



Begleiten  
Berühren  
in Pflege und Therapie

respectare®

# „respectare®“

## Ein Konzept was unter die Haut geht.


Ein Beziehungsorientiertes Pflegekonzept  
von Annette Berggötz 2003

## Begriffserklärung

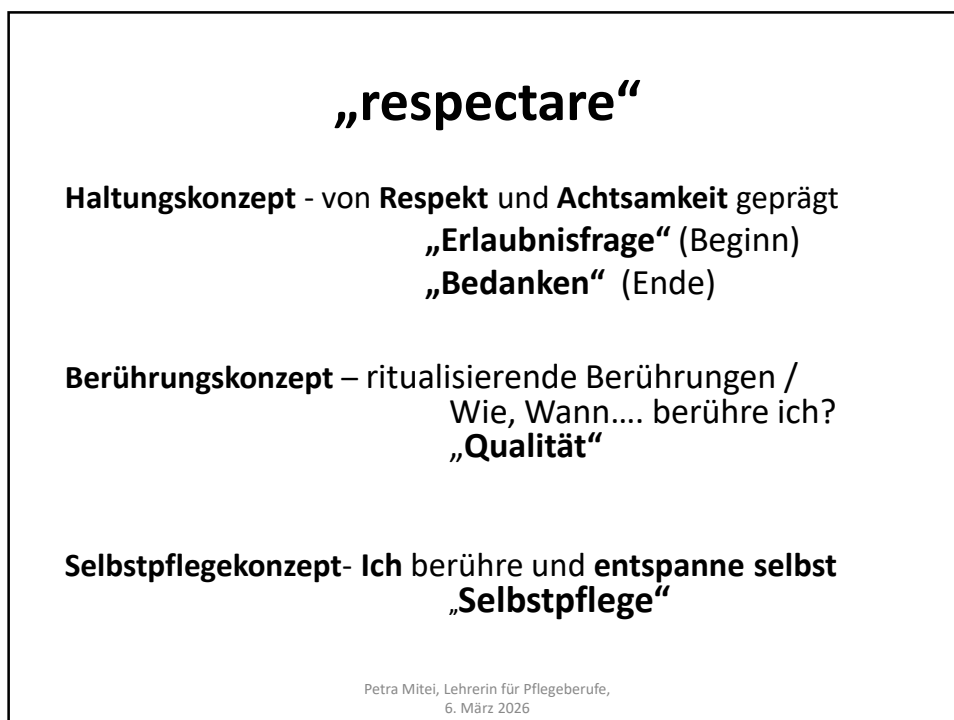
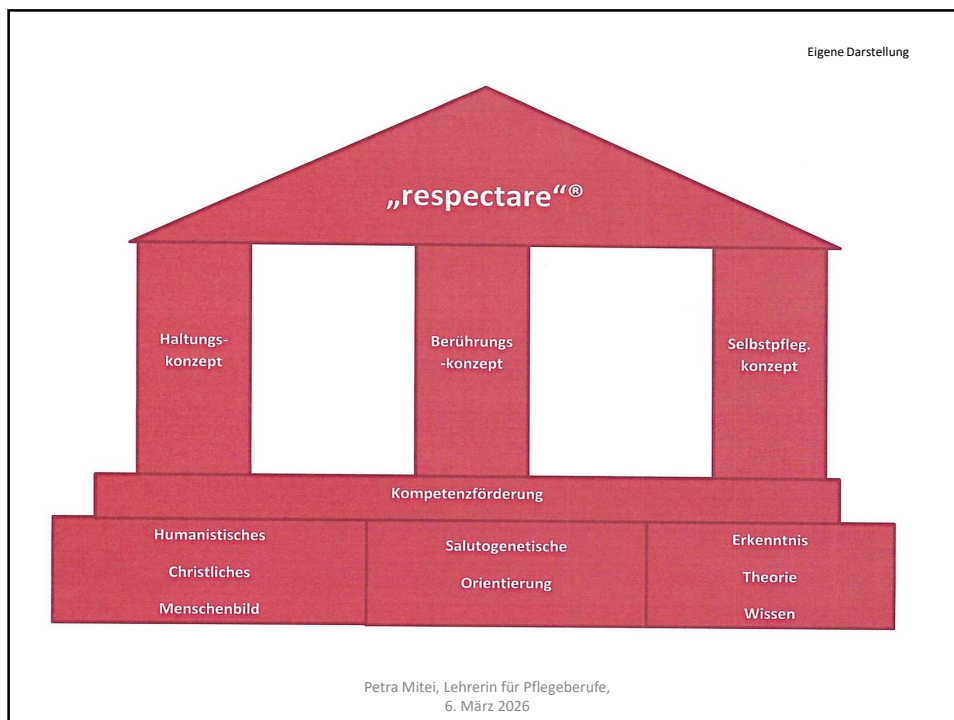
„**respectare**“ (lateinisch)

**re** = zurück / wieder  
**spectare** = anschauen,  
bewahren

Zurücksehen,  
Rücksichtnehmen, im  
Blick haben, **achtsam**  
sein, **respektvoll** sein,  
noch einmal hin schauen.

