

Berufsfachschule für Logopädie
der Ev. Krankenhaus Alsterdorf gGmbH
im Werner Otto Institut

Studienarbeit

Resilienz in der logopädischen Ausbildung (Berufsfachschule)

Verfasserinnen: Theresa Lenzen Alena Wolf
 tete20000@web.de wolf.alena@gmx.de

Betreut von: Merle Wollert
 Svenja Kleinpaß, B. Sc.
 Brigitte Fehrer, B. Sc.

Hamburg, 22.05.2023

Resilienz in der logopädischen Ausbildung (Berufsfachschule)

Autorinnen: Theresa Lenzen
Alena Wolf

Studienarbeit der Berufsfachschule für Logopädie der Ev. Krankenhaus Alsterdorf gGmbH im Werner Otto Institut

Für diese Studienarbeit bestand die Idee, eine Unterrichtseinheit zum Thema Resilienz zu entwerfen. Aktuell gibt es nur wenige Daten bezüglich der Resilienz von Menschen in logopädischer Ausbildung. Zudem war es den Autorinnen wichtig, die persönlichen Kompetenzen sowie die eigenen Strategien zur Bewältigung von Krisen der Auszubildenden zur Logopäd*in¹ bereits in der Ausbildung zu stärken, um einem möglichen Burn-out während der Ausbildungszeit und im späteren Berufsleben vorzubeugen.

Diesbezüglich kam die Frage auf, welche Aspekte zur Veranschaulichung von Resilienz sowie Resilienz-fördernder Faktoren, im Rahmen der Ausbildung, in der Unterrichtseinheit vorhanden sein müssen.

Zuerst wurde eine Unterrichtseinheit anhand praktischen Vorwissens der Expertin Ina Kimmel, Logopädin (M.A.) und systemischer Coach (DGfC), (Interview) und bereits bestehender Fachliteratur entworfen. Diese Unterrichtseinheit wurde daraufhin im Kurs 21 der Berufsfachschule für Logopädie der Ev. Krankenhaus Alsterdorf gGmbH durchgeführt. Mithilfe eines Fragebogens wurde zunächst vor der Unterrichtseinheit evaluiert, inwiefern die Teilnehmenden bereits im Vorhinein Kontakt zu Resilienz und diesbezüglich fördernder Methoden hatten (privat/Ausbildung). Der zweite Teil des Fragebogens wurde nach dem Vortrag von den Auszubildenden ausgefüllt. Hierin wurde erhoben, inwiefern das Thema durch die Unterrichtseinheit greifbarer wurde und ob die Teilnehmenden sich vorstellen können, dass sie auf Resilienz-fördernde Methoden zurückgreifen könnten.

Die Auswertung bestätigt, dass für die Auszubildenden durch die Unterrichtseinheit ein besserer Einblick in die Resilienz und deren Methoden geschaffen werden konnte. Des Weiteren kam der Wunsch in Kurs 21 auf, dass dieser Vortrag in den nachfolgenden Kursen weiterhin durchgeführt werden soll. Die Ergebnisse können zur Planung weiterer Vorträge o.Ä. zum Thema Resilienz herangezogen werden und so bestenfalls die Selbstfürsorge der Auszubildenden stärken.

Schlüsselwörter: Resilienz, Selbstfürsorge, psychische Widerstandsfähigkeit, Stress, Burn-out, Ausbildung, Logopädie, Unterrichtseinheit, praktische Übungen

Kontakt: tete20000@web.de (Theresa Lenzen), wolf.alena@gmx.de (Alena Wolf)

¹ Im Folgenden wird mittels eines * gegendert oder genderneutrale Sprache genutzt. Alle Geschlechter sollen hierdurch gemeint sein.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	I
Abbildungsverzeichnis	II
Tabellenverzeichnis	II
Abkürzungsverzeichnis	III
1. Einleitung	1
2. Theoretischer Hintergrund: Resilienz in der logopädischen Ausbildung	3
2.1. Definition Resilienz.....	3
2.1.1. Personale Ressourcen: Resilienzfaktoren	4
2.1.1.1. Selbst- und Fremdwahrnehmung	4
2.1.1.2. Selbstwirksamkeit(-serwartung)	5
2.1.1.3. Selbststeuerung/-regulation	5
2.1.1.4. Soziale Kompetenz	6
2.1.1.5. Problemlösefähigkeit.....	6
2.1.1.6. Adaptive Bewältigungskompetenz	7
2.2. Bedeutung der Resilienz innerhalb der logopädischen Ausbildung.....	8
3. Methodik.....	11
3.1. Planung der Unterrichtseinheit im K21 der BfL	12
3.1.1. Bedingungsanalyse	13
3.1.1.1. Lernende	13
3.1.1.2. Lehrende	14
3.1.1.3. Schule	15
3.1.1.4. Unterrichtszusammenhang	16
3.1.1.5. Zusammenfassung.....	17
3.1.2. Didaktische Strukturierung.....	18
3.1.2.1. Inhaltliche Überlegungen und Entscheidungen	18
3.1.2.2. Methodische Überlegungen und Entscheidungen	21
3.1.3. Stundenlernziele	25
3.2. Erstellung des Fragebogens	26
4. Ergebnisse und Diskussion.....	29
5. Zusammenfassung, Fazit und Ausblick.....	32
6. Literaturverzeichnis.....	34
Anhang.....	36

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Resilienzfaktoren	4
Abb. 2: "Energiefresser & Energiegeber" von K21	29

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: Deckblatt des Stundenrasters	12
Tab. 2: Auswertung des Fragebogens (Teil 1)	30
Tab. 3: Auswertung des Fragebogens (Teil 2)	31

Abkürzungsverzeichnis

BfL: Berufsfachschule für Logopädie der Evangelisches Krankenhaus
Alsterdorf gGmbH

i.A. a.: in Anlehnung an

insb.: insbesondere

ISA: Intensive Sprachtherapie bei Aphasie (Wollert & Kleinpaß, 2019)

K21: Kurs 21

LogAPrO: Logopädische Ausbildungs- und Prüfungsordnung

o.g.: oben genannt

UE: Unterrichtseinheit

1. Einleitung

Während der fachpraktischen Ausbildung in therapeutischen Gesundheitsberufen (Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie) behandeln Studierende bereits im ersten Studienjahr eigene Patienten mit Unterstützung von Lehrenden mittels Ausbildungssupervision oder Praxisanleitung. Dabei werden sie zwangsläufig als Novizen im Bereich Therapie mit eigenen inneren Unsicherheiten in Lernkrisen und Stresssituationen gestürzt [...]. Auch mit Krisen von Patienten [...] kommen sie immer wieder in Kontakt. Manche Studierende scheitern an diesen Herausforderungen, werden psychisch oder physisch krank und brechen das Studium ab, andere wiederum gehen gestärkt aus diesen Problemsituationen heraus und wachsen in ihrer therapeutischen Rollenfindung und Kompetenz. Hier stellt sich die Frage: Warum gelingt es den einen und den anderen nicht? (Degenkolb-Weyers, 2016, S.1).

Eine mögliche Antwort auf diese Frage umfasst die sog. Resilienz. Diese beschreibt die psychisch gesunde Entwicklung trotz „gravierender Belastungen oder widriger Lebensumstände“ (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.9). Nach Degenkolb-Weyers (2016, S.1) starten angehende Therapeut*innen in ihre praktische Ausbildung ohne jegliche professionelle Vorbereitung im Bereich Resilienz. Die Autorinnen dieser Studienarbeit haben dies selbst in der Ausbildung zur Logopädin erlebt. Insbesondere (insb.) im ISA-Projekt (Intensive Sprachtherapie bei Aphasie, Wollert & Kleinpaß, 2019) der Berufsfachschule für Logopädie der Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf gGmbH, Hamburg (BfL) gab es einige emotional belastende Situationen, in denen sie an ihre therapeutischen und persönlichen Grenzen stießen. Diese waren für die Verfasserinnen dieser Arbeit der ausschlaggebende Punkt, um sich selbst im Rahmen der Ausbildung mit Resilienz auseinanderzusetzen. Im Zuge dessen entstand später die Idee, anderen Auszubildenden ebenfalls einen Einblick in das Thema zu geben und sie dahingehend zu sensibilisieren.

Bei der Literaturrecherche ist aufgefallen, dass es zur aktuellen Forschung in Bezug auf Resilienz in therapeutischen Gesundheitsberufen, insb. der Logopädie, kaum Literatur gibt. Dabei ist das Thema in den letzten Jahren in den Medien zunehmend in den Vordergrund gerückt und auch für die Berufsgruppe der Logopäd*innen relevanter denn je. Als Gründe hierfür können Fachkräftemangel und damit ein einhergehendes erhöhtes Arbeitspensum genannt werden (vgl. Kimmel, 2022, Z.564). Diese wiederum können dazu führen, dass emotionale Belastungen steigen, da kaum Zeit bleibt, sich intensiver mit den entsprechenden Situationen und der eigenen Selbstfürsorge innerhalb des Berufslebens auseinanderzusetzen.

Im Rahmen dieser Studienarbeit wird der Fokus auf Resilienz innerhalb der Ausbildung gelegt.

Um möglichen psychischen Erkrankungen bereits während der Ausbildung prophylaktisch vorzubeugen (vgl. Degenkolb-Weyers, 2016, S.1), ist es wichtig, sich in dieser Zeit mit dem Thema Resilienz inhaltlich auseinanderzusetzen und hilfreiche Werkzeuge zur Steigerung der eigenen psychischen Widerstandskraft zu erlernen. Diese kann die Bewältigung mit belastenden Situationen erleichtern und einem möglichen Burn-out vorbeugen.

Daher ist das Ziel dieser Studienarbeit, das Thema "Resilienz" innerhalb der Ausbildung intensiver zu beleuchten und mit den Auszubildenden mögliche Strategien zum erleichterten Bewältigen von schwierigen Situationen im (Berufs-)Alltag zu erarbeiten. Aus diesem Grund stellt sich folgende Fragestellung:

*Inwiefern kann eine selbst erstellte Unterrichtseinheit zum Thema 'Resilienz' angehende Logopäd*innen im 2. Ausbildungsjahr der BfL Hamburg, EKA gGmbH in der Entwicklung einer gesunden beruflichen Resilienz unterstützen, gemessen anhand eines quantitativ-subjektiven Fragebogens, dessen erster Teil vor und dessen zweiter Teil nach der Unterrichtseinheit von den Teilnehmenden ausgefüllt wird?*

Zur Beantwortung dieser Fragestellung werden zunächst der Begriff "Resilienz", sowie deren Merkmale näher definiert und erläutert, warum sie für den logopädischen Berufsalltag und speziell für die Ausbildung einen hohen Stellenwert haben sollten. Im weiteren Verlauf wurde dies anhand einer selbsterstellten Unterrichtseinheit (UE) von 60 Minuten im Kurs 21 (K21) der BfL erprobt. Um zu evaluieren, ob eine UE zum Thema Resilienz in der logopädischen Ausbildung weiterhin eine sinnvolle Ergänzung zum bereits vorhandenen Curriculum (vgl. Ausbildungs- und Prüfungsordnung für Logopäden (LogAPrO, 1980)) ist, wurden die Teilnehmenden mittels eines quantitativ-subjektiven Fragebogens befragt, dessen erster Teil vor, und dessen zweiter Teil nach der UE auszufüllen war. Die Erstellung des Fragebogens, sowie die Ausarbeitung der UE werden im methodischen Teil näher beleuchtet. Im Anschluss daran werden die Ergebnisse des Fragebogens diskutiert. Abschließend wird ein Fazit gezogen und ein Ausblick gegeben.

2. Theoretischer Hintergrund: Resilienz in der logopädischen Ausbildung

Im folgenden Abschnitt wird zunächst der Begriff „Resilienz“ definiert und eingegrenzt. Daraufhin wird tiefergehend auf die personalen Ressourcen und die damit verbundenen Resilienzfaktoren eingegangen. Im letzten Part des theoretischen Teils wird der Fokus auf die derzeitige Bedeutung von Resilienz innerhalb der Ausbildung zur Logopäd*in gelegt.

2.1. Definition Resilienz

In der Literatur gibt es diverse Definitionen von Resilienz. Zur Veranschaulichung wird in dieser Studienarbeit v.a. auf die Definition von Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (2022) zurückgegriffen.

Im Allgemeinen wird der Begriff Resilienz von dem englischen Wort „resilience“ abgeleitet. Jenes lässt sich als „Widerstandsfähigkeit“ oder „Elastizität“ ins Deutsche übersetzen (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.10). Somit bezeichnet Resilienz die psychische Widerstandsfähigkeit einer Person. Im engeren Sinne beschreibt sie „die Fähigkeit von Menschen [...], Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen“ (Welter-Enderlin, 2012; zitiert nach ebd., S.10). „Nach der Konzeptualisierung von Resilienz als Fähigkeit zur Regeneration (»recovery«) gelten solche Individuen als resilient, die von einem Stressor zwar kurzfristig belastet sind, jedoch nach einiger Zeit ohne größere Probleme wieder in ihren Alltag zurückfinden“ (Bengel & Lyssenko, 2012, S.25). Die Definition von Stressoren wird im Rahmen des Kapitels 2.1.1.6 aufgegriffen.

Des Weiteren ist wichtig zu erwähnen, dass Resilienz über die Lebensspanne einer Person variabel ist. Dabei ist sie abhängig von „Erfahrungen und bewältigten Ereignissen“ (Opp & Fingerle, 2008; Rutter, 2000; Scheithauer et. al., 2000; zitiert nach Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.10). Dementsprechend ist Resilienz ein „dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess“ im Verlauf des Lebens (Wustmann, 2016; zitiert nach ebd., S.10).

Darüber hinaus ist Resilienz abhängig von Schutz- und Risikofaktoren. Diese sind korrelierend (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.20). Risikofaktoren beschreiben Lebensumstände, die sich potenziell negativ auf die Psyche des jeweiligen Individuums auswirken können. Risikofaktoren sind gleichzusetzen mit Stressoren, wobei es individuell ist, was von einer Person als Stressor empfunden wird

(Kimmel, 2022, Z.73-75). Schutzfaktoren beschreiben hingegen protektive Faktoren. Diese teilen sich in personale und soziale Ressourcen auf (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.28 ff.). Personale Ressourcen sind vom Individuum ausgehende Ressourcen, während soziale Ressourcen aus dem sozialen Umfeld des Individuums stammen (vgl. ebd., S.30).

2.1.1. Personale Ressourcen: Resilienzfaktoren

Laut Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2022, S.42) zeigen Langzeitstudien, “dass auf personaler Ebene sechs Kompetenzen besonders relevant sind, um Krisensituationen, aber auch Entwicklungsaufgaben und weniger kritische Alltagssituationen zu bewältigen”. Um die Fragestellung weiter beantworten zu können, werden diese sechs Kompetenzen (im Folgenden: “Resilienzfaktoren”) nach Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2022, S.41 ff.) kurz anhand der folgenden Abbildung 1 näher beleuchtet.

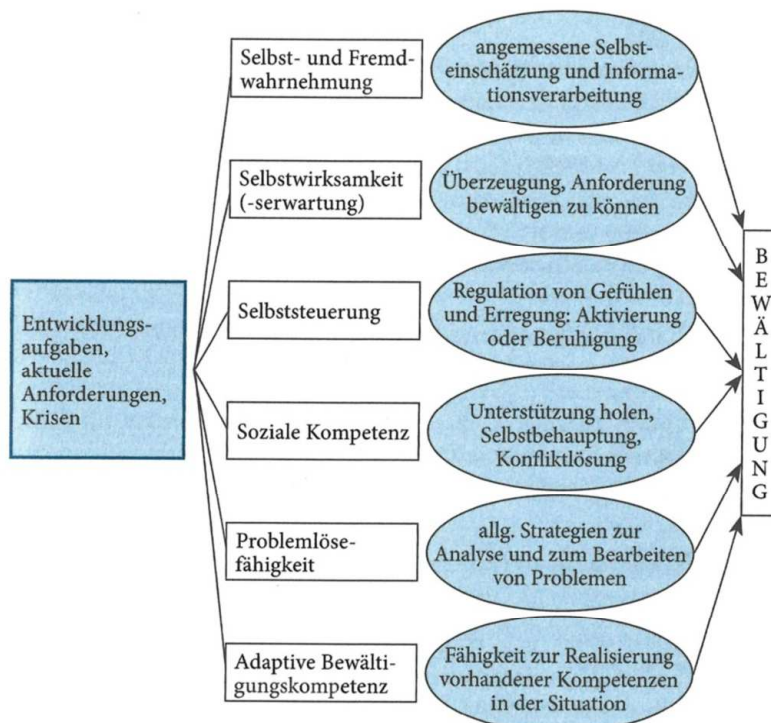


Abb. 1: Resilienzfaktoren (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.43)

2.1.1.1. Selbst- und Fremdwahrnehmung

Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2022, S.44) stellen heraus, dass die Selbstwahrnehmung “die ganzheitliche und adäquate Wahrnehmung der Emotionen und Gedanken [...] [von der eigenen Person]” umfasst. Des Weiteren sei die Fremdwahrnehmung ein wichtiger Aspekt: “Gleichzeitig ist es wichtig, sich selbst

dabei zu reflektieren, d.h., sich zu sich selbst in Beziehung setzen zu können und andere Personen ebenfalls angemessen wahrzunehmen und sich ins Verhältnis zu ihrer Wahrnehmung zu setzen“ (ebd., S.44).

Die Autor*innen beschreiben zudem drei Punkte, die innerhalb der Selbst- und Fremdwahrnehmung zusammenspielen: Das “Selbst-Konzept”, die “Selbst-Wahrnehmung im engeren Sinne” sowie die “Selbst-Reflexivität” (ebd., S.44). Um die Fragestellung dieser Studienarbeit möglichst nahe beantworten zu können, werden diese Punkte hier nur genannt und nicht weiter ausgeführt.

Somit haben Menschen, die eine hohe Selbst- und Fremdwahrnehmung aufweisen, bereits eine “wichtige Grundlage [u.a.] [...] für das Herangehen an neue Aufgaben und das Bewältigen von Schwierigkeiten und Problemen” (ebd., S.43).

2.1.1.2. Selbstwirksamkeit(-serwartung)

Im Kontext der Resilienz bedeutet Selbstwirksamkeit, dass die jeweilige Person “Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und verfügbaren Mittel” hat und “die Überzeugung [zeigt], ein bestimmtes Ziel auch durch Überwindung von Hindernissen erreichen zu können” (ebd., S.46). Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (2022, S.46) gehen davon aus, dass die Selbstwirksamkeit bzw. das Erleben dessen durch die eigenen Erwartungen beeinflusst wird, ob die eigene Handlungsweise “zu Effekten führt oder nicht”. Jene “steuern schon im Vorhinein das Herangehen an Situationen und Aufgaben, [und] damit auch die Art und Weise der Bewältigung” (ebd., S.46). Daher ist es von großer Bedeutung, dass selbstwirksame Menschen eigene Strategien entwickeln und auf “alte” zurückgreifen können, um belastende Situationen bestmöglich bewältigen zu können (ebd., S.48). Selbstwirksame Menschen können zudem bereits angeeignete Strategien “auf andere Situationen übertragen” (ebd., S.48).

2.1.1.3. Selbststeuerung/-regulation

Dieser Resilienzfaktor ist so zu verstehen, dass Menschen “emotional flexibel auf unterschiedliche Belastungssituationen reagieren [...] können” (ebd., S.49). Das bedeutet, dass resiliente Individuen die eigenen Gefühle und Emotionen in belastenden Situationen “aufrecht [...] erhalten” sowie “deren Intensität und Dauer selbstständig [...] beeinflussen bzw. kontrollieren [...] können” (Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S.18). Zur Selbstregulation gehört auch, eigene “Strate-

gien zur Selbstberuhigung und Handlungsalternativen“ zu kennen und zu wissen, welche akut sinnvoll einsetzbar sind (ebd., S.18).

2.1.1.4. Soziale Kompetenz

Die soziale Kompetenz beinhaltet v.a. das Kennen sowie Nutzen der eigenen Ressourcen während zwischenmenschlicher Interaktionen. Hierbei sind Individuen mit sozialer Kompetenz in der Lage, interpersonelle “Situationen ein[zu]schätzen” und Empathievermögen zu zeigen. Zusätzlich besitzen sie die Fähigkeit zur Selbstbehauptung, was sich besonders auf Konfliktsituationen positiv auswirken kann, da diese adäquat gelöst werden können (ebd., S.18 f.). Des Weiteren umfasst die soziale Kompetenz, dass die jeweilige Person aktiv auf andere Menschen zugehen, und ein, den gesellschaftlichen Normen entsprechend, angemessenes Gespräch führen kann (ebd., S.19). Ebenso fällt unter diesen Resilienzfaktor, dass sich die betreffende Person aktiv Unterstützung holt, sofern sie diese benötigt (ebd., S.19).

Weiterhin beschreiben Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (2022, S.50 f.), dass diese Kompetenz davon abhängig ist, welche Erfahrungen die jeweilige Person bereits im Verlauf ihres Lebens sammeln konnte sowie die Situation, in der sich die Person befindet. “[...] wichtige Elemente sind hier die Art und Bedeutung der jeweiligen sozialen Gruppe, die geltenden Normen und Regeln, aber auch die Komplexität der Situation” (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.51).

2.1.1.5. Problemlösefähigkeit

Unter der Problemlösefähigkeit wird die Kompetenz verstanden, “[...] komplexe, fachlich nicht eindeutig zuzuordnende Sachverhalte gedanklich zu durchdringen und zu verstehen, um dann unter Rückgriff auf vorhandenes Wissen Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, zu bewerten und erfolgreich umzusetzen” (Leutner et al., 2005, S.125; zitiert nach Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.54). Darüber hinaus beschreiben Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (2022, S.54) diese Kompetenz so, dass sie individuell in den verschiedenen Lebensbereichen einsetzbar ist. Die Problemlösefähigkeit „ist notwendig, um Schwierigkeiten bewältigen zu können [...]“. Dabei kommt es auch darauf an, in besonders belastenden Situationen Entscheidungen treffen zu können” (ebd., S.54).

2.1.1.6. Adaptive Bewältigungskompetenz

Der sechste und letzte Resilienzfaktor beleuchtet den möglichst effektiven Umgang mit Stress. Letzterer entsteht, sobald "die Anforderungen [der Lebensumstände] die Anpassungsfähigkeiten der Person übersteigen und ein Ungleichgewicht zwischen Person und Umwelt besteht" (Faltermaier, 2017; zitiert nach ebd., S.52). Darüber hinaus kann Stress in drei unterschiedliche Faktoren (=Stressoren; vgl. Kimmel, 2022, Z.75) unterteilt werden: kritische Lebensereignisse, alltägliche Belastung sowie Entwicklungsaufgaben (Faltermaier, 2017; zitiert nach Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.53). Die Autor*innen (ebd., S.53) gehen davon aus, dass eine Häufung von Stressoren zu einer Überforderung führt und daraus resultierend die eigenen Möglichkeiten zur Bewältigung von stressigen Situationen nicht mehr ausreichend bedient werden können.

Hierbei ist wichtig zu nennen, dass Stressoren bzw. die jeweiligen Situationen von Person zu Person unterschiedlich aufgefasst werden, basierend auf bisherigen Lebenserfahrungen, den Möglichkeiten der kognitiven Informationsverarbeitung, Verstehen von Situationen, sowie den Fähigkeiten zur Emotionsregulation bzw. Selbststeuerung (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.53). Stress ist also immer subjektiv zu bewerten (vgl. Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S.19). Um die entsprechenden Stressoren in den jeweiligen Situationen bestmöglich bewältigen zu können, ist es von Vorteil, wenn diese von der Person angemessen eingeschätzt, bewertet sowie reflektiert werden können (ebd., S.19).

Dabei können infolgedessen "flexible Copingstrategien je nach Ausgangslage" Anwendung finden (Rönnau-Böse, 2013, S.96; zitiert nach Fröhlich-Gildhoff & Rönnau Böse, 2022, S.52). Laut den Autor*innen (ebd., S.52) kann die betroffene Person, zur Lösung der stressigen Situationen aktiv an diese herangehen, indem sie Copingstrategien anwendet, wie z.B. das Herbeischaffen von Informationen, um die Situation besser bewerten zu können, "sich Unterstützung [aus dem eigenen Umfeld] zu holen" oder sich direkt mit dem vorliegenden Problem auseinander zu setzen. Darüber hinaus merken Rönnau-Böse und Fröhlich-Gildhoff (2015, S.19) an, dass die betroffene Person die persönlichen Grenzen sowie die eigenen Kompetenzen kennen sollten um sich dann aktiv Unterstützung suchen zu können.

Die oben genannten (o.g.) Resilienzfaktoren stehen eng miteinander in Verbindung (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.42). Diesbezüglich stellen Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (ebd., S.42) als Beispiel heraus, dass zum Aufbau von sozialen Kompetenzen sowohl die eigene Selbst- und Fremdwahrnehmung als auch eine gute Fähigkeit zur Selbststeuerung Voraussetzung sind. Daher ist die getrennte Veranschaulichung der Resilienzfaktoren zur Einführung in die Thematik sinnvoll, sie sollten jedoch in ihrer Gesamtheit beleuchtet werden, um "der Komplexität des Seelenlebens [...] gerecht" zu werden (Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2022, S.42).

