



Pflegeschätze



Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Raumfahrt

Pflegeschätze-Pocket-Guide

*Methoden, Spielanleitungen und Hinweise
zum gemeinsamen Finden, (Weiter)entwickeln und Teilen
von Pflegeschätzen und Lösungsideen für Alltagsherausforderungen*

Wie verwende ich den Pocket-Guide?



Pflegeschätze



Hochschule
München
University of
Applied Sciences



Der Pflegeschätze-Pocket-Guide enthält neben Pflegeschätze-Methoden und Spielanleitungen auch Hinweise für die Moderation der Pflegeschätzsuche. Zu allen Methoden und Spielen gibt es eine Übersichtskarte mit den wichtigsten Informationen, um die Auswahl zu erleichtern. *Varianten* (in den Anleitungen *kursiv* geschrieben) ermöglichen mehr Flexibilität im Umgang mit einer Methode oder beim Spielen. Im Sinne des Co-Design können sie neu erfunden, ausprobiert oder weiterentwickelt werden. Materiallisten und DIY-Vorlagen ermöglichen es, alle benötigten Materialien selbst zu basteln oder zu kaufen.

Hinweise zur Sprache

Sprache beeinflusst die Bilder, die wir im Kopf haben und unsere Wahrnehmung der Welt. Wir fördern geschlechtergerechte und inklusive Sprache. Taschen-Format und Lesbarkeit der Moderationskarten erfordern hier eine Anpassung. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter. Die Abkürzung TN steht für Teilnehmer:innen.

Zeichenerklärung



Ziel



Mindestens benötigte Zeit



Minimale bis maximale TN-Zahl



PS-Spiel & benötigtes Material



co-kreative PS-Methode & benötigtes Material



Was Pflegeschätze sind, verrät die Rückseite dieser Karte. Bis Seite 12 finden sich allgemeine Hinweise und Informationen, die für jede Pflegeschatzsuche nützlich sind. Die Würfel-Symbole kennzeichnen die PS-Spiele. Zu jedem Spiel und jeder Methode gehören je zwei Karten mit Vorder- und Rückseite. Das Inhaltsverzeichnis gibt jeweils die erste Seite eines neuen Abschnittes an.

S. 5 Wie finden wir Pflegeschätze?

S. 7 Moderationshinweise

S. 9 Umgang mit Störungen und
Selbstschutz

S. 11 Workshop-Grundsätze und Krisen-
und Unterstützungsdienste

 S. 13 PS-Quartett

 S. 17 PS-Ludo

S. 21 PS-Modellbauwerkstatt

S. 25 Brainwriting

S. 27 PS-Ideen Turbo

S. 30 PS-Ideen Turbo oder PS-Galerie?

S. 31 PS-Galerie

S. 35 PS-Jig Saw

 S. 39 PS-Puzzle

S. 43 PS-Drei Wünsche

S. 47 PS-Sechs Denkhüte

S. 51 PS-Kopfstand Methode

S. 55 Grundausrüstung für PS-Methoden

S. 57 Ressourcen und weiterführende
Literatur

S. 59 Quellenbelege und Impressum

Was sind Pflegeschätze?



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:
Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Innovation

Pflegeschätze (PS) sind innovative Lösungen für Herausforderungen, die Pflegenden im Alltag entwickeln. Diese Lösungen können sehr einfach sein, indem beispielsweise ein bekannter Gegenstand anders verwendet wird: Eine Schwimmnudel, mit der Möbecken und Kanten abgepolstert werden. Es können auch neu entwickelte, aufwändige Lösungen sein, wie beispielsweise eine selbst gebaute Wickelaufgabe für ein älteres Kind, das unterwegs eine Inkontinenzversorgung braucht.

Die Lösungen beruhen immer auf persönlichen Erfahrungen in individuellen Pflegesituationen, die nicht einfach auf andere Situationen übertragen werden können. Jeder PS birgt Potentiale und Risiken. Die Nutzung der bereitgestellten Erfahrungsberichte erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Schäden, die sich aus der Nachahmung von Lösungen oder der Umsetzung von Erfahrungsberichten ergeben, insbesondere für schwerwiegende gesundheitliche Folgen, die Nutzende erleiden, einschließlich des Todes, haften weder der Forschungsverbund noch irgendeine andere Person oder Organisation, die mit Pflegeschätze in Verbindung stehen. Weitere Hinweise finden sich online unter: www.pflegeschaeetze.de/beispielhafte-pflegeschaeetze (oder siehe QR-Code rechts).



Wie finden wir Pflegeschätze?



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Um PS zu finden, bedienen wir uns co-kreativer und spielerischer Methoden. Für die Pflegeschatzsuche wurden diese Methoden den Anforderungen und Bedürfnissen der pflegenden Angehörigen angepasst.

Co-creation stammt aus dem Design Thinking und bedeutet, dass gemeinsam und gleichberechtigt Ideen ausgetauscht und weiterentwickelt werden bis aus Ideen Lösungen werden, die im Alltag getestet werden können.

Ein wichtiges Prinzip ist das Zulassen von Ideen, ohne diese sofort zu bewerten. Über Versuch und Irrtum werden verschiedene Lösungsoptionen getestet, wieder verworfen oder weiterverfolgt. Je unterschiedlicher die Personen und ihre Hintergründe sind, desto produktiver und kreativer ist der Prozess.

Um die Kreativität anzuregen, ist ein erster wichtiger Schritt, vom Problem oder von der Herausforderung zum Ziel zu kommen. Ziele sind erstrebenswerte Zustände, die wir erreichen wollen, um uns wohlfühlen und glücklich zu sein.

Wie finden wir Pflegeschätze?



Pflegeschätze HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Von der Herausforderung zum Ziel

Alle schlüpfen in die Schuhe der Person, die eine Herausforderung einbringt.

Zuerst ist es wichtig, das Bedürfnis und die Emotionen, die hinter der Herausforderung liegen, zu erkennen.

Danach werden die erkannten Bedürfnisse und Emotionen genauer untersucht.

Diejenigen Bedürfnisse, die am meisten überrascht haben und mit den stärksten Emotionen verbunden sind, werden zur Grundlage der Pflegeschatzsuche.

Leitfragen:

- *Um was geht es Dir dabei?*
- *Wie willst Du dich fühlen?*
- *Was ist Dir wichtig?*
- *Was wünschst Du dir?*

Beispiel:

- *Herausforderung: Das Kind zeigt beim Restaurantbesuch ein Verhalten, das die Blicke der anderen Gäste auf uns zieht. Ich fühle mich beobachtet.*
- *Ziel: Ich will mit der Familie das Essen und das Beisammensein im Restaurant genießen, um eine Abwechslung vom Alltag zu erleben.*



Bei allen PS-Methoden und PS-Spielen ist es wichtig, dass die moderierende Person oder Spielleitung alle Ideen wertschätzt, die Stimmung der Gruppe beachtet und dass vielleicht ein Stoppzeichen vereinbart wird, um belastende Situationen zu erkennen und damit umzugehen (siehe S. 9).

Es darf keine Dynamik entstehen, die jemanden dazu drängt, mehr als gewünscht von sich und der individuellen Lebenssituation preiszugeben. Jede teilnehmende Person entscheidet selbst, welche Informationen sie teilt.

Alle Beteiligten sind für den Prozess verantwortlich. Spaß am Spiel und das Gefühl der Entlastung und Erholung auf Seiten der Teilnehmenden entscheiden genauso über den Erfolg des Workshops, wie das Finden von Pflegeschätzen.

Alle PS-Spiele können auch ohne Gewinnziel gespielt werden, wenn kein Wettbewerb gewünscht ist, der Druck auslösen kann. Über das Weiterspielen entscheiden die Spielenden, die Spielleitung achtet auf Belastungsanzeichen.

Für einige PS-Methoden werden Haftnotizen benötigt. Vor Verwendung ist zu prüfen, dass keine Klebereste auf der Unterlage zurückbleiben und die Raum Inhabenden sind ggf. um Genehmigung zu bitten.

Moderationshinweise

Anfang: Die Moderation beginnt mit der Begrüßung der Teilnehmenden, gefolgt von einem kurzen Kennenlernen.

Ziel: Das Ziel, Pflegeschätze für die Bewältigung von Alltagsproblemen zu entdecken, wird vorgestellt.

Rahmen: Anschließend erfährt die Gruppe, was Pflegeschätze sind, und verständigt sich auf die Prinzipien eines co-kreativen, gelingenden Miteinanders (siehe S. 11).

Ablauf: Dann werden der Ablauf des Workshops erläutert, verschiedene Methoden vorgestellt, Material gezeigt und den Teilnehmenden die Gelegenheit gegeben, die Methoden oder Spiele auszuprobieren.

Auswahl und Umsetzung: Anschließend wird gemeinsam eine PS-Methode oder ein PS-Spiel ausgewählt und umgesetzt.

