

Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 – die FachexpertIn für Kinaesthetics

Anlässlich aktuell beendeter Stufe-1-Ausbildungen beschreibt Axel Enke Struktur und Auswirkungen dieser Ausbildung. Er hat Aussagen von TeilnehmerInnen erfasst und liefert damit ein nachvollziehbares Bild über die Bedeutung und Wirkung der Ausbildung.

Die Struktur der Ausbildung. Die Ausbildung der Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 ist aufgeteilt in 5 Präsenzphasen, insgesamt 20 Tage, und dazwischen liegenden Lernetappen in der Praxis (siehe untenstehende Abbildung).

Mit der Aufteilung in Präsenzphasen und Lernetappen wird deutlich, dass in Kinaesthetics die Lernprozesse aus der eigenen Erfahrung heraus einen großen Stellenwert haben.

20 gemeinsame Bildungstage. In den sogenannten Präsenzphasen bearbeiten die TeilnehmerInnen das Kinaesthetics-Konzeptsystem, die naturwissenschaftlichen Grundlagen von Kinaesthetics und vor allem das Rahmenelement Lernen. In diesem Rahmenelement werden die Erkenntnisse über Bewegungslernen und die methodisch-didaktischen Instrumente von Kinaesthetics systematisch bearbeitet.

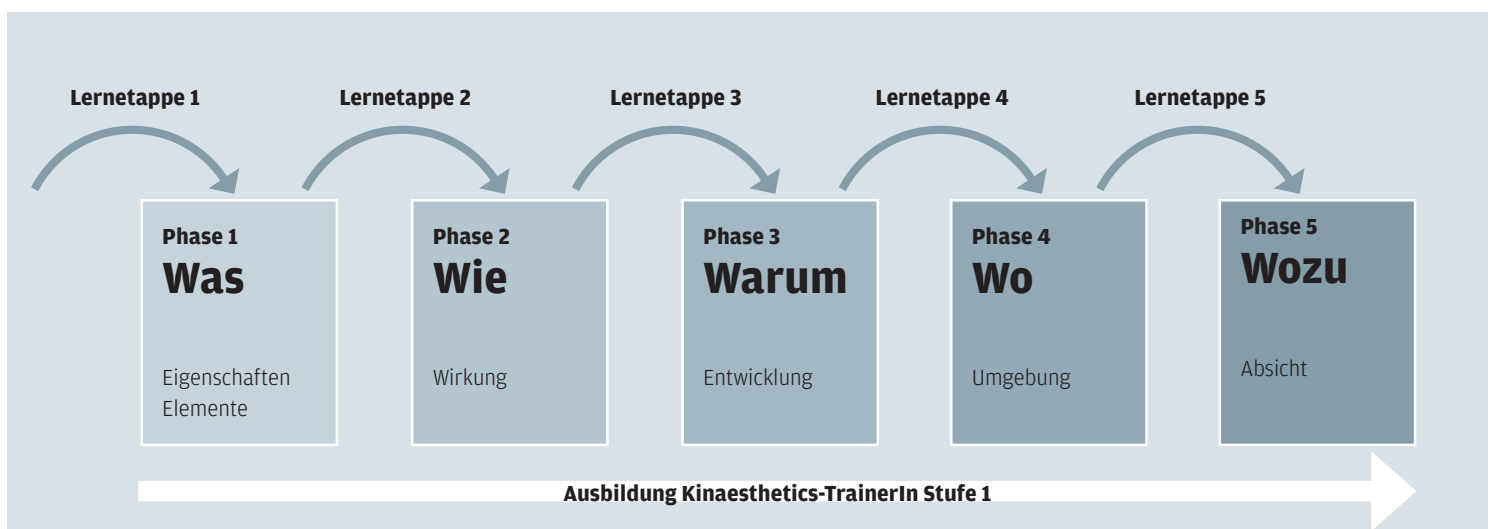
252 Stunden lernen in der Praxis. Die Lernetappen zwischen den Präsenztagen sind dem selbstgesteuerten Lernen im eigenen Praxisfeld gewidmet. Das selbstverantwortliche Lernen im Praxisalltag und das Erfahrungslernen sind in allen Kinaesthetics-Lernprozessen sehr wichtig. Die TeilnehmerInnen bearbeiten systematisch ihre eigenen Lernthemen. In verschiedenen spezifischen Aufgaben beschäftigen sie sich intensiv aus verschiedenen curricularen Blickwinkeln mit den Grundlagen der

menschlichen Bewegung und der menschlichen Aktivitäten. Zusätzlich bilden sie Lerngruppen, in welchen diverse Projekte bearbeitet werden.