Abschließend lässt sich festhalten, dass die „[...] grundsätzliche Übereinstimmung aller Definitionen [von Resilienz darin] liegt [...], dass Menschen oder Systeme Irritationen und Störungen ertragen [...] und sich in einer angemessenen Zeit wieder an die veränderte Situation anpassen können. Mit dieser Anpassung vollzieht sich ein Lernprozess, der belegt, dass Resilienz lernbar und entwickelbar ist. Es bedeutet auch, dass Resilienzförderung immer mit Erfahrungen von Risiko oder Krisen verbunden sein wird“ (Degenkolb-Weyers, 2016, S.4).

2.2. Bedeutung der Resilienz innerhalb der logopädischen Ausbildung

Wie in der Definition bereits erwähnt, ist Resilienz eine flexible, erlernbare und weiterentwickelbare Fähigkeit. Dementsprechend ist sie auch für angehende Logopäd*innen erlernbar. Aber warum ist Resilienz für den Beruf der Logopäd*in eigentlich so wichtig?

Um diese Frage näher zu beantworten, führten die Autorinnen dieser Studienarbeit vorab ein informelles Interview mit der Expertin Ina Kimmel (Logopädin (M.A.) & systemischer Coach (DGfC)), um weiteres theoretisches und praktisches Fachwissen heranzuziehen (vgl. Anhang A & B). Jene beschäftigt sich v.a. innerhalb des Therapeut*innen-Berufes der Logopäd*in mit dem Thema Resilienz.

Resilienz beschreibt bekanntlich die psychische Widerstandsfähigkeit einer Person im Bezug auf Krisen, die sie im Laufe ihres Lebens zu bewältigen hat. Diese Krisen gibt es aber nicht nur im privaten Umfeld, sondern auch im logopädischen Kontext. Gerade in der Ausbildungszeit stehen die Berufsfachschüler*innen noch am Anfang ihrer beruflichen Erfahrungen. Wie Degenkolb-Weyers (2016, S.1) in ihrer Arbeit schreibt, werden sie in diesem Rahmen mit Lernkrisen und verschiedensten stressigen Situationen konfrontiert, wie z.B. „Frustration, Konflikte,

Ungeduld, Tod, Umgang mit Palliativpatienten, ethische Fragestellungen [...] schwere Behinderung, Trauer, Schmerz, Familien mit behinderten Kindern, etc.“. Zudem ist es kein Geheimnis, dass jede*r Studierende, aufgrund von „eigenen inneren Unsicherheiten“, anders auf entsprechende Umstände reagiert (ebd., S.1). Herauszufinden gilt es, wie die Auszubildenden diese Gegebenheiten, trotz der individuellen psychischen Hintergründe, adäquat bewältigen können. „Bedeutsam [hierfür] ist, wie die [betroffene] Person selbst die Situation subjektiv wahrnimmt, interpretiert und ob und wie sie sich damit auseinandersetzt“ (Schmidthermes, 2009, S.17; zitiert nach ebd., S.6). Dabei ist es laut Kimmel (2022, Z.32-34) vollkommen legitim, dass gewisse Situationen erstmal „verunsicher[n] [...], traurig [...] mach[en] [...]“ bzw. belastend sind, solange die betroffene Person dann aktiv damit umgeht und bspw. „überlegt was [...] [ihr] jetzt nützen [könnte]“. Um also „in krisenhaften Situationen handlungsfähig zu bleiben“ ist „Resilienzkompetenz“ von großer Bedeutung (Degenkolb-Weyers, 2016, S.23).

Dennoch finden sich derzeit in der LogAPrO (1980), welche 2019 zuletzt aktualisiert wurde, weder im theoretischen noch im praktischen Curriculum Resilienzfördernde Maßnahmen. Dabei wurde die mangelnde Resilienz-Förderung bereits vor Fertigstellung der LogAPrO (1980) in der Fachliteratur thematisiert, der Begriff wurde erstmals durch Jack Block im Jahr 1977 definiert (vgl. Thun-Hohenstein et al., 2020, S.8).

In der Anlage zur praktischen Ausbildung sind unter dem Punkt „Praxis der Logopädie“ lediglich „Übungen zur Befunderhebung, Übungen zur Therapieplanung [sowie die] Therapie unter fachlicher Aufsicht und Anleitung“ zu finden (LogAPrO, 1980). Laut dieses Lehrplans sind, für die praktische Ausübung des Berufs der Logopäd*in also exklusiv die fachlich-methodischen Kompetenzen von Relevanz. Dabei schreibt bereits Schmidbauer (1977, S.7), dass in „allen sozialen Berufen [...] die eigene Persönlichkeit das wichtigste Instrument [ist und, dass] die Grenzen ihrer Belastbarkeit und Flexibilität [...] zugleich die Grenzen unseres Handelns“ sind. Nicht ohne Grund erkennt er in seiner Schrift an, dass in keinem der helfenden Berufe (wie z.B. Sozialarbeiter*innen, Psycholog*innen, Logopäd*innen etc.) die Ausbildungsordnung mehr verlangt, als die Vermittlung „kognitive[r] Konzepte, praktische[r] Fertigkeiten und ethische[r] Normen. Die Auseinandersetzung mit den Wünschen und Ängsten, mit der gefühlshaften Seite der Arbeit mit Menschen, wird dem Zufall überlassen“ (ebd., S.7 f.).

Formeln wie „Nur wer sich gut um sich selbst kümmert, kann sich auch gut um andere kümmern“ haben, laut Schmidbauer (1977, S.11) zwar keine Allgemeingültigkeit, jedoch, nach Ansicht der Autorinnen dieser Arbeit, auf längerfristige Sicht ein hohes Maß an Berechtigung. Denn:

Auch in der späteren Ausübung [...] [sozialer] Berufe stellt sich die Frage, was den „helfenden Disziplinen“, also denjenigen, die Patienten dabei begleiten, Strategien zur Selbsthilfe zu entwickeln, selbst helfen kann, nicht an diesen Anforderungen zu zerbrechen. Die psychischen Belastungen des Arbeitslebens steigen an und erfordern präventive Maßnahmen auf dem Gebiet der Stressbewältigung und Schutz vor Burnout. Ursachen hierfür sind Zeitdruck, maximal flexible Arbeitszeiten, Konkurrenzkampf, knappes Budget im Gesundheitshaushalt und hohe emotionale Anforderungen (Degenkolb-Weyers, 2016, S.1).

In sozialen Berufen sollen die Menschen, mit denen in dieser Branche gearbeitet wird, möglichst wie am Fließband „abgefertigt“ werden. Zeitgleich soll die Qualität der Arbeit dieser Berufsgruppen nicht darunter leiden (vgl. Edlhaime-Hrubec & Reichel, 2014, S.189; zitiert nach ebd., S.1).

Allerdings kann man niemandem helfen, wenn man aufgrund von psychischer Erkrankung nicht mehr dazu in der Lage ist, sich selbst zu helfen, geschweige denn seinen Beruf auszuüben. Wenn man allerdings dazu in der Lage ist, „auf seine Ressourcen [zurückzugreifen,] eine pro aktive Haltung an den Tag zu legen, [...] also nicht einfach geschehen zu lassen, sondern aktiv mit [...] [einer] Situation umzugehen“, kann man „im Idealfall sogar [...] gestärkt aus dieser Situation“ herausgehen und ist durch die Bewältigung an seinen Herausforderungen gewachsen, „was dann in einer zukünftigen Situation womöglich [...] hilfreich sein kann“ (Kimmel, 2022, Z.16 ff.).

Das heißt im Prinzip [...] [laufen] resiliente Menschen [...] durch die Welt und sagen ‚Ja, eigentlich kann jederzeit [...] ein Stressor, eine Krise, eine Herausforderung kommen. Aber ich lerne [...] immer mehr damit umzugehen und ich weiß [...] auch schon, was mir in der Vergangenheit geholfen hat. Und darauf kann ich mich wieder zurückbesinnen‘ (ebd. Z.145 ff.).

Wie oben bereits erörtert, stehen angehende Logopäd*innen vor vielen solcher Stressoren, was per se nichts Negatives darstellt, sondern immer auch einen Anlass für Entwicklung bietet (vgl. Welter-Enderlin, 2012; zitiert nach Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.10). Die Autorinnen dieser Studienarbeit konnten beispielsweise während ihrer Ausbildung beobachten, dass aktuell zwar von den meisten Lehrlogopäd*innen, anders als von der LogAPrO (1980) gefordert,

Raum für die Besprechung belastender Situationen gegeben wird, jedoch vorrangig im Rahmen der Ausbildungssupervision, wenn bereits etwas vorgefallen war. Dafür ist dann jedoch die Voraussetzung, dass man als Schüler*in in eine entsprechende Situation geraten ist. Wenn dies nicht der Fall ist, bekommt man nicht dieselbe Schulung hinsichtlich des Umgangs und der Aufarbeitung mit den Herausforderungen, die einem im logopädischen Berufsalltag bzw. speziell im Ausbildungsalltag begegnen können. Zumal ist es auch in diesen Nachbesprechungen variabel, ob man konkret Lösungswege für Belastungen erarbeitet oder lediglich gefragt wird, wie es einem geht. Hier ist demnach längst gefordert, eine gute Kenntnis über sich selbst, die eigenen Bedürfnisse und Gefühle, Ressourcen und Schwächen mitzubringen, und gleichzeitig auch so reflektiert und direkt zu sein, etwas als unangenehme Situation zu erkennen und die Problematik anzusprechen. Ist dies nicht im erforderlichen Maß gegeben, muss man selbst sehen, wie man mit den individuellen psychischen Belastungen verbleibt. So nimmt die jeweilige Person also entweder schnell wahr, wenn es ihr unter gewissen Umständen nicht gut geht, oder die Belastungen häufen sich an, bis sie erst nach einiger Zeit merkt, dass es ihr nicht gut geht.

Um also entsprechende Stressoren im Kontext der logopädischen Ausbildung wahrzunehmen und adäquat zu bearbeiten, muss ein Individuum bereits zu einem gewissen Maße resilient sein. Da jedoch alle Auszubildenden mit unterschiedlichen persönlichen Voraussetzungen, wie bspw. Alter, Abschluss, Berufs- und Lebenserfahrung etc., die Lehrjahre antreten, sollten sie hinsichtlich des Aufbaus bzw. des Ausbaus ihrer "Resilienzkompetenz", sowohl theoretisch als auch praktisch gefördert werden. Nur so können die Schüler*innen die durch Herausforderungen gebotenen Lernanlässe entsprechend nutzen.

3. Methodik

Nachdem bereits die theoretischen Hintergründe von Resilienz in den vorherigen Abschnitten näher beleuchtet wurden, wird in den kommenden Kapiteln der Fokus auf die methodische Ausarbeitung der zu Beginn aufgestellten Fragestellung gelegt. Zunächst erfolgt eine detaillierte Planung einer UE mit dem Titel „Resilienz? Na Logo!“, die im K21 der BfL durchgeführt wurde. Zusätzlich wird eine Bedingungsanalyse für die UE erstellt. Hierbei soll der Fokus auf der Steigerung der Resilienz-fördernden Kompetenzen innerhalb der Ausbildung zur Logopäd*in lie-

gen. Um die geplante UE, bzw. die Wichtigkeit und Relevanz der Resilienz innerhalb der logopädischen Ausbildung zu evaluieren und die Fragestellung zu beantworten, haben die Verfasserinnen dieser Arbeit ebenfalls einen informellen quantitativ-subjektiven Fragebogen erstellt, dessen Aufbau im Anschluss an die Vorstellung der UE kurz erläutert wird.

3.1. Planung der Unterrichtseinheit im K21 der BfL

Um dem K21 Resilienz als theoretisches Konstrukt, sowie auch als Kompetenz näher zu bringen, haben sich die Autorinnen dieser Arbeit eine UE erdacht und geplant. Diese wird im weiteren Verlauf anhand eines Rasters erläutert, welches in Anlehnung an (i.A. a.) Oelke und Meyer erstellt wurde (2021, S.244 ff.).

Bevor mit der eigentlichen Bedingungsanalyse begonnen werden kann, erfolgt zunächst eine tabellarische Darstellung der UE hinsichtlich organisatorischer Belange (s. Tab. 1).

Tab. 1: Deckblatt des Stundenrasters

Stundenraster für die Unterrichtseinheit im Rahmen der Studienarbeit: „Resilienz in der logopädischen Ausbildung (Berufsfachschule)“	
Namen der Vortragenden	Theresa Lenzen, Alena Wolf
Schule	Berufsfachschule für Logopädie der Ev. Krankenhaus Alsterdorf gGmbH im Werner Otto Institut Bodelschwinghstr. 23 22237 Hamburg
Betreuerinnen/ Lehrlogopädinnen	Svenja Kleinpaß, B.Sc. Merle Wollert Brigitte Fehrer, B.Sc.
Kurs/ Ausbildungsjahr	Kurs 21, 2. Ausbildungsjahr
Thema/Titel der UE	Thema: Resilienz in der logopädischen Ausbildung (Berufsfachschule) Titel: „Resilienz? Na Logo!“
Datum/ Zeit	20.02.2023/ 9:00-10:00 (10:15) Uhr
Raum	Mittelkursraum der BfL

(i.A. a. Oelke & Meyer, 2021, S.244; selbst erstellt)

3.1.1. Bedingungsanalyse

Zuerst werden die allgemein vermuteten Voraussetzungen der teilnehmenden Schüler*innen dargelegt. Oelke und Meyer (2021, S.247) definieren eine Bedingungsanalyse wie folgt: “Die Bedingungsanalyse dient der Erfassung und der didaktischen Bewertung der für eine Unterrichtseinheit/ [...] [einen Kurs] wesentlichen Einflussfaktoren, die sich unterstützend oder hemmend auf den Unterrichtsprozess und die Unterrichtsergebnisse auswirken”.

3.1.1.1. Lernende

Zum K21 gehören 19 weibliche Auszubildende. Sie befinden sich derzeit im zweiten Ausbildungsjahr zur Logopädin². Die Schülerinnen absolvieren die Ausbildung in der Berufsfachschule für Logopädie der Ev. Krankenhaus Alsterdorf gGmbH im Werner Otto Institut in Hamburg. Die Altersspanne liegt im K21 zwischen 20 und 48 Jahren, dementsprechend liegt der Durchschnitt bei 26,67 Jahren. Zusätzlich ist an dieser Stelle zu nennen, dass ein Teil des Kurses bereits in anderen Berufen tätig war. Die exakte Zahl dieses Anteils aus K21 und deren genaue Tätigkeiten sind jedoch zum Verfassungszeitpunkt des Stundenplanrasters unklar.

Alle Auszubildenden haben vor dem Start der Lehre mindestens ein dreimonatiges Praktikum im pflegerischen und/ oder sozialen Bereich oder ein Freiwilliges Soziales Jahr absolviert. Dieses ist Bestandteil im Rahmen der Ausbildungszulassung der BfL (BfL, 2022).

Alle Teilnehmenden hatten bisher schon zu mindestens zwei Kinderpatient*innen und mindestens einer erwachsenen Patient*in während der praktischen Ausbildung Kontakt. Des Weiteren haben alle Schülerinnen aus K21 ein sechswöchiges Praktikum in einer logopädischen Praxis ihrer Wahl (mit dem Schwerpunkt Kindersprache) absolviert. Die Autorinnen gehen daher davon aus, dass der Kurs im Rahmen der praktischen Ausbildung bereits auf herausfordernde Situationen gestoßen ist, die die Schülerinnen eventuell akut und/oder im Nachhinein psychisch belastet haben. Zudem wird angenommen, dass die Auszubildenden z.T. im privaten Umfeld Kontakt zum Thema Resilienz hatten, jedoch eher wenig bis gar nicht im Kontext der Ausbildung.

² Im Folgenden wird aufgrund der ausschließlich weiblichen Geschlechtsidentität der Teilnehmenden (sofern die Autorinnen korrekt informiert sind) in der weiblichen Person, oder genderneutral geschrieben, wenn von der Stichprobe gesprochen wird; grundsätzlich sind jedoch alle Geschlechter gemeint, bzw. können die Informationen auf alle anderen Geschlechter übertragen werden.

Da die Verfasserinnen der Studienarbeit zum ersten Mal vor der ganzen Gruppe stehen, sind die Lehr- und Lernatmosphäre, sowie das soziale Klima im Kurs im Vorfeld unklar. Die betreuenden Lehrlogopädinnen³ berichteten jedoch, dass K21 im Allgemeinen sehr kommunikativ und offen für Diskussionen im Unterrichtskontext sei. Zudem wird vermutet, dass die teilnehmende Gruppe, bzgl. ihrer Kommunikationsbereitschaft im Plenum, sehr heterogen aufgestellt ist. Die Autorinnen gehen aber davon aus, dass die Auszubildenden eigenständig in Gruppen bzw. Partnerarbeit Arbeitsaufträge ausführen können. Allgemein wird erwartet, dass ein konzentriertes Arbeiten im Kurs möglich ist.

Zum Zeitpunkt der UE befinden sich die Auszubildenden im Zwischensemester, während welchem sie das ISA-Projekt (vgl. Wollert & Kleinpaß, 2019) durchführen. Die Schülerinnen hatten bereits Kontakt zu ihren Patient*innen für das Projekt und starten einen Tag nach der geplanten UE in die Therapien, welche vier Mal pro Woche stattfinden.

3.1.1.2. Lehrende

Die Autorinnen sind momentan selbst im dritten Ausbildungsjahr zur Logopäd*in an der BfL und haben bereits ein wenig Erfahrung mit erwachsenen Klient*innen und Kinderpatient*innen (sowohl im Kontext der praktischen Ausbildung in der Berufsfachschule, als auch in den zwei bereits absolvierten Praktika). Daher bestehen bei den beiden organisierenden Personen bisher noch keine Erfahrungen hinsichtlich der Planung und Ausführung einer UE.

Das Thema Resilienz liegt den Verfasserinnen der Studienarbeit besonders am Herzen, da sie im Rahmen des ISA-Projektes im zweiten Ausbildungsjahr eine belastende Situation während einer Gruppentherapie erfahren haben. Darin berichtete eine Patient*in von möglichen Suizidgedanken aufgrund einer bestehenden Erkrankung. Dieses Schicksal der Patientin ging den Autorinnen sehr nah und sie haben noch einige Zeit nach diesem Erlebnis über den richtigen Umgang, sowohl innerhalb der Situation als auch über die nachträgliche persönliche Auseinandersetzung und Verarbeitung jenes Moments reflektiert. Wie oben bereits erwähnt, empfanden die Autorinnen der Studienarbeit, dass es außerhalb der anschließenden Reflexionsgespräche, innerhalb der Projektwochen, an fachlicher

³ Hier erfolgt in Bezug auf die Lehrlogopädinnen der BfL ebenfalls die weibliche Geschlechtsidentität.

Unterstützung hinsichtlich der vertiefenden Verarbeitung von Patient*innen-Schicksalen– und in diesem Zusammenhang auch eigener psychischer Belastungen– fehlte. Daher war und ist es ihnen wichtig, bereits im Rahmen der Ausbildung die persönlichen Ressourcen (vgl. Kap. 2.1.1), insb. die eigenen Schutzfaktoren der Berufsfachschülerinnen im K21 vor dem ISA-Projekt zu thematisieren und ggf. durch die UE zu stärken.

Gerade bei diesem Thema ist es von Bedeutung, dass die Schülerinnen die Wichtigkeit der Resilienz im Rahmen der praktischen Ausbildung erkennen und zum Nachdenken angeregt werden, um möglichst psychisch stabil im akuten und nachträglichen Umgang mit z.T. schweren Schicksalen von Patient*innen zu sein. Während der Auseinandersetzung mit dem Thema “Resilienz” werden die Schülerinnen im besten Fall ihre eigenen Stärken und Schwächen sowie persönliche Ressourcen erkennen.

Zudem waren die Verfasserinnen dieser Arbeit sehr interessiert und gespannt auf die persönlichen Haltungen der Auszubildenden, sowie auf ihre bisherigen Erfahrungen im Zusammenhang mit Resilienz, insb. in der Ausbildung.

3.1.1.3. Schule

Die Berufsfachschule für Logopädie in Hamburg wurde 1974 gegründet (BfL, 2023a). Sie ist staatlich anerkannt und gehört der Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf gGmbH an (ebd.). Die praktische und die theoretische Ausbildung obliegen vor allem den (zum Zeitpunkt der UE eingestellten) elf Lehrlogopädinnen. Des Weiteren bringen im Verlauf der Ausbildung rund 41 Honorar-dozent*innen den Auszubildenden ihr qualifiziertes Fachwissen näher (BfL, 2023b). In der BfL gibt es pro Kurs etwa 20 Personen, die im Oktober des jeweiligen Jahres die Ausbildung zur Logopäd*in beginnen. Dementsprechend ist in diesem Ausbildungsinstitut insgesamt für 60 Personen, aufgeteilt in drei Kurse, Platz.

Die BfL legt in ihrem Leitbild einen großen Wert auf “eine bewusst enge Verzahnung von Theorie und Praxis [...]”. Zudem erhalten die Schüler*innen “eine intensive Einzelbetreuung” und werden bereits im zweiten Semester “in die therapeutische Behandlung von Menschen mit verschiedenen sprachlichen Auffälligkeiten eingeführt”.

Die Ausbildungsabschnitte werden mit regelmäßigen “und differenzierten Rückmeldungen” durch die Lehrlogopädinnen begleitet (BfL, 2023c). Diese Rückmel-

dungen finden insb. im Rahmen der praktischen Ausbildung als Reflexionsgespräche nach den jeweiligen Therapieeinheiten statt, welche die Auszubildenden selbst durchführen. Hierbei stehen besonders die Entwicklung von sozial-kommunikativen, personalen und methodischen Kompetenzen im Fokus (vgl. BfL, 2016).

Zu den Räumlichkeiten der Schule gehören insgesamt drei Kursräume, die auf zwei Gebäude verteilt sind. Für die praktische Ausbildung stehen sechs Therapieräume zur Verfügung, an die ebenfalls Hospitationsräume mit Spiegelscheiben angeschlossen sind. Neben den anderen Räumen (Küchen, PC-Raum, Schüler-Kopierraum) steht den Auszubildenden eine Schulbibliothek mit Fachliteratur zur Verfügung. Zudem sind die Lehrlogopädinnen auf sieben Büros verteilt.

Die Kursräume sind einheitlich mit jeweils einem Computer, einem DVD-Player, einem Beamer, einer Filmleinwand sowie einer Tafel ausgestattet. In einem Kursraum befindet sich zusätzlich ein Overhead-Projektor. An den Wänden sind in allen Unterrichtsräumen Pinnflächen befestigt. Außerdem befindet sich in der Berufsfachschule ein Materialraum, der von allen Auszubildenden und Lehrlogopädinnen genutzt wird. Hierin sind neben regulären Therapiematerialien und Regelspielen hinaus auch anatomische Modelle zu finden, die auf Nachfrage an die Auszubildenden herausgegeben werden können.

Die Kursräume sind generell schlicht und zweckmäßig eingerichtet. Zudem wirken sie hell und groß. Aufgrund der hohen Zahl an Schüler*innen und des hohen fachlichen Inputs, ist die Blickrichtung überwiegend zur jeweiligen Dozent*in nach vorne hin ausgerichtet.

3.1.1.4. Unterrichtszusammenhang

Die BfL orientiert sich an der bundesweit einheitlichen LogAPrO von 1980, welche zuletzt im Jahr 2019 überarbeitet worden ist (vgl. LogAPrO, 1980).

Die von den Autorinnen geplante UE ist bisher kein Bestandteil des Curriculums. Sie fand experimentell am Ende des dritten Semesters der logopädischen Ausbildung (an der BfL) statt. Die hier vorgestellte UE erfolgte im Anschluss an den ersten Unterrichtsblock "Krankheitsverarbeitung". Darin wurden die Auszubildenden vorbereitet, dass Themen wie "Krankheit", "Tod" und "Sterben" in den eigenen Therapien (insb. im ISA-Projekt) Bestandteil sein können. Des Weiteren fand die UE nach Abschluss des theoretischen Unterrichts im Fach Aphasie und unmittel-

bar vor dem Start der Therapien im Rahmen des ISA-Projektes statt. Es bot sich zusätzlich an, dass die UE vor diesem Projekt durchgeführt wurde, um die personalen Kompetenzen der Auszubildenden zu stärken und ihnen Strategien an die Hand zu geben, um mit den o.g. Themen bestenfalls im Nachhinein resilienter umgehen zu können. Die potentiellen psychischen Belastungen der Auszubildenden sollten somit möglichst gering gehalten werden, ebenso sollten sie für das Thema Selbstfürsorge sensibilisiert werden.

3.1.1.5. Zusammenfassung

Die geplante UE ist eine in sich thematisch geschlossene Unterrichtsstunde. Es wäre denkbar, dass diese auch an anderer Stelle innerhalb der Ausbildung durchgeführt werden könnte. Allerdings bietet sich der Zeitpunkt vor dem ISA-Projekt an, da die Auszubildenden besonders hier mit schwierigen Situationen innerhalb der Therapien mit Erwachsenen konfrontiert werden können. Zusätzlich hatte K21 im Vorfeld einen Block zum Thema Krankheitsverarbeitung, an die die UE zum Thema Resilienz zeitnah anschließen soll.

Aus den Berichten der betreuenden Lehrlogopädinnen wurde deutlich, dass die Auszubildenden eine hohe Bereitschaft zur Mitarbeit und zur kursinternen Diskussion zeigen würden, wenn sie das Thema interessiere. Im Rahmen der UE können die Teilnehmerinnen zudem eigene Erfahrungen und Fragen einfließen lassen, was jedoch nicht zwingend erforderlich ist.

