

Lernwegempfehlung P-2a

| | | |
|---|---|--|
| Zielgruppe Lernende: Fachpersonen aus dem Gesundheits- oder Sozialbereich mit mehrjähriger Berufserfahrung. | Setting und Dauer: Lerngruppe in physischer Präsenz, keine Vorbereitung durch Lernende, 90 bis 120 Minuten | Benötigte Materialien: <ul style="list-style-type: none">– Film «Alle für Anna. Anna für alle», technische Infrastruktur– Lernmaterialien MAT 4, MAT 5, MAT 6, MAT 7, MAT 8– Persönliches Notizmaterial Lernende, Flip-Charts, Stifte für Flip-Charts |
| Ziele der Lerneinheit: Die Lernenden ... <ul style="list-style-type: none">– ... erarbeiten ein Verständnis der Konzepte Selbstmanagement und Selbstmanagement-Förderung.– ... entwickeln eine positive Haltung gegenüber dem Konzept der Selbstmanagement-Förderung.– ... erkennen Möglichkeiten der Selbstmanagement-Förderung in der eigenen professionellen Tätigkeit. | | |
| Vorbereitung und Anpassung: Bitte beachten Sie die Hinweise im Dokument «Einführung und Überblick». | | |

Überblick Lerneinheit



Einleitung (20-25')

Eröffnung

Bei der Eröffnung der Lerneinheit sollen die Lernenden auf das in dieser Einheit zu behandelnde Thema aufmerksam gemacht werden:

Selbstmanagement-Förderung für Menschen mit chronischen nichtübertragbaren körperlichen und psychischen Krankheiten oder Sucht und deren Angehörige.

Verzichten Sie auf Definitionen oder Erklärungen. Laden Sie die Lernenden vielmehr ein, sich in der kommenden Lerneinheit dem Thema aufgrund von zwei Leitfragen anzunähern:

- Was ist Selbstmanagement und Selbstmanagement-Förderung?
- Was haben diese beiden Thematiken mit meiner professionellen Tätigkeit zu tun?

Lernlandkarte – kognitive Aktivierung

Nutzen Sie für diese Lernaktivität [MAT 4 | Lernlandkarte](#).

- Verteilen Sie die ausgedruckte Lernlandkarte (nutzen Sie Seite 3, in Format A3) an die Lernenden.
- Laden Sie die Lernenden ein, zu zweit anhand der halb-fertigen Lernlandkarte erste Vermutungen zu formulieren, was Selbstmanagement-Förderung ist und welche Ziele sie verfolgt.
- Bitten Sie in den letzten fünf Minuten dieser Lernaktivität die Lernenden auf, im Plenum ihre Vermutungen zu teilen. Sammeln Sie Thesen und Fragen, bspw. auf einem Whiteboard oder einem Flip-Chart.

In dieser Lernaktivität geht es um die kognitive Aktivierung. Es soll – wenn möglich – Vorwissen aktiviert werden und die Lernenden auf das Thema eingestimmt werden. Offene Fragen müssen noch nicht von Ihnen beantwortet werden. Weisen Sie die Lernenden vielmehr darauf hin, beim anschliessenden Sehen des Films eigene Antworten zu erarbeiten.

Film sehen (30'-40')

Kündigen Sie an, dass Sie gemeinsam einen Film über Selbstmanagement sehen. Bitten Sie die Lernenden, während des Sehens des Films selbstständig Ihre Lernlandkarte weiter zu ergänzen. Die Lernenden können dazu die Anregungen zur Erstellung von Lernlandkarten lesen.

Laden Sie die Lernenden ein, den Film durch Handzeichen zu unterbrechen. So können entstehende Fragen in den Unterbrechungen bearbeitet werden (zu zweit, im Plenum).

Starten Sie den Film.

Sollte es zu keinen Unterbrechungen durch die Lernenden kommen, können Sie zu den Zeitmarken 08:00 Minuten und 16:40 Minuten den Film unterbrechen und die Lernenden bitten, mögliche (Verständnis-)Fragen zu stellen.

Bearbeitung mit Fallbeispielen (30'-50')

Fallbearbeitung

Geben Sie den Lernenden nach dem Sehen des Films kurz Zeit, Ihre Lernlandkarte zu vervollständigen und zu zweit die Lernlandkarten zu vergleichen und ggf. zu diskutieren. (Ca. 5')

Schlagen Sie den Lernenden danach folgende Bearbeitungsmöglichkeiten (ca. 20'-40') vor:

1. Die Lernenden arbeiten an eigenen Fallbeispielen (zu zweit oder dritt). [MAT 7 | Vorlage Fallvignette](#) dient dabei als Unterstützung, um den Fall nach Möglichkeiten für die Selbstmanagement-Förderung zu befragen.
2. Die Lernenden arbeiten mit fremden Fallbeispielen (zu zweit oder dritt). Verteilen Sie dazu [MAT 5 | Gelungene Fallbeispiele](#) und/oder [MAT 6 | Offene Fallbeispiele](#)

Abschluss (10-15')

In der letzten Lernaktivität geht es darum, ein – vorläufiges – Fazit zu ermöglichen. Dabei wird sich wahrscheinlich zeigen, dass unterschiedliche Aspekte des Konzeptes «verstanden» wurden und weitere Fragen offen sind, die Sie an dieser Stelle nicht beantworten müssen.

Blitzlicht x3

Blenden Sie auf einem Flip-Chart, auf dem Whiteboard oder einer Folie folgende drei Aussagen vor:

1. «Dieser Aspekt über Selbstmanagement/Selbstmanagement-Förderung war mir neu»
2. «Diese Frage ist für mich noch offen»
3. «Das nehme ich mir konkret für meine professionelle Tätigkeit vor, um Selbstmanagement zu fördern»

Bitten Sie die Lernenden zu einer der obigen drei Aussagen eine eigene Aussage als Resümee zu formulieren und mündlich mit dem Plenum zu teilen.

Verteilen Sie den Lernenden zum Abschluss [MAT 8 | Vertiefende Informationen](#), welches Möglichkeiten zur eigenständigen Vertiefung bietet.