

PRESSEINFORMATION

Lernen gestalten – für pflegende Angehörige

**Statement von Martin Burka,
Kinaesthetics-Trainer,
anlässlich der Pressekonferenz „Kinaesthetics – Individuelle
Bewegungsunterstützung für pflegende Angehörige“
am 5. März 2008 in Hamburg**

Pflegende Angehörige haben – anders als Pflegeprofis – ihre ganz spezifischen Themen und stellen sehr konkrete Fragen bezüglich ihrer ganz persönlichen Pflegesituation in der häuslichen Umgebung. Viele Angehörige haben noch nie oder seit Jahren keine Bildungsmaßnahme besucht und wollen Lösungen für ihre oft schwierige Situationen von ihrem Kursleiter gezeigt bekommen. Sie wollen wissen, was sie richtig und was sie falsch machen.

Als Kursleiter kann ich diese Lösungen leider auch nicht aus dem Ärmel schütteln. Die spezielle Pflegesituation kennen die Angehörigen selbst am besten. Sie sind die Spezialisten. Meine Aufgabe ist es, mit ihnen nach Möglichkeiten zu suchen, die das Zusammenspiel mit den Pflegebedürftigen erleichtern und angenehmer machen. Manchmal geht es auch „nur“ um Wertschätzung und Anerkennung der Leistung.

Erstaunt sind viele Kursteilnehmer, dass wir uns am 1. Tag mit der eigenen Bewegung auseinander setzen. Nach dem ersten Kurstag sagte mir eine Teilnehmerin: „Im ersten Moment war ich enttäuscht, dass es heute nicht darum geht, wie ich meine Mutter richtig vom Rollstuhl aus hinstelle. Ich habe aber gelernt, dass ich mich selber oft sehr umständlich und mit viel Kraft bewege.“ Am zweiten Tag in der darauf folgenden Woche sagte die gleiche Kursteilnehmerin in der Anfangsrunde: „In der ganzen Woche habe ich ganz egoistisch auf meine Bewegung geachtet. Dabei hatte ich anfangs ein schlechtes

PRESSEINFORMATION

Gewissen. Aber dann merkte ich, wie ich mich selber leichter bewegen kann, während ich meine Mutter unterstütze, und für meine Mutter war es dann auch viel leichter.“

Auch an den weiteren Kurstagen lernen die Teilnehmer Bewegung aus unterschiedlichen Blickwinkeln wahrzunehmen, z.B. aus der Perspektive „Gewicht“: Wenn jemand selber nicht mehr vom Stuhl „hochkommt“, wird er oft „hochgezogen“. In unserem Kurs achten wir zuerst darauf, wohin das Gewicht geht (Richtung Boden), und erst dann, wohin sich der Mensch bewegt (Richtung „hoch“). Es ist erstaunlich, wie schnell Angehörige experimentieren, wenn sie dieses Prinzip erst verstanden haben. Und Angehörige verstehen schnell. Alter spielt dabei keine Rolle. Eine 85-jährige Dame half im Kurs einem 40-jährigen Mann vom Boden auf die Beine, ebenso wie eine 20 jährige Enkelin ihrem Opa in den Rollstuhl.

An den nächsten Kurstagen kommen die Angehörigen mit den erstaunlichsten Erkenntnissen wieder. Hier einige Beispiele:

- „Ich habe mich nur etwas zurückgehalten und meinen Mann erst einmal selber machen lassen. Ich bin erstaunt, was er noch alles kann – und auch möchte!“
- „Mein Sohn war immer sehr spastisch, wenn ich ihn aus dem Rollstuhl nahm, jetzt ziehe ich ihn nicht mehr hoch, sondern führe ihn nach vorne. Dadurch kann er sich mit seinen Beinen besser auf dem Boden abdrücken. Er hat weniger Angst und ist weniger spastisch. Und meinem Rücken tut das gut.“
- „Meine Mutter muss ich nur ganz leicht führen, wenn sie die Treppe steigt. Ich hatte sie viel zu fest angepackt.“
- „Es ist nicht immer gut, dass ich für Schwiegermutter viel übernehme, es ist für beide manchmal besser, wenn ich etwas Nettes für mich mache.“



PRESSEINFORMATION

Am Ende des Kurses geht es den Kursteilnehmern weniger um die Frage „Richtig oder Falsch?“, sondern um die Entwicklung neuer Möglichkeiten im Zusammenspiel zwischen Pflegeperson und Pflegebedürftigem.

Für Rückfragen:
Kinaesthetics Deutschland
Maren Asmussen-Clausen
Telefon 0461/31802700
Telefax 0461/31802799
Mail info@kinaesthetics.de
Internet www.kinaesthetics.de