Die Zusammensetzung des Kurses ist relativ heterogen (bzgl. Alter, teilweise vorherige Berufserfahrung). Da die Autorinnen der Studienarbeit bisher wenig Kontakt zum gesamten K21 hatten, wird der gegenseitige Umgang als freundlich eingeschätzt. Dies wird im Verlauf der UE weiter beobachtet. Zudem wird vorab angenommen, dass die meisten Auszubildenden wenig Erfahrung mit Resilienz (insb. im logopädisch-therapeutischen Kontext) hatten. Daher eignet sich besonders der Frontalunterricht, um in das Thema einzuführen und die Bedeutsamkeit im Rahmen der Ausbildung herauszustellen.

3.1.2. Didaktische Strukturierung

In den folgenden zwei Unterkapiteln werden die inhaltlichen Überlegungen und die Entscheidungen dargelegt, die sich die Autorinnen dieser Studienarbeit vor der Durchführung der UE entwickelt haben. Darüber hinaus erfolgt ein kurzer Abschnitt, in dem die methodischen Überlegungen und Entscheidungen in Bezug auf die UE näher erläutert werden.

3.1.2.1. Inhaltliche Überlegungen und Entscheidungen

Im Rahmen der Ausbildung an der BfL wird das Thema der psychischen Selbstfürsorge, im Besonderen Resilienz, z.T. in den praktischen Anteilen angerissen. Die Auszubildenden haben v.a. im Rahmen der eigenen Therapien die Möglichkeit, über bestehende persönliche Probleme (v.a. bezogen auf die jeweilige vorangegangene Therapieeinheit) zu sprechen. Diese werden meist in den Nachbesprechungen und Reflexionsgesprächen, je nach Bedarf, kurz thematisiert. Dennoch ist die explizite Förderung der personalen Kompetenz kein Bestandteil innerhalb der Ausbildung an der BfL, was sich besonders in den Reflexionsbögen der Behandlungsproben zeigt (BfL, 2016). Im theoretischen Teil der Ausbildung haben die Schülerinnen der BfL, im Rahmen von Vorlesungen im Bereich der Psychologie, zwar Kontakt zum Thema Resilienz, jedoch eher bezogen auf ihre Patient*innen bzw. das Konzept an sich, nicht jedoch in Bezug auf sich selbst als praktizierende Logopädinnen. Außerdem bekommen sie hier keine praktischen Übungen zur Resilienzförderung an die Hand, die sie aktiv innerhalb der Ausbildung anwenden könnten. Dies soll nun im Rahmen der UE stattfinden. Des Weiteren haben die Autorinnen dieser Studienarbeit in den Pflichtpraktika beobachten können, dass im Berufsalltag kaum Austausch und wenig gemeinsames Reflektieren über problematische Ereignisse innerhalb der Therapien stattfindet. Dadurch kann, je nach der bereits gegebenen Resilienz, die Gefahr entstehen, dass der/die jeweilige Betroffene im Laufe des Berufslebens an einem Burn-out erkranken kann (Kimmel, I., 2022, Z.137-143).

Außerdem müssen die Auszubildenden, zusätzlich zur überwiegend eigenständigen Weiterentwicklung der persönlichen Kompetenzen, die Anforderungen innerhalb der theoretischen und praktischen Ausbildung bewältigen. Gerade in der Prüfungszeit haben die Autorinnen der Studienarbeit die Erfahrung gemacht, dass man sich darin wenig Zeit für die eigene Selbstfürsorge nimmt. Daher ist es wich-

tig, die Auszubildenden so vorzubereiten, dass sie in besonders stressigen Lebensphasen, v.a. während der Ausbildung, einen möglichst resilienten, aufmerksamen Umgang mit sich selbst zeigen. Darüber hinaus ist es für die Bewältigung herausfordernder Situationen essenziell, dass die Auszubildenden eigene Problemlösestrategien erarbeiten, um die Gefahr eines möglichen Burn-outs innerhalb der Ausbildung bestmöglich zu minimieren. Zusätzlich kann die Auseinandersetzung mit dem Thema "Resilienz" eine Vorbereitung für den späteren Berufsalltag darstellen, wo man z.T. weniger Zeit hat, sich mit den Kolleg*innen auszutauschen.

Darüber hinaus ist das Thema Resilienz im Erwachsenenalter ein vergleichsweise neues Themenfeld (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S.125). In den sozialen Medien rückt Resilienz immer mehr in den Fokus. Allerdings konnten die Autorinnen im Zuge der Literaturrecherche für diese Studienarbeit beobachten, dass bisher der Fokus innerhalb der Resilienzforschung v.a. auf Kinder und Jugendliche ausgerichtet wurde. Dies beschreiben ebenfalls Rönna-Böse und Fröhlich-Gildhoff (2015, S.125). Resilienz, insb. innerhalb der Gesundheitsfachberufe und in deren Studiengängen, wurde bislang nur konkret in einer Publikation von Degenkolb-Weyers (2016) thematisiert. Allerdings konnten die Autorinnen keine Literatur im speziellen für Auszubildende in den Gesundheitsfachberufen an Berufsfachschulen finden bzw. sichten. Degenkolb-Weyers (2016, S.26) beschreibt, dass bei "Studierende[n] mit dem Nachweis ihrer fachlichen Kompetenz [davon ausgegangen wird, dass sie] automatisch über andere [persönliche] Kompetenzen verfügen" würden, was so auch auf Berufsfachschüler*innen übertragbar ist. Dies kann herausfordernd für einzelne Personen in der Ausbildung sein. Zudem könnte die fehlende individuelle Begleitung wiederum ein erhöhtes Risiko für ein Burn-out bereits im Rahmen der Ausbildung bergen (s.o.).

Aufgrund der o.g. Aspekte erscheint es den Autorinnen wichtig, dass das Thema der Selbstfürsorge und der Resilienz im Rahmen der logopädischen Ausbildung thematisiert wird und den Auszubildenden dahingehend Techniken bzw. Strategien mitgegeben werden, um einem möglichen Risiko für kurz- und langfristige psychische Erkrankungen während der Ausbildung (aber auch im anschließenden Berufsleben) bestmöglich vorzubeugen.

Um die Ergebnisse der geplanten Unterrichtseinheit im K21 besser evaluieren zu können, wurde den Teilnehmenden zu Beginn ein quantitativ-subjektiver Fragebo-

gen (vgl. Anhang G) ausgeteilt. Der erste Abschnitt prüfte ihren bisherigen Wissensstand zum Thema Resilienz und wurde anonym vor dem Vortrag ausgefüllt. Im Anschluss an die UE beantworteten die Teilnehmenden den zweiten Abschnitt des Fragebogens. Dabei verglichen die Auszubildenden den o.g. Wissensstand mit selbigem nach dem Vortrag. Die Entwicklung sowie der Aufbau des Fragebogens werden im Kapitel 3.2 näher erläutert.

Im Anschluss an das Ausfüllen des ersten Fragebogenteils erfolgte eine Einführung in das Thema der Resilienz (in Form eines frontalen Vortrages), um den Auszubildenden die Thematik näher zu bringen und eine passende Basis für spätere Übungen innerhalb der UE zu bieten zu können. Um das vermittelte Wissen zu vertiefen, teilten die Autorinnen der Studienarbeit den teilnehmenden Personen im Verlauf zwei Arbeitsblätter aus, die aus dem zuvor geführten Interview mit der Expertin Ina Kimmel entlehnt sind (vgl. Kimmel, 2022). Danach wurde den Auszubildenden im Plenum die Möglichkeit gegeben, persönliche “Energiegeber” und “Energiefresser” aus ihren individuellen Umfeldern - ebenfalls in Bezug auf die Ausbildung - zu teilen (Kimmel, 2022, Z.923-930). Die Vortragenden halten dies für besonders sinnvoll, da dadurch bestenfalls eine Reflexion der positiven und negativen Aspekte der persönlichen Umfeldern der Teilnehmerinnen stattfinden kann. Dies passiert zunächst in Eigenarbeit. Danach bestand, durch das Teilen im gesamten Kurs, die Möglichkeit, dass die Auszubildenden gegenseitig von den subjektiven Gedanken ihrer Mitschülerinnen profitieren konnten. Zusätzlich könnte dieser Wissens- und Anregungsgewinn motivierend wirken, sodass die Teilnehmenden der UE sich auch im Nachhinein, gegenseitig bereichern können, gerade in Bezug auf ihre individuellen “Energiegeber” und “Energiefresser”.

Des Weiteren erfolgte eine kurze Diskussion im Plenum. Darin konnten die Auszubildenden das bereits erlangte Wissen weiter vertiefen und aktiv anwenden. Dies bot sich in K21 an, da dieser gerne zu Diskussionen im Verband der teilnehmenden Gruppe bereit sei (s.o.).

Bevor die Auszubildenden den zweiten Teil des Fragebogens ausfüllten, wurde ihnen das Arbeitsblatt “Ressourcenkoffer” (Kimmel, 2022, Z.876-888) ausgeteilt, welches sie zu einem beliebigen Zeitpunkt nach dem Vortrag ausfüllen können. Dies bot sich besonders an, da die Teilnehmenden während der Bearbeitung ihre persönlichen Ressourcen identifizieren sollen. Diese können, wie im Theorieteil (vgl. Kap. 2.1.) dieser Studienarbeit beschrieben, sehr individuell sein. Daher er-

schien es den Verfasserinnen der Studienarbeit sinnvoll, dass die Auszubildenden dieses Arbeitsblatt nicht im Plenum teilen mussten, sondern für sich in Einzelarbeit bearbeiten können.

Im Anschluss daran erfolgte ein kurzes “Blitzlicht”, in dem die Auszubildenden den Vortragenden Personen eine mündliche Rückmeldung gaben und Verbesserungswünsche äußern konnten.

3.1.2.2. Methodische Überlegungen und Entscheidungen

Die Autorinnen der Studienarbeit haben die UE unter dem Titel “Resilienz? Na Logo!” in Form einer Kombination zweier Methoden zur Unterrichtsplanung vorbereitet. Die genaue Stundenverlaufsplanung kann unter Anhang C gesichtet werden. Der größte Anteil der UE erfolgte in Form des sog. Frontalunterrichtes. In dessen Rahmen führten die Autorinnen K21 in das Thema Resilienz und deren Bedeutsamkeit innerhalb der Ausbildung an der Berufsfachschule ein. Die Verfasserinnen orientierten sich dabei an der Definition von Oelke und Meyer (2020, S.181): “Frontalunterricht ist ein lehrgangsförmiger, zumeist sprachlich vermittelter Unterricht, in dem der Lernverband gemeinsam unterrichtet wird und in dem die Lehrperson[en] [...] die Arbeits-, Interaktions- und Kommunikationsprozesse steuer[n] und kontrollier[en]”.

Der Frontalunterricht wurde allerdings von vereinzelten Sequenzen durchzogen, die i.A. a. das “Kooperative Lernen” erfolgten (Oelke & Meyer, 2020, S.362 f.). In diesen fanden kurze Bearbeitungszeiten für die selbst erstellten Arbeitsblätter (vgl. Anhang E & F), und Diskussionsrunden im Plenum statt, um gemeinsam mit den Schülerinnen das Wissen über die Bedeutsamkeit von Resilienz innerhalb der Ausbildung zu vertiefen sowie zur selbstständigen Reflexion anzuregen. Oelke und Meyer (Brüning & Saum, 2008, S.87; zitiert nach Oelke & Meyer, 2020, S.362 f.) verstehen diese Form des Unterrichtes wie folgt: Es ist ein “Prozess aus Anleitung, Darbietung und Erklärung einerseits und andererseits als Moderation von Unterrichtssituationen, in denen die Schülerinnen [...] Wissen selbstständig verarbeiten und darüber kommunizieren”. Des Weiteren waren die Verfasserinnen der Studienarbeit davon überzeugt, dass die Wissensvermittlung sowie deren Vertiefung nur durch eine aktive Anwendung und Auseinandersetzung gewährleistet werden kann.

Die Autorinnen dieser Studienarbeit haben im Vorfeld eine PowerPoint-Präsentation (Anhang D) vorbereitet. Mit Hilfe des Beamers wurden so die wesentlichen Aspekte des Vortrages zusammenfassend an die Leinwand geworfen. Auf diese Weise konnten die teilnehmenden Schülerinnen alle Punkte noch einmal eigenständig nachvollziehen. Während der UE hospitierten keine der betreuenden Lehrlogopädinnen, da es sich, wie bereits erwähnt, bei der Resilienz um ein sehr persönliches Themenfeld handelt und die Autorinnen dieser Arbeit davon ausgegangen sind, dass die geplante Diskussionsrunde hierdurch offener stattfinden konnte.

Die einzelnen Schritte innerhalb der UE planten die Verfasserinnen wie folgt:

Nach einer kurzen Begrüßung und Vorstellung wird zunächst die Fragestellung der Studienarbeit durch die Vortragenden präsentiert, um direkt zu Beginn herauszustellen, was das Ziel der Studienarbeit ist. Im Anschluss hieran wird ein Überblick über den kommenden Stundenverlauf gegeben.

Daraufhin werden die Teilnehmenden aufgefordert, den ersten Teil des o.g. Fragebogens (vgl. Anhang G) in Einzelarbeit auszufüllen. Hierbei wird der aktuelle Wissens- und Kompetenzstand über Resilienz – im Allgemeinen, sowie im Kontext der Ausbildung – der Schülerinnen vor dem eigentlichen Vortrag erfasst. Danach erfolgt ein kurzer Input hinsichtlich der allgemeinen Definition von Resilienz, um sicherzustellen, dass alle Auszubildenden aus K21 über dasselbe Hintergrundwissen verfügen. Hierbei orientieren sich die Vortragenden Personen an der Literatur von Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse (2022). Zusätzlich wird hierbei ein zusammenfassendes Zitat aus ebendieser Literatur zur Veranschaulichung herangezogen.

Anhand des nun vorhandenen Vorwissens über Resilienz im Allgemeinen sollen die Auszubildenden im nächsten Schritt jene im ICF-Formular (i.A. a. Dzubiel & Lutz, 2019) einordnen. Dieses ist den Teilnehmerinnen bereits durch die vergangenen Semester der Ausbildung bekannt. Ziel ist es, dass die Schülerinnen erkennen, dass Resilienz besonders im Hinblick auf ihre persönlichen Umweltfaktoren sowie ihrer eigenen personenbezogenen Faktoren relevant ist. Dieser Abschnitt erfolgt im Plenum und kann so ggf. zu einer kurzen Diskussion zwischen den Vortragenden Personen sowie unter den Auszubildenden anregen.

Daraufhin erfahren die Teilnehmerinnen durch eine kurze, frontal ausgerichtete Einheit von den Autorinnen die Merkmale von Resilienz (vgl. Fröhlich-Gildhoff &

Rönnau-Böse, 2022, S.10 ff.). Diese erscheint den Verfasserinnen besonders wichtig, da sie verdeutlichen möchten, dass die persönliche Resilienz von verschiedenen Faktoren abhängig, und somit sehr individuell sein kann.

Im weiteren Verlauf stellen die Autorinnen dieser Studienarbeit die sechs Resilienzfaktoren zur Bewältigung von aktuellen Anforderungen oder möglichen Krisen vor. Jene wurden im Kapitel 2.1.1. bereits näher erläutert, weshalb sie hier nur anreißend aufgeführt werden. Hierbei orientieren sich die Autorinnen dieser Arbeit erneut an den Definitionen von Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2022, S.43-57). Zur besseren Übersichtlichkeit werden die Resilienzfaktoren in Form eines Diagramms eingeführt (i.A. a. Abb.1; vgl. Anhang D). Während dieser frontalen Sequenz ist es den Autorinnen besonders wichtig, die Bedeutsamkeit der Aspekte "Selbstwirksamkeit (-serwartung)", "Problemlösefähigkeit" sowie der "adaptiven Bewältigungskompetenz" herauszustellen. Ihrer Meinung nach sind diese Faktoren besonders relevant für Menschen, die sich in einer Ausbildung zur Logopäd*in befinden. Mögliche Krisen können in der (praktischen) Ausbildung die Bewältigung von Stress (=adaptive Bewältigungskompetenz), das individuelle und teilweise sehr herausfordernde Lösen von Problemen (=Problemlösefähigkeit), sowie das eigene Selbstbewusstsein und -vertrauen, und darin inbegriffen, die sehr individuelle Herangehensweise an die jeweilige Krise (=Selbstwirksamkeit (-serwartung)) sein.

Im Anschluss erfolgt eine kurze Einheit, die in Einzelarbeit erfolgen soll. Hierzu erhalten die Auszubildenden eine Übung in Form eines Arbeitsblattes mit dem Titel "Energiefresser & Energiegeber" (vgl. Anhang E). Dieses beinhaltet eine Grundübung, die im Interview mit der Expertin Ina Kimmel benannt wurde (Kimmel, 2022, Z. 923-930). Hierbei sollen die Schülerinnen jeweils drei persönliche Punkte aus ihrem Umfeld aufführen, die ihnen während der Ausbildung Kraft geben (=Energiegeber) und, solche, die ihnen während dieser drei Jahre Energie nehmen (=Energiefresser). Diese Übung wird in Einzelarbeit durchgeführt, da es sich hierbei um sehr individuelle Themen handelt, die ggf. nicht vor allen Teilnehmerinnen im Plenum geteilt werden möchten.

Daraufhin erfolgt eine kurze Phase im Plenum. Hierbei haben die Auszubildenden die Möglichkeit, ihre eigenen "Energiefresser" und "-geber" mit der gesamten Gruppe zu teilen. Dabei ist wichtig zu benennen, dass nicht alle Teilnehmenden ihre persönlichen Erfahrungen teilen müssen. Die jeweiligen "Energiegeber" und

“-fresser” werden zunächst auf einem Flipchartbogen von den Verfasserinnen gesammelt. Dieser ist ähnlich wie das Arbeitsblatt “Energiefresser & Energiegeber” (vgl. Anhang E) aufgebaut. Das gemeinsame Sammeln der jeweiligen positiven und negativen Umweltfaktoren kann bei den Auszubildenden dafür sorgen, dass sie vom Teilen gewisser persönlicher “Energiefresser” und “-geber” gegenseitig voneinander profitieren können. Zusätzlich können die Teilnehmenden in diesem Abschnitt reflektieren, wie sie ggf. ihre eigenen Umweltfaktoren anpassen können, um innerhalb der Ausbildung selbstwirksamer mit sich umzugehen.

Nach etwa zehn Minuten wird dieser Abschnitt von den Verfasserinnen dieser Arbeit beendet. Anschließend leiten diese zu einer Diskussionsrunde über, welche ebenfalls im Plenum stattfindet. Darin diskutieren die Auszubildenden untereinander, inwiefern die zuvor durchgeführte Übung in die erarbeiteten Resilienzfaktoren zur Bewältigung eingeordnet werden kann. Währenddessen wird eine Übersichtsfolie über den Beamer an die Leinwand geworfen. Diese fasst alle sechs Resilienzfaktoren noch einmal zusammen und ist der im Vorfeld verwendeten Literatur entlehnt (i.A. a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau Böse, 2022, S.43; vgl. Anhang D). Die Verfasserinnen fungieren während der Diskussion als Moderatoren, wobei K21 diese eigenständig führen soll. Nach etwa zehn Minuten wird die Diskussion abgebrochen und die Ergebnisse von den Autorinnen kurz zusammengefasst. Dieser Abschnitt der UE bietet die Chance, dass die Auszubildenden das soeben gehörte Fachwissen aktiv wiederholen und somit auch vertiefen können.

Danach wird K21 aufgefordert, den zweiten Teil des Fragebogens- mit dem nun bereits gehörten Vorwissen über Resilienz- auszufüllen. Daraufhin stellen die Autorinnen sowohl die verwendeten Quellen für diese UE als auch wissenswerte Quellen vor, die die Schülerinnen zur weiteren Vertiefung zum Thema Resilienz nutzen können. Des Weiteren geben die präsentierenden Personen ein zweites Arbeitsblatt mit der Übung “Ressourcenkoffer” heraus (vgl. Anhang F). Hierbei sollen die Auszubildenden ihre persönlichen Kompetenzen, Stärken und eigenen Bewältigungsstrategien bei Krisen o.Ä. innerhalb der Ausbildung schriftlich erarbeiten. Dabei können sie reflektieren, aus welchen zuvor überstandenen Herausforderungen oder Phasen sie im Nachhinein positive Energie und Erfahrungen schöpfen können. Dabei ist wichtig zu benennen, dass die Auszubildenden diese Übung eigenständig in Einzelarbeit zu einem selbstgewählten Zeitpunkt nach der UE ausfüllen sollen, da es sich um sehr persönliche Aspekte in den individuellen

Lebensumständen handelt, die möglicherweise nicht von jeder Schülerin geteilt werden möchten.

Anschließend geben die Autorinnen eine kurze Rückmeldung über die UE und bedanken sich für die Teilnahme sowie für die Mitarbeit der Auszubildenden. Zusätzlich bieten die Verfasserinnen den Schülerinnen an, Ersteren eine Rückmeldung bzgl. der vergangenen UE zu geben und ggf. in einen weiteren Austausch darüber zu gehen. Dies bietet den vortragenden Personen die Möglichkeit, Verbesserungsvorschläge und somit mögliche Ergebnisse für diese Studienarbeit herauszuziehen. Zum Schluss wünschen die Verfasserinnen dem ganzen K21 ein gutes Gelingen für das anstehende ISA-Projekt und verabschieden sich.

3.1.3. Stundenlernziele

In diesem Kapitel werden die Stundenziele, der zuvor aufgeführten UE, dargelegt, die die Schülerinnen während der UE erreichen sollten. Dies erfolgt in Form einer Auflistung, um eine bestmögliche Übersicht über die Ziele zu geben.

- Zielsetzung der UE
 - Definition Resilienz
 - eigene Ressourcen & mögliche Strategien zur Bewältigung von Krisen o.Ä. erarbeiten
 - (Bedeutung der Resilienz für den (Ausbildungs-)Alltag herausstellen)
- Fachliche Kompetenz
 - 6 Säulen der Resilienz benennen & verstehen können
- Sozial-kommunikative Kompetenz
 - gegenseitige Akzeptanz
 - offene Meinungsäußerung
- Methodische Kompetenz
 - Wissensvermittlung gelingt besser in aktiver Anwendung und Auseinandersetzung mit dem Thema
 - Selbstreflektion anregen, um dann erarbeitete Strategien ggf. aktiv anwenden zu können
 - Diskussion führen
- Persönliche Kompetenz
 - Erarbeitung der eigenen Ressourcen (persönlich/Umfeld) (Stillarbeit)
 - Überdenken bzw. Erarbeiten der eigenen Meinung bzgl. Resilienz

3.2. Erstellung des Fragebogens

Der Fragebogen (vgl. Anhang G) ist quantitativ-subjektiv aufgebaut. Dieser wurde von den Autorinnen dieser Studienarbeit selbst erstellt. Die zu messende, abhängige Variable: „Resilienzkompetenz in verschiedenen Lebensbereichen“ wurzelt in einem „Konstrukt von Risiko und Anpassung“, welches theoretisch zwar zutreffen mag, aber immer individuell variabel ist. Darüber hinaus ist Resilienz selbst von diversen weiteren „hochkomplexen Variablen“ abhängig, welche untereinander korrelieren (Werner, 2008, S.311; zitiert nach Degenkolb-Weyers, 2016, S.67). Außerdem schreibt Bühner (2021, S.601), dass es „in der Praxis sehr schwierig [ist], zu beurteilen, ob ein Test eine repräsentative Itemmenge [an zu erhebenden Verhaltensweisen] enthält [...], insbesondere bei [der Messung von] breiten Konstrukten, wie z.B. Extraversion [oder hier: Resilienzkompetenz]“. Dementsprechend wird mittels des Fragebogens die rein subjektive Empfindung der eigenen „Resilienzkompetenz“ der Auszubildenden in unterschiedlichen Lebensbereichen (privat und beruflich) erhoben. Aus diesen Gründen kann zum aktuellen Forschungszeitpunkt nicht von Objektivität bei der Messung von Resilienz gesprochen werden. Der Fragebogen ist darüber hinaus zwar in großen Teilen in sich konsistent, die Reliabilität des Fragebogens ist hierdurch allerdings nicht vollständig gewährleistet. Hinzu kommt, dass die Split-Half-Methode, welche in der Regel die Retestreliabilität belegen soll (Wargers, 2021a, S.13), hier nicht als Beleg für das Gleichbleiben der Ergebnisse bei der Befragung an zwei verschiedenen Zeitpunkten fungiert, sondern als Beleg für eine Ergebnisveränderung genutzt werden soll. Demzufolge ist der Fragebogen nicht nachweislich reliabel.

Aufgrund der Unvollständigkeit eben dieser zwei Gütekriterien (Objektivität, Reliabilität) ist auch die Validität nur eingeschränkt erfüllt (ebd., S.15).

Weiterhin ist der Fragebogen in einer Nominalskala, mit einer bipolaren Ratingskala (Multiple-Choice) von vier Abstufungen (Ja, Eher ja, Eher nein, Nein) erstellt. Diese Skalierung wurde gewählt, um die Ergebnisse des Fragebogens aussagekräftiger zu gestalten, da davon ausgegangen wird, dass durch eine vierstufige Skala weniger Testpersonen zwischen den Auswahlmöglichkeiten ankreuzen, als dies bei lediglich zwei Antwortmöglichkeiten der Fall wäre. Außerdem gilt es eine gerade Zahl an Antwortvorschlägen zu generieren, um dem Phänomen der „goldenen Mitte“ als häufig gewählte Option, vorzubeugen (ebd. S.27).