Ergebnissicherung: Die Ergebnisse werden dokumentiert, damit die Pflegeschätze mit nach Hause genommen und weiterentwickelt werden können.

Ende: Zum Abschluss wird Feedback eingeholt und der Workshop evaluiert.



Alle Anwesenden können jederzeit eine Störung wahrnehmen und ansprechen. Der Prozess wird dann unterbrochen und die Gruppe entscheidet, wie mit der Störung verfahren wird: Kann der Prozess fortgesetzt werden? Braucht es eine Auszeit oder eine andere Lösung? Können wir das Ziel des Workshops noch erreichen?

Möglicher Umgang mit konkreten Störungen:

- Problemfokus: Beharrlich auf Lösungsorientierung hinweisen - falls das nicht erfolgreich ist, den Workshop abbrechen.
- Stark emotionale Reaktionen: Als Störung benennen, wertschätzend vom Workshop abgrenzen und eine Auszeit oder den Abbruch anbieten. Gegebenenfalls auf Krisen- und Unterstützungsdienste (siehe Rückseite) verweisen oder diese zur Hilfe rufen.
- Dominante Äußerungen: Verhalten thematisieren, betonen, dass es im Workshop auf viele verschiedene Blickwinkel ankommt und übermäßige Redeanteile konsequent unterbrechen.



Die Moderation ist eine freiwillige Leistung. Die Verantwortung für das Finden und Teilen von Pflegeschätzen liegt bei allen TN.

Als moderierende Person sollten keine Ideen zu Pflegeschätzen geteilt werden (Haftung, Bewahrung der Moderationsrolle).

Als moderierende Person dürfen Sie auf Verletzung Ihrer Selbstbestimmung oder auf persönliche Belastung reagieren, indem Sie z. B. den Workshop pausieren, abbrechen oder nachbesprechen.

Umgang mit Wir-Du-Dynamik (wenn TN sich explizit von der moderierenden Person abgrenzen): Als *Störung* ansprechen und bearbeiten.

Die TN sind oftmals sehr belastet – großes Belastungserleben kann im Pflegeschätze – Workshop nicht bearbeitet werden. Umgang:

- wertschätzend und verständnisvoll auf Äußerung eingehen
- Situation als *Störung* vom Workshop abgrenzen
- betroffener Person Auszeit oder Verlassen des Workshops anbieten
- Hinweise zu Krisendiensten geben

Pflegeschätze Workshop

Gelingendes Miteinander

Jede Idee
anerkennen, um tolle
Pflegeschätze zu
entdecken



Kreativ sein
und Neues
ausprobieren



Wissen vermehren,
indem wir es
miteinander teilen



Selbstbestimmt
sein und die
Selbstbestimmung
der anderen
respektieren



Sich auf den Weg machen und
aus Fehlern lernen



Krisen- und Unterstützungsdienste



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Rettungsdienst 112 und Polizei 110, jederzeit und bundesweit bei akuter Selbst- oder Fremdgefährdung oder lebensbedrohlichem Notfall

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 11, jederzeit und bundesweit bei dringendem, aber nicht lebensbedrohlichem, medizinischem Hilfebedarf

Telefonseelsorge 0800 / 111 0 111 oder 0800 / 111 0 222, jederzeit und anonym für Unterstützung in schwierigen Lebenslagen und Krisen

Frag Oskar 0800 8888 4711, jederzeit für Beratung bei unheilbar erkranktem Kind oder bei Verlust eines Kindes

Pflegetelefon 030 20 17 91 31, Mo – Do von 9 – 18 Uhr, Unterstützung bei Unsicherheit und Belastung in der Pflegesituation

Elterntelefon 0800 111 0 550, Mo, Mi, Fr von 9 – 17 Uhr und Di, Do von 9 – 19 Uhr und anonym bei Sorgen um das Kind, Überforderung und Hilflosigkeit

Pflegeschätze-Quartett



Pflegeschätze HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:

Landesministerium
für Forschung, Technologie
und Innovation



45
min



2 - 4



PS-Quartett Spielkarten*, Stifte in verschiedenen Farben, Würfel, Timer, Spielstein Igel, Schatzkiste



Zu einem Thema werden möglichst viele Lösungsideen gesammelt. Es gewinnt, wer die die meisten Lösungen gefunden hat.

Was kann das Spiel?

Viele Ideen zu einem Thema sammeln. Je nach Wunsch der Mitspielenden kann mit oder ohne Gewinnziel gespielt werden. Varianten bieten Abwechslung.

Worauf ist zu achten?

Ideen, die nicht angenommen werden und in die Schatzkiste kommen, werden vernachlässigt. Die Ideengebenden können sich dadurch verunsichert fühlen. Das Spiel mit Gewinnziel kann die Motivation erhöhen, Pflegeschätze zu finden, aber auch Druck aufbauen.

**PS-Spielkarten Druckvorlage siehe S. 57*



Spielvorbereitung: Alle Mitspielenden erhalten eine rote Themenkarte und vier grüne Schatz-Karten. Die restlichen Schatz-Karten kommen zum Nachziehen auf einen Stapel.

Spielablauf: Der Timer wird auf drei Minuten gestellt. Alle Mitspielenden haben so lange Zeit, sich ein Thema auszudenken, für das sie Lösungen suchen. Sie notieren es jeweils mit Schlagwort und Skizze auf der roten Karte.

Dann dürfen alle würfeln. Die Person mit der höchsten Augenzahl erhält den Startspielstein (Igel) und darf anfangen, den Mitspielenden das eigene Thema für die Schatzsuche zu beschreiben. Sie sollen erfahren, was sich die Person von den Lösungen erhofft, und welcher Wunsch dahinter steht.

Anschließend bekommen sie zwei Minuten Zeit, um beliebig viele Lösungsideen (Schätze) zu finden. Jede Idee wird mit Schlagwort und Skizze auf einer eigenen Schatz-Karte notiert. Beim Spiel mit Gewinnziel schreiben die Mitspielenden die Anfangsbuchstaben ihres Vor- und Nachnamens (Initialen) links oben auf die Schatz-Karte, damit der Schatz später zugeordnet werden kann.



Spielablauf – Fortsetzung: Die Person links neben der schatzsuchenden Person beginnt und stellt die eigenen Ideen vor. Die schatzsuchende Person entscheidet jeweils, ob der Schatz angenommen wird. Abgelehnte Schätze werden in die Schatzkiste gelegt. Danach geht es reihum, bis alle Mitspielenden ihre Ideen berichtet haben.

Variante 1: Keine Schatzkiste - alle Schätze werden unkommentiert angenommen.

Der Igel wird weitergegeben und je Thema werden Schätze entwickelt. Wenn alle Mitspielenden als schatzsuchende Person dran waren, endet das Spiel.

Variante 2: Es wird weitergespielt, bis die Schatz-Karten aufgebraucht sind oder es keine neuen Ideen mehr gibt.

Es gewinnt, wer die meisten Schätze an schatzsuchende Personen gegeben hat.

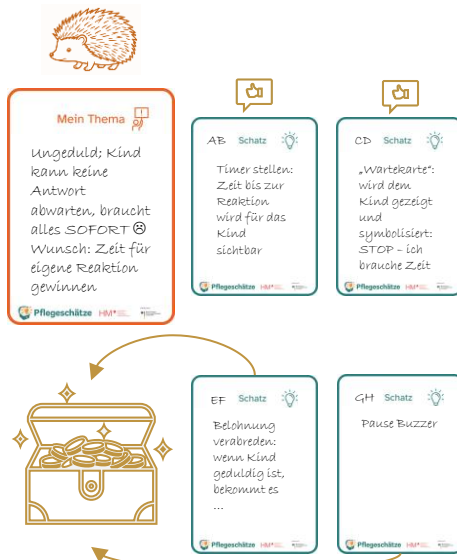
Variante 3: Ohne Gewinnen spielen - keine Initialen auf die Karte, kein Zählen.

Abschließend werden Inhalte der Schatzkiste in einer „Schnell-Auktion“ angeboten - vielleicht passen sie für Mitspielende oder in einer anderen Situation.

Beispiel:

Das Kind der schatzsuchenden Person stellt viele Fragen und ist sehr ungeduldig. Wenn nicht rasch geantwortet wird, wird das Kind häufig wütend. Die schatzsuchende Person wünscht sich Zeit, über die Antworten nachzudenken, ohne dass die Situation dann eskaliert.

Die Mitspielenden stellen reihum ihre Ideen vor. Die schatzsuchende Person nimmt davon zwei Ideen als Schätze für ihre Situation an. Die beiden nicht angenommenen Schätze werden in die Schatzkiste gelegt – für die „Schnell-Auktion“ am Spielende. Dann ist die nächste schatzsuchende Person an der Reihe.