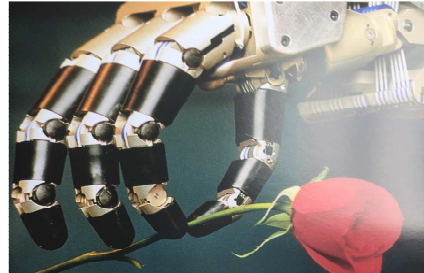


Petra Mittel, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026



## Ganzheitliches Wohlbefinden

- Würde
- Respekt
- Mitgefühl



Emotionale Vernachlässigung

**„Maligne Pflegekultur“**

(T. Kitwood)

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Beziehungsaspekt



- Der Mensch ist unheilbar sozial

(C. Rogers)

- Person-zentrierter Ansatz

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Berührungskonzept

- Das Konzept lehrt **ritualisierte Streich-Berührungen** an Extremitäten, Rücken, Bauch, Kopf und Gesicht
- „respectare“ steht für respektvolles **Begleiten, Begegnen und Berühren** in der Pflege und wird mit den Betroffenen ausgeführt
- „respectare“ arbeitet beziehungsorientiert auf der Basis kleiner **Berührungsabschnitte/Griffe**

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Psychosozialer Aspekt



- **Urerfahrung** im Mutterleib
- **Sinneserfahrung** während und nach Geburt (Bonding)
- **Entwicklungsförderung:** körperliche, seelische, geistige und soziale
- Auswirkung von fehlender Berührung

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Wichtigkeit von Berührung

- Begrüßungsrituale
- Begegnungen einleiten
- Beziehung herstellen
- Nähe herstellen



Wir fühlen uns stärker verbunden, wenn wir unserer Gegenüber berührt haben.

### „Warum wir ohne Tastsinn nicht leben können“

Prof. Dr. Grunwald

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Berührung in der Pflege



- **Berührungsberuf**
- **2/3** besteht aus Berührung in der Pflege
- **Aller Altersklassen,** Kulturen, in weniger und schönen Momenten
- Berührung braucht **Qualität**

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

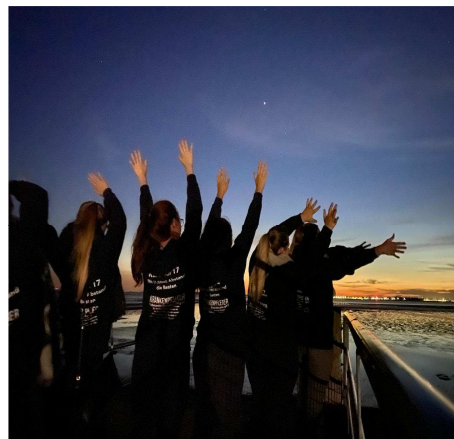
## Doppelte Wirksamkeit Selbstpflegekonzept

- **Selbstwirksamkeit:** durch selbstbewusste Gestaltung von Pflege und durch Erfolge meines Handelns
- Ausschüttung von **Oxytocin:** es entspannt, nimmt Ängste, hebt die Schmerztoleranz, Pulsverlangsamung, tiefere Atmung, Cortisol sinkt, Dopamin steigt **durch Berührung**
- **Burnout und Cool Out Prophylaxe,**  
Ich berühre und werde selber entspannt

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Meine Erfahrungen mit „respectare®“ im Beruf

- Kursbegleitung, z.B.:  
Prüfungssituationen,  
Teamfindung u. Tankstelle
- Pflegeausbildung z.B.: im  
Einführungsblock
- Fort- und Weiterbildung  
Praxisanleiter
- Weiterbildung für  
Hospizbegleiter



Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Pflegeausbildung und „respectare®“



- **Pädagogisch/ Methodischer Ansatz:**  
Erfahrungs- und Handlungsorientiert
- **Kompetenzentwicklung:**  
Fach-, Soziale- u. Selbstkompetenz
- Für alle **Altersgruppen u. Lebenssituationen**
- **Präventiv, Kurativ, Rehabilitativ u. Palliativ**