Durch die zusätzlich gegebenen Prinzipien der Fragebogenkonstruktion „Schriftliche Befragung [,] Standardisierte Befragung (geschlossene Fragen, vorgegebene Antwortmöglichkeiten) [,] Strukturierte Befragung (Wortlaut und Reihenfolge der Items vorgegeben)“ sind die weiteren Gütekriterien zur Fragebogenkonstruktion bestmöglich erfüllt (ebd., S.19).

Um möglichst genaue Daten über die theoretischen Kenntnisse und die „Resilienzen“ der Teilnehmenden der UE zu erhalten, findet bei der Ausfüllung des Fragebogens, wie oben bereits kurz erwähnt, die Split-Half-Methode Anwendung. Hierbei wird der Fragebogen in zwei Teile geteilt. Der erste Part erhebt den aktuellen Wissensstand über Resilienz sowie die subjektive „Resilienzenkompetenz“ der Auszubildenden des K21. Um hierbei keine von der UE verfälschten Ergebnisse zu erlangen, wird dieser Teil vor dem eigentlichen Start jener von den Teilnehmenden ausgefüllt. Der zweite Part des Fragebogens wird nach Abschluss der UE ausgefüllt. Hierbei wird von den Autorinnen dieser Studienarbeit eine Verbesserung der subjektiven „Resilienzenkompetenz“ der Auszubildenden aus K21 erwartet. Das erste Item des Fragebogens lautet: „Hast du in deinem privaten Umfeld schon mal etwas von „Resilienz“ gehört?“, da die Autorinnen dieser Arbeit, aufgrund der o.g. (Kap. 3.1.2.1) Popularität des Themas, davon ausgehen, dass die Teilnehmenden der UE bereits von Resilienz gehört haben, dies aber vorrangig im privaten Kontext (durch Medien; Eigeninteresse) stattgefunden hat. Außerdem soll hierdurch erhoben werden, wie viele Personen aus K21 bereits privat Kontakt mit dem Thema Resilienz hatten. Im Rahmen der zweiten Frage soll herausgearbeitet werden, wie groß der Anteil aus Kurs 21 ist, der bereits im logopädisch(-praktischen) Kontext von Resilienz gehört hat, um evaluieren zu können, ob bzw. wie viel Relevanz das Thema in der Ausbildung von K21, der Stichprobe dieser Arbeit, hat. Zur Erhebung des aktuellen Wissensstands, bzw. der Anzahl an Teilnehmerinnen, die sich bereits vor der UE etwas Spezifisches unter „Resilienz“ vorstellen können, wird Item drei in den Fragebogen aufgenommen. Um darüber hinaus weitere Informationen darüber zu generieren, inwieweit die Teilnehmenden der UE – sowohl privat als auch im Rahmen der logopädischen Ausbildung – neben theoretischem Hintergrundwissen bereits praktische Erfahrungen mit Resilienz haben, werden Item vier und fünf gestellt.

Um nach der Durchführung der UE die Effektivität eben jener zu evaluieren, wird Item sechs in den Fragebogen aufgenommen. Hieraus soll erkannt werden, wie

viele Personen aus K21 ihr Verständnis von Resilienz nach der UE als tiefergehender (=greifbarer) als vor selbiger einschätzen. Darüber hinaus soll Item sieben in den Fragebogen einbezogen werden, um zu erheben, wie viele der Schülerinnen subjektiv einschätzen, dass sie nach der UE aktiv auf Resilienz-fördernde Methoden zurückgreifen können. Hiervon ausgehend, lässt sich, je nach Antwortverteilung, beurteilen, ob die UE die (berufliche) Resilienz der Teilnehmerinnen langfristig fördert oder unverändert lässt.

Darüber hinaus stellt die letzte Frage des zweiten Teils eine Abweichung von der zu messenden Variabel ("Resilienzkompetenz") dar. Sie erfragt, ob die UE „Resilienz in der logopädischen Ausbildung“ in nachfolgenden Kursen der BfL weiterhin durchgeführt werden soll. Somit wird durch dieses Item versucht zu evaluieren, ob die Teilnehmenden der UE, diese als bereichernd empfunden haben, ob sie also eine UE über Resilienz in Bezug auf die Logopädie generell als sinnvoll erachten.

4. Ergebnisse und Diskussion

Im folgenden Abschnitt werden die Ergebnisse aus der UE ausgewertet und diskutiert. Weiterhin erfolgen ein kurzer Ausblick sowie eine Diskussion.

An der Unterrichtseinheit nahmen insgesamt 17 von 19 Schülerinnen teil. Die Atmosphäre innerhalb des Kurses wirkte auf die Autorinnen dieser Studienarbeit sehr angenehm und konstruktiv. Zudem beteiligten sich einige der Auszubildenden aktiv während der Arbeitsphasen im Plenum.

Während des Sammelns von den persönlichen „Energiefresser[n] & Energiegeber[n]“ (vgl. Anhang E) konnten die Auszubildenden einige dieser Aspekte im Plenum zusammentragen (s. Abb. 2):

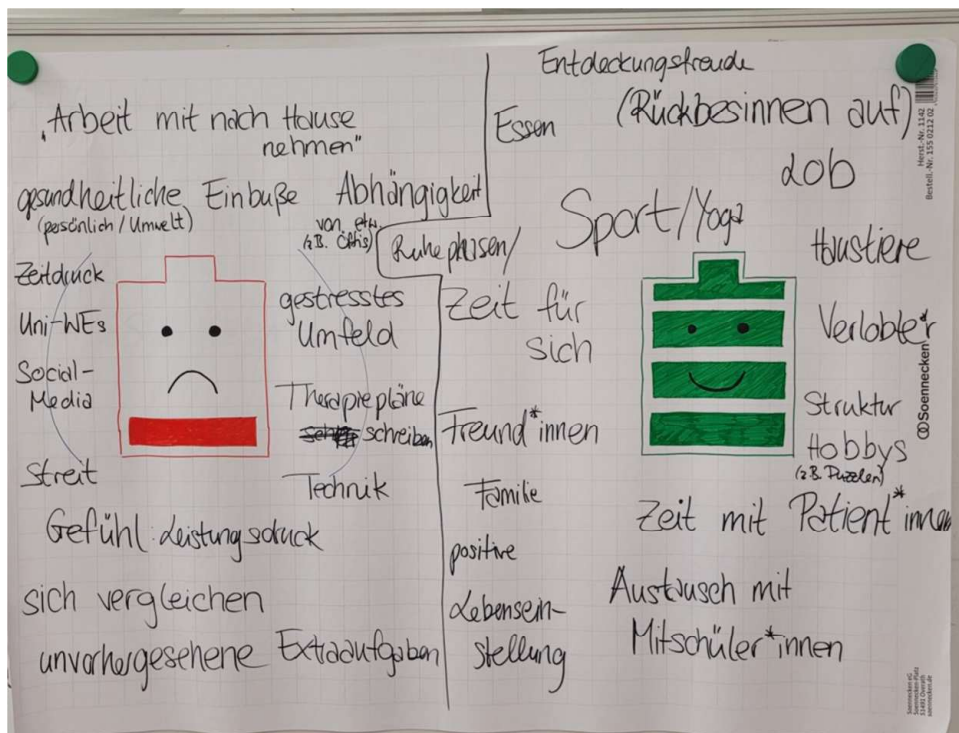


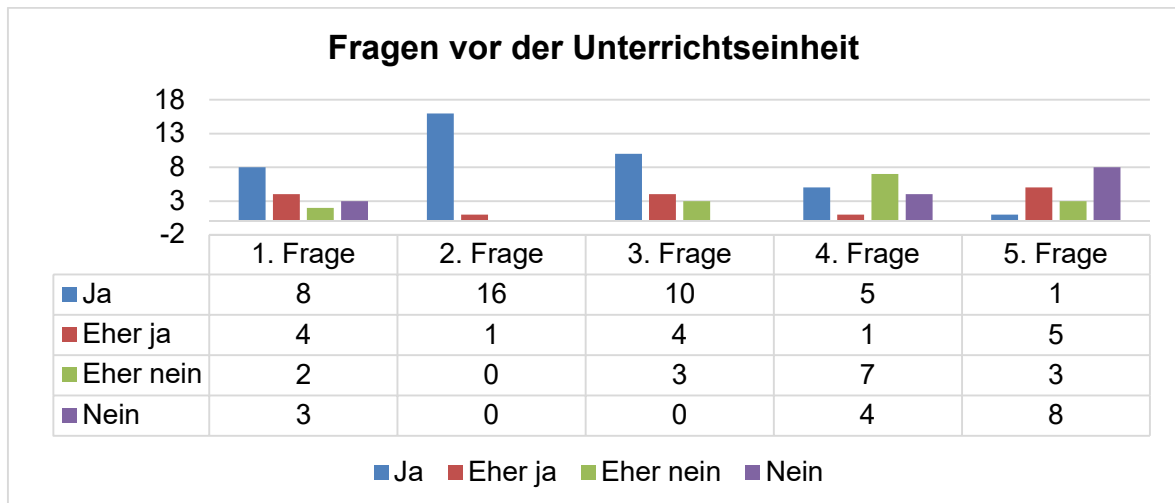
Abb. 2: "Energiefresser & Energiegeber" von K21 (selbst erstellt, 2023)

Innerhalb des Zusammentragens konnten die vortragenden Personen beobachten, dass für die Schülerinnen v.a. die engen Freunde und Familie sowie Sport wichtige Anker (= "Energiegeber") innerhalb der Ausbildung sind. Als „Energiefresser“ benannten einige die streng getaktete Ausbildung, Stress und den Leistungsdruck.

Die ausgefüllten Fragebögen werden im Folgenden quantitativ ausgewertet. Drei Auszubildende fügten ein paar Kommentare an den Rand des Fragebogens hinzu, welche im Verlauf zur Vollständigkeit halber genannt werden. Zusätzlich werden zur Vereinfachung der Sachlage die Spalten "Ja" und "Eher ja" größtenteils zu-

sammengefasst. Das selbige gilt für die Spalten “Eher nein” und “Nein”. Zur Veranschaulichung erfolgt die Auswertung der Fragebögen anhand der Tabellen 2 und 3:

Tab. 2: Auswertung des Fragebogens (Teil 1)



(2023, selbst erstellt)

Es zeigte sich, dass die meisten Schülerinnen (~70,6%) eher und/oder definitiv im Vorhinein im privaten Umfeld schon einmal etwas von dem Begriff der Resilienz gehört haben. Des Weiteren wurde bei der zweiten Frage deutlich, dass sich etwa 94,1% der Anwesenden bereits innerhalb der Ausbildung mit dem Begriff “Resilienz” befasst haben. Dies bestätigt die These der Autorinnen aus Kapitel 3.1.1.1, dass die Auszubildenden im Vorfeld eher im privaten Umfeld mit Resilienz konfrontiert wurden, als im Kontext der Ausbildung.

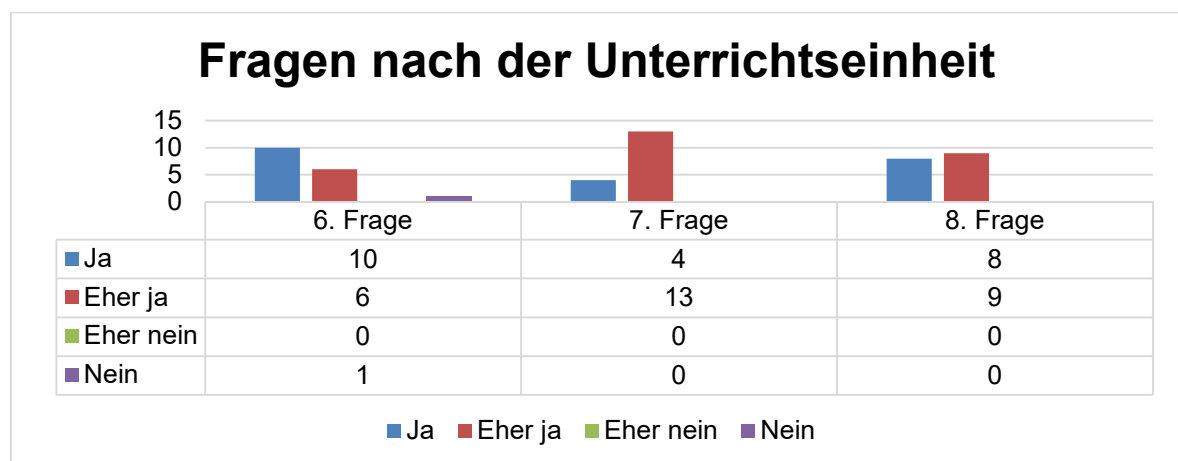
Allerdings könnte die Formulierung der zweiten Frage (vgl. Anhang G) auf die Schülerinnen irritierend gewirkt haben. In einem verfassten Kommentar schrieb eine Person, dass Resilienz bereits im Psychologie-Unterricht durchgenommen wurde. Der Fokus dieser Fragestellung sollte eigentlich auf dem praktischen Teil der Ausbildung liegen, weshalb diese Frage nur bedingt zur Beantwortung der Fragestellung dieser Studienarbeit herangezogen werden kann.

Darüber hinaus haben 14 (~82,4%) Schülerinnen angegeben, dass sie eine grobe Definition zum Begriff “Resilienz” geben könnten (vgl. Frage drei). Die anderen 17,6% der Teilnehmenden konnten sich eher nichts unter diesem Begriff vorstellen. Im Gegensatz dazu benannte der Großteil der Auszubildenden bei der vierten Frage, dass sie im privaten Umfeld bisher (eher) keine Resilienz-fördernden Methoden praktisch angewandt haben (~70,6%). Hingegen benannten fünf Personen

(~29,4%), dass sie diese Methoden bereits im privaten Kontext in Anspruch genommen haben; eine Person (~5,8%) kreuzte bei dieser Frage im Feld “Eher ja” an. Die Anwendung dieser Resilienz-fördernden Methoden sei, laut den Auszubildenden, im logopädischen Kontext etwa gleich hoch wie im privaten Umfeld (~64,7%). Es konnte beobachtet werden, dass im Vergleich zu Frage vier weniger Personen bei “Eher ja” ihr Kreuz setzten als bei Frage fünf (Frage vier: eine Person; Frage fünf: fünf Personen). Dies zeigt, dass die meisten Schülerinnen bereits im Vorfeld theoretisches Hintergrundwissen bzgl. Resilienz hatten. Jedoch wurden von ihnen bereits bekannte Methoden wenig bzw. nicht im privaten und/ oder beruflichen Kontext angewendet. Es besteht also eine Diskrepanz zwischen Theorie und Praxis. Dies bestätigt die o.g. These, dass Resilienz im privaten Kontext (innerhalb dieser Stichprobe) zwar bekannt ist, aber die bereits bestehenden Methoden wenig oder nicht angewendet werden.

Der zweite Teil des Fragebogens (s. Tab. 3) konnte wie folgt ausgewertet werden:

Tab. 3: Auswertung des Fragebogens (Teil 2)



(2023, selbst erstellt)

Zur sechsten Frage gaben 16 der 17 (~94,1%) anwesenden Personen an, dass Resilienz für sie, nach der UE, greifbarer war als vorher. Eine Schülerin kreuzte unter “Nein” an und verfasste einen kurzen Kommentar, worin deutlich wird, dass sie in unterschiedlichen Kontexten bereits mit diesem Thema konfrontiert wurde und damit gearbeitet habe. Diese Person gab aber ebenfalls an, dass sie die UE ohne Vorkenntnisse als bereichernd empfunden hätte.

13 Teilnehmende gaben nach der UE auf dem Fragebogen an, dass sie nun eher auf Resilienz-fördernde Methoden innerhalb der Ausbildung zurückgreifen könnten. Vier Personen kreuzten bei Frage sieben bei "Ja" an.

Alle Schülerinnen gaben bei der letzten Frage an, dass die UE (eher) in den nachfolgenden Kursen weiterhin durchgeführt werden sollte ("Ja": acht Personen; "Eher ja": neun). Zusätzlich führte eine Auszubildende auf dem Bogen die Frage auf, ob die UE nicht ggf. bereits früher in der Ausbildung durchgeführt werden sollte. Dies ging ebenfalls aus den Rückmeldungen direkt nach der UE hervor.

Abschließend lässt sich sagen, dass die UE einen positiven Effekt auf die Schülerinnen hatte. Die Thematik der Resilienz wurde überwiegend greifbarer und die Auszubildenden konnten hinsichtlich der aktiven Anwendung von Resilienz-fördernden Methoden vermutlich bestärkt die UE verlassen. Wie bereits im Verlauf erwähnt, sollte bei einer erneuten Durchführung die zweite Frage so formuliert werden, dass der Fokus auf die Anwendung von Resilienz-fördernden Methoden innerhalb der praktischen Ausbildung gelegt werden sollte.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die zu Beginn aufgeführte Fragestellung nur bedingt verifiziert werden konnte. Die Autorinnen dieser Studienarbeit erachten die Form eines vorbereiteten Vortrages weiterhin sinnvoll, um besser in die Thematik der Resilienz einzusteigen. Weiterhin sind die praktischen Übungen innerhalb der UE für die Auszubildenden bereichernd, um das erlangte Fachwissen zu vertiefen sowie ihre persönlichen Kompetenzen und Ressourcen zu identifizieren und im besten Fall zu stärken. Allerdings stellt die UE nur eine Momentaufnahme dar. Die weitere Entwicklung einer gesunden beruflichen Resilienz ist somit im weiteren Verlauf der Ausbildung derzeit nicht nur mit der durchgeführten UE messbar.

5. Zusammenfassung, Fazit und Ausblick

Resilienz und -förderung innerhalb der Gesundheitsfachberufe, insb. innerhalb der Ausbildung zur Logopäd*in, stellt noch immer eine Nische dar. Wie oben bereits aufgeführt, ist der theoretische Begriff "Resilienz" zwar allgemein den befragten Auszubildenden bekannt (v.a. durch den Psychologie-Unterricht), jedoch werden ihnen keine konkreten Strategien vorgestellt, wie sie ihre eigene Resilienz und damit ihre Selbstwirksamkeit in Krisen, innerhalb der praktischen Ausbildung, stärken können. Zudem gibt es allgemein noch zu wenig Angebote, um den bestmög-

lichen Umgang mit sich selbst in der teilweise herausfordernden Ausbildungszeit zu erarbeiten bzw. zu festigen.

Innerhalb der Ausarbeitung des Themas wurde klar, dass die persönlichen Kompetenzen innerhalb dieser Ausbildung zwar wichtig sind, aber nicht ausreichend gefördert werden. Daher erscheint es den Autorinnen weiterhin sinnvoll, dass die UE in den kommenden Kursen durchgeführt werden sollte. Dies bestätigte die abschließende Reflexionsrunde in K21, der den Wunsch äußerte, dass die UE weiterhin in der Ausbildung aufgegriffen werden sollte.

Zusätzlich könnte die UE auch zu einem früheren Zeitpunkt in der Ausbildung durchgeführt werden, z.B. im ersten Jahr vor Beginn der ersten Therapien. Dahingehend wäre es spannend zu erfahren, wie sich die Resilienz der Auszubildenden in den drei Jahren, auch während der Praktika und den eigenen Therapien, verändert. Dabei ist wichtig zu erwähnen, dass dabei die auszufüllenden Fragebögen individuell auf den Stand der Ausbildung anzupassen sind.

Darüber hinaus wäre es denkbar, wenn es eine Förderung in Form eines individuellen Coachings innerhalb der praktischen Ausbildung geben würde. Hierzu könnte eine, von der BfL unabhängige, Fachperson hinzu gezogen werden, die sich auf Resilienz spezialisiert hat, die die Auszubildenden bei Bedarf in ihren individuellen Krisen unterstützt. Hiermit soll bestmöglich gewährleistet werden, dass die Schüler*innen dieser Person gegenüber offen ihre Probleme und Bedürfnisse innerhalb der (praktischen) Ausbildung kommunizieren und dementsprechend an ihren persönlichen Kompetenzen arbeiten können. Dadurch wird, optimaler Weise, die Resilienz der Auszubildenden gestärkt. Zusätzlich würde es sich anbieten, die LogAPrO (1980) so zu aktualisieren, dass eine Förderung der persönlichen Kompetenzen, insbesondere der Resilienz-fördernden Faktoren, bereits im Unterricht der Ausbildung zur Logopäd*in erfolgt. So könnte möglichen psychischen Erkrankungen, aufgrund von Belastung, schon vor dem Berufseinstieg als Logopäd*in vorgebeugt werden.

6. Literaturverzeichnis

- Bengel, J. & Lyssenko, L. (2012). *Resilienz und psychologische Schutzfaktoren im Erwachsenenalter. Stand der Forschung zu psychologischen Schutzfaktoren von Gesundheit im Erwachsenenalter* (Aufl. 1.3.11.12). Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (=Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung).
- Berufsfachschule für Logopädie (Hrsg.) (2016). *Dokumentation BHP*. [Bewertungsbogen für Behandlungsproben]. BfS für Logopädie, EKA gGmbH, Hamburg.
- Berufsfachschule für Logopädie (Hrsg.) (2022). Merkblatt zur Logopädienausbildung an der Berufsfachschule für Logopädie Hamburg der Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf gGmbH. Abgerufen am 17.05.2023 von <https://www.bfl-hamburg.de/bewerbung.html?file=files/bfl/pdf/BFL-Merkblatt-Ausbildung.pdf>
- Berufsfachschule für Logopädie (Hrsg.) (2023a). Wir über uns. Abgerufen am 01.03.2023 von <https://www.bfl-hamburg.de/wir-ueber-uns.html>
- Berufsfachschule für Logopädie (Hrsg.) (2023b). Unser Team. Abgerufen am 01.03.2023 von <https://www.bfl-hamburg.de/wir-ueber-uns/unser-team.html>
- Berufsfachschule für Logopädie (Hrsg.) (2023c). Unser Leitbild. Abgerufen am 01.03.2023 von <https://www.bfl-hamburg.de/wir-ueber-uns/leitbild-102.html>
- Bühner, M. (2021). *Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion* (4. Aufl.). Pearson.
- Degenkolb-Weyers, S. (2016). *Resilienz in therapeutischen Gesundheitsfachberufen. Entwicklung eines Konzeptes zur Resilienzförderung*. Springer (=Best of Therapie).
- Dzubieli, H. & Lutz, C. (2019). *ICF- Formular zur systematischen Patientenbeschreibung (Rapp, 2008)*. [Skript zur Unterrichtsveranstaltung]. BfS für Logopädie, EKA gGmbH, Hamburg.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnefeldt, M. (2022). *Resilienz* (6. Aufl.). Ernst Reinhardt.
- Kimmel, I. (2022). *Resilienz in der Logopädie* (Interview). Im Gespräch mit T. Lenz & A. Wolf. Dortmund, Hamburg: via zoom, 03.12.2022, 14.00 Uhr. (Transkription im Anhang B).

- LogAPrO (1980). *Ausbildungs- und Prüfungsordnung für Logopäden*. Zuletzt geändert durch Artikel 29 des Gesetzes vom 15. August 2019 (BGBl. I S. 1307).
- Oelke, U. & Meyer H. (2021). *Didaktik und Methodik für Lehrende in Pflege- und Gesundheitsberufen* (1. Aufl.). Cornelsen (= Teach the teacher).
- Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2015). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne* (1. Aufl.). Kohlhammer.
- Schmidbauer, W. (1977). *Die hilflosen Helfer. Über die seelische Problematik der helfenden Berufe*. Rowohlt.
- Thun-Hohenstein, L., Lampert, K. & Altendorfer-Kling, U. (2020). Resilienz- Geschichte, Modelle und Anwendung. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 19 (1), 7-20. Abgerufen am 22.05.2023 von <https://link.springer.com/article/10.1007/s11620-020-00524-6>
- Wargers, I. (2021a, Januar 16). Forschungsmethoden I [Power-Point-Präsentation]. Medical School Hamburg.
- Wargers, I. (2021b, April 10). Forschungsmethoden I [Power-Point-Präsentation]. Medical School Hamburg.
- Wollert, M. & Kleinpaß, S. (2019). *ISA- Intensive Sprachtherapie bei Aphasie*. [Projektarbeit in der praktischen Berufsausbildung im Fach Aphasie]. BfS für Logopädie, EKA gGmbH, Hamburg.

