

## SCHMERZ – Fragebogen zur eigenen Positionsbestimmung

Bitte beantworten Sie folgende Fragen in Einzelarbeit, tauschen Sie sich zunächst nicht mit anderen Teilnehmern aus.

### 1. Welche Begriffe fallen Ihnen spontan zu Schmerz ein?

### 2. Welche bildlichen Vorstellungen haben Sie von Schmerz? Machen Sie eine Skizze oder finden Sie Metaphern.

### 3. Eigener Schmerz

1. Welche Schmerzen haben Sie bisher gehabt?	
2. Wie gehen Sie mit Schmerzen um?	
3. Haben Schmerzerfahrungen Ihre Lebenseinstellung verändert?	
4. Wie reagieren Mitmenschen auf Sie, wenn Sie Schmerzen haben. Ärgern Sie sich über die Reaktion anderer?	
5. Wie sollten andere auf Ihren Schmerz antworten?	

### 4. Fremder Schmerz

1. Welche Schmerzen haben Sie schon bei anderen beobachtet?	
2. Wie reagieren Sie auf Schmerzen anderer?	
3. Haben Sie das Gefühl, dass Sie Ihr Gegenüber verstehen, wenn es Schmerzen hat?	
4. Welche Kompetenzen benötigen Sie im Umgang mit den Schmerzen anderer?	
5. Welche Unterstützung brauchen Menschen im Schmerz?	

### 5. Was ergibt sich aus Ihren persönlichen Schmerzerfahrungen und Beobachtungen für Ihr pflegerisches Handeln?