60
min



2-4



Spielbrett*, -figuren, PS-Quartett Spielkarten*,
Spielkarten, Stifte in verschiedenen Farben, Würfel,
Timer, Schatzkiste



Alltagsherausforderungen (Themen) werden mit Hilfe der Mitspielenden zu Pflegeschätzen. Wer seine Figur(en) als erstes im Ziel hat, gewinnt.

Was kann das Spiel?

Viele Ideen zu einem Thema sammeln und ein Ziel, dass Mitspielende erreichen wollen, im Blick behalten. Der Wettbewerb beim Spiel mit Gewinnziel fördert das Finden von Pflegeschätzen. Wie viele Ideen eingebracht werden, wird am Fortschritt der Spielfigur auf dem Feld sichtbar.

Worauf ist zu achten?

Ideen, die nicht angenommen werden und in die Schatzkiste kommen, werden vernachlässigt. Die Ideengebenden können sich dadurch verunsichert fühlen. Das Gewinnziel und die deutliche Sichtbarkeit des Fortschritts der Spielfigur auf dem Feld kann bei einzelnen Teilnehmenden Druck auslösen.

* Druckvorlagen für PS-Ludo Spielbrett und PS-Quartett Spielkarten siehe S. 57



Spielvorbereitung: In der Gruppe wird die Anzahl an Spielfiguren je mitspielender Personen festgelegt (1-4, abhängig von Zeit und Themen pro Person). Dann wählen alle mitspielenden Personen eine Farbe, erhalten die zugehörigen Spielfiguren und je eine rote Themenkarte. Die Schatzkiste wird neben das Spielfeld gestellt und die grünen Schatz-Karten werden als Nachziehstapel daneben gelegt.

Spielablauf: Alle Mitspielenden haben drei Minuten Zeit (Timer stellen), sich ein für sie persönlich wichtiges Thema auszudenken. Sie notieren es jeweils mit Schlagwort und Skizze auf der roten Karte.

Dann dürfen alle würfeln. Die Person mit der höchsten Augenzahl darf anfangen, den Mitspielenden das eigene Thema für die Schatzsuche zu beschreiben. Sie sollen erfahren, was sich die Person von den Lösungen erhofft, und welcher Wunsch dahinter steht.

Anschließend bekommen sie zwei Minuten Zeit, um beliebig viele Lösungsideen (Schätze) zu finden. Jede Idee wird mit Schlagwort und Skizze auf einer eigenen Schatz-Karte notiert.



Spielablauf – Fortsetzung: Die Person links neben der schatzsuchenden Person beginnt und stellt die eigenen Ideen vor. Die schatzsuchende Person entscheidet jeweils, ob die Idee angenommen wird. Für jede angenommene Idee darf die ideengebende Person mit der Spielfigur ein Feld vorrücken. Mit der nächsten Figur wird gestartet, sobald die erste im Ziel ist. Die Figuren werden jeweils im eigenen Viertel bewegt und können nicht aus dem Spiel geworfen werden. Nicht angenommene Ideen werden in die Schatzkiste gelegt.

Variante 1: Keine Schatzkiste - alle Ideen werden unkommentiert angenommen, für jede eingebrachte Idee wird die Figur ein Feld vorgerückt.

Anschließend ist die nächste Person dran ihr Thema vorzustellen, es werden wieder Ideen gesammelt und ausgetauscht.

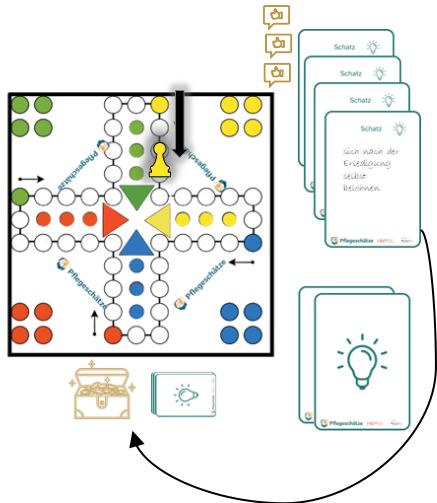
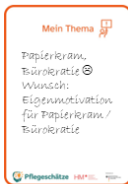
Es gewinnt die Person, die als erstes ihre Figur(en) im Ziel hat. Das Spiel kann fortgesetzt werden, bis alle Figuren im Ziel sind, der Nachziehstapel leer ist oder keine neuen Ideen mehr gefunden werden.

Abschließend werden Inhalte der Schatzkiste in einer „Schnell-Auktion“ angeboten - vielleicht passen sie für Mitspielende oder in einer anderen Situation.



Beispiel:

Die schatzsuchende Person hat den Wunsch, ihre Motivation zur Erledigung notwendiger Bürokratie (Post, Anträge, ...) zu stärken. Die Person, die mit der Farbe gelb spielt, stellt vier Ideen vor, wovon drei Ideen angenommen werden. Die gelbe Spielfigur darf drei Felder vorrücken. Die nicht angenommene Idee wird in die Schatzkiste gelegt. Dann ist die Person dran, die mit der Farbe blau spielt und stellt ihre beiden Schätze vor.





≥ 90
min



3 - 12



Material-Set *PS-Modellbauwerkstatt* oder DIY-Version (siehe S. 23), ggf. Marker und Kartonunterlage für die Verhaltenslandkarte



Entwicklung von Ideen für ein alltagspraktisches Konzept, das zu Hause in der realen Umgebung umgesetzt werden kann.

Was kann die Methode?

Spiel: Freiwillige Aktivität; mit Hilfe von Modellen, Metapher und Rollen, Ausprobieren in geschützter Umgebung; *Imagination*: sich ein Bild machen und sich etwas Neues vorstellen können; *Konstruktivismus*: Austausch von symbolhaften Bedeutungen; Haptik und kinästhetische Wahrnehmung, Sinnesanregung über das vielfältige Material fördert Kreativität und Aktivität, Kommunikation über alle Sinneskanäle möglich.

Worauf ist zu achten?

Wenn TN sich nicht auf die Methode einlassen können, über den Sinn von Modellbau aufklären. Wenn TN sich vom Material überfordert fühlen, unterschiedliche Rollen anbieten (Problemgeber:in, Ideengeber:in, Macher:in). Kleber und Stifte können die Kleidung und Umgebung verschmutzen bzw. beschädigen, daher sollten Unterlagen verwendet werden. Es besteht Verletzungsgefahr beim Schneiden mit der Schere.



Ablauf: Alle Materialien werden bereitgelegt. Die TN ordnen sich einer Rolle zu. Je nach Anzahl der TN werden bis zu drei Gruppen mit je vier Personen / Rollen gebildet.

- *Problemgeber:in* - schildert ein Thema (Situation, Objekt, Raum, ...), an dem gearbeitet werden soll, z. B. Möbeleckten stellen eine Verletzungsgefahr dar.
- *Macher:in* - kann die Lösungsideen in Baupläne und handwerklich umsetzen.
- *Moderator:in* - sorgt für Lösungsorientierung und dafür, dass alle TN sich einbringen können, achtet auf die Zeit und unterstützt die Materialbeschaffung.
- *Ideengeber:in (optional)* - hat besonders viele Ideen zu einem Thema, aber weiß nicht, wie sie gebaut werden könnten.

Die Gruppe teilt sich ggf. in Kleingruppen. Wenn das Thema feststeht, wird die IST-Situation von der problemgebenden Person als IST-Modell nachgebaut, dokumentiert (Foto), den anderen Gruppenmitgliedern erklärt und gemeinsam reflektiert. Danach beginnen die Macher*innen jeweils mit der Lösungsentwicklung und dem Bau eines SOLL-Modells. Die SOLL-Modelle werden ebenfalls dokumentiert (Foto), erklärt und gemeinsam reflektiert. Die in der Kleingruppe erarbeiteten Modelle werden am Ende in der Gesamtgruppe vorgestellt.



DIY-Materialliste

- Klebestift, Lineal (50 cm Länge), Bastelschere (23 cm Länge), Bleistift, Spitzer, Radiergummi, Klebepunkte (z. B. transparent, 8 mm Durchmesser, 200 Stück)
- Kreppband (z. B. 48mm x 50m für Innen)
- Bastelwellpappe (z. B. 25 x 35 cm, farbig)
- Strickwolle (z. B. 50 g, Lauflänge ca. 2 m, rot)
- Holzklammern (z. B. Wäscheklammern, 4 cm / 7 cm, 48 Stück)
- Baumwollstoff (z. B. Patchwork- und Quiltpaket, Standardtöne)
- rechteckige Schachteln (z. B. 3-er Set mit verschiedenen Größen)
- Plastilin-Knete (z. B. 14 Knetstangen und zwei Werkzeuge)
- Spielmais (z. B. verschiedene Farben und Größen)
- Holzbausteine (z. B. 11,7 x 2,34 x 0,78 cm, 100 Stück)
- Bauplatten für Klemmbausteine (z. B. 25,5 x 25,5 cm; 6 Stück), kompatible Klemmbausteine (z. B. Basis-Spielsteine, 85 Teile) und verschiedene, kompatible Klemmbaustein-Sets und -Figuren zum Nachstellen von Alltagssituationen

Beispiel:

Drei Personen bauen mit Karton ein Bad nach. Vorne ist ein Waschbecken und eine Toilette zu sehen. Dahinter wird an einem Raum gearbeitet, der durch eine Wand und einen Vorhang abgetrennt ist.