Anhang

A: Interviewfragen Ina Kimmel

B: Interview mit Ina Kimmel

C: Stundenverlaufsplanung „Resilienz? Na Logo!“

D: PowerPoint-Präsentation: „Resilienz? Na Logo!“

E: Arbeitsblatt „Energiefresser & Energiegeber“

F: Arbeitsblatt „Ressourcenkoffer“

G: Fragebogen der UE

A: Interviewfragen Ina Kimmel

1. Wie ist deine Definition von Resilienz?
2. Wie bist du auf das Thema Resilienz gestoßen?
3. Was für Erfahrungen mit Resilienz hast du in deinem logopädischen Berufsalltag gemacht?
4. Was haben andere Logopäd*innen dir aus ihrem Berufsalltag berichtet - inwiefern ist Resilienz Thema?
5. Wie bist du dazu gekommen Resilienz-Workshops (für Logopäd*innen) anzubieten?
6. Warum siehst du Resilienz als so wichtig für uns als Logopäd*innen an?
7. Wie erlebst du die Resilienz von Berufsanfänger*innen (falls du Kontakt zu ihnen hast)?
8. Warum ist Resilienz spezifisch schon für Logopäd*innen in Ausbildung relevant?
9. Drei Aspekte die unbedingt in unseren Mini-Workshop rein müssen (theoretisch & praktisch (1-2 Übungen))?
10. Literaturtipps Resilienz für Erwachsene, + spezifisch Therapeut*innen

B: Interview mit Ina Kimmel

Durchgeführt am 03.12.2023

Interviewende: Theresa Lenzen (TL) & Alena Wolf (AW) (K20)

1 00:00:22 Alena Wolf

2 Wir starten einfach [...] mit der Frage, wie so deine Definition von Resilienz ist? Es
3 gibt ja irgendwie so zigtausende gefühlt die alle sehr ähnlich und doch sehr anders
4 sind? [Frage 1, vgl. Anhang A]

5 00:00:35 Ina Kimmel (IK)

6 Ja, ich glaube tatsächlich, dass ich mich da gar nicht so sehr unterscheide, denn
7 natürlich habe ich das ja auch irgendwoher also ich habe mir das ja nicht selber
8 ausgedacht und wenn ich auch so in Seminaren oder bei Vorträgen erkläre, dann
9 spreche ich da häufig auch von psychischer Widerstandsfähigkeit, von psychi-
10 scher Flexibilität, Belastbarkeit im Umgang mit Herausforderungen, Krisen, Belas-
11 tungen im Alltag und jetzt spezifisch auf uns Therapeut*innen bezogen eben im
12 Therapiealltag. Also inwiefern ist jemand in der Lage, mit herausfordernden Situa-
13 tionen im Therapie-Alltag jetzt, bei uns umzugehen? (00:01:16) Ja, da zurückzu-
14 greifen auf seine Ressourcen eine proaktive Haltung an den Tag zu legen, [...]
15 also nicht einfach geschehen zu lassen, sondern aktiv mit dieser Situation umzu-
16 gehen und im Idealfall sogar hinterher auch gestärkt aus dieser Situation heraus-
17 zugehen, weil er oder sie irgendetwas aus dieser Situation gelernt hat durch diese
18 Bewältigung, was dann in einer zukünftigen Situation womöglich [...] hilfreich sein
19 kann. [...] Also ganz locker beschrieben.

20 00:01:51 Alena Wolf

21 Ja, ich finde das ist voll gut auf den Punkt getroffen, also ich glaube, es ging uns
22 auch so. Erstmal was du eben meintest mit dieser Situation, die wir jetzt in unserer
23 Gruppentherapie hatten, war es halt so, wir hatten eine Weile dran zu knabbern.
24 Oder auch so mit irgendwie Besprechungen untereinander, also jetzt auch so von
25 uns Schüler*innen aus hat es echt geholfen, weil jeder hatte irgendwie so eine
26 Sicht so und so könnte man noch damit umgehen und so und auch einfach dar-
27 über zu sprechen. [...] Und ich glaube, wir haben etwas daraus mitgenommen.

28 00:02:23 Ina Kimmel

29 Ja, genau und da seht ihr dann ja schon, dass ihr zum Beispiel das ist auch so ein
30 Teil ja dann der wichtig ist für Resilienz, [...] ihr seid proaktiv mit dem Thema um-
31 gegangen. (00:02:33) Es war jetzt erstmal in Ordnung, dass euch dieses Thema
32 verunsichert hat, traurig gemacht hat, wie auch immer, auf jeden Fall belastet hat
33 in irgendeiner Form und dann seid ihr aber aktiv geworden und habt überlegt was
34 könnte euch jetzt nützen und wie ich rausgehört habe, war eure Strategie, des
35 Austausches also euch mit anderen auszutauschen und vielleicht noch andere
36 Dinge. (00:02:52) Und jetzt könnt ihr da auch so drüber reflektieren, dass ihr sagt,
37 wahrscheinlich, wenn ihr noch mal in so eine Situation kommt, könnte das ja wie-
38 der hilfreich sein, oder? Vielleicht sind dort zwischenzeitlich auch noch weitere
39 Dinge eingefallen. Das heißt, ihr seid jetzt schlauer quasi als vorher, indem ihr das
40 aber bewältigt habt. Hättet ihr das nicht getan, sondern einfach nur jede für sich
41 das jetzt einfach weggepackt, sag mal so ganz locker verdrängt oder einfach ge-
42 sagt: "Nein, das müssen wir abkönnen" [...] also so [kann] auch manchmal so ein
43 Glaubenssatz sein, dann hättet ihr wahrscheinlich nicht aktiv wirklich für euch eine
44 Lösung entwickelt und das ist im Prinzip das, was so typisch für das Thema Resi-
45 lienz ist, dass man proaktiv mit seinen Themen umgeht und die können eben sehr
46 individuell sein. Die können jetzt bei euch andere sein als bei anderen. Das kommt
47 natürlich auch darauf an, mit welchen Themen man so konfrontiert ist. In manchen
48 Praktika in der Neuro sind es andere Themen als in der Praxis, wo es um Kinder
49 Sprache geht. [...] das ist so und das macht [...] das auch teilweise schwierig, so
50 in dem Job, weil wir da sehr unterschiedliche Herausforderungen haben.

51 00:03:54 Theresa Lenzen

52 Ja, das war bei uns auch in der Kindersprache, hatten wir auch ein paar Situatio-
53 nen, die echt schwierig waren mit den Eltern aber auch mit den Kindern [...].

54 00:04:03 Alena Wolf

55 Ja, eigentlich würde ich sagen wir hatten jetzt fünf Kinder Patienten innerhalb un-
56 serer Ausbildung normalerweise hat man ja zwei. Da fängt es ja schon an [lacht].

57 00:04:16 Ina Kimmel

58 Die ihr selber behandeln musstet? [...]

59 00:04:23 Theresa Lenzen

60 Ja, und da waren halt so zwei Elternpaare, wenn überhaupt, die sehr widerstands-
61 fähig waren und [...] therapieresistent.

62 00:04:36 Alena Wolf

63 Ja genau, ich glaub also, wenn ich so darüber reflektiere, war das glaub ich auch
64 schwieriger als jetzt, das was wir im Aphasie-Projekt hatten [...] ganz generell,
65 weil es irgendwie was ist, was einem sonst im Alter glaub ich nicht so häufig be-
66 gegnet, so jetzt ein Thema: "Tod", "Sterben" vielleicht fast noch eher als irgendwie
67 so "schlimme" Eltern.

68 00:05:02 Ina Kimmel

69 Ja genau, je nachdem, was man vielleicht auch sonst schon für Erfahrungen ge-
70 macht hat, ne, da bringt jeder so sein eigenes Päckchen mit und hat manche
71 Themen vielleicht auch schon mal bearbeiten müssen und andere nicht und ja,
72 deshalb ist das super individuell [...]. Deshalb gibt es da auch jetzt nicht zu den
73 einen "10 Punkte Plan" und man sagt: "So werden alle resilient", da gibt es An-
74 haltspunkte, was Einzelne tun können, aber das ist halt super individuell, was
75 auch als Stressor empfunden wird [...]. (00:05:30) Ich hatte letztens bei Instagram
76 so eine Umfrage oder ich wurde gefragt, [...], was mein Fach ist, so innerhalb der
77 Logopädie, [...] was ich am wenigsten mag, und dann bin ich zum Beispiel Dys-
78 phagie genannt, weil mich dieses Störungsbild stresst, also der Umgang mit den
79 Leuten und [...] das ganze Setting und andere [...] gehen da total drin auf zum Bei-
80 spiel, ja. Und wenn ich jetzt in einem Setting arbeiten müsste, wo ich ganz viele
81 Dysphagie-Patient*innen behandle, dann würde ich einfach auf der einen Seite

82 nicht glücklich, aber wahrscheinlich auf Dauer nicht gesund durchkommen kön-
83 nen, weil es mich einfach sehr belasten würde.

84 00:06:07 Alena Wolf

85 [...] Ja, das kann ich nachvollziehen. Ich glaub auch, das ist gerade so in meinen
86 Kopf gekommen irgendwie, dass man wahrscheinlich auch je nach Bereich unter-
87 schiedlich resilient ist wahrscheinlich so aufgrund den Erfahrungen, die man so
88 gemacht hat, ja, aber ich würde von mir echt bei manchen Sachen behaupten:
89 "Boah ey also ich hab gar keine Resilienz was das angeht" und jetzt aber manche
90 Sachen auch, ja okay, also es ist in der Situation vielleicht irgendwie belastend
91 und ich finde es vielleicht auch danach noch irgendwie traurig und es tut mir leid
92 für die Patient*in. Aber ich kann trotzdem vernünftig damit umgehen, ja. [...]

93 00:06:49 Ina Kimmel

94 Ja genau und dann gibt es auch in der Literatur den Hinweis, dass Resilienz je
95 nach Lebensbereich auch unterschiedlich ausgeprägt sein kann. Also du kannst
96 zum Beispiel auch im privaten Setting sehr resilient sein und im beruflichen weni-
97 ger jetzt mal so als Beispiel ne also das ist eben auch nochmal interessant.

98 00:07:05 Alena Wolf

99 Ja, ich glaube, das ist bei mir eher andersherum. [...]

100 00:07:07 Ina Kimmel

101 Ja oder so. Oder auch innerhalb des Jobs, dass es da einzelne Bereiche gibt, wo
102 wir resilienter sind als in anderen, aber auch da ist ja die gute Nachricht, dass
103 Resilienz, das findet ihr dann ja auch in der Literatur, [...] also Resilienz-
104 Entwicklung ist ein Leben lang möglich, das heißt, das wurde auch nachgewiesen,
105 dass das Ganze, egal jetzt in welchem Alter trainiert werden kann. Wäre ja jetzt
106 sonst auch blöd für uns, ne? [Durcheinanderreden, lachen] [unverständlich] Macht
107 man halt einmal einen Test und entweder ist man es oder nicht und dann [...], das
108 ist irgendwie blöd. Genau das ist ja die gute Nachricht. (00:07:46) Genau vielleicht
109 noch wichtig so zum Thema Definition, das sage ich immer dann direkt relativ
110 schnell, dass Resilienz nicht zu verwechseln, ist mit Stress Resistenz. Denn dieser
111 Eindruck könnte manchmal so entstehen, wenn man darüber spricht, dass einem

112 im Prinzip die Themen auf einmal dann gar nichts mehr ausmachen, ja, man so
113 fast immun ist gegen irgendwelche Stressoren, und da würde jetzt die "Resilienz-
114 Fraktion" sagen: "Nein, nein, nein, das ist total unrealistisch". Wir werden als Men-
115 schen immer in unserem Leben mit Stressoren konfrontiert sein. (00:08:22) Und
116 wenn wir jetzt mal den Therapie-Alltag nehmen, dann ist das doch nur allzu realis-
117 tisch. Es wird immer Leute geben, die mal zu spät kommen. Es gibt immer Perso-
118 nen, die uns nerven, die uns herausfordern, immer leider auch mal Leute, die wäh-
119 rend [...] eines Therapie-Prozesses sterben oder schwer krank werden, dass sie
120 nicht mehr behandelt werden können oder, oder, oder. Das können wir nicht, da
121 können wir uns noch so sehr anstrengen diesen Fakt können wir nicht auflösen,
122 so. (00:08:49) Resiliente Menschen jetzt haben aber eben Strategien verinnerlicht,
123 um damit umzugehen und sagen nicht so: "Nein, ich muss nur halt gut genug trai-
124 nieren, dann macht mir das alles nichts [...] mehr aus". (00:09:01) Also nicht so,
125 wie manchmal so in der "Stress"-Literatur, in dieser populär-wissenschaftlichen
126 Literatur so manchmal rüberkommt, dass wir dann wie so eine Art Teflonschicht
127 haben, so nenne ich das immer ne, an der so alles abprallt. Das ist ja häufig auch
128 nicht das, was Therapeut*innen eigentlich wollen, [...] und auch brauchen. Wir
129 brauchen ja ein gewisses Maß an Empathie, um auch bei unserem Gegenüber
130 anzukommen und so zu connecten. (00:09:29) Und wenn [...] zum Beispiel jetzt
131 diese Patientin, von der ihr gerade berichtet habt, die hat euch ja von Tod und all
132 solchen Dingen erzählt. [...] Ich gehe davon aus, dass ihr ja auch in gewissem
133 Maße mitfühlen wolltet, das ist jetzt nun mal meine Hypothese, und nicht sagen:
134 "Mir doch egal". Ja also das [...], also habe ich noch nie erlebt, dass jemand sagt,
135 so: "Ne, das [...] macht mir überhaupt nichts", aber dann im weiteren Verlauf die
136 Frau das erzählt, wie gehe ich dann damit um, dass es ist halt eher, ne? Also ich
137 lasse das schon auch an mich ran. (00:10:03) Aber ich bearbeite das, so dass am
138 Ende sich halt nicht ganz, ganz viele Themen aufhäufen, dich ich alle mit nach
139 Hause nehme und so über Wochen, Monate, Jahre mit mir rumschleppe, denn
140 dann ist es das, was anstrengend wird und das geht dann ja auch so in Richtung
141 "Burn-out- Gefahr steigt enorm", weil, klar, wenn ich so viele Themen mit mir rum-
142 schleppe, unbearbeitet, dann geht es mir auch irgendwann nicht mehr gut, dann
143 kann ich womöglich schlechter schlafen und so weiter. (00:10:31) Das heißt im
144 Prinzip kann man sagen resiliente Menschen laufen eher so durch die Welt und
145 sagen „Ja, eigentlich kann jederzeit irgendwie ein Stressor, eine Krise, eine Her-

146 ausforderung kommen. Aber ich lerne halt immer mehr damit umzugehen und ich
147 weiß ja auch schon, was mir in der Vergangenheit geholfen hat. Und darauf kann
148 ich mich wieder zurückbesinnen.“

149 00:10:52 Alena Wolf

150 Mhm, total ja das trifft's gut finde ich. (Zustimmung TL)

151 00:10:56 Alena Wolf

152 [...] Wie bist du denn überhaupt zu dem Thema gekommen? [...] Resilienz ist ja
153 irgendwie, also ich finde in so einem Therapie-Alltag, was ich so mitbekommen
154 hab, bekommt man davon halt nicht so viel mit. Also ich finde, hier und da es ist ja
155 jetzt ein populäres Thema und man hört immer wieder irgendwie dieses Wort [...],
156 aber jetzt nicht unbedingt bezogen auf unseren Beruf. [Frage 2, vgl. Anhang A]

157 00:11:20 Ina Kimmel

158 Genau ja, da bin ich völlig bei euch, ich [...] bin tatsächlich mehr so per Zufall auf
159 das Thema gestoßen. Natürlich hatte ich auch schon davon gehört, [...] ich hatte
160 aber eher, also wir reden jetzt von 2018, da habe ich dann meine Masterarbeit zu
161 dem Thema geschrieben. So und wie das ja, also ich habe in Regensburg
162 Sprechwissenschaft und Sprecherziehung noch studiert. [...] Da muss man logi-
163 scherweise am Ende eine Masterarbeit schreiben und dann, wie ihr das ja auch
164 kennt, dann braucht man irgendwie ein Thema. (00:11:50) Und dann habe ich halt
165 irgendwie überlegt, was kann ich denn machen? Und zu der Zeit war auch schon
166 Resilienz so'n "Buzz-Word" also gefühlt überall: "Stärken Sie Ihre Resilienz". Aber
167 ich habe das jetzt zum Beispiel noch nicht in therapeutischen Fortbildungs-
168 Katalogen oder so gefunden und ich habe das Thema dann damals in der Master-
169 arbeit in Kombination mit Sprech-Angst untersucht. Also Menschen, die zum Bei-
170 spiel Rede-Angst vor Vorträgen und sowas haben und hab (00:12:22) [...] versucht
171 herauszufinden, ob solche Menschen mit Sprech-Angst auch von einem Resilienz-
172 Training profitieren können. (00:12:28) Ja, und somit musste ich dann natürlich
173 erstmal total tief in das Thema Resilienz grundsätzlich rein tauchen und da hatte
174 ich aber noch gar keine Verbindung [...] zu meinem Therapie-Job. [...] Ich war ja
175 Praxisinhaberin und hab parallel ja ganz normal halt weiter im Therapie-Job ja ge-
176 arbeitet und als ich das Masterstudium dann fertig hatte, dachte ich so: "Moment,

177 also [...] was mache ich jetzt damit?" Gut, ich habe jetzt diesen Master-Titel und
178 dann dachte ich, das ist doch ein total wichtiges Thema auch für [...] die Therapie-
179 Welt und dann rede ich jetzt nicht [...] nur von der Logopädie-Welt, sondern auch
180 Physio, Ergo mal so [...] alle unter einen Hut. Und dann habe ich halt recherchiert,
181 ob es sowas denn schon gibt, (00:13:07) und da gab es nichts. Also ich habe
182 erstmal bei den großen klassischen Fortbildungsinstituten nachgeschaut und da
183 gab es halt nichts und dann dachte ich "Okay, dann mach ich das halt selber". Ja,
184 genau, dann braucht es immer ein bisschen Vorlaufzeit mit deren Planung, [...] und dann ging das los. Aber ich glaube, 2019 direkt, ja. (00:13:33) Das heißt, im
186 Prinzip habe ich zuerst [...] dieses theoretische Konstrukt so mir angeeignet im
187 Master und hab dann halt selber geschaut, wie kann ich das jetzt für meine Ziel-
188 gruppe, zu der ich auch selber gehöre, kann ich das für die greifbar machen und
189 eben sehr, sehr praktisch orientiert. Also ich gebe vor allem Seminare, die eben
190 auch einen sehr großen Schwerpunkt darauf haben, [...] was man praktisch tun
191 kann. Natürlich ist da auch Theorie mit drin aber der Schwerpunkt sind immer Pra-
192 xis-Seminare. (00:14:02) Genau, so bin ich auf das Thema gestoßen.

193 00:14:03 Alena Wolf

194 Cool, klingt auch voll interessant, so deine Masterarbeit, spannend.

195 00:14:08 Ina Kimmel

196 [...] Ich musste gerade nochmal, ich habe vorher nochmal kurz nachgeguckt, wann
197 ich die geschrieben habe ich [...] hätte es euch jetzt nicht sagen können (TL & AW
198 lachen). Ich war gerade so ok, 2018... Jetzt haben wir schon fast '23, aber [...] es
199 liegt an dieser Corona Zeit, die halt einfach so [Satzabbruch].

200 00:14:22 Alena Wolf

201 Ja, das ist an einem vorbeigerast irgendwie, absolut. Ja, es wäre jetzt auch kein
202 Drama gewesen, wenn du die Jahreszahlen nicht mehr gewusst hättest. [lachen]

203 00:14:30 Ina Kimmel

204 Ja, hat mich aber mal so selber auch noch mal interessiert, wann das war. Genau,
205 das ist der Background.

206 00:14:35 Alena Wolf

207 Interessant, ich hab ein paar Leute in meinem Umfeld, die auch echt richtig
208 Sprech-Angst haben [...].

209 00:14:46 Theresa Lenzen

210 [...] Also unsere nächste Frage wäre dann: Was für Erfahrungen mit Resilienz hast
211 du in deinem logopädischen Berufsalltag bisher so gemacht? [Frage 3, vgl. An-
212 hang A]

213 00:15:01 Ina Kimmel

214 Also ihr meint dann in meinem eigenen, ne? (TL & AW bejahen)

215 00:15:08 Ina Kimmel

216 Also erstmal habe ich dann natürlich auch angefangen für mich zu reflektieren,
217 und ich meine, da brauchte ich gar nicht lange, um festzustellen, dass ich auch als
218 Therapeutin [...] aber auch als Praxisinhaberin ständig mit Stressoren konfrontiert
219 bin und dass ich aber eben in meinem Studium und sei es im Bachelor, im Master,
220 jetzt auch nicht vom Lehrplan her, oder auch in Fortbildungen bis dato noch nichts
221 dazu gelernt hatte und somit kann ich sagen war es im Prinzip. (00:15:37) Bis zu
222 diesem Zeitpunkt, wo ich dann angefangen hab, im Master mich damit zu beschäf-
223 tigen. Kein Thema, also ich bin jetzt nie umhergelaufen hab gesagt "Oh" oder hab
224 mich gefragt wie resilient bin ich denn als Logopädin oder "Ah, wie resilient bin ich
225 denn als Praxisinhaberin", keine Ahnung. (00:15:52) Ich [...] hatte mich bis dato
226 nicht damit beschäftigt, weil es einfach ein blinder Fleck war. Hat auch niemand
227 gesagt, dass das wichtig wäre oder so. (00:16:01) Somit habe ich halt, so wie alle
228 anderen halt, so gut es geht irgendwie versucht, auf mich Acht zu geben, habe
229 auch eigene Coachings in Anspruch genommen und sowas alles. Aber das hatte
230 irgendwie keinen, das hatte keinen Namen. (00:16:15) So, und das war [...], war
231 bis dahin meine Erfahrung und als ich dann angefangen habe, dem Ganzen so,
232 das hat mehr Inhalt bekommen, habe ich dann natürlich angefangen zu reflektie-
233 ren auch im [...] Hinblick auf die Vergangenheit. Ok, wo bin ich vielleicht auch
234 schon durch irgendwelche Erfahrungen resilienter geworden? Ich musste zum
235 Beispiel mit meiner Praxis schon mal umziehen. Das war schon ein größerer

236 Stressor, weil es da Probleme mit dem alten Vermieter gab. Also sowas sind ja
237 jetzt mal alleine aus der Praxisinhaberinnen-Sicht. Auch große Herausforderun-
238 gen, einmal so einen Praxissitz an anderen Ort zu verlegen. (00:16:53) Und da
239 dann aber eben nochmal so eingeladen, durch dieses Residenz-Konstrukt noch-
240 mal hinzuschauen: was habe ich denn daraus mitgenommen, an Kompetenzen?
241 Das tat dann ehrlich gesagt ganz gut und nicht nur so dieses "Was ist mir alles
242 schon passiert", ne könnte man ja auch sagen, "Was musste ich schon alles mit-
243 machen", jetzt sehr übertrieben gesagt, ne. Aber so könnte ja auch so eine Hal-
244 tung sein. (00:17:15) Dass man sagt, so: Eieiei, das war schon ganz Schönes "auf
245 und ab" oder so aber das Prinzip lädt die Resilienz ja da so zu ein, auch so einen
246 Ressourcen-Blick da drauf zu haben und zu sagen, selbst wenn dir da auch viel
247 Mist vielleicht widerfahren ist oder du schon ganz schön viele anstrengende Eltern
248 irgendwie hattest, die irgendwelche Rechnungen nicht bezahlen wollten, oder was
249 auch immer. Dann bist du doch irgendwie daran gewachsen, so. Und das fand ich
250 sehr hilfreich dann auch für meinen eigenen Berufsalltag.

251 00:17:51 Alena Wolf

252 Das stimmt. Ich glaube, es ist auch wirklich so, [...] man kann mal ganz schnell
253 irgendwie zu neigen, darüber nachzudenken, "Boah, es ist alles anstrengend",
254 irgendwie. Ja, das ist total schlau, sich das so bewusst zu machen, irgendwie, zu
255 schauen, ja okay, was habe ich denn jetzt überhaupt daraus mitgenommen?

256 00:18:09 Ina Kimmel

257 Ja, genau und eben noch zusätzlich, diese also, das ist wirklich so eins meiner
258 Lieblingsthemen dann auch [...] innerhalb der Resilienz, diese proaktive Haltung,
259 also zu sagen: "Ich muss auch nicht alle Dinge mit mir machen lassen." Also na-
260 türlich kann ich nicht verhindern, dass ich mal mit manchen Stressoren konfrontiert
261 bin. Aber trotzdem entscheide ich immer selber, wie ich damit umgehe und damit
262 umgehen heißt ja nicht immer, dass ich versuche, mich da irgendwie anzupassen
263 und das kann eben auch bedeuten, dass ich zum Beispiel Therapien beende mit
264 jemandem, also mich radikal abgrenze, sag ich jetzt einfach mal. Oder dass ich
265 zum Beispiel auch gewisse Störungsbilder nicht mehr behandle. Ja und das war
266 mir früher nicht so klar. (00:18:52) Ich wusste schon immer, dass ich das nicht
267 muss, aber irgendeine Stimme hat gesagt: "Naja, als Logopädin musst du schon

268 auch alles irgendwie machen". (00:19:02) Ja also, du musst das auch alles ir-
269 gendwie gut finden [...]. Also wie gesagt, das hat jetzt nicht jemand mir wirklich
270 eins zu eins gesagt, aber es herrschte dieser Glaubenssatz [...]: "Ja, das muss ich
271 jetzt alles auch irgendwie können und auch irgendwie machen."

272 00:19:16 Theresa Lenzen

273 Ja, ich glaub das ist bei uns generell auch so bei im Kurs [...], dass man so denkt:
274 "Ok, ich muss jetzt alles können", aber ich glaube bei uns ist noch relativ frei, dass
275 wir wirklich so sagen: "Ok, ich möchte mich gerne in die und die Richtung speziali-
276 sieren".

277 00:19:29 Alena Wolf

278 Total, wir haben echt ein paar Grüppchen und spezifische Personen irgendwie, wo
279 wir sagen: "Okay, wow, das sieht man jetzt schon und wo die auch von sich selber
280 sagen, ja ok, ich mach nur Stimme am Ende. [...] Oder Neuro."

