

# Mein freiwilliges soziales Jahr -Steckbrief-

**Über mich:** ich heiße Liv, bin 19 Jahre alt und habe im September 2020 nach meinem Abitur ein FSJ im katholischen St. Johannes Hospital begonnen.

**Einsatzstelle:** Das St. Johannes Hospital liegt in der Dortmunder Innenstadt in der Johannesstraße. Es ist mit anderen Pflegeeinrichtungen ein Teil der katholischen St.-Johannes Gesellschaft.

**Mein Alltag und meine Aufgaben im FSJ:** Mein Arbeitstag beginnt meist um 7 Uhr morgens. Ich arbeite auf der Station S1 im St. Johannes-Hospital, wir sind für Herzchirurgie zuständig und haben sowohl Patienten vor als auch nach der Operation bei uns liegen. Ich unterstütze die examinierten Pflegerinnen und Pfleger als erstes bei ihrer Morgenrunde. In der Morgenrunde gehen wir durch alle Patientenzimmer, messen bei den Patienten die Vitalwerte, d.h. Wir messen die Temperatur, den Puls, den Blutzucker und den Blutdruck der Patienten, kümmern uns außerdem um Beschwerden und helfen den Patienten beim frischemachen. Kurz danach beginnen die Ärzte mit der Visite bei der ich an manchen Tagen mitgehe und zuhöre. Um 8 Uhr beginnen wir das Frühstück an die Patienten auszuteilen. Nach dem Frühstück helfe ich bei den Aufgaben welche bei uns auf Station anstehen mit, ich fahre die Patienten zum Röntgen, Herzultraschall, CT/MRT oder zum Coronaabstrich, schreibe die Ruhe-EKGs, helfe dabei die Verbände zu erneuern und kümmere mich natürlich auch um individuelle Wünsche der Patienten. Wenn die Ärzte Zeit haben darf ich auch bei verschiedenen Untersuchungen wie einem Herzultraschall, einer VAC-Reinigung oder der Entfernung einer Drainage dabei sein oder sogar assistieren. Vor dem Mittagessen messe ich erneut den Blutzucker und helfe dann beim verteilen des Mittagessens. Danach kümmere ich mich um die OP-Vorbereitungen für den nächsten Tag, d.h. Ich stelle die Sachen für die Patienten bereit welche sie vor dem OP brauchen.

Um 15 Uhr habe ich dann Feierabend. Die über 18 jährigen haben bei uns während der Arbeitszeit 30 Minuten Pause, die minderjährigen haben zwei Pausen die jeweils 30 Minuten lang sind. Ich gehe meistens so gegen 9:30 Uhr frühstücken, die Uhrzeit kann aber jederzeit mit der Station abgesprochen werden, so wie man es möchte.

**Arbeitsbedingungen:** In meinen Augen ist die wichtigste Arbeitsbedingungen die man mitbringen sollte Offenheit. Anfangs wirkt ein Krankenhaus wie eine ganz andere Welt, vor allem wenn man grade aus der Schule kommt, man sollte sich davon aber nicht abschrecken lassen, man hat sich ganz schnell an die neue Arbeit gewöhnt. Es ist auch nicht wichtig Erfahrungen mitzubringen, als ich angefangen habe hatte ich noch nie in meinem Leben den Blutdruck oder Blutzucker gemessen, es waren aber alle super hilfsbereit und haben sich bemüht es mir so schnell es ging beizubringen und mir das Gefühl gegeben willkommen und wichtig bei der Arbeit zu sein. Hilfsbereitschaft und Interesse sind neben Verantwortungsbewusstsein und sozialem Engagement außerdem Qualitäten die bei seinem FSJ wichtig sind.

**Besonderheiten und Herausforderungen:** Wie für die meisten auch ist das frühe Aufstehen eine Herausforderung, aber nach ein paar Wochen hat man sich auch daran schnell gewöhnt und es ist schön eine Struktur in seinem Tag zu haben. Natürlich ist es vor allem anfangs auch schwierig sich in dieses neue System einzufinden und so viele neue Dinge zu lernen. Gleichzeitig ist das aber auch eine der besten Sachen am FSJ, es ist toll immer mehr neue Sachen zu lernen und vor allem mit der Zeit immer mehr Dinge alleine machen zu dürfen und zu merken wie einem auch die Mitarbeiter und das Team der Station immer mehr zutrauen, mir persönlich gibt das ganz viel. Eine Besonderheit im Krankenhaus in der Pflege ist, dass man so engen und intimen Kontakt zu den Menschen hat wie selten zuvor. Grade beim waschen und regenerieren nach der OP geht es vor allem darum dem Patienten eine Atmosphäre zu schaffen in welcher er sich wohl fühlt um besser und schneller gesund zu werden.

