



Pflegepersonal und Verantwortliche des BRK-Wohn- und Pflegeheimes nach der Zertifikat-Übergabe.

CHAMER ZEITUNG Nr. 126 04.06.2013

Ein Pilotprojekt für Pflegendende und Senioren

Kinästhetics-Ausbildung im BRK-Wohnheim gestern nach zwei Jahren abgeschlossen

Furth im Wald. Großer Tag im BRK-Senioren- und Pflegeheim Furth im Wald: Nach zwei Jahren konnte das Pilotprojekt „Kinästhetics“ in Kooperation mit dem Pflegepersonal abgeschlossen werden. Es ging dabei um Methoden, durch die Pflegemitarbeiter weniger Kraft aufwenden müssen, rückenschonender arbeiten können, indem die Senioren beim Aufstehen aus dem Bett oder vom Tisch einfach mithelfen. Sie selbst erkennen dadurch, zu was ihr Körper noch fähig ist. Dies sorgt nicht nur für eine bessere Mobilität bei den Heimbewohnern, sondern auch für ein Gefühl von Selbstständigkeit und einer Verbesserung der Lebensqualität.

Die Hälfte der Teilnehmerinnen - der Rest war im Arbeitseinsatz - konnte das Kurszertifikat in Empfang nehmen. Zu dieser Übergabe konnte BRK-Kreisgeschäftsführer Manfred Aschenbrenner die Projektbegleiter Stefan Gianis, Maren Asmussen-Clausen und Anja Boyesen aus Flensburg willkommen heißen. Sein weiterer Gruß galt dem stellvertretenden Kreisvorsitzenden Karl Holmeier, den Netzwerkpartnern Dr. Joseph Ferstl vom Gesundheitsamt Cham und Peter Fleckenstein von der Gesundheitsakademie Ostbayern, Pflegedienstleiterin Elisabeth Nachreiner und Heimleiter Stefan Hupf.

Herausgestellt wurde in den Statements, dass nahezu 100 Pro-

zent der rund 60 Mitarbeiter ausgebildet wurden, was eine gewaltige Kompetenz und einen finanziellen Kraftakt bedeutete. 80 Prozent der Kosten wurden von der Glücksspirale übernommen. Gefordert wurde dabei auch die Zementierung des Erlernten in der Altenpflege und die Weitergabe des Projekts an weitere Pflegeheime.

Die Vertreter der Kinästhetics Deutschland gaben zuvor einen Einblick in die Kinästhetics-Bildungsmaßnahmen in der stationären Pflegeeinrichtung.

In dem Kurs lernten die Pflegekräfte, die Senioren bei Aktivitäten wie Essen, Aufsitzen, Aufstehen oder beim Bewegen im Bett so zu unterstützen, dass diese ihre Bewegungsmöglichkeiten so weit wie möglich ausschöpfen und ihre Bewegungskompetenz erhalten und erweitern können. Mit den Pflegekräften wurden vor Beginn der Bildungsmaßnahme und nach Abschluss des Grund- und Aufbaukurses jeweils Interviews geführt und diese filmisch dokumentiert. Die zweite Datenerhebung nach einem Jahr wurde wiederum anhand von leitfadengeschützten Interviews beschrieben und ebenfalls mit Pflegesituationen filmisch dokumentiert.

Als Schlüsselkategorie kristallisierte sich eine bewusste Achtsamkeit für die eigene Bewegung und damit Wahrnehmung der eigenen Körperspannung heraus. Dies hat



Eine positive Bilanz konnte Elisabeth Nachreiner, Pflegedienstleiterin des BRK-Wohnheimes, ziehen.



Diplom-Pädagogin Maren Asmussen erläuterte das methodische Vorgehen der Kinästhetics-Pflegearbeit.

Auswirkung auf die Interaktionsgestaltung zwischen Bewohner und Pflegekraft. Die erweiterten Handlungsmöglichkeiten der Pflegenden ermöglichen einen schonenden Umgang mit den eigenen Anstrengungsressourcen zugunsten einer erweiterten, selbstbestimmten Teilhabe der Bewohner an dem Geschehen.