281 00:19:44 Ina Kimmel

282 Ja, das ist doch schön, [...], wenn [...], das zumindest jetzt so auch akzeptiert
283 wird, ne [...]. Oder die [Leute] machen das dann zehn Jahre und merken, dann
284 entdecken ihre Leidenschaft für Kindersprache oder was auch immer. (00:20:00)
285 Bei mir war das früher nicht so klar und mich hat das auch gestresst. Also für mich
286 war das ein großer Stressor, viele Dinge zu machen. Ich habe nicht von Anfang an
287 alles behandelt in der Praxis, aber gerade das Thema Kindersprache hat mich
288 enorm gestresst und irgendwann hat es dann aber Klick gemacht, dass ich das
289 einfach nicht mehr mache und dann ging es mir viel besser. [...] Ganz am Ende
290 habe ich sogar auch nur noch Stimmtherapie gemacht so, aber das hat halt ein
291 paar Jährchen gedauert ja. (00:20:25) Ja, und ich glaube sowas zum Beispiel ne,
292 wenn ihr jetzt sagt, das ist bei euch auch schon ok, also so in dem Setting eurer
293 Ausbildung jetzt, dann ist das ja toll. Also das ist auch sehr erleichternd. (00:20:36)
294 Ich glaube auch so für die Professionalisierung langfristig sehr sehr hilfreich, weil
295 es braucht eben keine Leute, die gefühlt alles machen, sondern es auch Profis für
296 einzelne Bereiche, ne ja und dann wird das ganze Feld auch wieder attraktiver
297 und so weiter also eine riesige Kettenreaktion meiner Meinung nach.

298 00:21:01 Alena Wolf

299 [...] Als du angefangen hast, darüber zu reden musste ich gerade kurz an deine
300 eine Podcast Folge denken.

301 00:21:06 Ina Kimmel

302 Ah okay, an welche?

303 00:21:08 Alena Wolf

304 Frag mich nicht welche Nummer das ist. Die also, die neulich irgendwann kam
305 zum Thema Resilienz. [...] Ich habe so angefangen zu reflektieren über manche
306 Sachen und war so, [...] das muss jetzt eigentlich auch nicht sein. Kann ich auch
307 einfach mal lassen. [...] (00:21:29) Das war schön, das war so ein richtiger "Ah" -
308 [...] Augenblick.

309 00:21:35 Ina Kimmel

310 Ja, voll gut. Schön, das freut mich.

311 00:21:38 Theresa Lenzen

312 Aber ich glaube das [...] ist zumindest bei mir auch im Laufe so gewesen. Am An-
313 fang habe ich auch gedacht: "Okay, ich muss jetzt alles gleich machen". [...] Ich
314 bin persönlich auch so eine gestresste Person.

315 00:21:47 Ina Kimmel

316 Ja, genau das kommt dann ja vielleicht auch noch dazu [Durcheinanderreden] und
317 ich will das ja vielleicht auch alles können.

318 00:21:52 Theresa Lenzen

319 Genau, ja also da macht man sich halt selber so Druck, aber ich merke [das] halt
320 auch bei uns im Kurs: Wir machen uns alle Druck, wir möchten erstmal alles kön-
321 nen. Aber mittlerweile sind auch alle so: "OK, dann gebe ich mal kurz was ab.
322 Heute funktioniert es nicht, mach ich's dafür morgen. [...] Ich glaube so im Verlauf
323 der letzten zweieinhalb Jahre hat sich das bei uns schon ein bisschen gebessert.
324 [...]

325 00:22:12 Alena Wolf

326 Ja, [...] mit der Erfahrung und dem Austausch. Und Hermann und Gisela.

327 00:22:22 Ina Kimmel

328 Ach, die, ja.

329 00:22:26 Alena Wolf

330 Das war eine Hausaufgabe, die wir letztes Jahr über unsere Weihnachtsferien be-
331 kommen haben [...] von unserer Stimmlehrerin [...] Frau [REDACTED] [...].

332 00:22:37 Ina Kimmel

333 Ich wollt grad sagen von [REDACTED] bestimmt. [alle lachen]

334 00:22:41 Ina Kimmel

335 Ich [...] hab mich noch gefragt... Ach nee, ich glaube, sie hatte mir sogar ge-
336 geschrieben, dass sie hintenrum irgendwie mitbekommen hat, dass zwei [...] Auszu-
337 bildende, wie auch immer, [...], dass sie Kontakt zu mir aufnehmen. Genau, sie
338 wusste Bescheid, also deshalb [...] dachte ich mir schon [Satzabbruch] [Durchei-
339 nanderreden].

340 [00:23:01- 00:23:25 nicht für Studienarbeit relevant]

341 00:23:27 Alena Wolf

342 Was haben dir so andere Logopäd*innen oder vielleicht auch Physiothera-
343apeut*innen, wer immer da so zu [...] deinen Workshops kommt, irgendwie berich-
344tet? [...] Was ist da überhaupt gelaufen an Resilienz? Haben sie vielleicht ähnliche
345Erfahrungen gemacht wie du oder wir jetzt irgendwie? Dass es eigentlich nie wirk-
346lich Thema war? [...] [Frage 4 (und 5), vgl. Anhang A]

347 00:23:49 Ina Kimmel

348 Ja, also da kann ich ja zu sagen also die meisten haben wenige bis gar keine Er-
349fahrungen und wenn Erfahrungen sind, dann sind das häufig Erfahrungen durch a)
350"ich habe mich da mal eingelesen" oder "ich habe da mal schon mal irgendwo in
351einem anderen Kontext mich da fortgebildet" oder so, aber nie im Kontext der The-

352 rapie. Also die allerwenigsten, und wenn dann sind das tatsächlich jüngere Gene-
353 rationen, also jetzt nur das passt zu euren Beschreibungen, dass wir vielleicht sich
354 auch so ein bisschen was tut. (00:24:21) Genau, [...] ich bin zum Beispiel auch als
355 Gast-Dozentin in Bochum an der Hochschule für Gesundheit zum Thema Resili-
356 enz. Da geht es um Resilienz im Praktikum, also wenn die im Prinzip in ihr Praxis-
357 Semester starten, dann sehen wir uns einmal davor und einmal ziemlich am Ende
358 und bereiten da dann im Prinzip so dieses ganze Thema auf, weil da wird man
359 natürlich auch auf einmal mit sämtlichen Fällen konfrontiert. Also sprich: die zum
360 Beispiel würden jetzt natürlich sagen ja, wir haben schon mal Berührungspunkte
361 [...] mit dem Thema Resilienz gehabt, aber ehrlich gesagt. Da sind das glaube ich
362 wirklich die Einzelfälle. [...] (00:24:56) Ja, es ist auch soweit ich eben weiß, nicht in
363 den Lehrplänen verankert. Ich glaube, wenn dann, ist es manchmal mehr so ein
364 Zufallsprodukt, dass halt irgendein Dozent, eine Dozentin, das in irgendeiner Art
365 und Weise mit einarbeitet, [...] (00:25:12) also in den Lehrplan, irgendwie, wo es
366 halt passt. Vielleicht so im Bereich Neuro oder vielleicht im Bereich Stimme oder
367 so, aber das genau, sprich wenn wir jetzt uns angucken, was haben die mir bisher
368 erzählt, die [Teilnehmer*innen] haben mir eigentlich gesagt: "Ne, wow ist ja jetzt
369 auch das erste Mal, dass ich mal einen Workshop buche oder gebucht habe, wo
370 es nur um mich geht. (00:25:33) Wo ich jetzt nicht am Ende, also ein Zertifikat in
371 der Hand halte, und, also in dem Sinne, wo ich dann nachweisen kann, dass ich
372 etwas Neues gelernt habe, was ich am Patienten, an der Patientin anwenden
373 kann, wisst ihr? Also kein neues Therapie-Tool, keine neue Methode, sondern es
374 geht nur um mich und das erfahren ganz, ganz viele als (00:25:58) große Erleich-
375 terung und irgendwie als total schönen Moment, aber dadurch, dass die Reaktion
376 so krass ist, interpretiere ich da halt auch immer: Okay, das scheint so halt auch
377 noch nicht stattgefunden zu haben. (00:26:10) Überhaupt, so Supervision, oder
378 irgendwie solche Themen geht eigentlich dann sogar noch über die Resilienz hin-
379 aus ne, das ist einfach wenig Thema leider.

380 00:26:22 Theresa Lenzen

381 Also bei uns war das jetzt auch, wie du das berichtet hast, auch so. Klar man be-
382 spricht dann, wenn man eine sehr intensive Stunde zum Beispiel mit einem Kind
383 hatte, wie ich zum Beispiel, also ein Kind sehr körperlich geworden ist und ich da-
384 mit fertig werden musste und [habe] im Endeffekt dann die Therapie [...] ich dann

385 vorzeitig abgebrochen und dann wirklich erstmal in der Nachbesprechung mit
386 meiner Lehrlogopädin saßen erstmal kurz sacken musste. Klar, es wurde dann
387 kurz aufgearbeitet, so: "OK geht's Ihnen gut? Machen Sie sich heute Abend erst-
388 mal einen Tee, machen Sie gar nichts mehr", aber das wars dann auch. [Durchei-
389 nanderreden] (00:26:57) [...] Also es wird in allen Fächern bei uns so angerissen
390 [Durcheinanderreden].

391 00:27:03 Alena Wolf

392 Das Wort fällt aber nie [...], also ich glaube [...] wirklich nicht [...].

393 00:27:08 Theresa Lenzen

394 Also es wird höchstens nochmal angesprochen, wenn man, wenn man so Mails
395 mitten in der Nacht schreibt, weil man dann zum Beispiel noch am Schreibtisch
396 sitzt, dann schreiben dann zum Teil dann so die Lehrlogopädinnen: Ok machen
397 Sie mal Feierabend, aber das wars auch. [...] Und das ist aber auch schon so ein
398 seltener Fall. [...]

399 00:27:24 Ina Kimmel

400 Ja, okay also es wird dem ja schon ein bisschen Raum gegeben, aber du hast
401 jetzt gerade, Alena, du hast grad gesagt, dass dem Ganzen nicht wirklich einen
402 Namen gegeben [wird]. Und das hat jetzt auch ja nicht so für sich alleine irgendwie
403 Platz ne, sondern das ist dann mehr, wenn [...] jemand halt irgendwas erlebt und
404 sich dahingehend auch öffnet, also es setzt ja auch voraus, dass (00:27:45) man
405 das irgendwie mitbekommt, ne. Also es adressiert, dann ja nicht alle, habe ich so
406 verstanden, und das ist eigentlich etwas, [...] was schön wäre. Also ja, [...] dass es
407 so alle adressiert und manche sind ja auch einfach zurückhaltender, oder
408 (00:28:00) [...] denen ist das auch noch sogar nicht so klar, weil sie vielleicht das
409 auch noch sogar nicht gelernt haben, solche Dinge zu reflektieren oder ob sich
410 einzugestehen, dass gewisse Dinge anstrengend sind. Also [...] diese Basis fehlt
411 sehr, sehr häufig, aber das ist nicht nur bei jungen Kolleginnen und Kollegen, son-
412 dern ehrlich gesagt, auch manchmal sogar schwieriger für Ältere, weil die das ir-
413 gendwie jetzt so seit teilweise Jahrzehnten ja schon nicht machen und jetzt gera-
414 ten die auf einmal in so einem Workshop und sollen dann da reflektieren und ir-
415 gendwie Strategien (00:28:34) entwickeln und ich gebe die ja auch nicht alle vor,

416 sondern die gehen dann in Gruppen und erarbeiten das und so, und dann kann es
417 auch [...] eine Herausforderung sein oder teilweise auch ein bisschen auf Wider-
418 stand stoßen, [...] im ersten Moment so, weil das ja auch heißt, sich mit sich sel-
419 ber zu beschäftigen und wenn man das noch nicht so gut kann ist es halt auch
420 anstrengend. Aber dann findet man da vielleicht auch Themen [...].

421 00:29:00 Alena Wolf

422 [...] Das stimmt schon ja, ich finde auch es gibt halt wirklich so, auch wenn wir ir-
423 gendwie bei Kolleg*innen von uns hospitieren, so massive Unterschiede irgend-
424 wie, wie Leute an gewisse Dinge herangehen, [...] und ich glaube, dass liegt wirk-
425 lich daran, dass man halt, auch wenn bei uns in der Ausbildung jetzt Thema Resi-
426 lienz ist, ohne dass es halt diesen Begriff bekommt, (00:29:24) eigentlich nur wirk-
427 lich nach so einem Therapie-Setting stattfindet, irgendwie im Nachgespräch. Und
428 dafür muss man natürlich überhaupt erst mal in so eine Situation gekommen sein,
429 [...] wo irgendwas schwierig war und das ist ja einfach nicht bei allen gegeben.
430 (00:29:40) Ich glaube, wir hatten jetzt echt so diverse "worst case"-Szenarios [...] und ich möchte sagen, wir hatten da echt Glück mit, so im Nachhinein betrachtet,
432 weil wir daran wirklich einfach sehr, sehr gewachsen sind. [...]. Aber trotzdem hat
433 es ja dann irgendwie ganz viel gebracht [...].

434 00:30:10 Ina Kimmel

435 Ja, eure Erfahrungs-Lernkurve ist steil nach oben gegangen.

436 00:30:13 Alena Wolf

437 Ja, das ist tatsächlich so ja total, das ist irgendwie eigentlich auch ganz, ganz
438 schön und da ist es halt dann wiederum auch schwierig, wenn es halt nicht für alle
439 die gleichen Bedingungen gibt.

440 00:30:28 Theresa Lenzen

441 Genau, das finde ich aber auch schwierig so, wenn wir jetzt schon die letzten zwei
442 Praktika, die wir gemacht haben, klar, wir haben dann bei uns in der Schule, ha-
443 ben wir 45 Minuten Zeit uns zu reflektieren und nochmal besprechen, ok, was ma-
444 chen wir? Wie gehe ich damit um? Was passt für das Kind? Und wenn man halt in
445 die Praxis geht, habe ich dann erfahren ok, wenn überhaupt fünf Minuten dazwi-

446 schen, wenn man wirklich eine schwierige Situation hat und dann ist auf einmal
447 Feierabend und alle wollen nach Hause und dann so: "Ja was mach ich denn jetzt
448 hier?" [...] Das war auch so ein Thema und dann hatte ich auch mal bei mir in der
449 Praktikumsstelle gefragt: ja, Resilienz ist bei uns kein Thema dafür haben wir kei-
450 ne Zeit mehr. So zum Thema. [...]

451 00:31:07 Ina Kimmel

452 Ja genau, und wenn ich so am Anfang [unverständlich] Seminare mache, mache
453 ich manchmal so eine Umfrage. Also wenn das online ist, ne, oder kann man auch
454 vor Ort machen: "Was sind so die größten Herausforderungen im Therapie-
455 Alltag?" Und da sind tatsächlich solche Dinge, die ihr jetzt dann indirekt auch an-
456 gesprochen habt. Also wie Zeitdruck, keine Zeit, es ist eigentlich nie Zeit für ir-
457 gend[...]was. Dass der größte Stressor, überhaupt so diese verschiedenen Patien-
458 tinnen hintereinander zu behandeln teilweise ohne Pausen. Ne, das hat natürlich
459 Gründe. (00:31:38) Auch aus wirtschaftlicher Sicht. Dann schaff' ich halt mehr,
460 aber [...] aus Resilienz-Sicht und so aus gesundheitlicher Sicht einfach nicht so
461 gut und [...] (00:31:48) Ja dann verschiedene Schicksalsschläge, mit denen ich
462 vielleicht konfrontiert bin, aber auch mit bürokratischen Herausforderungen. Also
463 es ist im Prinzip so ein riesiges Portfolio an Stressoren, mit denen wir im Therapie-
464 Alltag so konfrontiert sein können. Genau, und das wird aber häufig eben, und das
465 ist einfach das Problem, es wird häufig noch so alles als: "Ja, das ist halt [...] bei
466 uns so." (00:32:12) Und so werden auch teilweise schon in der Ausbildung oder im
467 Studium, so ist meine Erfahrung, im Praktikum schon die jungen Kollegen und Kol-
468 leginnen sozialisiert. Also die bekommen schon mit, das ist halt so in der Thera-
469 pie-Branche, dass da wenig Zeit ist, dass da wenig sich ausgetauscht wird und
470 umso größer ist dann immer diese Erleichterung und das finde ich dann immer so
471 krass, wenn dann auf einmal mal zum Beispiel so zwei Tage, ein ganzes Wo-
472 chenende lang, dann das Thema sein darf [...]. Wenn man sich da hineinversetzt,
473 ist das ja total klar, wie angenehm das dann sein muss und ich (00:32:48) Denk
474 mir immer: Ne, wow [...]. Also, das ist doch jetzt eigentlich kein Hexenwerk, es ist
475 doch eigentlich nicht so schwer, aber halt scheinbar schon, weil das halt fest ver-
476 ankerte Strukturen auch sind, die [...] (00:33:00) die ältere Generation, der Gene-
477 ration davor und jetzt ja, ich habe irgendwie so ein bisschen Hoffnung, dass [...]
478 wir irgendwann so diesen Ausstieg so ein bisschen schaffen und dass halt die

479 neuen Generationen jetzt da viel offener und sensibler schon sind und auch mehr
480 Dinge einfordern. Hoffentlich dadurch dann auch besser wird.

481 00:33:22 Alena Wolf

482 [...] Also, ich glaub, ich habe in meinen Praktika auch verschiedene Dinge erlebt.
483 In einem war es irgendwie so ja mehr in die Richtung, "das ist halt so". Und in dem
484 anderen, das war irgendwie richtig cool, ich hatte jeden Morgen richtig Bock hin-
485 zugehen, weil es immer so war, bevor wir losgegangen sind zu unseren Pati-
486 ent*innen, haben wir uns, je nachdem, manchmal waren wir fünf, manchmal waren
487 wir drei oder vier Leute, dann irgendwie hingesezt und eine kurze Runde, [...] Be-
488 tonung lag auf kurz, weil manchmal haben wir dann auch festgestellt: "Oh, es ist ja
489 schon zehn nach neun", [...] (00:34:04) ja eine Runde gemacht, wo jeder einmal
490 sagen konnte: "Ja, wie gehts mir grad und warum", wenn wir wollen. Und so ein
491 bisschen wurde dann auch sofort halt eigentlich darauf eingegangen, gebrainst-
492 ormed: "Ja, hast du mal dieses oder jenes versucht" [...] und das war irgendwie
493 echt, (00:34:23) ja, erleichternd auch. Und ich denke auch so, du hast vorhin ge-
494 sagt, irgendwie, dass so was für viele so ganz neu ist, sich mein ganzes Wochen-
495 ende mit sich auseinanderzusetzen und irgendwie so: wie gehe ich mit Sachen
496 um, um daran irgendwie zu wachsen? Und da nichts für den Patienten ausge-
497 stempelt zu bekommen [...], finde ich aber ganz wichtig und gleichzeitig ist es ja
498 trotzdem dann so irgendwie, ich kann dann ja auch besser mit den Patienten um-
499 gehen [...], wenn ich weiß, wie ich mit mir selber umgehe. Das ist irgendwie die
500 Grundlage für alles.

501 00:34:56 Ina Kimmel

502 Genau, ich habe halt aber am Ende und so, ehrlich gesagt, ist meine Erfahrung,
503 so dass viele noch so gestrickt sind oder auch einfach so das gelernt haben, dass
504 es nur etwas fehlt, wenn ich auf dem Papier im Prinzip die neue Strategie XY ge-
505 lernt habe, und die kann ich dann vielleicht auch noch in meiner Praxis aufhängen
506 und sagen so: "Hey, wir bieten jetzt auch noch das an". Natürlich im Sinne der
507 Qualitätssicherung unbedingt weitermachen, das ist ja auch wichtig, sich fachlich
508 weiterzuentwickeln. [...] (00:35:23) Aber parallel sollte er halt eben, genau das,
509 was du gerade geschrieben hast, auch dem halt Raum gegeben werden und im
510 Prinzip würde ich mir wünschen, dass irgendwann, (00:35:33) ja natürlich, dass

511 die Leute immer noch sehr erleichtert sind, wenn sie diesen Raum bekommen,
512 aber das ist irgendwann das neue "Normal" ist. Also, dass es genauso normal ist,
513 dass man auf eine fachliche Fortbildung geht, als auch eben auch für sich in ir-
514 gendeiner Art und Weise Angebote bucht, die vielleicht sogar auch verpflichtend
515 sind zur Qualitätssicherung. (00:35:54) Denn, ja, also ich finde immer dieses Zitat
516 so schön, "Wer nur wer etwas hat, kann auch etwas geben" oder nur "Wer sich gut
517 um sich selbst kümmert, kann sich gut um andere kümmern". Also ja, ich glaube
518 auch, (00:36:08), dass das die Arbeit am Patienten, an der Patientin, verbessert,
519 wenn ich mich gut um meine eigenen Themen kümmere. Denn, wenn ich am En-
520 de auf dem Zahnfleisch gehe und irgendwie da nur noch so durch hechte, dann
521 glaube ich, das ist jetzt vielleicht noch nicht bewiesen, zumindest kann ich euch
522 gerade keine Studien nennen, aber es ist meine feste Überzeugung, dass das
523 auch (00:36:28) [...] sich auf die Qualität der Therapie auswirken kann, nicht muss
524 ne, aber dann möchte ich nicht wissen, halt wie die Leute dann halt in ihrer Frei-
525 zeit so unterwegs sind, noch also völlig mit dem Kopf unterm Arm so ein bisschen.
526 Also eigentlich hätte da die ganze Branche was von und, [...] auch so perspekti-
527 visch.

528 00:36:51 Alena Wolf

529 Total, also schließe ich mich dir auf jeden Fall an, irgendwie so, dass man das
530 Ganze besser machen kann, wenn man auch auf sich selbst Acht gibt.

531 00:37:03 Ina Kimmel

532 Klar kann man jetzt sagen: "Ah, es ist ja total deprimierend, dass das irgendwie so
533 wenige nur wissen". Naja, es ändert sich ja also, da ist auf jeden Fall Bewegung
534 drin und jetzt allein an solchen Reaktionen zum Beispiel zum Podcast, ne, be-
535 komm ich auch relativ häufig so: "[...] Es tut so (00:37:18) gut auch mal irgendwie
536 sowas zu hören" [...]. Ja, in dem Gespräch dachte ich auch: "Ja stimmt" oder allein
537 sowas, das ist ja letztlich dann schon, (00:37:26) Das fördert ja die Selbstreflexion.
538 Man guckt mal, man hört sich irgendwas an, dann überlegt man mal: wie ist denn
539 das bei mir? (00:37:32) Allein das ist dann vielleicht nur ein kleiner Personenkreis,
540 ich habe jetzt auch keinen Millionen-Podcast, der irgendwie, keine Ahnung, in der
541 Top drei bei Spotify ist, überhaupt nicht. Aber egal, erstens ist unsere Therapie-
542 Bubble halt eh auch nicht so riesig aber trotzdem, selbst wenn da halt nur ein klei-

543 ner Anteil irgendwie so Impulse von mitnimmt, dann glaube ich kann sich sowas ja
544 auch multiplizieren irgendwie. [...] (00:38:01) Und eigentlich beschäftigt ihr euch
545 damit, ne, tragt das Thema jetzt so in [...] in eurem Umfeld und so erfahren halt
546 immer mehr Leute davon, warum es denn auch hilfreich sein könnte, sich mal mit
547 dem Thema Resilienz zu beschäftigen.

548 00:38:17 Alena Wolf

549 Ja, wir haben jetzt halt auch eigentlich schon über die nächste Frage gesprochen
550 "Warum ist es für uns als Logopäd*innen so wichtig"? Also ich weiß nicht, ob du
551 da noch irgendwas hinzuzufügen hast [...], vielleicht nochmal in kurz oder vielleicht
552 auch im lang und breit? [Frage 6, vgl. Anhang A]

553 00:38:34 Ina Kimmel

554 Also vielleicht zusammenfassend: die Belastung in der Branche ist einfach sehr,
555 sehr hoch, [...] da gibt es ein paar Faktoren, die sind glaube ich immer da, also
556 verschiedenstes Klientel, kann man sagen, (00:38:47) die teilweise dann hinterei-
557 nanderkommen und einen sehr flexiblen Wechsel der Therapeutin erfordern, sich
558 auf verschiedenste Geschichten, Störungsbilder einzulassen, das ist schon mal
559 eine große Belastung. Dann natürlich noch inhaltlich, also was erzählen sie mir
560 dann? Dann die Strukturen innerhalb einer Organisation, also (00:39:09) was
561 herrscht da auch für eine Kommunikationskultur, Feedbackkultur. Gibt es da jetzt
562 mal ganz einfach gesagt ein Sekretariat, was mir den Rücken stärkt oder muss ich
563 alles alleine machen, und so weiter und sofort. Also es gibt strukturelle Stressoren.
564 (00:39:25) Dann gibt es Therapeutenmangel, also Fachkräftemangel. Es ist ein-
565 fach so, dass dadurch der Druck nochmal steigt und [...] (00:39:33), wenn man
566 sich das alles so anhört, dann ist es eigentlich nicht eigentlich, sondern dann ist es
567 umso wichtiger, ja, dass Logopäd*innen, oder auch andere in der Heilmittel-
568 Branche, sich mit diesem Thema beschäftigen, beziehungsweise auch jetzt nicht
569 selber auf die Idee kommen müssen. Jetzt sag ich mal, eine angestellte Logopä-
570 din Anfang 30 in Berlin, in einer Praxis, da erwarte ich jetzt gar nicht, dass die sel-
571 ber auf die Idee kommt: "Oh, Resilienz wäre ja mal was für mich hilfreich", son-
572 dern dass von einem Berufsverband, von den Krankenkassen, von einer Praxislei-
573 tung, (00:40:12) schon in ihrem Studium oder in der Ausbildung, dass sie da
574 schon weiß, dass es wichtig ist und sie dann einfach nur noch sich aus dem gro-

575 ßen Angebot etwas aussuchen muss also das wäre im Prinzip mein Traum. Ge-
576 nau und deshalb vielleicht das, ja, ich habe das jetzt nochmal ganz gut erklärt,
577 weshalb es wichtig ist. Ich glaube auch, [...] (00:40:36), dass das auch ein Punkt
578 wäre, womit der Beruf ein bisschen attraktiver werden kann. Das ändert natürlich
579 alles nichts an der Bezahlung, zum Beispiel, das ist nach wie vor ein riesiges
580 Problem. Aber wenn Arbeitsbedingungen besser sind, und da haben Chef und
581 Chefin teilweise auch Einfluss drauf, mit kleinen strukturellen Änderungen. Dann
582 wird der Beruf wieder attraktiver. (00:41:02) Und dann können diejenigen, die den
583 Job machen, auch etwas entlastet werden. Dann sind die Wartelisten nicht mehr
584 so lang, einer der größten Stressoren. [...] (00:41:15) Dann kann das auch bis zur
585 Rente, sag ich jetzt, mal Spaß machen und irgendwie ohne große gesundheitliche
586 Auswirkungen irgendwie vonstattengehen. Klar, kann einem immer irgendwas
587 passieren noch zusätzlich ne aber zumindest, dass man da jetzt nicht sich daran
588 abarbeitet.

