

KINAESTHETICS

Pflege bewegt – Kinaesthetics-Basiskurse am UKL

Seit nunmehr einem Jahr werden am Universitätsklinikum Kinaesthetics Grund- und Aufbaukurse durchgeführt. Das Angebot wird in erster Linie von Pflegenden wahrgenommen, richtet sich aber auch an Therapeuten, Pädagogen und Angehörige pflegebedürftiger Menschen.

Ich leite als Gesundheits- und Krankenpflegerin und Kinaesthetics-Trainerin Grund-, Aufbau- und Peer-Tutoring-Kurse sowie Kurse für Pflegenden Angehörige. Im Klinikum begleite ich die Implementierung von Kinaesthetics in der Pflege. So arbeite ich auch mit den Kursteilnehmern auf den Stationen, um diese in ihrem Lernprozess zu unterstützen.

In den Kursen lernen die Teilnehmer, Pflege fördernd statt versorgend zu gestalten. Patienten werden nicht nur passiv bewegt und gehoben. Sie erhalten vielmehr Anregung, sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten aktiv zu bewegen. Heben wird durch gezielte Gewichtsverlagerung beim Patienten ersetzt. Diese Arbeitsweise entlastet die Pflegenden und ermöglicht den Patienten die Entwicklung ihrer Bewegungskompetenz.

Pflegende, die an den Kursen



Gezielte Übungen zur Gewichtsverlagerung können Pflegende entlasten.

Foto: Stefan Straube

teilnehmen, sind oft erstaunt darüber, wie viel Patienten können, wenn es gelingt, das Unterstützungsangebot an deren Möglichkeiten anzupassen. Kursteilnehmerinnen berichten auch, dass Patienten schneller selbstständig und sicher ihre Aktivitäten ausführen können. Dabei kann die Entwicklung auf verschiedenen Ebenen stattfinden. Für den einen Patienten

ist es ein großer Fortschritt, sich mit wenig Hilfe auf die Seite drehen zu können, der andere lernt gleich, alleine aus dem Bett aufzustehen. Die Ziele werden, ebenso wie die Unterstützung, individuell angepasst. Auf diese Weise trägt die Anwendung von Kinaesthetics zur Verbesserung von Pflegequalität bei. Zugleich erreichen viele Patienten einen Zuwachs an Lebensqualität.

In den Basiskursen erwerben die Pflegenden die Bewegungskompetenz, die es ihnen ermöglicht, dem Patienten diese individuell angepasste Unterstützung zu geben. Das entsprechende Handling lernen sie nicht in Form einer Technik, sondern durch Erfahrung mit der eigenen Bewegung und durch die Arbeit mit den anderen Kursteilnehmern, durch

die Bewegungsanalyse bei einzelnen Aktivitäten und durch Praxis während des Kurses. So erarbeiten sie ein großes Repertoire an Handlings-Varianten für ihre alltägliche Arbeit. Die Kurse geben den Teilnehmern auch Gelegenheit, gewohnte Arbeitstechniken zu hinterfragen, die Wirkung von Hilfsmitteln an sich selber zu erfahren oder für bestimmte Patienten konkrete Problemlösungen zu erarbeiten.

Als Arbeitsgrundlage hierfür dienen die Kinaesthetics-Konzepte. Sie ermöglichen ein differenziertes Verständnis von Bewegung in alltäglichen Aktivitäten, mit dem die Pflegenden leichter die Fähigkeiten der Patienten und ihre eigenen Möglichkeiten, ihn zu unterstützen, entdecken.

Am Universitätsklinikum haben im vergangenen Jahr sechs Grundkurse und drei Aufbaukurse stattgefunden. Insgesamt sind bisher über 120 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Grund- bzw. Aufbaukursen geschult worden. Im Dezember 2010 beginnt die erste Ausbildung für Peer Toren. Sie werden zukünftig den Kinaesthetics-Lernprozess ihrer Kolleginnen und Kollegen in der alltäglichen Praxis unterstützen.

Barbara Hühnel