

Grundkurs Kinaesthetics

Individuelle Bewegungsunterstützung pflegender Angehöriger

Menschen, die einen Angehörigen pflegen, bewältigen in ihrem Alltag grosse Herausforderungen. Sie führen einerseits ihr eigenes Leben und helfen andererseits dem pflegebedürftigen Menschen bei der Verrichtung alltäglicher

Heit aller Beteiligten beeinträchtigen. Meist sind die Betroffenen sich nicht bewusst, dass jede Unterstützung eines pflegebedürftigen Menschen zugleich ein Lernangebot darstellt.

Kinaesthetics geht davon aus, dass Hilfestellungen dann gesundheits- und entwicklungsfördernd sind, wenn sie die Bewegungsressourcen, die Eigenaktivität und Selbstwirksamkeit eines Menschen unterstützen. Eine Voraussetzung dafür ist die Bewegungskompetenz der pflegenden Personen.

Wird eine Unterstützung auf der Grundlage von Kinaesthetics gestaltet, führt dies nicht nur zu erstaunlichen Fortschritten bei den pflegebedürftigen Menschen, sondern verhindert auch, dass pflegende Angehörige durch ihre Pflegetätigkeit ihrer eigenen Gesundheit schaden.

Was ist Kinaesthetics?

Das zentrale Thema von Kinaesthetics ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung in alltäglichen Aktivitäten. Eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde und selbständige Lebensgestaltung ist, über eine Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten zu verfügen. Dabei spielt besonders die Fähigkeit, die eigene Bewegung gezielt an sich verändernde Bedingungen anpassen zu können, eine wesentliche Rolle.

Für Ende September ist ein neuer Kinaesthetics-Kurs in der Ausbildungsakademie geplant. Zudem bieten Martina Arndt und Burkhard Bornemeier am Donnerstag, 23. September, von 17 bis 18:30 Uhr im Vortragssaal des Klinikums eine Fortbildung für pflegende Angehörige an.



Aktivitäten, wie z. B. beim Aufstehen, Waschen, Ankleiden, Essen. Sie haben die Aufgabe, für die Lebensqualität des pflegebedürftigen Menschen und für die eigene Gesundheit zu sorgen. Diese Doppelrolle kann leicht zu einer Überforderung werden und die Gesund-

Kontaktadresse:

Burkhard Bornemeier
Zur Porta 104
32457 Porta Westfalica
Tel.: 0571 71546
Mobil: 01637652818