589 00:41:30 Alena Wolf

590 [...] Total ja, du meinst es ja auch so, dass da vielleicht auch irgendwas von den
591 Krankenkassen kommen könnte, dass man das machen soll. [...] Wäre ja gleich-
592 zeitig rückblickend auch für die Krankenkassen dann eigentlich billiger vielleicht,
593 [...], weil dann nicht so viele Leute [...] Burn-out kriegen [...].

594 00:41:51 Ina Kimmel

595 Genau [...]. Und in der Psychotherapie ist es ja zum Beispiel so. [...] Also eine gute
596 Freundin, die war auch schon im Podcast. Die ist Psychotherapeutin und da ist es
597 völlig normal, dass sie auch nachweisen müssen, sogenannte Interventions-
598 Stunden, [...] dann mit anderen Therapeuten, die sich austauschen. Das gehört
599 einfach zur Qualitätssicherung dazu. Und die schüttelt den Kopf, wenn sie hört,
600 was da bei uns; also wir haben eine Fortbildungs-Pflicht, ja, Fortbildungspunkte
601 müssen wir sammeln. (00:42:20) Ja, und jetzt ja nicht mehr nur Praxisinhabende,
602 sondern jetzt auch Angestellte, seit Anfang dieses Jahres glaube ich oder letzten
603 Jahres. Das heißt Punkte sammeln, ja immer fleißig. Aber allein, dass für Resili-
604 enz-Seminare keine Punkte vergeben werden, [...] (00:42:37) [...] zeigt ja eigent-
605 lich [...] wo das Problem liegt. Also wird es dadurch natürlich für die Personen, die
606 vielleicht ein Fortbildungs-Budget von ihrer Chefin bekommen haben, (00:42:49)

607 nicht mehr so attraktiv, so ein Resilienz-Seminar bei dir zu buchen oder bei je-
608 mand anderem, weil sie denken halt: "Ja, ich muss jetzt auch Punkte sammeln"
609 und beim Seminar zum Thema Resilienz gibt es halt keine Punkte. Es werden halt
610 nur Punkte für Seminare vergeben, die etwas mit den Heilmittel-Richtlinien zu tun
611 haben, die also einen direkten Einfluss, und da sind wir wieder dabei, auf die Ar-
612 beit am Patienten oder der Patientin haben. Also irgendwas zum Thema Sprach-
613 entwicklung und dann könnte er die ganzen Heilmittel-Punkte da durchgehen,
614 wenn es irgendwas damit zu tun hat, (00:43:20) und hat Resilienz halt aber nicht,
615 also gibt es keine Punkte. [...] (00:43:26) Da können einzelne Therapeuten auch
616 nix dran ändern. Das ist halt eine Etage höher, ne.

617 00:43:32 Alena Wolf

618 Ja total, das ist dann halt auch wichtig, dass sich die Verbände usw. da noch für
619 einsetzen. [...] Es ist ja ähnlich, also wir haben jetzt im Zuge unserer Recherche
620 auch mal reingeschaut, direkter in die LogAPrO zum Beispiel, und da steht nichts
621 zu dem Thema, weder mit dem Begriff Resilienz, was ich von 1980 auch nicht er-
622 warte, [...] aber auch nichts in die Richtung Gehendes und (00:44:06) das trifft sich
623 dann ja dann ganz gut, wenn man nicht mal Fortbildungs-Punkte dafür bekommt,
624 irgendwie für sich selber da zu sein und dadurch eine bessere Therapeut*in zu
625 werden, nicht schlecht.

626 00:44:21 Ina Kimmel

627 Genau, man würde halt Punkte bekommen, wenn ich zum Beispiel ein Seminar
628 anbieten würde, "Die Resilienz von Kindern mit Sprach-Entwicklungs-
629 Verzögerungen verbessern". Dafür [...] könnte ich Punkte vergeben. [...]

630 00:44:42 Alena Wolf

631 Ja, das ist auch schon irgendwie ein großes Thema. Auch wenn [...] nie das Wort
632 Resilienz gefallen ist in unserem Unterricht. Aber es war immer so: "Desensibilisie-
633 rung" [Durcheinanderreden].

634 00:44:55 Ina Kimmel

635 Genau das geht in die Richtung, da könnte man sagen: "Okay, Resilienz im Kon-
636 text Stottern", nenne ich das einfach mal, das neue Seminar [lachen]. Super,

637 kriegst [du] Punkte für. (00:45:06) Das hat aber auch wieder diese Brille: Wir ler-
638 nen ja etwas, was wir dann am Ende unseren stotternden Klienten zum Beispiel
639 an die Hand geben können, dass der in seiner Resilienz gestärkt wird, und da geht
640 es nicht um mich. Vielleicht kann ich mir selber auch noch einzelne Sachen dar-
641 aus picken, aber ich stehe nicht im Fokus.

642 00:45:21 Alena Wolf

643 Mhm, ich find' auch so also auch jetzt so [...] Seminare, wie du sie vielleicht
644 machst, wo man als Mensch irgendwie im Vordergrund steht, beziehungsweise als
645 Therapeutin im Vordergrund steht, auch da nimmt man ja diverse Sachen a) für
646 sich draußen mit, aber das ist ja dann auch nicht so, als könnte man irgendwel-
647 chen Patient*innen davon nicht auch was irgendwie weitergeben.

648 00:45:43 Ina Kimmel

649 Genau man kann, wenn man will, kann man das auch noch weiterdenken und
650 überlegen: "Mein Patient hier, der mit Parkinson im Hausbesuch, ich glaube, die
651 Übung, die ich da jetzt gemacht habe, die biete ich dem auch mal an. Ich glaube,
652 der könnte davon profitieren", wenn es irgendwie um Ressourcen geht oder um
653 Stärken oder so. Ja why not, aber es ist eben nicht so dieses: "Das musst du dann
654 danach tun, weil du musst es ja dann optimal anwenden", sondern du kannst auch
655 einfach dieses Paket nur nehmen und für dich damit weiterarbeiten. [...] (00:46:13)
656 Ja, also deshalb, um es zusammenzufassen sehe ich Resilienz als wirklich [Satz-
657 abbruch] [wichtig an].

658 00:46:20 Alena Wolf

659 Wow, ich bin grad echt ein bisschen geschockt mit den Fortbildungspunkten. [Zu-
660 stimmung TL]

661 00:46:26 Ina Kimmel

662 Aber gut, vielleicht tut sich da ja auch noch was. Ist ja genau diese komische Ge-
663 schichte, dass man für Online-Fortbildungen nur halbe Punkte bekommt. Ja also,
664 wenn man, ich weiß nicht ob ihr das wisst, aber wenn man so klassische zwei Ta-
665 ges-Seminare sind 16 Unterrichtseinheiten, also acht pro Tag, und wenn ich jetzt
666 zum Beispiel nach Köln zu ProLog fahre als Therapeutin dorthin, bekomme ich

667 dann 16 Fortbildungs-Punkte, also eine Unterrichts-Einheit ist ein Fortbildungs-
668 Punkt. Und wenn ich aber das gleiche Seminar online besuche, krieg ich nur acht.
669 Und das ist ja haargenau der gleiche Inhalt.

670 00:46:58 Alena Wolf

671 Spannend, wow, also da werden ja auch dann irgendwie gewisse Gruppen auch
672 irgendwie benachteiligt, vielleicht kann da gar nicht hinfahren, oder also ich rede
673 jetzt hier so von mir und da ist es auch immer so ich bin hochsensibel und ich sag
674 das so von mir manche Leute glauben daran ja gar nicht, dass es das überhaupt
675 gibt. [...] Und deswegen ist es für mich manchmal echt viel entspannter, wenn ich
676 irgendwie Unterricht, was auch immer, online machen könnte [Zustimmung IK],
677 weil ich hier meine Lärmumgebung selber beeinflussen kann. [...]

678 00:47:35 Ina Kimmel

679 Genau, du hast auch in den Pausen mehr deine Ruhe und musst dann nicht am
680 PC mit anderen stehen, sondern kannst das in deiner eigenen Küche machen, du
681 hast noch eine Zugfahrt dahin. Also nicht nur Kosten sondern, [Satzabbruch] [...].
682 Und das ja auch nochmal echt wichtig, dass du das sagst, vor dem Hintergrund
683 auch einfach, ja, ausschließend für einzelne Gruppen. (00:48:05) Genau und ein-
684 fach aber auch nicht, so der der aktuellen Situation gemäß. Also es geht einfach
685 total der Trend dahin, dass viel online gemacht wird, weil gerade auch vor dem
686 Hintergrund, [...] der Kosten [...] und auch der Zeit, also wenn ich keine Ahnung, in
687 irgendwo wirklich in so einem Dorf wohne, da ist jetzt auch nicht mal eben neben-
688 an direkt ein tolles Fortbildungs-Institut. Da muss ich halt wirklich dann einen Tag
689 vorher nach München reisen oder nach Ulm oder wo auch immer hin. Dann muss
690 ich da übernachten in teilweise einer teuren Stadt auch wie in Köln oder so. Und
691 dann muss ich teilweise, wenn das Seminar bis in den frühen Abend geht, ja auch
692 noch eine Nacht länger bleiben, und das ist eigentlich, vielleicht sogar, wenn ich
693 Familie habe, oder einfach so, [...] geht da ganz schön viel Zeit drauf und bei ei-
694 nem Online-Seminar halt eben nicht. (00:48:51) Man kann das genauso gut ma-
695 chen. Also wenn man sich halt eben mit Online-Lehre beschäftigt und das halt
696 auch interaktiv gestaltet und nicht einfach nur die PowerPoint durchlaufen lässt.
697 [lachen] Aber das ist ja in Präsenz auch sehr langweilig. [...]

698 00:49:12 Alena Wolf

699 Also da haben wir auch schon so ein bisschen drüber geredet [...].

700 00:49:13 Theresa Lenzen

701 [...] So ein bisschen, aber vielleicht nochmal konkret: Also wie hast du bisher so
702 die Resilienz von Berufsanfänger*innen bei dir in Workshops so erlebt oder viel-
703 leicht bei dir sogar in der Praxis, wenn du Berufsanfänger*innen hattest? Wie hast
704 du das so erlebt, wie war das so? Also klar, wir hatten das ja schon mal angeris-
705 sen, aber jetzt so vielleicht nochmal runter gebrochen. [Frage 7, vgl. Anhang A]

706 00:49:36 Ina Kimmel

707 Also Berufsanfänger*innen in der Praxis, da hatte ich gar keinen Kontakt. Also ich
708 hatte ein relativ kleines Team und die waren jetzt schon erfahren [...]. (00:49:49)
709 Naja, und ich überlege jetzt gerade diejenigen, die [...] ich im Studium begleite, die
710 sind ja noch nicht im Beruf, aber klar [...] in den Seminaren landen einige.
711 (00:50:00) Und da merke ich, da kann ich jetzt nicht sagen, ob deren Resilienz
712 ausgeprägter ist als bei den älteren Kollegen. Das kann ich tatsächlich jetzt so
713 euch auch nicht [unverständlich] [...], da kann ich nicht zu sagen was, aber was so
714 bei mir ankommt ist tendenziell eine [...] größere Offenheit diesem Thema gegen-
715 über. Da weiß ich noch nicht so zu hundert Prozent, woran das liegt. (00:50:27)
716 Ob es auch so ein Generationen-Thema ist, dass grundsätzlich einfach über viele
717 Themen offener mittlerweile gesprochen wird, auch über psychische Erkrankun-
718 gen und so weiter und so fort. Das habe ich mir jetzt mal selber hergeleitet und
719 letztlich aber ja einfach eine höhere Bereitschaft, sich auch intensiv mit diesem
720 Thema auseinander zu setzen und weniger Irritation. Ja, das ist das, was so von
721 den Jüngeren bei mir ankommt. Und zusätzlich gepaart, aber das gilt dann eigent-
722 lich für alle: "Ah ja, haben wir nie was von gehört" oder halt mal so ein bisschen.
723 Also die Berufsanfänger wären dann jetzt ja die, die so in den letzten Jahren dann
724 abgeschlossen haben. (00:51:12) Bei denen merke ich schon, okay, da, da sind
725 ein paar mehr, die dann mal sagen: "Ja, eine Dozentin hat dann mal so ein biss-
726 chen was erwähnt" [...]. (00:51:21) Aber auch da habe ich jetzt keine Daten oder
727 so. Da aber ist mein Eindruck, dass die Älteren im Seminar mir da weniger Rück-
728 meldung geben, sondern die haben sich das, wenn dann mal, in einem anderen

729 Kontext aufgeschnappt. Die Jüngeren haben das vielleicht mal in der Ausbildung
730 oder im Studium aufgeschnappt. [...]

731 00:51:50 Alena Wolf

732 Ist mir jetzt auch ganz neu, dass du da auch wie Seminare für Studierende gibst
733 und irgendwie glaube ich, sonst wüsste ich nicht, ob das oder inwiefern das noch
734 irgendwo anders in dem Bereich Studium, Ausbildung, Thema ist.

735 [00:52:19-00:53:00 nicht relevant für die Studienarbeit]

736 00:53:02 Ina Kimmel

737 [Frage 8, vgl. Anhang A] [...] Wir sind doch jetzt bei: Warum ist Resilienz spezifisch
738 schon für Logopäd*innen in der Ausbildung relevant? [...] (00:53:10) Ich denk mir
739 halt, dass wenn wir uns jetzt so die die Strukturen teilweise in Praxen oder in Klini-
740 ken anschauen, die sind eben auch nicht unbedingt immer Resilienz-fördernd.
741 Und mein fester Glaube ist, wenn Leute auch schon in der Ausbildung oder im
742 Studium lernen, was zum Beispiel, und das gehört mit zum Thema Resilienz, was
743 ihre eigenen Bedürfnisse sind, was eigene Stressoren sind, was auch Ressourcen
744 sind und so weiter, wenn jemand da schon (00:53:44) [...] großes Maß an Klarheit
745 hat und weiß, wie er oder sie aufgestellt ist. [unverständlich] "So modelliert bin ich
746 halt einfach. Aber ja, ich habe diese [...] Stärken, aber ich bringe auch diese Her-
747 ausforderung mit oder vor diesen Herausforderungen stehe ich", dann kann man
748 auch daraufhin sehr viel besser sich einen passenden Job suchen. Denn viele ge-
749 raten, glaube ich, und die habe ich dann häufig einige Jahre später im Einzel-
750 coaching, (00:54:11) in die Situation, dass sie sich eine Praxis aussuchen, [...] und
751 dann merken, dass sie nach ein paar Jahren völlig am Ende sind [...], (00:54:20),
752 weil sie erst denken: Naja, ich bin jetzt Berufsanfängerin, ich muss da jetzt erstmal
753 reinkommen. Und so vergeht dann halt ein Jahr. Und dann wird es auf einmal aber
754 [...] immer anstrengender und sie machen aber immer mehr und es wird auch im-
755 mer mehr gefordert und nach so drei, vier Jahren geht dann auf einmal nix mehr
756 ja, und dann ist es so [...]: "Ich weiß gar nicht, ob dieser Job ich hab den doch mal
757 total geliebt; ich hab ein Studium" [...] oder: "In der Ausbildung hat mir das doch
758 alles so viel Spaß gemacht, und es geht nicht darum, dass mir die Logopädie kei-
759 nen Spaß mehr macht, aber [...] (00:54:52) Ich hab [...] die Freude daran verloren"

760 und das ist halt ja super, super schade, dass dadurch dann halt auch ganz viele
761 und das sehen wir ja auch, dass ganz viele den Beruf verlassen. (00:55:02) Aber
762 dass wenn man im Prinzip da früher schon einsetzt und sagt: "Leute, es ist okay,
763 dass ihr alle unterschiedlich seid und ihr bekommt jetzt hier Dinge an die Hand,
764 wie ihr selber für euch herausfindet, welche Strukturen für euch gut sind. Die einen
765 kommen super klar in einer Klinik, wo sie fast den ganzen Tag alleine unterwegs
766 sind. Von einer Station zur nächsten hechten. Für mich wäre das nichts, aber es
767 gibt Leute, die sagen: "Boah, da fühle ich mich total gut positiv ausgelastet, weil
768 [...] aus welchem Gründen auch immer, da reicht mir das auch dieser kurze Aus-
769 tausch mal mit der Pflege und dann mach ich dann mein Ding. (00:55:39) Andere
770 würden die Hände über dem Kopf zusammenschlagen und sagen: "Nein, ich sehe
771 mich eher in der Praxis. Ich habe da meinen eigenen Raum, ich renn da nicht
772 ständig hin und her. Wenn, [...] dann renn ich mal oder gehe mal zum Wartezimmer
773 und hole die nächste Person" oder "Ich klopfe bei meiner Kollegin und leihe
774 mir da irgendein Material aus. Da sehe ich mich so" und dass das aber auch okay
775 ist, ja, ganz unabhängig von Störungsbildern. Also: "Was brauche ich denn?". Und
776 auch: "Wie viele Stunden kann ich mir vorstellen, erstmal zu arbeiten?". Natürlich
777 gibt es den finanziellen Aspekt, aber auch darüber hinaus wird einem häufig sug-
778 geriert, auch von Inhabenden, dass man halt als junge Person halt 40 Stunden,
779 [...] klar musst du machen. Und (00:56:24) 40 Stunden heißt dann halt ja auch
780 häufig 40 Therapieeinheiten und dann werden aber auch gerne nochmal mehr
781 gemacht, also gerne in Anführungsstrichen, und das führt manchmal dazu, dass
782 dann Leute, die wirklich noch sehr wenig Erfahrung haben mit so vielen Themen
783 (00:56:39) konfrontiert werden. Denn klar, wenn du 40 Patienten in der Woche
784 hast, dann haben die eine ganze Menge unterschiedliche Themen wahrscheinlich,
785 die sie so mit sich bringen, und das ist einfach nicht gesund. Und ich glaube des-
786 halb ganz fest daran, dass wenn man schon in der Ausbildung oder im Studium
787 klar macht, warum Resilienz wichtig ist, was es überhaupt ist. [...] Das ist eben
788 auch damit zusammenhängt, sich von einigen Bereichen abzugrenzen und klar für
789 sich einzustehen. Ja, nicht alles mitzumachen, proaktiv wieder. [...] Kann auch
790 sein, dass man nach bestem Wissen und Gewissen sich eine Arbeitsstelle ausge-
791 sucht hat und am Ende kommt nach drei Monaten raus, das ist totaler Murks. So-
792 was kann natürlich auch passieren ne, man ist dann nicht vor bewahrt damit. Aber
793 ich glaube, dass [es] viele Fehlritte weniger geben würde, wenn Leute auch wis-

794 sen, [...] es ist gerade echt eine Luxus-Situation, kann man sagen, es gibt so viele
795 Praxen und Kliniken, die Leute suchen. Und ich kann mir wirklich, als Berufsein-
796 steigerin, (00:57:45) kann ich mir, wenn ich jetzt nicht irgendwo ganz fernab von
797 irgendeiner Zivilisation wohne, dann kann ich mir meistens aus sehr vielen Joban-
798 geboten eins raussuchen und ich muss nicht das Nächstbeste nehmen und ich
799 darf auch Gehaltsverhandlungen machen, schon zu Beginn und ich sollte Verträge
800 prüfen lassen, weil da gibt es immer noch ganz viel Murks. (00:58:06) Und das
801 letztlich hat ja auch alles etwas mit Resilienz zu tun, weil es schon ganz früh klar
802 macht, du bist auch selber, du darfst selber mitgestalten irgendwie, dass es dir gut
803 geht.

804 00:58:17 Alena Wolf

805 Ja, total wichtig irgendwie auch ich hab grad gedacht, wenn du jetzt so darüber
806 redest, dass man dann vielleicht keine 40-Stunden-Woche macht ist ja auch wie-
807 der besser eigentlich für die Qualitätssicherung der Therapien, die man macht,
808 weil wenn ich mir das vorstelle, ich würde mit 40 Stunden einsteigen, ja wann soll
809 ich denn überhaupt noch so ein bisschen überlegen, nachbereiten oder so viel-
810 leicht irgendwas recherchieren, wo ich sage: "Wow, das habe ich irgendwie in der
811 Ausbildung nie gesehen. Vielleicht muss ich mich damit jetzt mal auseinanderset-
812 zen, sonst mach ich einfach irgendwas."

813 00:58:46 Ina Kimmel

814 Ja, am Wochenende, da hast du da keine Lust am Abend oder am Wochenende
815 das nachzubereiten. [...] Ja und da gehen die Freizeiten für drauf und klar, dann
816 wird es anstrengend und dann bist du vielleicht auch noch so, dass du eigentlich
817 auch voll gerne kreativ bist und auch mal selber irgendeine Therapiematerial ent-
818 wirft. (00:59:05) [...] Ich sag das manchmal so ein bisschen provokativ, so ja und
819 dann, also so in Richtung von so einer Seminar-Gruppe: "Und dann sind bestimmt
820 welche von euch dabei, die dann auch abends das Therapiematerial, laminieren"
821 und dann so: "Mhm, ja". (00:59:19) Und das, wenn das vor dem Hintergrund ist:
822 "Ich mach das gerne und ich hab da Freude dran, irgendwie was zu gestalten was
823 auszumalen, was zu basteln, mir bei Madoo was runterzuladen und dann zu lami-
824 nieren und dann bin ich happy damit", gut, aber dann muss ich halt auch gucken,
825 wo ich diese Zeit an anderer Stelle halt irgendwie [Satzabbruch], ja, also, das darf

826 ja nicht darauf hinauslaufen, dass ich so am Rad drehe, weil ich irgendwie meine,
827 ich muss das noch, ich muss das noch... genau, wenn mir zum Beispiel sowas
828 wichtig ist, dann kann ich ja gucken, wieviel [...] Stunden kann ich dann arbeiten,
829 dass ich die Therapien, die ich halt machen möchte, (00:59:59) dann auch in dem
830 Level hinbekomme, wie ich das halt irgendwie meine. Klar, die Finanzen spielen
831 da immer eine Rolle, das ist dann immer der erste Einwand, so: "Ja, aber du
832 kannst ja nicht sagen, ne". Aber es ist ja jedem selbst überlassen, oder es gibt
833 auch Leute, die nebenbei noch etwas anderes machen, weil sie sagen: "So, ich
834 merke, ich möchte nur 20 Stunden in dem Therapie-Job arbeiten und ich mach
835 (01:00:25) noch 10 Stunden irgendein Büro-Ding oder so, keine Ahnung. Auch,
836 das ist ja völlig in Ordnung. [...] Für die Wartelisten jetzt nicht aber [lachen] für die
837 Gesundheit der Einzelnen sehr, wenn sie halt das machen, was Ihnen guttut.

838 01:00:41 Alena Wolf

839 Fördert vielleicht trotzdem irgendwie "in the long run" die Wartelisten, weil man
840 vielleicht irgendwie schneller mit Patient*innen durch ist, weil man irgendwie...

841 01:00:53 Ina Kimmel

842 [Einschub] Auch das. Ja, guter Punkt.

843 01:00:54 Alena Wolf

844 ...besser produktiver arbeiten kann, mit denen.

