gemeinschaft gibt.“

**Gela Spöthe:** „... es zur Zeit meines Examins an der Johanniter-Krankenpflegeschule beinahe selbstverständlich war, anschließend in die Schwesternschaft einzutreten. Ich habe diesen Schritt in 28 Jahren noch nicht bereut.“

**Iris Zota:** „... die Johanniter-Schwesterschaft immer die aktuellen gesundheitspolitischen Themen im Fokus hat, individuelle Förderung möglich ist, die bundesweite Vernetzung in der Gemeinschaft spitze ist!“

**Sabine Hustedt:** „... ich seit meiner Ausbildung im Johanniter-Krankenhaus Bonn vor über 30 Jahren in der Schwesternschaft immer auf Menschen treffe, mit denen ich eine gemeinsame Basis habe. Ob auf dem Schwesterntag oder bei Fortbildungsveranstaltungen, wir kennen uns oft vorher nicht, fühlen uns aber immer wohl miteinander, verbunden durch unseren Glauben und die darauf beruhende gleiche Einstellung zu unserer Arbeit, zu unseren Patienten und der herzlichen Art miteinander um zu gehen.“

**Petra Gieseke:** „... ich gerne mit Mitschwestern zusammenkomme. Es gibt mir das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Ich fühle mich gut aufgehoben.“

**Martina Höfert-Genzel:** „... ich es für sehr wichtig halte, Menschen mit gleicher Gesinnung in einer Gemeinschaft zu erleben, wie es mir die Schwesternschaft der Johanniter bietet. Sie hat außerdem ein wunderbares Netzwerk. Man findet

immer einen Ansprechpartner, erhält Hilfe bei Schwierigkeiten – oder kann selbst einer Mitschwester hilfreich zur Seite stehen. Bei den vielen Treffen im Laufe eines Jahres, sei es ein Regionaltreffen, der Schwesterntag oder eine Fortbildung, entsteht immer sofort ein Zusammengehörigkeitsgefühl. Ich gehe jedes Mal nach so einem gestärkt in den beruflichen Alltag zurück. Meine Entscheidung Johanniterschwester zu sein ist für mich ein großes Glück und stärkt mich immer wieder für meinen Alltag.“

**Katja Sonntag:** „... ich mich in dieser Gemeinschaft sehr wohl fühle und den kollegialen Austausch sowie das reichhaltige Fortbildungsangebot schätze.“

**Britta Kummer:** „... die Gemeinschaft mich stärkt und unterstützt und ich dies auch zurückgeben kann.“

**Brigitte Hörster:** „... mich während meiner Ausbildung die vielfach spürbare und gelebte christliche Nächstenliebe in der Pflege und in der Gemeinschaft im alten Johanniter-Krankenhaus sehr beeindruckt hat, ich dazu gehören wollte und mich bis heute sowohl „Die Johanniter“ in all ihren Facetten nicht loslassen als auch liebgewonnene und gewachsene Beziehungen mich in der Schwesternschaft halten.“

**Anna Gräfin v. Lüttichau:** „... ich eine christliche Schwesternschaft wollte; aber die Diakonissen mir zu strikt in ihren Regeln waren.“

**Christa Osada:** „... weil ich hier die Grundlagen gefunden habe, die mein tägliches Handeln prägen.“

**Nadine Schilling:** „... Gemeinschaft, Zusammenhalt und Vernetzung, gerade unter Miteinbeziehung christlicher Aspekte, heutzutage nur noch selten anzutreffen sind. Die Erlebnisse des Schwesterntages im vergangenen Jahr hatten mich sehr bewegt, geradezu beseelt und alsbald dazu geführt, Anwärtlerin zur Johanniterschwester zu werden.“

**Martina Theuner:** „... wir eine gute Gemeinschaft sind, es viele gute Fortbildungen gibt, wir uns gegenseitig stützen können, der Austausch untereinander Kraft gibt und ich schon viele nette Menschen kennengelernt habe. Dieses alles gibt mir Kraft für den anstrengenden und anspruchsvollen Alltag.“

**Susanne Leinert:** „... weil ich die herzliche Gemeinschaft liebe und den Austausch mit Gleichgesinnten.“

**Ingeborg Lucht:** „... weil hier der Mensch im Mittelpunkt steht; das ist für die Tätigkeit sehr wichtig. Es dreht sich alles um die Menschen, die zu pflegen sind und nicht um andere Dinge.“

**DIE  
JOHANNITER®**



**Aus Liebe zum Leben**