



Etwa 20 Pflegekräfte des BRK-Seniorenheimes in Furth erhielten am Montag das Peer-Tutoring-Kurs-Zertifikat.

Bewegung im Alter fördert das Selbstwertgefühl enorm

FORTBILDUNG Im BRK-Seniorenheim wird Kinaesthetics in der Pflege individuell und erfolgreich angewendet.

VON WOLFGANG BAUMGARTNER

FURTH IM WALD. „Alles wirkliche Leben ist Bewegung und Bewegung bedeutet Lebensqualität!“ Mit diesem Zitat von Martin Buber gratulierte am Montag die Pflegedienstleiterin des BRK-Seniorenheimes in Furth, Elisabeth Nachreiner, den Mitarbeitern im Pflegebereich zur erfolgreichen Teilnahme am Peer-Tutoring-Kurs „Kinaesthetics in der Pflege!“ Rund 60 Mitarbeiter der Further BRK-Einrichtung beteiligten sich in den vergangenen zwei Jahren an einem bayernweit einmaligen Pilotprojekt.

Kinaesthetics ist die Bezeichnung für die Erfahrungswissenschaft, die sich mit Bewegungskompetenz als einer der zentralen Grundlagen des menschlichen Lebens auseinandersetzt. Der Begriff Kinaesthetics kann mit „Kunst/Wissenschaft der Bewegungswahrnehmung“ übersetzt werden. Kinaesthetics basiert auf der Erfahrung und Wahrnehmung der eigenen Bewegung. Es führt zu einer erhöhten Achtsamkeit für die Qualitäten und Unterschiede der eigenen Bewegung in allen alltäglichen Aktivitäten.

Ressourcen erkennen

Als Ziele für dieses fast zweijährige Pilotprojekt nannte BRK-Geschäftsführer Manfred Aschenbrenner unter anderem die Mitarbeiter zusätzlich zu qualifizieren, um die Bewegungsfähigkeit der Bewohner zu fördern, die Ressourcen der Bewohner zu erkennen und sie - falls nötig auch auf neuen Wegen - zu fördern. Ferner ging es bei der Fortbildung auch darum, ein bewusstes Körpergefühl zu entwickeln, neue Selbstsicherheit zu gewinnen und auch mit schwierigen „Lasten“ zu Recht zu kommen um Gesundheitsschäden beim Pflegepersonal zu verhindern.

Mit dem Pilotprojekt wollte das BRK den hohen physischen und psychischen Belastungsfaktoren der Mitarbeiter entgegenwirken, den hohen Krankenstand senken und zudem den oft Gesundheitsbedingten frühen Ausstieg aus dem Beruf verhindern.

„All das ist nach rund zwei Jahren mehr als gelungen“, freute sich am Montag der BRK-Kreisgeschäftsführer. Zusammen mit dem stellvertretenden BRK-Kreisvorsitzenden, MdB Karl Holmeier, der Geschäftsführerin von Kinaesthetics Deutschland, Maren Asmussen-Clausen und dem Heimleiter Stefan Hupf überreichte Aschenbrenner rund 20 Mitarbeitern im Pflegedienst das Zertifikat. „Es haben alle 60 Mitarbeiter den Peer-Tutoring-Kurs mit Erfolg absolviert“, fügte die Pflegedienstleiterin Elisabeth Nachreiner hinzu. Zu dem kleinen Festakt am



Heimleiter Stefan Hupf (li.), der stellvertretende BRK-Kreisvorsitzende, MdB Karl Holmeier (re.), und der BRK-Kreisgeschäftsführer Manfred Aschenbrenner gratulierten und bedankten sich bei der Pflegedienstleiterin Elisabeth Nachreiner (2. v. l.) und Monika Ehrnböck mit Blumen.

Fotos: wb

KINAESTHETICS IN DER PFLEGE

► **Fast zwei Jahre lang** wurden die Mitarbeiter des Pflegebereichs im BRK-Seniorenheim in Furth im Wald bei einem Pilotprojekt in Kinaesthetics geschult und unterrichtet.

► **Rund 60 Altenpfleger** erhielten am Montag das Peer-Tutoring-Kurs-Zertifikat überreicht.