845 01:00:58 Ina Kimmel

846 Und weil es dann vielleicht auch [...] durch flexiblere Arbeitsmodelle und so mehr
847 Therapeut*innen wieder gibt, überhaupt. [Pause]

848 01:01:09 Ina Kimmel

849 Ja, also wir merken schon am Thema Resilienz geht kein Weg mehr dran vorbei,
850 ne.

851 [01:01:12-01:06:29 nicht relevant für die Studienarbeit]

852 01:06:29 Theresa Lenzen

853 [...] Ach so, wir hatten ja ganz am Anfang angesprochen, dass wir so einen Im-
854 puls-vortrag, oder Mini-Workshop, also Struktur sein soll sein, dass wir so vielleicht
855 zwei, drei Übungen mitgeben, vielleicht so für Resilienz, klar, was wir ja auch
856 schon jetzt gesagt haben: jeder Mensch ist individuell, sie müssen selber gucken,
857 was die Leute dann bei uns im Kurs unter uns selber für sich gebrauchen können.
858 Aber welche zwei, drei Übungen findest du am sinnvollsten, die du vielleicht bei dir
859 sogar im Workshop anwendest, wo du wirklich merkst: Ja okay, die Leute denken
860 nach oder es bringt denen was? [Frage 9, vgl. Anhang A]

861 01:07:07 Ina Kimmel

862 Also ich habe erstmal gedacht, ich glaube, da ja nicht davon ausgehen könnt,
863 dass die Leute schon wissen, was Resilienz ist, würde ich mit so einem Mini-
864 Theorie-Input starten, dass man im Prinzip einmal so über das Gleiche spricht [...] und dann würde ich auch diese Schutzfaktoren, also mach ich zumindest immer
865 so, dass ich auch diese Schutzfaktoren der Resilienz da einmal nenne. Ich [...] orientiere mich da immer, das findet ihr dann auch in der Literaturliste, an den
866 Resilienz-faktoren nach Fröhlich-Gildhoff und Rönna-Böse, so heißen die zwei
867 Autor*innen, sind auch mit in der Literaturliste. [...] (01:08:08) Und "Resilienz-förde-
870 rung über die Lebensspanne" haben die auch noch. [...] (01:08:23) Man muss das
871 nicht im Detail angucken, aber hier stehen im Prinzip diese verschiedenen Schutz-
872 faktoren und das werdet ihr dann auch sehen, [...] in der Literatur gibt es eher,
873 werden super viele Schutzfaktoren angesprochen, die [...] haben sich jetzt auf die
874 sechs wichtigsten konzentriert und die erkläre ich dann immer mal am Anfang so
875 eines Workshops also, ja, sowas finde ich immer hilfreich, damit man sich das ir-
876 gendwie vorstellen kann. (01:08:48) Und dann dachte ich so vielleicht ist erstmal
877 so zum Einstieg zur Reflexion so eine Ressourcen-Übung gut [...]. Es gibt ja un-
878 terschiedlichste Visualisierungsmöglichkeiten, die so eine Art Ressourcen-Koffer
879 oder eine Ressourcen-Kommode oder was auch immer. Da könnt ihr einfach krea-
880 tiv werden, also dass ihr im Prinzip eine spezifische Fragestellung mit an die Hand
881 gebt, welche Ressourcen bringst du mit auch für deinen Job als zukünftige Logo-
882 pädin oder Logopäde? Also welche Ressourcen können dann sowas sein: Wie
883 was sind deine Talente, deine Stärken? Ja, das kann dann in eine Schublade rein.

884 Welche schwierigen Phasen in deinem Leben oder Herausforderungen hast du
885 schon gemeistert? Dass man da noch mal so den Blick schärft, was gemeistert,
886 ne, also nicht (01:09:37) Negativ-Brille, sondern was, was hast du schon positiv
887 geschafft? Dann kann es so eine Ressourcen-Schublade geben: Wer ist dein
888 Netzwerk, also auch Unterstützer*innen können ja Ressourcen sein. Ich habe zum
889 Beispiel die Ausbildungs-Gruppe, weil ich mich mit der gut verstehe. Ich weiß nicht
890 die offen sind und ich bin mit denen austauschen kann. Ich habe aber auch viel-
891 leicht eine gute Freundin oder einen Freund oder meine Familie oder ich höre im-
892 mer irgendeinen Podcast und bekomme da interessante Impulse oder, oder, oder.
893 Also das können alles Ressourcen sein. (01:10:10) Genau also in so eine Rich-
894 tung, glaube ich, wäre das [eine] erstmal relativ niederschwellige, nicht allzu
895 schwierige überfordernde Übung, die aber schon mal zum Reflektieren anregt und
896 [...] schon mal ganz hilfreiche Informationen vielleicht liefert. Und dann, wir haben
897 ja auch heute schon über dieses Thema Bedürfnisse gesprochen und da fände ich
898 so eine Übung super in Richtung: [...] Bedürfnis-Check-Up. Also stell dir vor, du
899 [...] arbeitest jetzt schon als Therapeut*in. (01:10:46) [...] Welche Bedürfnisse sind
900 hier in diesem Arbeitssetting wohl wichtig? Also was weißt du vielleicht auch
901 schon jetzt aus deiner Ausbildung oder dem Studium, vielleicht auch ein Prakti-
902 kum. Und es gibt da im Internet, das könnt ihr einfach Googlen, so ellenlange Be-
903 dürfnislisten, also Listen mit Bedürfnissen: Sicherheit versus Freiheit und so, also
904 ganz, ganz lange Listen und die könntet ihr zum Beispiel einfach ausdrucken und
905 den Leuten zur Verfügung stellen und dann sollen sie erstmal alle Bedürfnisse
906 eingreifen, die ihnen wichtig sind und dann sind die top fünf Bedürfnisse am Ende
907 so herausarbeiten, dass einem schon mal klar ist: Wie bin ich so gestrickt und was
908 wäre jetzt auch für einen zukünftigen Job, oder jetzt auch fürs Praktikum, was ist
909 da wichtig, (01:11:33) dass ich immer gut auf das Bedürfnis nach Austausch, zum
910 Beispiel, das ist mir extrem wichtig, ist ein großes Bedürfnis von mir, also sollte ich
911 irgendwie schauen, dass ich das entweder auch einfordere oder dass meine Ar-
912 beitsstelle eh auch schon so angelegt ist, dass da immer vorgesehen ist, oder so.

913 [01:11:50- 01:13:39 nicht relevant für die Studienarbeit]

914 01:13:40 Ina Kimmel

915 Nein, ich glaube, ich würde erstmal so in diese zwei Richtungen gehen, aber letzt-
916 lich ist das auch total gut, wenn ihr andere Sachen macht, das ist eigentlich alles
917 auch für den Einstieg direkt geeignet. Man könnte auch mal so [...] auf die Suche
918 nach Stressoren gehen. Also haben die Leute dann in dem Jahrgang unter euch
919 schon Praxis mit Praxiserfahrungen gemacht? [bejaht von TL & AW]

920 [01:14:00- 01:14:51 Erläuterung der "Probandengruppe" & inwiefern sie schon mit
921 Patient*innen schon Kontakt hatten]

922 01:14:56 Ina Kimmel

923 Ja, also sowas wäre halt auch eine Möglichkeit, dass man mal so Stressoren
924 sammelt. Also was waren denn jetzt so Stressoren in meinem bisherigen Prakti-
925 kums- oder in meinen [...] Praxis-Phasen und was waren auch für mich so Ener-
926 giegeber? Also man könnte sagen Energiefresser gleich Stressoren und was wa-
927 ren so die Dinge, die mir Energie gegeben haben, die mir leicht von der Hand ge-
928 gangen sind, die mir Spaß gemacht haben, mit denen ich umgehen konnte? Also
929 es kann ja auch von mir aus ein schwieriger Fall gewesen sein, aber manche Leu-
930 te finden das ja gut. Ja, ist ja nicht, (01:15:29) heißt alles nur "easy peasy" und
931 das ist dann Energie geben, sondern es kann ja für manche Leute auch bedeuten:
932 Ich finde es eigentlich klasse, dass sich so viele herausfordernde Fälle am Tag
933 habe. Mir gibt es eher Energie, weil ich muss mich dann jedes Mal umstellen und
934 letztlich ist das dann auch so eine Einladung zu Reflexion, was sind eher für mich
935 Stressoren und was sind eher Energiegeber. Das ist halt auch super [...] als Ein-
936 stieg. Also ich glaub, da [...] wird euch was einfallen und in der Literatur, ich guck
937 gerade mal, ob der jetzt auch mit dabei ist. [Pause] (01:16:06) Ne, aber es gibt ja
938 auch, ja wobei doch, von Siegrist und Luitjens, wie auch immer man das aus-
939 spricht, die sind also auf jeden Fall, diese Ganze eher Literatur, wo auch Übungen
940 mit drin sind, dann könnt ihr euch auch einfach mal inspirieren lassen. [Frage 10,
941 vgl. Anhang A]

942 [01:16:27- 01:21:48 Abschlussworte, Organisation & Verabschiedung]

C: Stundenverlaufsplanung „Resilienz? Na Logo!“

Zeit	Phase	Thematisches (Grob Inhalte/ Teillernziele/ Leitfragen)	Lehr- und Lernaktivität (Was machen die Leh- renden/ Lernenden?)	Sozialform/ Medien/ wei- tere methodi- sche Hinwei- se
9:00- 9:05	Begrüßung	Vorstellung	L. stellen sich vor S. hören zu	Plenum
9:05- 9:10	Frage- bogen Teil 1	selbstständiges Ausfül- len des Fragebogens	L. geben Fragebogen heraus S. füllen den ersten Teil aus	Einzelarbeit
9:10- 9:30	Erarbei- tung: Was ist Resili- enz?	Definition Resilienz & 6 Säulen	L. tragen vor S. hören zu	Plenum
9:30- 9:40	Übung & Anwen- dung “Energie- fresser & Energie- geber”	selbstständige Erarbei- tung der Ressourcen im eigenen Umfeld/ inner- halb der Ausbildung; Persönlicher Austausch (Bewältigungsstrategien)	L. geben Arbeitsauftrag, lenken diesen (auf jeder Seite 3 Punk- te aufschreiben) S. führen Arbeitsauftrag aus	Einzelarbeit/ Plenum
9:40- 9:50	Diskussion der Übung	Einordnung der Übung in eine/mehrere Säulen der Resilienz	L. regen zur Diskussion an S. diskutieren & geben sich ggf. gegenseitig Tipps	Plenum
9:50- 9:55	Frage- bogen Teil 2	selbstständiges Ausfül- len des Fragebogens	L. geben Arbeitsauftrag heraus S. füllen den zweiten Teil aus	Einzelarbeit
9:55- 10:00	Abschluss	Ggf. Austausch/ Feed- back	L. geben Übung heraus (“Ressourcenkoffer”), geben Rückmeldung über die Stunde, wün- schen gutes Gelingen im ISA-Projekt, Verab- schiedung S. hören zu & verab- schieden sich	Plenum

D: PowerPoint-Präsentation: „Resilienz? Na Logo!“



Fragebogen Teil I 😊

RESILIENZ- WAS IST DAS ÜBERHAUPT?

DEFINITION

- resilience (engl.)= Spannkraft, Widerstandsfähigkeit, Elastizität
- = erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und negativen Stressfolgen umgehen
- keine Eigenschaft der Persönlichkeit, an 2 Bedingungen geknüpft:
 - bestehende Risikosituation
 - Mensch bewältigt Risikosituation positiv aufgrund vorhandener Fähigkeiten

„Unter Resilienz wird die Fähigkeit von Menschen verstanden, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen“

(Welter-Enderlin, 2012, S.13)

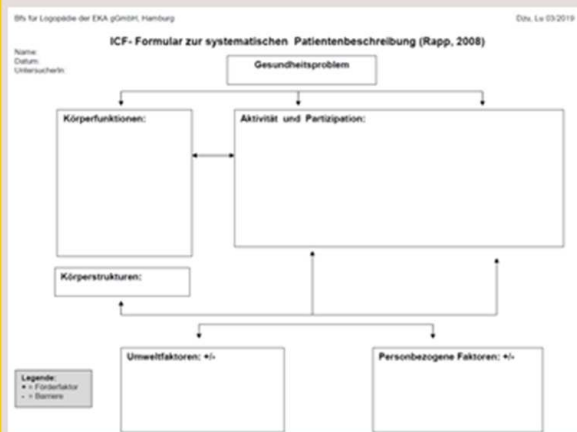


Abb. I: ICF-Formular

WO KÖNNTE MAN
"RESILIENZ" IM
ICF-FORMULAR
EINORDNEN?

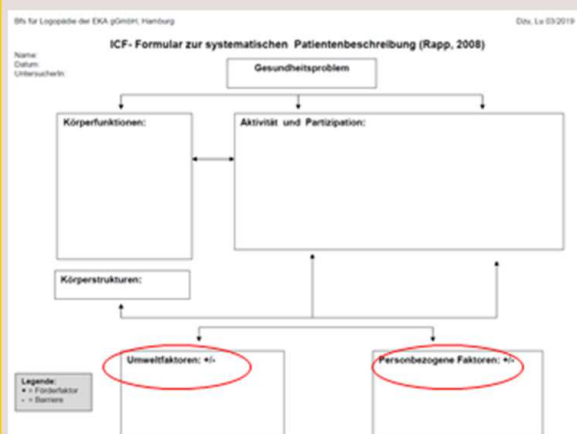


Abb. I: ICF-Formular

WO KÖNNTE MAN
"RESILIENZ" IM
ICF-FORMULAR
EINORDNEN?

MERKMALE VON RESILIENZ

- dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess
- variable Größe
- situationsspezifisch
- multidimensional



Abb. 2: Resilienzfaktoren zur Bewältigung i.A. a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.43



Abb. 2: Resilienzfaktoren zur Bewältigung i.A. a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.43

SELBST- UND FREMDWAHRNEHMUNG

- ganzheitliche & adäquate Wahrnehmung der eigenen Emotionen und Gedanken
- eigene Reflexion
 - Eigen- vs. Fremdwahrnehmung

SELBSTSTEUERUNG/ -REGULATION

- emotional flexibel auf unterschiedliche Belastungssituationen reagieren
- je nach Anforderung: eigenen Erregungszustand herauf-/ herunterregulieren
 - Was hilft mir, um mich zu beruhigen?
 - Was sind Handlungsalternativen & Strategien zur Selbstberuhigung?
- innere Anforderungen bewältigen & ihnen begegnen



Abb. 2: Resilienzfaktoren zur Bewältigung i.A. a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.43

SOZIALE KOMPETENZ

- Lösung sozialer Probleme
- Empathiefähigkeit
- Selbstbehauptung
- Einschätzung sozialer Situationen möglich
- proaktives Zugehen auf andere Menschen

SELBSTWIRKSAMKEIT/ -ERWARTUNG

- Vertrauen
 - in die eigenen Fähigkeiten
 - in die verfügbaren Mittel
- "Überzeugung, ein bestimmtes Ziel auch durch Überwindung von Hindernissen erreichen zu können" (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2022, S.46)
- Erwartungen
 - Führt das eigene Handeln zu Effekten?
 - Steuerung
 - des Herangehens (Situationen/ Aufgaben etc.)
 - Art & Weise der Bewältigung
 - > Bestätigung des eigenen Selbstwirksamkeitserlebens
 - abhängig von bisherigen Erfahrungen

„Resiliente [Menschen] kennen ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten und sind stolz darauf; sie können ihre Erfolge auf ihr Handeln beziehen und wissen, welche Strategien und Wege sie zu dem Ziel gebracht haben; sie können diese Strategien auf andere Situationen übertragen und wissen, welche Auswirkungen ihr Handeln hat und vor allem, dass ihr Handeln auch etwas bewirkt“

(Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2022, S.48)

PROBLEMLÖSEFÄHIGKEIT

- lebens- & lernbereichsübergreifende Kompetenz
- Schwierigkeiten bewältigen
 - treffen von schwierigen Entscheidungen in besonders belastenden Situationen
- Rückgriff auf vorhandenes Wissen wichtig (Leutner et al. 2005, S. 125)
 - Handlungsmöglichkeiten entwickeln, bewerten & umsetzen
- verfolgen von zielorientierten Plänen & Entwicklung von effektiven Strategien (auch trotz belastender Situationen) zum Erreichen der Ziele
- Planungskompetenz: Analyse der eigenen Ressourcen (hins. evtl. "worst case" Szenarios)

ADAPTIVE BEWÄLTIGUNGSKOMPETENZ

- Stress (Faltermaler, 2017)
 - Anforderungen überfordern die Anpassungsfähigkeiten der Person
 - Ungleichgewicht zwischen Person & Umwelt
- Stressfaktoren (nach Faltermaler, 2017)
 1. (Entwicklungsaufgaben)
 2. kritische Lebensereignisse
 3. alltägliche Belastung

ADAPTIVE BEWÄLTIGUNGSKOMPETENZ

- Häufung Stressfaktoren = übersteigen Bewältigungsmöglichkeiten der Person
- Empfinden einer Situation: subjektive Bewertung
- Art der Bewertung abhängig von
 - bisherigen Lebenserfahrungen
 - Möglichkeiten der kognitiven Informationsverarbeitung
 - Verstehen von Situationen
 - Fähigkeiten zur Emotionsregulation bzw. Selbststeuerung
- flexibler Einsatz von versch. Copingstrategien (je nach Ausgangslage) (Rönnau-Böse, 2013, S. 96)
 - aktive Strategien

ÜBUNG

ENERGIEFRESSER & ENERGIEGEBER

DISKUSSION

IN WELCHE DER 6 SÄULEN KANN MAN
DIESE ÜBUNG EINORDNEN?



Abb. 2: Resilienzfaktoren zur Bewältigung | A. a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau Böse, 2021, S.43

Fragebogen Teil 2 😊



Abb. 3: Zitat Ina Kimmel (Instagram.com)

QUELLEN & WISSENSWERTES

- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönna-Böse, M. (2015). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne*. Kohlhammer.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönna-Böse, M. (2022). *Resilienz* (6. Aufl.). Ernst Reinhardt.
- Bengel, J. & Lyssenko, L. (2012). *Resilienz und psychologische Schutzfaktoren im Erwachsenenalter. Stand der Forschung zu psychologischen Schutzfaktoren von Gesundheit im Erwachsenenalter* (Aufl. 1.3.11.12). Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (=Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung).

Podcast: THERAPIEPAUSE® Ina Kimmel

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

- Abb. 1: i.A. a. Dzubieli, H. & Lutz, C. (2019). *ICF- Formular zur systematischen Patientenbeschreibung* (Rapp, 2008). [Skript zur Unterrichtsveranstaltung]. BfS für Logopädie, EKA gGmbH, Hamburg.
- Abb. 2: Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönna-Böse, M. (2022). *Resilienz* (6. Aufl.). Ernst Reinhardt. --> S.43
- Abb. 3: Kimmel, I. (2023). *Kleine Erinnerung für alle wunderbaren Therapeut*innen da draußen*. Abgerufen am 17.02.2023 von <https://www.instagram.com/p/CoKYEdjNTeD/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

**VIELEN DANK
FÜR EURE
AUFMERK-
SAMKEIT**

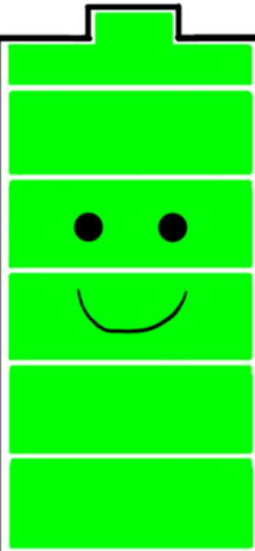
**UND EINEN GUTEN START IN DIE
THERAPIEN :)**

E: Arbeitsblatt „Energiefresser & Energiegeber“

UE zum Thema Resilienz (Studienarbeit)
Theresa Lenzen & Alena Wolf (K20)
20.02.2023

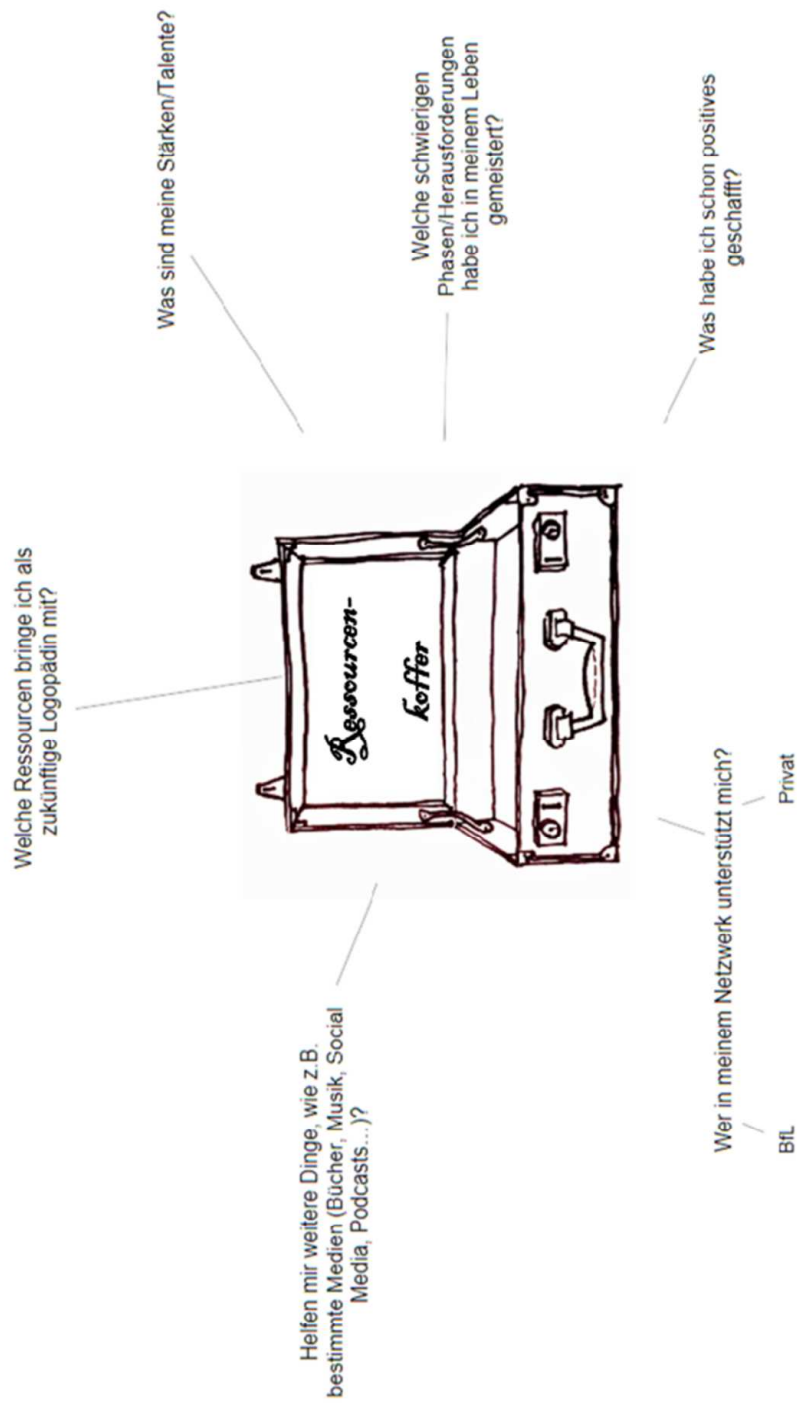
„Energiefresser & Energiegeber“

Was in deinem Umfeld/in der Ausbildung sind Energiefresser? Was sind Energiegeber?

Energiefresser	
Energiegeber	

Lenzen, T. & Wolf, A. i.A. a. Kimmel, I.: Grundübung „Energiefresser & Energiegeber“

F: Arbeitsblatt „Ressourcenkoffer“



G: Fragebogen der UE

Fragen	Ja	Eher ja	Eher nein	Nein
<i>Vor dem Vortrag auszufüllen:</i>				
1. Hast du in deinem privaten Umfeld schon mal etwas von »Resilienz« gehört?				
2. Hast du im Rahmen der Ausbildung zur Logopäd*in (abgesehen von der Ankündigung unserer Unterrichtseinheit) schon mal etwas von »Resilienz« gehört?				
3. Würdest du von dir behaupten, dass du weißt, was Resilienz ist /kannst du dir etwas darunter vorstellen?				
4. Hast du in deinem Privatleben schon mal bewusst Resilienz-fördernde Methoden praktisch angewandt?				
5. Hast du in im logopädischen Kontext schon mal bewusst Resilienz-fördernde Methoden praktisch angewandt?				
<i>Nach dem Vortrag auszufüllen:</i>				
6. Hat unsere Unterrichtseinheit: »Resilienz in der logopädischen Ausbildung« das Thema Resilienz für dich greifbarer gemacht?				
7. Denkst du, du kannst in deinem Ausbildungsalltag jetzt aktiv auf (deine) Resilienz-fördernde(n) Faktoren/Methoden zurückgreifen?				
8. Sollte unsere Unterrichtseinheit in nachfolgenden Kursen weiterhin durchgeführt werden?				

Eidesstattliche Erklärung der Verfasserinnen

Hiermit versichere/n ich / wir, dass ich / wir die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe angefertigt haben. Quellen und Hilfsmittel habe/n ich/wir angegeben – wörtlich oder annähernd wörtlich.

Hamburg, 22.05.2023

Theresa Lenzen

Alena Wolf

Einverständniserklärung

- Ich/ wir bin/ sind damit einverstanden, dass bei Interesse Dritter an meiner/ unserer Studienarbeit meine/ unsere Mailadresse/ Mailadressen zur Kontaktaufnahme weitergegeben wird/ werden.
- Des Weiteren bin ich damit einverstanden, dass meine/ unsere Studienarbeit einschließlich des ggf. erarbeiteten Materials anderen Schülerinnen und Schülern sowie den Lehrenden der Schule zu Lehrzwecken zugänglich gemacht wird und von diesen zur Nutzung im schulischen Kontext (z.B. Unterricht, Therapie) verwendet und vervielfältigt werden darf.

Hamburg, 22.05.2023

Theresa Lenzen

Alena Wolf