

## PRESSEINFORMATION

### Kinaesthetics ermöglicht ein gemeinsames Lernen

**Statement von Antriani Steenebrügge,  
Vorstandsvorsitzende von Kinaesthetics Deutschland,  
anlässlich der Pressekonferenz „Kinaesthetics – Individuelle  
Bewegungsunterstützung für pflegende Angehörige“  
am 5. März 2008 in Hamburg**

Durch Kinaesthetics lernen Menschen, die eigene Bewegung in Alltagsaktivitäten zu verstehen und zu analysieren. Diese Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung steigert die Bewegungskompetenz. Pflegende Angehörige lernen, die Angebote zur Unterstützung der Bewegung in allen Aktivitäten des täglichen Lebens wie Essen, Trinken, An- und Auskleiden, Ausscheiden, sich Bewegen usw. einzusetzen.

In Deutschland leben über 2 Millionen Menschen, die ständig oder häufig auf Hilfe angewiesen sind. Circa 1,3 Millionen davon werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt, betreut und begleitet. Ein Großteil der pflegenden Angehörigen leidet an körperlicher und psychischer Überlastung. Im Hinblick auf diese Zahlen besteht Handlungsbedarf.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie belastend diese Arbeit ist. Mein Vater ist pflegebedürftig und ich betreue ihn seit einigen Jahren. Mehrfachbelastung prägt unseren Alltag und im sozialen Netzwerk der Familie ändern sich die Rollen, alte Gewohnheiten müssen aufgegeben werden.

Durch mein Know-how als Kinaesthetics-Trainerin konnte ich mit meiner Familie viele Ideen entwickeln, die uns das Leben leichter machen und meinen Vater aktiv beteiligten. Ich denke, so konnte sein Zustand viele Jahre stabil bleiben. Statt purer Belastung erleben wir

## PRESSEINFORMATION

uns als handlungsfähig, jede Veränderung ist eine neue Lernsituation, der wir uns stellen.

Was aber, wenn es keine Kinaesthetics-Trainerin in der Familie gibt? Die Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass die in § 45 SGB XI geregelten Schulungen den Angehörigen wichtige Unterstützung bieten. Die Inhalte dieser Schulungen decken den Bedarf der pflegenden Angehörigen in Bezug auf die alltägliche Bewegungsunterstützung allerdings nicht in ausreichendem Maße ab. Insbesondere wenn eine körperliche Unterstützung notwendig ist, benötigen pflegende Angehörige individuelle Lösungen und Zeit für die Entwicklung von Bewegungskompetenz.

Übrigens wissen wir heute, dass Hebetechniken und standardisierte Handgriffe allein weder den Pflegenden noch den Pflegebedürftigen hilft. Wenn der betroffene Mensch nicht mit einbezogen wird, reagiert er physiologisch oft mit Abwehr („macht sich steif“) und somit wird die Pflege nicht erleichtert, sondern zusätzlich erschwert. Kinaesthetics hingegen ermöglicht ein gemeinsames Lernen. Betroffene und Angehörige werden mit einbezogen, ihr Expertenwissen wird genutzt. Die Interaktion der Beteiligten spielt dabei eine zentrale Rolle.

Kinaesthetics Deutschland verfügt mit mehr als 600 Kinaesthetics-TrainerInnen über ein flächendeckendes Netzwerk in ganz Deutschland. In den kommenden 2 Jahren werden ca. 400 TrainerInnen die speziellen Kurse, für die sie jetzt geschult werden, anbieten. Pflegende Angehörige können sich entweder unter [www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de) oder direkt bei jeder BARMER Geschäftsstelle über Kursangebote in ihrer Nähe informieren.

Die Rahmenvereinbarung, die Kinaesthetics Deutschland mit der BARMER Pflegekasse geschlossen hat, ist ein neuer,

## PRESSEINFORMATION

zukunftsweisender Lösungsansatz für unser Gesundheitswesen. Pflegende Angehörige leisten einen weitgehend unentgeltlichen und dennoch sehr wertvollen Beitrag in unserem Gesundheits- und Sozialwesen.

Das Bildungsangebot von Kinaesthetics eröffnet pflegenden Angehörigen auch eine berufliche Perspektive: Es ist so aufgebaut, dass sich das Erlernete in vielen Bereichen der Pflege, wie Organisation, Beratung und häusliche Pflege, einsetzen lässt. Das Zertifikat, welches die Schulungsteilnehmer erhalten, ist europaweit anerkannt.