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

## Zuordnung im Rahmenlehrplan

CE	Titel	„respectare®“ Umsetzung
01	Ausbildungsstart-Pflegefachfrau/Pflegefachmann werden	Pflegeverständnis, Ethik, ICN
02	Zu pflegende Menschen in Bewegung und Selbstversorgung unterstützen	Haut, Berührung, Berührungskonzept, Körperpflege, Nähe/ Distanz, Ekel und Scham
03	Erfahrungen reflektieren- verständigungsorientiert kommunizieren	Berührungserlebnisse reflektieren, Nonverbale Kommunikation, Empathie
04	Gesundheitsfördern und präventiv handeln	Berufsmotivation steigern, Burnout und Cool Out Prophylaxe
05	Menschen in kurativen Prozessen pflegerisch unterstützen und Patientensicherheit stärken	Stuhl und Verdauung (Bauchberührung)
06	In Akutsituationen sicher handeln	Peri O.P. Pflege, Delir Prophylaxe
07	Rehabilitatives Pflegehandeln im interprofessionellen Team	Traumatologie (Querschnitt, Amputationen), Rheuma, Neurologie
08	Menschen in kritischen Lebenssituationen u. in der letzten Lebensphase begleiten	Schmerzreduktion, Onkologie, Palliative Pflege, Hospiz, Sterbebegleitung
09	Menschen in der Lebensgestaltung lebensweltorientiert unterstützen	Delir Prophylaxe, Häusliche Versorgung (Angehörige Anleiten), Kulturelle Unterschiede bei Berührung
10	Entwicklung und Gesundheit in Kindheit und Jugend in Pflegesituationen fördern	Atmung (Rückenberührung), Schwangerschaft und Geburt, Baby und Kindermassage
11	Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen und kognitiven Beeinträchtigungen personenzentriert und lebensbezogen unterstützen	Gewalt/ Aggression, Krise und Konflikt (Dialogarbeit), Ethik (Würde u. Respekt), Demenz Begleitung, Psychiatrie

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe, 6. März 2026

## Vorteile für Auszubildende

- **Stärkung der Beziehung** zum Pflegeempfänger durch die nonverbale Kommunikation
- Förderung der **sozialen Kompetenz/ Empathie** und respektvollen Umgang mit **Nähe und Distanz**.
- Förderung der **personellen Kompetenz/ Reflektionsfähigkeit**
- Schulung der **Berührungskompetenz**, für achtsame Umsetzung in der Pflege,
- Förderung der **Gesundheit/Selbstpflege** durch Stärkung der Einzelnen und eigene Entspannung durch Oxytocin Ausschüttung. „Oase im Alltag“
- **Motivationssteigerung** im Beruf durch erzielte und erfahrbare Erfolge/ **Wirksamkeitserfahrung**.

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe,  
6. März 2026

Die Menschen vergessen, was du  
sagst und was du tust.  
Aber wie sie sich in deiner  
Gegenwart gefühlt haben,  
vergessen sie nie.

(Maya Angelou)

Vielen Dank für die Begegnung

Petra Mitei, Lehrerin für Pflegeberufe, 6.  
März 2026



# Literaturquellen:

## Bücher:

Berggötz A., Laves U. 2013 Kinder respektvoll berühren. Hildesheim: Quensen Druck-Verlag GmbH&Co.KG

Böhme R. 2019 Human Touch, Warum körperliche Nähe so wichtig ist. München: C.H. Beck oHG

Grunwald M. 2017 Homo Hapticus, warum Menschen ohne Berührung nicht leben können? München: Droemer Knaur

Hoher F. 2018 Menschliche Resilienz in Unternehmen-Dialog als Ressource. Opladen: Verlag Barbara Budrich

Kitwood T. 2016 Demenz. Bern: Hogrefe

Koch E. 2006 Du siehst die Sehnsucht in mir. Witten: R. Brockhaus Verlag

Nelson D. 1996 Die Kraft der heilsamen Berührung. München: Kösel

Oelke U. 2010 In guten Händen 1 Gesundheit und Krankenpflege. Berlin: Cornelsen Verlag

Prause A. 2016 Anleitung zur Achtsamkeit. Witten: Verlag GmbH & Co. KG

Tanner Luke J. 2019 Berührung und Beziehung mit Menschen mit Demenz. Bern: Hogrefe

Von Thadden Elisabeth 2018 Die berührungslose Gesellschaft. München: C.H. Beck

## Sonstiges:

Rahmenpläne der Fachkommission nach 53 PflBG 1. August 2019

Seminarordner „respectare®“ von Berggötz A.

Eigene Mitschriften von „respectare®“ Seminare:

- Seminare **Basismodul**/respektvoll Begleiten Begegnen und Berühren in Pflege Therapie
- **Aufbaukurse:**
  - Dialogische Kompetenz-Entdeckungskreise mit DIALOG Die tiefe Sehnsucht nach einem Authentischen Leben
  - Spirituelle Dimension von „respectare®“
  - Multiplikatoren/Lehrer Teil 1/2
- **Bilder:**
  - Autorin
  - Gröning K., Hände, berühren, begreifen, formen, Hamburg: Frederking U. Thaler

Petra Mittel, Lehrerin für Pflegeberufe, 6.  
März 2026