Bild erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva



Die Methoden PS-Ideen Turbo (S. 27) und PS-Galerie (S. 31), PS-Jig Saw (S. 35) und das Spiel PS-Puzzle (S. 39) nutzen phasenweise die Methode des Brainwriting.

Brainwriting ist eine Technik, um viele Ideen in einer Gruppe zu sammeln. Anders als beim klassischen Brainstorming sprechen die TN ihre Ideen nicht laut aus. Stattdessen schreibt jede Person ihre Ideen still auf Papier oder in ein digitales Dokument. Nach einer bestimmten Zeit werden die Ideen getauscht. Die anderen TN können diese Ideen lesen und daran anknüpfen oder neue Ideen hinzufügen.

Diese Methode fördert kreatives Denken, weil die TN nicht von dominanten Stimmen eingeschüchtert werden und alle in Ruhe nachdenken können. Brainwriting ist hilfreich, wenn man sicherstellen möchte, dass alle Stimmen gehört werden und mehr Menschen beteiligt sind. Insgesamt ist Brainwriting eine gute Möglichkeit, eine Vielzahl von Ideen zu sammeln und die Kreativität aller teilnehmenden Personen zu nutzen.

Es ist wichtig, nach Brainwriting-Phasen ausreichend Zeit für Gespräch über die Ideen einzuplanen: Wie waren sie gemeint? Was fällt uns dazu noch ein? Was hat mich irritiert/belastet? Was habe ich nicht verstanden?

Auf der Rückseite dieser Karte wird das mögliche Vorgehen visualisiert.

Beispiel: Das sind die einzelnen Schritte des Brainwriting.





45
min*



3-24**



Moderationskarten, Flipchartpapier oder DIN A4
Papier nach Anzahl der TN; geeignete Stifte, Timer;
digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard



Gegenseitige Anregung der kreativen Ideenentwicklung und Vervielfachung der
Lösungsideen zu einer Alltagsherausforderung (Thema). Brainwriting (siehe S. 25).

Was kann die Methode?

Viele Ideen zu einem Thema in kurzer Zeit sammeln und das Thema oder Ziel, dass erreicht werden soll, im Blick behalten. Brainwriting fördert die Kreativität. In kurzen Stichworten oder Bildern zusammengefasste Ideen laden zu Interpretation und damit zu neuen Ideen ein. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

TN mit weniger Kreativität können sich unter Druck fühlen, Ideen einbringen zu müssen. Dann kann auf die PS-Galerie (S. 31) ausgewichen werden. Die moderierende Person kann darauf hinweisen, dass auch bestehende Ideen kommentiert werden dürfen, anstatt neue Ideen beizutragen. Damit Einfälle spontan und frei formuliert werden können, bedarf es einer Atmosphäre, in der sich die TN geschützt und selbstbestimmt fühlen.

**Bei mehreren Gruppen mind. 90 Min ** Durchführung in Kleingruppen mit bis zu 6 TN*

Pflegeschätze-Ideen Turbo



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of Applied Sciences

Gefördert durch:



Vorbereitung: Je nach Anzahl der TN werden ggf. Gruppen mit bis zu sechs Personen gebildet. Die Gruppenanzahl ist abhängig vom Raumangebot, der Anzahl an moderierenden Personen und der verfügbaren Zeit (bei mehreren Gruppen mind. 90 Minuten). Die TN einigen sich darauf, dass Ideen bei dieser Methode des Brainwriting nicht diskutiert werden. Für jede Runde wird der Timer auf ca. 3 Minuten gestellt.

Ablauf: Die Gruppe einigt sich auf ein Thema für das Lösungsideen entwickelt werden sollen. Alle TN entwickeln je drei Lösungsideen zum Thema und schreiben diese stichpunktartig auf je eine Moderationskarte oder einen Haftnotizzettel an ihrem Platz. Die TN wechseln nach Ablauf der Zeit im Uhrzeigersinn den Platz und fügen den schon vorhandenen Ideen drei weitere Ideen an. Sie wechseln rundenweise so oft den Platz und ergänzen Ideen, bis sie wieder an ihrem Ausgangsplatz sind. Je nachdem wie viele Ideen pro Runde hinzugefügt werden, entstehen viele mögliche Lösungsideen. Abschließend bekommen alle TN Zeit, alle Ideen an allen Plätzen anzusehen. Die Ergebnisse werden dokumentiert und gesichert.

Digitale Variante: Das Thema wird in die Mitte des Whiteboards geschrieben. Alle TN werden einem digitalen Tisch zugeordnet und füllen dort die ersten drei Notizzettel mit Ideen (pro Zettel eine Idee). Danach wandern die TN im Uhrzeigersinn zum nächsten Tisch und ergänzen Ideen. Die letzte Runde endet, wenn die TN wieder am Ausgangspunkt sind.

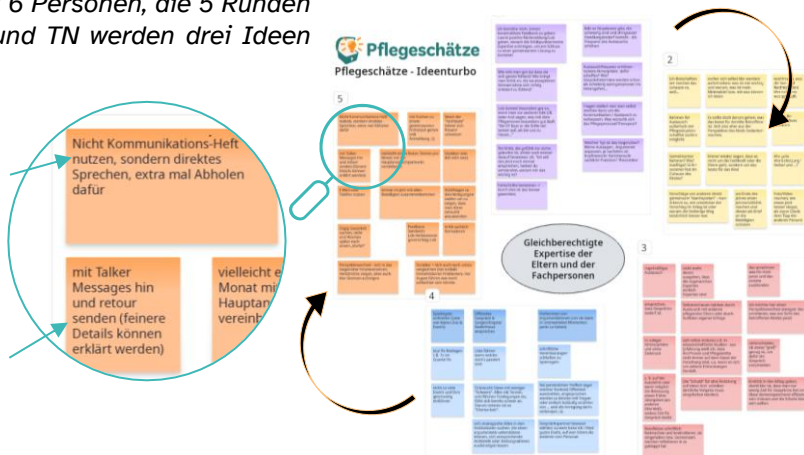
Pflegeschätze-Ideen Turbo

Beispiel:

Eine Gruppe sucht Ideen, wie die Expertise der Eltern gegenüber der des medizinischen Fachpersonals gleichberechtigt gehandhabt werden kann. Es sind 6 Personen, die 5 Runden spielen. Pro Runde und TN werden drei Ideen entwickelt.

In der ersten Runde schreibt Person 5 u. a. die Idee einer persönlichen Absprache auf. Alle TN wechseln im Uhrzeigersinn. Person 4 ergänzt zu dieser Idee von Person 5 die Idee Sprachnachrichten zu nutzen.

So geht es reihum, bis alle wieder am Ausgangspunkt sind, also Person 4 bei blau, Person 5 bei orange etc.



PS-Ideen Turbo oder PS-Galerie?



Die nachfolgenden Informationen sollen dabei helfen, die für die Gruppe geeignetere Methode auszusuchen:

Der **PS-Ideen-Turbo** gibt mehr Struktur vor, was den TN mehr Sicherheit geben kann. Gleichzeitig kann es Druck erzeugen, innerhalb von drei Minuten Ideen einzubringen. Die Umsetzung des PS-Ideen-Turbo in einem digitalen Format ist einfacher und benötigt weniger digitale Kompetenzen der TN als die PS-Galerie.

Die **PS-Galerie** ist ein offeneres Format als der PS-Ideen-Turbo. Die TN können sich freier bewegen. Mehr Verknüpfungen werden möglich und der Druck, Ideen einbringen zu müssen, ist geringer. Gleichzeitig kann es verunsichern, dass wenig Struktur vorgegeben ist. Die Verwendung verschiedener Materialien und Bildmotive fördert die Kreativität und regt alle Sinne an.



45
min



4 – 12*



Moderationskarten, Stifte, Haftnotizen, Klebeband, Timer, Bildmotive (z. B. Postkarten oder Zeitungsausschnitte), ggf. Stellwände und Pinnadeln;
digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard



Gegenseitige Anregung zu kreativen Ideen in einem interaktiven Galerieformat. Entwicklung vielfältiger Pflegeschätze zu einem Thema. Brainwriting (siehe S. 25).

Was kann die Methode?

Viele Ideen zu einem Thema in kurzer Zeit sammeln und das Thema oder Ziel, das erreicht werden soll, im Blick behalten. Brainwriting fördert die Kreativität. In kurzen Stichworten oder Bildern zusammengefasste Ideen laden zu Interpretation und damit zu neuen Ideen ein. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

Es sollen keine Bildmotive verwendet werden, die andere belasten oder diskriminieren könnten. Die PS-Galerie gibt wenig Struktur vor. Das kann TN verunsichern. Die Potenziale durch die Freiheiten dieser Methode sollten von der moderierenden Person erklärt werden.

