



Selbsterfahrung ist alles. Antriani Steenebrügge (l.) versetzt ihre Kursteilnehmer in die Lage der Patienten. RN-Foto Meiners

Die eigene Bewegung wahrnehmen

Kinästhetik-Kurse: Hilfe zur Selbsthilfe

Gerthe ■ Die Gesellschaft altert, in Zukunft wird es immer mehr Pflegefälle geben. Pflegeheime sind für viele Menschen nicht zu bezahlen. Daher schauen sie sich nach Alternativen um.

„Der Trend geht zur ambulanten Pflege“, sagt Atriani Steenebrügge, 1. Vorsitzende des Kinaesthetics-Vereins Deutschland und seit 12 Jahren Pflege-Trainerin. „Der Pflegedienst ist aber nicht rund um die Uhr da.“ Umso wichtiger sei es also, dass die Angehörigen selbst im Umgang mit den Pflegebedürftigen geschult seien.

Daher bietet Steenebrügge zusammen mit einer Krankenkasse einen Lehrgang im St. Maria-Hilf-Krankenhaus an. „Wir sind das einzige Krankenhaus in Bochum, das so eine Schulung anbietet“, betont die Trainerin stolz.

„Man weiß ja vor einer Pflegesituation nicht, was auf einen zukommt“, meint zum Beispiel Hubert Overkamp,

einer der Kursteilnehmer. Er ist dankbar für die vielen hilfreichen Tipps, die er in den sieben Sitzungen bekommen hat. Der Grund für seine Teilnahme begleitet ihn zu allen Treffen: Seine Frau Vera ist auf den Rollstuhl angewiesen. „Meine Frau kann sich selbst mehr helfen, und ich kann sie besser und einfacher pflegen“, sagt Overkamp.

• Selbst Patient spielen

Bei der Kinästhetik kommt es darauf an, die natürlichen Bewegungen des Menschen zu erkennen und zu nutzen. Daher achtet Steenebrügge darauf, dass alle Kursteilnehmer selbst mal Patient spielen, damit sie ein Gespür für die Bedürfnisse ihrer Pflegefälle bekommen. Annette Sandeck hat auch teilgenommen und ist überzeugt: „Dadurch, dass wir selbst alles ausprobieren, lernen wir noch besser.“

Der nächste Kurs startet am Samstag, 21. März. ■ cm