► **Nach dem Motto** „Ein Heim in Bewegung“ erarbeiteten sich die Mitarbeiter Bewegungskompetenz im Kontext der persönlichen Entwicklung sowie gegenüber den Heimbewohnern und den Pflegebedürftigen.

gestrigen Montagvormittag konnten allerdings betriebsbedingt nur rund 20 Damen kommen. Und sie erhielten sowohl von der BRK-Spitze als auch von den Vertretern von Kinaesthetics Deutschland ein dickes Lob.

Außerordentlich beeindruckt von den Auswirkungen der Kinaesthetics im Pflegebereich waren auch Dr. Joseph Ferstl, Leiter des Staatlichen Gesundheitsamtes in Cham sowie der Leiter der Gesundheitsakademie, Peter Fleckenstein. Und der Bundestagsabgeordnete Karl Holmeier bat sogar um weitere Unterlagen zu dem Pilotprojekt, um damit beim Gesundheitsministerium vorstellig zu werden.

Dickes Kompliment an das BRK

Ferner will sich Holmeier bemühen, dass Staatsministerin Christine Haderthauer bei ihrem Landkreisbesuch am 19. August auch einen Abstecher zum BRK-Seniorenheim nach Furth im Wald macht, um sich über die Kinaesthetics in der Pflege vor Ort zu informieren. Ein großes Kompliment machte Holmeier auch dem BRK-Kreisverband für den Mut, dieses Modellprojekt zu realisieren.

„Es ist eine absolute Win-win-Situation“, fügte Elisabeth Nachreiner hinzu: es profitieren sowohl die Mitarbeiter als auch die Heimbewohner. Wie sich die Kinaesthetics im Alltag auswirkt, machten dann Maren Asmussen-Clausen, Geschäftsführerin von Kinaesthetics Deutschland und Stefan Giannis, Dipl.-Pflegewissenschaftler deutlich. Beide zeigten den enormen Fortschritt und die wesentlichen Veränderungen bei der täglichen Arbeit mit Pflegebedürftigen auf.

Vor und nach der Bildungsmaßnahme wurden leitfaden-

gestützte Experteninterviews bezogen auf einige bestimmte Merkmale durchgeführt und mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet.

Gemeinsamer Lernprozess

Die Ausgangssituation war klar: Die Pflegenden müssen eine hohe körperliche Belastung auf sich nehmen, um den Heimbewohnern zu helfen. „Und exakt hier greift die Kinaesthetics“, betonte Maren Asmussen-Clausen.

Ziel sei unter anderem, in einem gemeinsamen Lernprozess die Eigenaktivität des Heimbewohners zu unterstützen und somit nicht nur eine Arbeitserleichterung zu erreichen, sondern zugleich das Selbstwertgefühl des Bewohners zu stärken. „Zum Auftakt des Projekts waren keine Senioren auf den Fluren, heute marschieren die Heimbewohner zum Teil selbstständig, zum Teil mit Rollatoren durch das Haus“, freute sich die Sprecherin. Zusammen mit dem Pflegepersonal lernen die Bewohner ihre eigenen Fähigkeiten kennen und werden dadurch wieder mobil.

Ein ganz entscheidender Grund für den Erfolg des Pilotprojekts war nach den Worten von Stefan Giannis, die Einbindung aller Mitarbeiter über die einzelnen Wohnbereiche hinaus. „Durch wurde die Teamarbeit noch stärker verbessert“, fügte Elisabeth Nachreiner hinzu. Die Förderung der Fähigkeiten der Senioren führte zudem zu einer individuellen Pflege. Die Mobilität der Heimbewohner schlägt sich laut Pflegedienstleiter allerdings auch in den Zahlen der Stürze nieder. Doch selbst damit können die Heimbewohner jetzt besser umgehen. Die Krankenhauseinweisung nach Stürzen sank von 16 auf neun.

Vor dem Hintergrund der positiven Erfahrungen hofft Manfred Aschenbrenner, dass die Erfahrungen der Kinaesthetics künftig stärker in der Altenpflegeausbildung berücksichtigt werden.



Maren Asmussen-Clausen, Geschäftsführerin von Kinaesthetics Deutschland, bei ihren Ausführungen