**Zahl der TN in Abhängigkeit von verfügbarem Platz, bei 12 TN maximal 4 Ausstellungsräumen (das entspricht 12 TN, davon 4 Aussteller:innen und 8 Besucher:innen)*



Ablauf: Je nach Gruppengröße werden Rollen vergeben, es gibt mind. zwei Aussteller:innen und zwei Besucher:innen.

Die Aussteller:innen berichten nacheinander von einer Alltagsherausforderung für die Pflegeschatzsuche. Die Gruppe überlegt jeweils, wie das Thema der Ausstellung lauten soll. Es wird positiv formuliert, wobei jeweils die ausstellende Person entscheidet, was ein erstrebenswertes Ziel ist. *Beispiel: Aus "wir können im Winter nicht nach draußen, weil sonst die Dauersondierung einfriert" wird "mit der ganzen Familie kalte Wintertage draußen genießen".*

Die Aussteller:innen bereiten ihre Ausstellung vor: das Thema wird gut leserlich aufgeschrieben und auf der Ausstellungsfläche platziert, Bildmotive unterstützen das Thema. Erste Lösungen der Aussteller:innen werden mit Bildern, Haftnotizen oder Gegenständen direkt ergänzt.

Danach legt die Gruppe eine maximale Dauer je Runde fest und stellt den Timer. Die Besucher:innen besuchen frei gewählt eine der Ausstellungen und besichtigen die ersten Exponate (Lösungsideen).

Digitale Variante: Je Aussteller:in wird eine Breakout-Session mit Whiteboard genutzt.



Fortsetzung Ablauf: In der Ausstellung sprechen die Besucher:innen mit der ausstellenden Person und den anderen Besucher:innen über das Thema und die Exponate. Die Besucher:innen können der Ausstellung eigene Ideen hinzufügen.

Nach Ablauf des Timers gibt die moderierende Person das Signal zum Wechsel und die Besucher:innen bewegen sich zur nächsten Ausstellung. Damit beginnt die nächste Runde. Die Zahl der Runden hängt von der Anzahl der Ausstellungen ab. Alle Besucher:innen sollten jede Ausstellung ansehen können.

Nach der letzten Runde trifft sich die ganze Gruppe bei einer Ausstellung. Die jeweilige ausstellende Person fasst die Ergebnisse für alle zusammen. Ideen können nochmals reifen oder neue Ideen ergänzt werden. Am Ende des Ausstellungsbesuchs wird die Ausstellung dokumentiert (Foto, Screenshot). Dann wechselt die Gruppe zur nächsten Ausstellung.

Abschließend wird Feedback eingeholt und die dokumentierten Ergebnisse werden mit allen geteilt (Urheberrecht, Datenschutz- & Persönlichkeitsrechte achten).

Beispiel:

Eine Person bereitet ihre Ausstellung vor (Bild unten). Als die Ausstellung begonnen hat, erklärt eine ausstellende Person den Besucher:innen ihre Ideen auf der Stellwand (Bild rechts).



Bilder erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva



45
min*



6 – 24**



PS-Puzzle und stabile Karton-Unterlagen (oder Haftnotizen und Flipchartpapier), verschiedenfarbige non-permanent Marker, Sticker; *digital: Online-Konferenzsystem mit Breakout-Sessions*



Intensive Ideen-Sammlung in Kleingruppen zu je einem Aspekt eines Themas
Multiplikation von Ideen in der gesamten Gruppe. Brainwriting (siehe S. 25).

Was kann die Methode?

Viele Ideen zu einem Thema in kurzer Zeit sammeln. Ideen in Kleingruppen diskutieren und weiterentwickeln. Austausch von relativ ausgereiften Ideen in der Gesamtgruppe, sodass alle von den Ergebnissen der Kleingruppen profitieren können. Der Austausch in Kleingruppen reduziert mögliche Reizüberflutungen. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

TN können sich durch Gruppendynamiken und den Wechsel der Gruppen überfordert fühlen. Die moderierende Person kann Methoden zur Gruppenbildung anbieten, z. B. Zufallsauswahl mittels Durchzählens.

**Bei mehreren Gruppen mind. 90 Min ** Durchführung in Kleingruppen mit bis zu 6 TN*



Vorbereitung: Je nach Anzahl der TN werden ggf. Kleingruppen mit bis zu sechs Personen gebildet. Anstelle PS-Puzzleteile zu verwenden, kann auch mit Flipchartpapier und Haftnotizen gearbeitet werden.

Ablauf: Pflegeschätze-Jig Saw läuft in vier Phasen ab.

Phase 1: Zu Beginn wird festgelegt, in wie viele Kleingruppen die Gesamtgruppe später unterteilt werden soll. Die Gruppe einigt sich dann auf eine Alltagsherausforderung bzw. ein Thema, für das Lösungen gesucht werden. Das Thema wird gemeinsam in so viele verschiedene Aspekte (Unterthemen) geteilt, wie später Kleingruppen gebildet werden. Die Unterthemen werden auf Puzzleteile (oder Haftnotizen) geschrieben. Die Puzzleteile (Haftnotizen) werden jeweils so oft kopiert, dass jede spätere Kleingruppe jedes Puzzleteil (oder jede Haftnotiz) einmal erhält.

Phase 2: Dann finden sich Kleingruppen (Stammgruppen) zusammen. Die Stammgruppen bekommen alle Unterthemen / Puzzleteile (Haftnotizen), in die das Thema zerlegt wurde. Die Stammgruppe wählt jeweils eine Expertin oder einen Experten für das jeweilige Unterthema aus.

Digital wird z. B. mit Break-Out Sessions gearbeitet.



Fortsetzung Ablauf:

Phase 3: Die Stammgruppen lösen sich auf und die Expert:innen kommen jeweils zu ihrem Unterthema in einer Gruppe zusammen, um über das Thema zu beraten und Pflegeschätze auszutauschen. Die Expert:innengruppen können sich entscheiden, möglichst viele Pflegeschätze zu sammeln oder sich ausgewählten Pflegeschätzen intensiv zu widmen. Für jeden Pflegeschatz wird ein Puzzleteil gestaltet (beschriften, bemalen, Aufkleben von Sticker usw.). Alternativ wird das Unterthema auf Flipchartpapier übertragen und jeder Pflegeschatz auf einer Haftnotiz gestaltet und auf das Flipchartpapier gebracht. Wenn die Gruppe ausgewählte Pflegeschätze weiterentwickeln möchte, kann auch für jeden dieser Pflegeschätze ein eigenes Flipchartpapier gestaltet werden.

Phase 4: Die Expert:innengruppen lösen sich auf und die Stammgruppen kommen wieder zusammen. Die Stammgruppe tauscht sich zu den Ergebnissen der Expert:innengruppen aus. Am Ende erfahren alle TN von allen Pflegeschätzen des jeweiligen Themas und die Pflegeschätze werden sowohl in den Expertengruppen als auch in den nachfolgenden Stammgruppen weiterentwickelt.



Beispiel:

Eine Gruppe einigt sich auf das Thema für PS-Jig Saw (Bild links). Danach werden Unterthemen gebildet, auf Puzzleteilen festgehalten und die Gruppe teilt sich in die Stammgruppen auf. In den Stammgruppen wird für jedes Puzzleteil ein Experte oder eine Expertin gefunden. Danach löst sich die Stammgruppe auf.

Die Expert:innengruppen bilden sich. Dafür sammeln sich jeweils alle Expert:innen, die demselben Puzzleteil zugeteilt wurden an einem Tisch. Sie suchen Pflegeschätze zu ihrem Unterthema, jeder Pflegeschatz wird auf einem Puzzleteil festgehalten (Bild rechts). Nach Ablauf der Zeit treffen sich die Personen in ihren Stammgruppen wieder und berichten von den gefundenen Pflegeschätzen aus ihrer jeweiligen Expert:innengruppe.



Bilder erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva

Pflegeschätze-Puzzle



Pflegeschätze



Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Landesministerium
für Forschung, Technologie
und Innovation



45
min



3 – 6*



PS-Puzzle, verschiedenfarbige non-permanent Marker, stabile Karton-Unterlagen, Sticker; *digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboardfunktion*



Puzzleteile mit Ideen zur Lösung eines Themas werden in unbegrenzt in alle Richtungen angeknüpft, kombiniert und multipliziert. Brainwriting (siehe S. 25).

Was kann die Methode?

Viele Ideen zu einem Thema in kurzer Zeit sammeln. Ideen vertieft diskutieren und weiterentwickeln, sodass relativ ausgereifte Ideen entstehen. Spannung aufbauen, wie die Form des Puzzles am Ende sein wird. Die Haptik der Holz-Puzzleteile fördert die Kreativität und die Ideen erhalten einen schönen Rahmen in einem spannenden Gesamtbild.

Worauf ist zu achten?

TN können verunsichert sein, weil das Puzzle unerwartete Formen annehmen kann und wenig Struktur vorgibt. Die moderierende Person sollte daher die Potenziale des Puzzles erläutern. Wenn die ganze Gruppe an einem Ende des Puzzles arbeitet, kann das zur Reizüberflutung führen. Dann können einzelne Puzzleteile räumlich getrennt beschriftet und bemalt werden. Es können auch Kleingruppen gebildet werden (wie bei PS-Jig Saw).

**Bei mehr als sechs TN eignet sich PS-Jig Saw besser (S. 35).*



Spielanleitung: Die Gruppe einigt sich auf ein Thema, das auf das große Puzzleteil geschrieben und in die Mitte des Tisches gelegt wird. Erste Ideen zum Thema werden auf kleine Puzzleteile geschrieben bzw. skizziert und an das große Puzzleteil angefügt. Zu jeder Idee werden weitere Puzzleteile mit Einfällen angefügt. Das Spiel endet, wenn die Puzzleteile aufgebraucht sind oder keine neuen Einfälle mehr hinzukommen.

Am Ende gibt es zu dem Thema verschiedene Lösungsansätze, einige Ansätze werden sich weiter entwickelt haben und andere werden weniger weiterverfolgt worden sein. Die moderierende Person fasst mit Hilfe der TN die Ergebnisse zusammen. Dabei kann sie auf die Form des Puzzles eingehen und fantasievolle Assoziationen zum Thema bilden.

Das fertige Puzzle kann fotografiert und geteilt werden.

Digitale Variante: In einem Online-Konferenzsystem kann eine Vorlage für Brainstorming genutzt werden (z. B. Mindmap), an die Ideen auf digitalen Notizzetteln angefügt werden. Am Ende kann die Datei als Bild oder PDF gesichert und z. B. via E-Mail geteilt werden.

Beispiel: Ein Elternteil berichtet, dass es im Alltag durch die Spielgeräusche des Kindes belastet ist. Das Kind trommelt gerne und macht laute Geräusche. Es muss beaufsichtigt werden, sodass kein räumlicher Rückzug möglich ist. Der Wunsch ist, Zeit mit dem Kind zu verbringen, dessen Bedürfnisse zu achten und zugleich die persönliche Lärmbelastung zu senken. Er wird auf das große Puzzleteil geschrieben. Die Lösungsideen werden nach und nach angefügt.

Wunsch: Gemeinsam
Zeit verbringen, ohne von
Spielgeräuschen des
Kindes (z. B. Trommeln)
belastet zu sein.



 Pflegeschätze

Geräusch-
dämpfende
Spielunter-
lage nutzen

 Pflegeschätze

Beispiel:

Die Personen auf dem Bild sind gerade in der Phase des stillen Brainwriting. Alle schreiben oder malen ihre Ideen zu dem Thema der Gruppe auf Puzzleteile. Auf dem Tisch liegen verschiedene bunte Papiere und ein Klebestift. Diese und weitere Materialien können genutzt werden, um die Idee auf dem Puzzleteil kreativ zu gestalten.



Bild erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva

Pflegeschätze-Drei Wünsche



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



30
min



4 - 8



Zauberstab, ggf. Musik, Stifte, Flipchart-Papier, Pinnwand, Timer, Moderationskarten (z. B. in Wolkenform, Haftnotizen; *digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard, ggf. Musik*



Wiederbeleben aufgebener Wünsche und Entwicklung innovativer Lösungen durch eine Befreiung von den Grenzen des Alltags.

Was kann die Methode?

Wunsch-Atmosphäre wirkt kreativitätsfördernd. Losgelöst von den Begrenzungen des Alltags Wünsche und Zukunftsvisionen entwickeln. Unterdrückte Wünsche und Bedürfnisse können zum Vorschein kommen. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

TN können in der Realität verhaftet bleiben. Die moderierende Person sollte die Bedeutung der Imagination und die Wirkungsweise der Methode erklären. Eine zauberhafte Atmosphäre durch Dekoration, z. B. Feen-Puppe, Zauberstab, Feenstaub und Musik kann unterstützen. *Digital kann ein märchenhaftes Hintergrundbild, ein Kurzvideo, ein digitaler Zauberstab etc. dazu verwendet werden.*



Vorbereitung: Für die *PS-Drei Wünsche* soll eine märchenhafte Atmosphäre erzeugt werden. Materialien wie ein Zauberstab und eine märchenhafte Musik können dazu beitragen. An die TN wird kommuniziert, dass die Imagination hier wichtig ist, um aus dem Alltagsdenken herauszukommen.

Ablauf: Die moderierende Person erhebt den Zauberstab in die Luft und sagt zu einer teilnehmenden Person, die das möchte: „Du hast drei Wünsche frei! Egal, was es ist, Du darfst Dir alles wünschen.“ Die Person nennt ihre Wünsche. Die drei Wünsche werden schriftlich festgehalten, z. B. auf einer Haftnotiz oder einer Moderationskarte in Wolkenform.

Der Vorgang kann für alle TN wiederholt werden, dabei kann auch der Zauberstab weitergegeben werden an die Person, die dran ist. Niemand muss Wünsche äußern, die Fee erscheint aber nur einmal je TN.



Fortsetzung Ablauf: Anschließend wird in Kleingruppen (mit je maximal 4 TN) überlegt, wie die Wünsche in der Realität umgesetzt werden können. Jede Umsetzungsidee wird in Stichpunkten und / oder mit einer Skizze auf einer Haftnotiz dokumentiert und dem jeweiligen Wunsch zugeordnet. Für die Ideensammlung in den Kleingruppen wird der Timer je nach verfügbarer Zeit auf 10 – 15 Minuten gestellt.

Abschließend werden die Idee und Pflegeschätze mit allen geteilt, indem die Kleingruppen nacheinander ihre Ergebnisse teilen. Jede Gruppe bekommt hierfür ca. 3 – 5 Minuten Zeit.

Digitale Variante: In einem Online-Konferenzsystem können die Wünsche auf einem Whiteboard festgehalten werden. Das Whiteboard kann heruntergeladen werden. Anschließend werden Kleingruppen gebildet, die sich in einzelnen Breakout-Sessions zusammenfinden. Dort laden sie das Whiteboard hoch und können ihre individuelle Version mit ihren Ideen ergänzen. Die fertigen Whiteboards aus den Kleingruppen können als Bild oder pdf-Datei gesichert und mit allen geteilt werden.

Beispiel: Eine Gruppe möchte die PS-Drei Wünsche Methode ausprobieren. Die moderierende Person beschreibt eine Imagination, wie sie rechts im Bild zu sehen ist: „Stellt euch vor, ihr sitzt auf einer schönen Lichtung, es duftet nach Wald, Vögel zwitschern. Sonnenstrahlen fallen durch die Baumkronen und es ist angenehm warm. Vielleicht macht ihr hier eine Rast und nickt kurz ein. Als ihr die Augen öffnet, fühlt ihr euch angenehm ausgeruht und blinzelt in die Sonne. Da seht ihr im hellen Licht ein Glitzern und erkennt, da fliegt eine kleine Fee! Sie kommt näher und spricht (Die erste Person wird gefragt): „Du hast drei Wünsche frei. Du darfst dir alles wünschen. Was also wünschst du dir?“



Bild erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva

Pflegeschätze-Sechs Denkhüte²



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



45
min



6 - 18



Sechs verschiedenfarbige Hüte oder Visierkappen, Flipchart-Papier, Pinnwand, Haftnotizen, Stifte; *digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard*



Vielschichtige Lösungen für eine Alltagsherausforderung (Thema) sammeln, durch das konsequente Einnehmen unterschiedlicher Blickwinkel.

Was kann die Methode?

Komplexe Themen werden strukturiert. Die sechs Rollen fördern unterschiedliche Blickwinkel. Die Rolle verstärkt die Blickwinkel, sodass auch Extrempositionen vertreten werden, die hohes Potenzial für die Ideenentwicklung haben. TN nehmen jeweils die durch den Hut symbolisierte Rolle ein, sodass Ideen freier geäußert werden können. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

TN könnten sich nicht auf die Rolle einlassen und in ihre persönliche Sichtweise zurückfallen. Hier unterstützen Imagination und Method Acting die TN, in ihre Rolle zu schlüpfen (Hut aufsetzen, Briefing, sich warm spielen, Beispiele geben). Eine konsequente Unterscheidung zwischen Person und Rolle ist wichtig. Sie wird z. B. gefördert, indem der Hut gut sichtbar aufgesetzt und abgenommen wird oder im Feedback nur von der Rolle anstelle der Person gesprochen wird.