**Eigene Motivation:** Ich mache das FSJ um ein wenig Lebenserfahrung vor meiner endgültigen Berufswahl zu sammeln und um aus meiner Comfortzone zu treten. Natürlich habe ich bereits vor dem FSJ bereits Spaß daran gehabt mit Menschen zusammen zu arbeiten und zu helfen aber gerade die Erfahrungen im FSJ können einen darin nochmal bestärken weil man auf einer ganz anderen Ebene mit neuen Menschen (sowohl den Kollegen als auch den Patienten) zusammenarbeitet. Es ist ein sehr schönes Gefühl nach Hause zu gehen und zu wissen dass man heute dazu beigetragen hat, dass es jemandem ein Stückchen besser geht und es ist auch sehr schön einen Patienten bei seinem Genesungsprozess zu begleiten eine Bindung zum Patienten auf zu bauen und am Ende gemeinsam dadraus zurück sieht und sich freut, dass alles so gut geklappt hat.

**Mein schönstes Erlebnis:** Ich kann mich nicht entscheiden welches DAS schönste Erlebnis war, eine meiner tollsten Erfahrungen waren die Operationen bei denen ich zuschauen durfte, weil es mich fasziniert hat was die Medizin schon alles kann und wozu wir in der Lage sind. Menschlich gesehen zählen zu meinen schönsten Erlebnissen ganz kleine Dinge, wie z.B. ein Patient den man wochenlang im Bett gepflegt hat, der jetzt zum ersten mal wieder ein paar Schritte alleine läuft und stolz und glücklich ist oder auch Gespräche in denen sich Patienten einem anvertrauen und öffnen und man eine Verbindung zu diesen aufbaut und man so auch Feedback über zur eigenen Arbeit von den Patienten bekommt.

**Was macht man in den Seminaren?** Ich habe während meines FSJs 5 Seminare die jeweils eine Woche gehen. Am Montag und Dienstag dieser Woche haben wir Unterricht in der Krankenpflegeschule Canisius Campus welche die viele der angehenden Pfleger und Pflegerinnen ausbilden. In diesen Tagen lernt man etwas zu unterschiedlichen Themen die wichtig in der Pflege sind, z.B. Mobilisation der Patienten, wie man einen Patienten wäscht, wie man mit verschiedenen Krankheitsbildern umgeht aber auch wie man sich von sterbenden Patienten verabschiedet. Die Themen können wir auch immer mit aussuchen je nach dem was uns interessiert.

Von Mittwoch bis Freitag folgt dann der pädagogische Teil des Seminars in welchem wir FSJ die alle im Krankenhaus angestellt sind uns besser kennenlernen uns überwundene Arbeit auf der Station austauschen und uns über Themen unterhalten welche uns neu sind oder uns durch die Arbeit auf Station interessieren. Wir haben auch verschiedene Schulungen wie z.B. zur Hygiene im Krankenhaus.

**Was mache ich nach meinem FSJ?** Ich möchte nach meinem FSJ human Medizin studieren, dies war bereits vor dem FSJ mein Wunsch, das FSJ hat mich darin noch weiter verstärkt und mir auch schon eine erste Richtung gewiesen welche medizinischen Berieche mit interessieren und welche weniger. Ich habe außerdem mit dem FSJ schon mein obligatorisches Pflegepraktikum abgeschlossen und habe eine viel bessere Vorstellung darüber wie es in einem Krankenhaus läuft und was mich in diesem Beruf erwartet, ich kann ein FSJ jedem empfehlen der über ein Medizinstudium nachdenkt aber auch jedem der sich für die Pflegeausbildung interessiert und auch wenn dies beides nicht der Fall ist gibt ein FSJ einem ganz viele Erfahrungen und man entwickelt sich menschlich weiter, sammelt Erfahrungen welche einem ein Leben lang begleiten und helfen.

Liv Marie Dörre

**Bild 1: So arbeiten wir mit Corona-positiven Patienten oder Patienten ein Coronaverdachtsfall sind. Wir ziehen Handschuhe, einen Schutzkittel, einen Haarschutz, eine Schutzbrille und natürlich eine FFP2/FFP3 Maske auf.**

**Bild 2: So sieht man aus wenn man mit den den OP geht, Schmuck ist nicht erlaubt, auch keine Ohrringe, die Haare müssen vollständig bedeckt sein und man muss die grüne OP-Kleidung tragen. Meine normale Arbeitskleidung ist gleich geschnitten, nur das mein Oberteil rosa ist und die Hose, wie man auf Bild 3 erkennen kann weiß ist.**

**Bild 3: So arbeiten wir in normal isolierten Patientenzimmern, mit Patienten die z.B. einen Antibiotika-resistenten Keim wie MRSA oder VRE haben.**





