

Erster Grundkurs Kinaesthetics in der Pflege für Mitarbeiter gestartet:

## „Es bewegt sich was im Krankenhaus...“



Am 23./24. Oktober sowie am 18./19. Dezember fand im Nebenraum der Cafeteria des KKH Eschwege der erste 4-tägige Grundkurs unter der Leitung von Martina Huth (Kinaesthetics-Grundkurstrainerin und Dipl.-Berufspädagogin (FH) am IIGK Witzhausen) statt.

An diesem von der European Kinaesthetics Association (EKA) zertifizierten Kurs nahmen 13 Mitarbeiter/innen der Häuser Witzhausen GmbH und Eschwege GmbH teil, welche in der Funktion als Mentoren auf unterschiedlichen Stationen arbeiten.

Nicole Aschenbrenner (ESW); Christa Bauch (WIZ); Sonja Dücker (ESW); Claudia Ebersson (ESW); Olaf Hübner (ESW); Helga Isecke (WIZ); Barbara Letsch (ESW); Edda Lindner (ESW); Nadine März (WIZ); Kerstin Schulz (ESW); Manuela Stüber (ESW); Ute Weden (ESW); Barbara Wiegand (WIZ).

sundheits- und Sozialwesen etabliert und in den letzten Jahren auch Einzug in die Curricula der Schulen gehalten. Jährlich werden in Europa etwa 40.000 Teilnehmer/innen in Grund- und Aufbaukursen geschult.

Der Grundkurs zielt darauf ab, den Teilnehmer/innen ein grundlegendes Verständnis über funktionelle Aspekte menschlicher Bewegung zu vermitteln, sowie die Fähigkeit zu berührungsgelenkter Kommunikation über die Schulung des eigenen Bewegungsempfindens zu erhöhen.

Thematisch geht es zum einen um Fortbewegung, zum anderen um eine gezielte Positionsunterstützung. Im Kurs wird das notwendige Handwerkzeug vermittelt, um dem vom Expertenstandard Dekubitus geforderten Aspekt des „Scherkräfte-Teamens Lagerns und Bewegens“ nachkommen zu können.

Situationen gemeinsam, wie ein Patient z.B. gezielt Arme und Beine einsetzen kann, um sich mit wenig Hilfe der Pflegekraft zu bewegen.

### Hier von profitieren alle

Pflegebedürftige Menschen erhalten ein situativ angepasstes Angebot, um sich eigenaktiv in deren tägliche Aktivitäten ein zu bringen. Autonomie und Lebensqualität werden auf diese Weise gefördert und erhalten.

Pflegekräfte vermeiden ein unreflektiertes Heben und Tragen des Patienten, was in einem Beruf mit hoher körperlicher Belastung zu einer Verminderung von gesundheitlichen Schäden des Bewegungsapparates der Mitarbeiter führt.

„Kinaesthetics geht weit über rüchenschonendes Arbeiten hinaus, da es einen Ansatz bietet, Bewegung analytisch zu verstehen, gezielt zu unterstützen und zu verändern. Aus diesem Verständnis heraus wird schnell deutlich, warum manche Bewegungsabläufe, welche wir Patienten aberlangenschtüchweg unmöglich sind, da sie Fortbewegung, und im schlimmsten Falle sogar innere Prozesse wie die Atmung, behindern oder erschweren“ so das Resümee von Trainerin Martina Huth.

Die Resonanz der Teilnehmer/innen bei der Feedbackrunde war durchweg positiv.

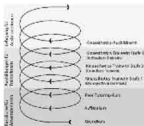
Anfängliche Skepsis gegenüber dem Konzept legte sich relativ schnell, da es trotz seiner Komplexität „recht praktisch“ und „gut verständlich“ ist. Auch die Befürchtungen bezüglich des zeitlichen Aspektes bestätigten sich nicht.

„Das bewegen durch eine Pflegekraft hat jetzt 40 Sekunden gedauert. Bis ich eine zweite Person am Bett hätte, um herbömmlich zu tragen, bin ich alleine ja schon fertig“, kommentierten die erfahrenen Mentoren bereits am zweiten Kurstag.

Erste Erfolgsergebnisse in der direkten Arbeit mit Patienten konnten die Pflegekräfte bereits in einer in die erste Kurshälfte integrierten Praxislemphe erleben.

„Ich habe einen Patienten auf einer Wechseldruckmatratze alleine zum Kopfende bewegt. Das ging ganz leicht und war nicht anstrengend für mich“ so die Aussage einer Teilnehmerin. Im Kinaesthetics-Kurs wurde allen Teilnehmern deutlich, das beinahe jede Pflegehandlung eine Unterstützung von Bewegungsaktivitäten beinhaltet. Diese alltäglichen Abläufe gilt es aufmerksam zu gestalten.

Martina Huth



### Ein Beispiel aus der Praxis

Ein Patient ist im Bett ans Fußende herunter gerutscht und benötigt pflegerische Unterstützung, um wieder mittig im Bett zu liegen.

Im Kinaesthetics-Kurs werden nun – unter Einbezug der fachlichen Expertise und langjährigen Erfahrung der teilnehmenden Pflegekräfte – verschiedene Varianten entwickelt, wie eine gezielte Bewegungsunterstützung möglich ist.

Der Fokus liegt auf dem Aspekt der, vielleicht noch unentdeckten, Patientenressourcen.

Die Teilnehmer/innen entdecken und erfahren in gezielter Bewegungsanleitung durch die Trainerin sowie im Nachspielen praxisnah

### Was ist Kinaesthetics?

Der Begriff Kinaesthetics setzt sich aus den griechischen Wörtern kinesis (= Bewegung) und aesthesis (= Empfindung) zusammen und bedeutet sinngemäß „Lehre von der Bewegungswahrnehmung“. Im professionellen Bereich hat sich das Konzept Kinaesthetics innerhalb der letzten 20 Jahre im Ge-



Die Kursteilnehmer des Grundkurses „Kinaesthetics in der Pflege“ mit Kurstrainerin Martina Huth.