Hinweise zu den Rollen: Je konsequenter die TN ihre Rolle spielen, desto mehr Dynamik und Ideen. Lachen erlaubt!

Weiß = analytische Denker:innen. Zahlen, Daten, Fakten stehen im Vordergrund, nur das Sachargument zählt.

Rot = emotionale Denker:innen. TN in dieser Rolle entscheiden rein gefühlsmäßig und lassen sich von ihren Emotionen leiten. Die Argumentation muss nicht logisch sein und kann auch Widersprüche beinhalten.

Schwarz = pessimistische Kritiker:innen. TN mit dem schwarzen Hut sehen nur die negativen Seiten und betonen die Bedenken sowie Risiken.

Gelb = realistische Optimist:innen. Positive Sachargumente, Chancen und Vorteile werden aufgegriffen und hervorgehoben.

Grün = kreative Erfinder:innen. TN mit grünem Hut lassen ihrer Kreativität freien Lauf, auch wenn die Ideen noch so verrückt sind.

Blau = strukturierte Denker:innen. TN mit dem blauen Hut behalten die Übersicht und strukturieren die Ideen und Argumente.



Ablauf: Die Gruppe einigt sich auf ein Thema oder auf die Lösung für eine Alltagsherausforderung, die zu einem Pflegeschatz weiterentwickelt werden soll. Das Thema wird aufgeschrieben und für alle TN gut einsehbar platziert.

Anschließend werden die Hüte und damit die Rollen verteilt. Jeder Hut vertritt eine andere Denkrichtung, die für alle sichtbar sein soll (mit Haftnotiz am Hut fixieren). Zusätzliche TN teilen sich möglichst gleichmäßig auf die Hüte auf (maximal drei TN je Hut). Sie unterstützen deren Argumentation im Sinne der festgelegten Denkrichtung.

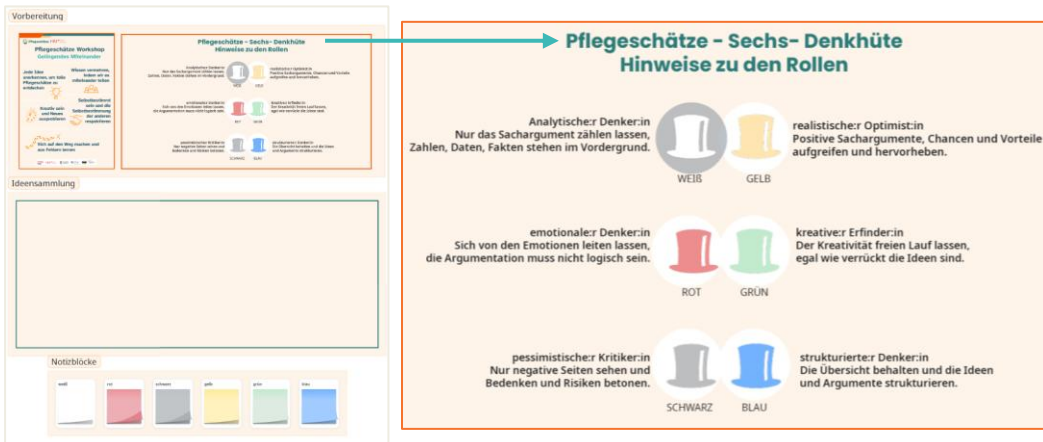
Die Gruppe einigt sich, aus welcher Perspektive das Thema zuerst beleuchtet werden soll. Im Folgenden schließen sich die Beiträge an, so wie sie den TN mit Hut einfallen. Die Moderation achtet auf die Ausgewogenheit der Beiträge und die Dokumentation der Lösungsideen (ggf. durch eine teilnehmende Person). Am Ende werden die Lösungsideen zusammengefasst und als Pflegeschätze mit allen TN geteilt (z. B. als Foto).

Bei digitalen Treffen können sich die TN entsprechend der eingenommenen Rolle umbenennen oder es können verschiedene Videofilter genutzt werden. Die Ergebnisse werden für alle sichtbar auf einem Whiteboard festgehalten. Das kann am Ende als Bild oder pdf-Datei gesichert und mit allen geteilt werden.

Pflegeschätze-Sechs Denkhüte²

Beispiel:

Die Abbildung zeigt eine mögliche Vorlage für ein Whiteboard für die digitale Variante der PS-Sechs Denkhüte. Grundsätze gelingenden Miteinanders und Rollenhinweise sollten für alle Teilnehmenden während der Durchführung zu sehen sein. Im Feld Ideensammlung können die Lösungen mit Hilfe farbiger Notizzettel dokumentiert werden.



Pflegeschätze-Kopfstand Methode³



Pflegeschätze

HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



45
min



2 - 10



Moderationskarten, verschiedenfarbige Stifte, Flipchart-Papier, Stellwand, Pinnnadeln; *digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard*



Lösungsfindung für Alltagsherausforderungen auf den Kopf stellen und dadurch Ideen zum Thema und all seinen Komponenten finden.

Was kann die Methode?

Ideen zur Verstärkung der Herausforderung oder des Themas sind Ansatzpunkte für Lösungsideen. Mehr Ansatzpunkte für potenzielle Lösungen finden, weil es leichter fällt, nach negativen Aspekten zu suchen. Die Alltagsherausforderung oder das Thema in allen Facetten darstellen. Absurde Übertreibungen der negativen Aspekte können spaßig sein, Humor und Lachen können entlastend wirken. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

Worauf ist zu achten?

Mögliche Belastung von TN durch die Vorstellung der Verschlimmerung einer Situation. Für die Umkehr wird eine Frage- oder Aufgabenstellung gewählt, die vom Thema wegführt. Nicht alle Ergebnisse lassen sich in einen positiven Lösungsansatz umkehren. Die moderierende Person sollte diese Aspekte adressieren. Wie das gehen kann, zeigt die Rückseite dieser Karte (Vorbereitung).



Vorbereitung: Zu Beginn wird in der Gruppe ein Stopp-Zeichen vereinbart, um bei wahrgenommener Belastung die „Verschlimmerungsfantasien“ zu unterbrechen. Das Potenzial der Verschlimmerungsideen für die Lösungsentwicklung wird erklärt. Die Gruppe wird darauf vorbereitet, dass vielleicht nicht alle negativen Aspekte zu einer positiven Lösung umgekehrt werden können. Die moderierende Person sollte darauf achten, dass bei der Umkehr der Lösungssuche das Thema beibehalten wird. Die Gruppe kann sich dafür bei der themengebenden Person rückversichern, ggf. muss nochmal neu angesetzt werden.

Ablauf: Gemeinsam wird die Gesamtdauer der Methode festgelegt. Für den ersten Schritt wird ein Drittel der Zeit eingeplant. Der Timer wird gestellt.

Die TN einigen sich dann auf ein Thema, also eine Alltagsherausforderung, für die eine Lösung gesucht wird. Dann wird die Aufgabenstellung umgekehrt, um interessante und unerwartete Erkenntnisse zu gewinnen. Statt Lösungen für das Thema zu suchen, wird gemeinsam überlegt, wie man das Thema noch schlimmer machen könnte. *Beispiel: Statt „wie wird unser Urlaub ein Erfolg?“ fragt man „was können wir tun, damit unser Urlaub komplett ins Wasser fällt?“*



Fortsetzung Ablauf: Alle Ideen der TN werden auf Haftnotizen dokumentiert. Somit werden weitere Hindernisse, statt Lösungen gefunden. *Beispiel: "Das Auto geht kaputt."*

Wenn der Timer nach ca. einem Drittel der Zeit klingelt endet der erste Schritt. Im zweiten Schritt erfolgt der Perspektivwechsel. Hierfür wird der Timer neu gestellt, wobei für den Perspektivwechsel doppelt so viel Zeit eingeplant wird.

Die TN suchen jetzt Lösungen für alle Hindernisse, die sie vorher gesammelt haben. Diese werden zu dem jeweiligen Hindernis notiert. *Beispiel: „geräumiger Mietwagen“*

Zum Schluss werden die gefundenen Lösungen ausgewertet: Was passt am besten? Macht es Sinn, einzelne Lösungen zu kombinieren?

Bei einem digitalen Raum kann ein vorbereitetes Whiteboard verwendet werden. Die Ideen werden auf digitalen Notizzetteln festgehalten.