Das Ziel der Ausbildung. Die formalen Ziele dieser Ausbildung sind auf die Funktion der FachexpertInnen für Kinaesthetics zugeschnitten. Die AbsolventInnen sollen in die Lage versetzt werden, die Etablierung von Kinaesthetics im Berufsalltag aktiv und gezielt zu unterstützen. Konkret bereiten sie sich auf folgende Aufgaben vor:

- ▶ die Praxisbegleitung von BerufskollegInnen während Grund- und Aufbaukursen
- ▶ die Moderation von Fallbesprechungen
- ▶ die Moderation von Arbeitsgruppen und Workshops
- ▶ die Erhöhung und Verbreiterung der eigenen Bewegungskompetenz als Quelle für das eigene Tun.
- ▶ Unterstützung der Kinaesthetics-Peer-TutorInnen in der eigenen Einrichtung

Der Lernprozess zeigt Wirkung. Wir wissen heute, dass die anspruchsvollen Ausbildungsziele der AB S1 das nötige Maß an Zeit und Raum benötigen. Die Erfahrungen der letzten Jahre zeigen, dass das erfahrungsbezogene Studium der Wissenschaft über funktionale Bewegungen eine essenzielle Basis ist, um die Tätigkeit als Fachexperte für Kinaesthetics kompetent durchführen zu können.



Die Wirkung des einjährigen Lernprozesses auf die Stufe-1-TrainerInnen lässt sich anhand der folgenden Zitate aus Erfahrungsberichten der TrainerInnenausbildung Stufe 1 darstellen:

„Durch die Weiterbildung zur Trainerin Stufe 1 habe ich mehr Sicherheit in der Leitung und Organisation von Arbeitsgruppen und Fallbesprechungen bekommen. Es ist für mich ein realistisches Ziel, bedingt auch durch die Akzeptanz der Pflegedienstleitung, Fallbesprechungen in regelmäßigen Abständen zu gestalten und die mit der Situation betroffenen MitarbeiterInnen zu motivieren und verschiedene Möglichkeiten der Bewegung auszuprobieren, einfach zu experimentieren.“

„Das für mich bedeutendste Fazit aus der ganzen ‚Theorie‘ bzw. das, was in der Dynamik der Ausbildungszeit und sicher auch der Ausbildungsgruppe und -rahmenbedingungen entstanden ist, ist die Veränderung in meiner Einstellung/Haltung zum anderen, zum Gegenüber, zum „Du“, dass mich ergänzt und (frei nach Martin Buber) zum „Wir“ werden lässt. (Aufeinander zugehen, zueinander finden ... das ist bewegend und birgt kommunikatives Entwicklungspotenzial.)“

„Mittlerweile hat sich mein Verhältnis zu PatientInnen grundlegend geändert. Ich frage viel genauer nach, lasse mir mehr Zeit und komme in immer

Die Ausbildung der Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 dauert ein Jahr und umfasst insgesamt 496 Unterrichtseinheiten bzw. 372 Ausbildungsstunden. Sie ist aufgeteilt in 5 Präsenzphasen (insgesamt 20 Tage) und die dazwischen liegenden Lernetappen in der Praxis.

Der Unterschied zwischen Peer-Tutoring und Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1

Oft wird die Frage gestellt, was denn der Unterschied zwischen Kinaesthetics-Peer-Tutoren und Kinaesthetics-TrainerInnen Stufe 1 die FachexpertIn für Kinaesthetics ist.

Peer Tutoring. Die 5- bis 8-tägige Weiterbildung zum Kinaesthetics-Peer-Tutor befähigt die TeilnehmerInnen, Lernprozesse von BerufskollegInnen im eigenen Team zu unterstützen. Peer TutorInnen verfügen über einen Kompetenzvorsprung gegenüber ihren KollegInnen. