

Workshop Kinaesthetics Fachtagung LAG WfbM Hospitalhof Stuttgart am 18.05.2017
Leitung Barbara Stahl, Gesundheit- und Krankenpflegerein, Kinaesthetictrainerin

Frage: was ist die zentrale Absicht heute?
Worum geht es, wenn wir zusammenarbeiten?

In unserem Beruf befinden wir uns immer wieder in Situationen, in denen betreuende Menschen anders reagieren, als erwartet, z.B. plötzlich schlaff/ steif werden, Bewegungseinschränkungen in größerem Ausmaß haben, Schmerzsituationen u.v.m., das uns in der Bewegungsunterstützung sehr herausfordert.

Unsere Absicht und Grundhaltung: **Ressourcen zu fördern und achtsam mit dem zu betreuenden Menschen umzugehen**

aber es passiert immer wieder, dass wir merken, dass es zum Heben von Gewicht kommt und damit zu einer für uns auf Dauer großen körperlichen Belastung kommt

die **Bildungsfelder** als Leitfaden können uns helfen, unsere Absicht zu klären, was möchte ich erreichen im Bewegen mit den Menschen, die ich betreue?

Unsere **eigene Bewegung** spielt dabei eine entscheidende Rolle.
Eigenerfahrung im Vergleich: vom Stuhl aufstehen wie gewohnt/ mit steifem Bein

meine **Bewegungskompetenz** macht auch das Aufstehen vom Stuhl mit steifem Bein möglich– es geht nicht darum, superfit zu sein und Leistungssport zu machen, sondern alltägliche Dinge auch trotz Einschränkungen zu tun.

Zum Beispiel einen behinderten Menschen trotz Einschränkung so zu unterstützen, dass er z.B. beim Trinkvorgang eigenaktiv beteiligt ist.

Grundwissen in Bezug auf die eigene Bewegung

feedback control theory: Rückmeldetheorie, Prinzip der Rückkopplung, Kontrolle über eigene Bewegung, Mensch steuert sein Verhalten von innen, wahrnehmbar durch das **kinästhetische Sinnessystem** mit der Frage wie funktioniert Bewegung und Bewegungskontrolle in meinem Körper?

(**Konzeptverständnis**)

Einzel- und Partnererfahrung: auf einem Bein stehen, Unterschied: ich werde festgehalten, ich halte mich selbst fest

wir wissen um die Selbststeuerung unserer Bewegung und damit auch Sicherheit und Kontrolle über unsere Bewegung. Voraussetzung des Anwendens ist ein fundiertes Verständnis von Bewegungsrundlagen:

Konzeptverständnis bietet „Werkzeuge“, um die verschiedensten Bewegungsmöglichkeiten analysieren und anwenden zu können, da alle Menschen sich ganz individuell bewegen

Eigen- und Partnererfahrung aus dem Konzept **funktionale Anatomie:**

In der Rückenlage Gewichtsabgabe auf den Boden wahrnehmen, beim Drehen in die Seitenlage das Nacheinander der Massen und Bewegen der Zwischenräume ermöglichen

wie weit bin ich im Lernprozess in Bezug auf das Bewegungsunterstützen der Menschen, die ich betreue?

Handling

Partnererfahrung: mein Partner ist im Stuhl nach vorne gerutscht, wie kann ich ihm zu einer guten Sitzposition verhelfen?

Zuerst muss ich klären, was meine Absicht ist.

Habe ich nur das Ziel einer guten Sitzposition im Blick oder ist mir auch der Weg, wie mein Klient und ich dahin kommen, wichtig?

Arbeite ich ressourcenorientiert? Wie ist meine **Handlingskompetenz**, d.b. welche Auswirkung hat meine eigene Bewegung auf die Bewegungsunterstützung?

Wie ich mich mit meinem zu betreuenden Menschen bewege, hat auch großen Einfluss auf unser beiderseitiges Lernen

Lernumgebung

ein Mensch lernt immer, wenn er z.B. immer gehoben und getragen wird, lernt er eher sich fest zu machen. Wenn dagegen seine Fähigkeiten, seien sie auch noch so klein, miteinbezogen werden, ist eine Selbstwirksamkeit erfahrbar, die auf den weiteren Lernprozess entscheidende Auswirkungen hat.

Als Betreuende ist es wichtig, ein individuell abgestimmtes Lernangebot zu ermöglichen.

Organisation

in diesen Bereich fällt unter anderem die Teamarbeit als Möglichkeit sich so zu besprechen, dass die o.g. Lernangebote in die Praxis umgesetzt werden.

Wichtige Voraussetzung ist, dass sowohl Mitarbeiter als auch zu betreuende Menschen gute Rahmenbedingungen für ein gelungenes Lernen bekommen