Als Resümee ließ sich Folgendes

festhalten: Pflegenden nutzen das erlernte Kinästhetics-Know-how in ihrer Pflegepraxis. Sie erleben sich individuell und als Team als wirksame Lernbegleiter beim Bewohner. Sie nehmen sich im beruflichen Alltag sensibler wahr und reduzieren ihre belastungsunabhängigen Schmerzen. Sie erleben sich als ein Team, das gemeinsam reflektiert und voneinander lernt.

Kinästhetics-Ausbildung zeigt bereits Wirkung

Pflegedienstleiterin Nachreiner erläuterte Weg zu diesem Projekt und erste Verbesserungen

Pflegedienstleiterin Elisabeth Nachreiner berichtete, wie es zu der Kinästhetics-Bildungsmaßnahme kam. Die ersten Gespräche mit der Heimleitung und der Kreisgeschäftsführung seien 2011 sehr positiv verlaufen. Ein Finanzierungsplan musste gefunden werden. Manfred Aschenbrenner zeigte die Möglichkeit über eine Förderung durch die Glücksspirale auf. Das war die Chance!

Nach Rückschlägen bekam man fast ein Jahr nach der ersten Vision den Zuschlag für eine Förderung von 80 Prozent der Gesamtkosten. Laufzeit: 18 Monate, von Oktober 2011 bis zum 25. April 2013. Je 56 Lerneinheiten in Präsenzzeit sowie in eigenverantwortlichem Lernen ergaben 112 Lerneinheiten. Diese beinhalteten je vier Grund- und Aufbaukurse, die Ausbildung der Peertoren und die Ausbildung von zwei Trainern, um Nachhaltigkeit zu gewährleisten und das Konzept aus eigenen Personalressourcen im Kreisverband weitergeben zu können. Die Voraussetzungen waren optimal: Beim BRK handelt es sich um eine neue, nicht zu große Einrichtung, die noch keinerlei Erfahrung mit Kinästhetics hatte.

Das Projekt zeigt laut Nachreiner bereits Wirkung. Die wohnüber-

greifende Teamarbeit wurde verbessert, 50 Prozent der Mitarbeiter gaben dies in einer anonymen Befragung an. Das Selbstbewusstsein und die Kompetenz insbesondere der Hilfskräfte seien gewachsen. Die Mobilität der Bewohner habe zugenommen. Sie seien beweglicher geworden und hätten Angst vor Bewegung verloren.

Nun geht es daran, Kinästhetics in die bestehenden Konzepte zu integrieren. Regelmäßige Treffen zu Workshops und eine jährliche Fortbildung der Mitarbeiter werden folgen. Hinzu kommen Praxisbegleitung und Analysen durch Pflegedienstleitung und Trainer. Der nächst Grundkurs soll im Herbst 2013 angeboten werden. Grund- und Aufbaukurse im Rahmen der Breitenausbildung des BRK-Kreisverbandes Cham sind zudem geplant, auch Kurse für pflegende Angehörige.

Vielen Dank sagte Elisabeth Nachreiner ihrer Trainerkollegin Monika Ehrnböck, die sich im Blickwinkel der Bewegungsförderung und Bewegungskompetenz stark engagiere. Dank sagte sie auch allen Beteiligten, die das Bildungsangebot angenommen und umgesetzt haben. Es sei nicht einfach und erfordere viel Engage-



Die BRK-Verantwortlichen Aschenbrenner, Hupf und MdB Karl Holmeier überreichten den zwei Trainerinnen Monika Ehrnböck und Elisabeth Nachreiner einen Blumenstrauß als Dankeschön für das Engagement.

ment, alte Bewegungsmuster zu verlassen und neue zu erlernen. Die Pflegedienstleiterin zeigte sich überzeugt, dass die Weiterentwicklung auch in Zukunft gelingen werde, denn: Bewegung sei Leben.