Pflegeschätze-Kopfstand Methode³



Pflegeschätze HM

Hochschule
München
University of
Applied Sciences

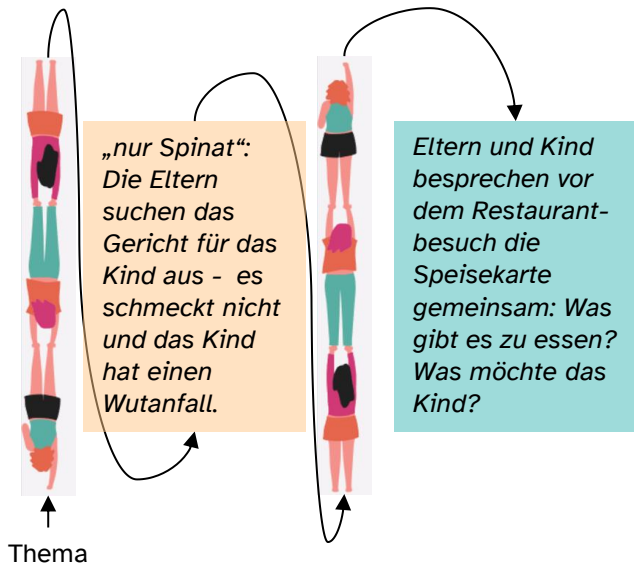
Gefördert durch:



Beispiel:

Das Thema der Pflegeschätzsuche ist der Restaurantbesuch mit der Familie. Das Kind zeigt teils auffällige Verhaltensweisen, die die Familie ins Zentrum der Aufmerksamkeit der anderen Gäste stellen. Die Eltern fühlen sich beobachtet. Die Gruppe überlegt zuerst: Was können wir tun, was muss passieren, damit wir noch mehr im Zentrum der negativen Aufmerksamkeit sind?

Danach wird die Denkweise umgekehrt: Was können wir tun, um diese Idee in die gewünschte Richtung zu bringen?



Grundausstattung für PS-Methoden



Pflegeschätze



Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



- Pflegeschätze-Pocket-Guide
- Aufbewahrung (z. B. Koffer Trolley / große Kiste)
- Feucht- / Desinfektionstücher zum Reinigen
- Timer, Batterien & ggf. Schraubenzieher
- Schere (z. B. 20,5 cm Universalschere)
- Non-Permanentmarker (z. B. Strichbreite 1 mm) in 4 verschiedenen Farben
- Permanentmarker (z. B. Strichbreite 1,5 - 3 mm) in 4 verschiedenen Farben
- Kugelschreiber, ca. 10 Stück
- Klebepunkte (z. B. verschiedene Smileys und unterschiedliche Farben)
- Moderationskarten Set, elektrostatisch selbsthaftend (z. B. 10 x 17,5 cm)
- Haftnotizen elektrostatisch (z. B. 100 x 68 mm in verschiedenen Farben)
- Whiteboard-Folie, elektrostatisch (A1, weiß, ca. 20 Blatt)
- Klebestreifen-Rolle, transparent (z. B. 19 mm x 10 m)
- ggf. Hand Abroller für Klebeband



Timer kann durch Smartphone-Timer ersetzt werden, statt Permanentmarkern Filzstifte verwenden, statt elektrostatischer Moderationskarten, Haftnotizen und Whiteboard-Folie günstigere Produkte (Flipchart-Papier, Haftnotizen mit Klebefläche) besorgen bzw. Verpackungsmaterial (Packpapier, Karton) nutzen.



Für die PS-Spiele und manche PS-Methoden wird zusätzliches Material benötigt. Dieses kann z. T. selbst gebastelt werden (siehe Ressourcen auf S. 57) oder schon im Haushalt vorhandene Dinge werden umfunktioniert. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

PS-Quartett

- Spielfigur (z. B. Holz-Igel)
- PS-Quartett-Spielkarten (S. 57)
- Holztruhe (z. B. 15 x 10 x 8 cm)

PS-Drei Wünsche

- Zauberstab
- selbstklebende Moderationskarten in Wolkenform (z. B. 230 x 150 mm)

PS-Ludo

- PS-Quartett-Spielkarten (S. 57)
- PS-Ludo Spielfeld (S. 57), Spielfiguren & Würfel
- Holztruhe (z. B. 15 x 10 x 8 cm)

PS-Sechs Denkhüte

- Unisex Sonnenvisiere in sechs Farben oder sechs verschiedene Hüte

PS-Ideen Turbo / Galerie

- Haftnotizen (versch. Farben und Formen)
- mind. 20 Postkarten mit verschiedenen Motiven oder Zeitungsausschnitte

PS-Jig Saw / Puzzle

- PS-Puzzle oder Blanko-Puzzle
- Alternativ: Moderationskarten

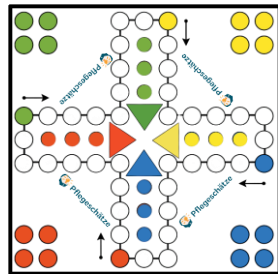


Spielmaterialien selber machen: Benötigt werden ein Drucker, Papier, Schere, Kleber, ein quadratischer Karton oder ein nicht mehr genutztes Ludo-Spielbrett und farbige Klebepunkte (gelb, grün, blau, rot).

Das Spielfeld für PS-Ludo (Abbildung rechts oben) unterscheidet sich von einem herkömmlichen Ludo-Spielfeld. Mit Klebepunkten kann man es einfach anpassen. Alternativ kann die Vorlage ausgedruckt und auf einen Karton aufgeklebt werden. Vorlagen für die PS-Quartett Spielkarten (Abbildung rechts unten) oder das PS-Ludo Spielfeld sind abrufbar über die [Pflegeschätze-Website](#) (QR-Code links).



Videoanleitungen: Zu einigen PS-Methoden und PS-Spielen gibt es kurze Videoanleitungen. Diese sind ebenfalls auf der [Pflegeschätze-Website](#) (QR-Code links) zu finden. Sie können bei der Vorbereitung helfen oder direkt in den PS-Workshops mit den TN geteilt werden.



Weiterführende Literatur



- Al-Jayyousi OR, Durugbo CM. Co-Creative Learning in Innovation Laboratories Using Lego Serious Play Workshops. International Journal of Innovation and Technology Management 2020; 17(07):2050051.
- Bate P, Robert G. Bringing User Experience to Healthcare Improvement. London: CRC Press; 2022.
- Curedale Robert. Service Design. 250 essential methods. 1. Auflage. Los Angeles: dcc: Design Community College Los Angeles; 2013.
- Chakraborti M, Gitimoghaddam M, McKellin WH, Miller AR, Collet J-P. Understanding the Implications of Peer Support for Families of Children With Neurodevelopmental and Intellectual Disabilities: A Scoping Review. Front Public Health 2021; 9:719640.
- Deng D, Rogers T, Naslund JA. The Role of Moderators in Facilitating and Encouraging Peer-to-Peer Support in an Online Mental Health Community: A Qualitative Exploratory Study. Journal of Technology in Behavioral Science 2023; 8(2):128–39.
- Leifer L, Meinel C. Looking Further: Design Thinking Beyond Solution-Fixation. In: Meinel C, Leifer L, editors. Design Thinking Research: Looking Further: Design Thinking Beyond Solution-Fixation. Cham: Springer International Publishing; 2019. p. 1–12.
- Herold-Majumdar A. Social Service Design & Marketing: Theorie und Kreativwerkstatt sozialer und gesundheitsbezogener Dienstleistungen - für mehr Wert und Wohlergehen in der "Helfer"-Branche. 2.th ed. Regensburg: Walhalla; 2016.
- Stickdorn Marc, Schneider Jakob. This is service design thinking.: Basics-Tools-Cases. Auflage: Nachdruck. Amsterdam: BIS Publishers; 2013.



Die in diesem Pocket-Guide dargestellten Bilder auf den Seiten 24, 34, 38, 42 und 46 wurden mit Hilfe des KI-Tools Magic Media von Canva erstellt.

1. PS-Jig Saw wurde entwickelt in Anlehnung an Aronson, E. und Patnoe, S. (1997). The Jigsaw Classroom. Building Cooperation in the Classroom. New York, Longman.
2. PS-Sechs Denkhüte wurde entwickelt in Anlehnung an: De Bono, E. (1990). Six Thinking Hats. London: Penguin Books.
3. PS-Kopfstand Methode wurde entwickelt in Anlehnung an: De Bono, E. (1996). Serious Creativity: Die Entwicklung neuer Ideen durch die Kraft lateralen Denkens. Stuttgart, Schäffer - Poeschel Verlag.

Pflegeschätze–Pocket-Guide Stand 18.09.2025

Weitere Informationen zum Projekt unter www.pflegeschaetze.de

Kontakt zum *Pflegeschätze*-Team der HM: pflegeschaetze-fk11@hm.edu

Der Pflegeschätze-Pocket-Guide ist zur Verwendung in *Pflegeschätze*-Workshops und in der Selbsthilfe bestimmt. Er wurde im *Pflegeschätze*-Teilvorhaben der Hochschule München (HM) unter der Leitung von Prof. Dr. rer. medic. Astrid Herold-Majumdar und Mitarbeit von Britta Darchinger erstellt. Berücksichtigt wurden wertvolle Anregungen von Workshop-Teilnehmenden und von Mitarbeiterinnen des Verbundpartners TH Köln.



Pflegeschätze



Hochschule
München
University of
Applied Sciences

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Raumfahrt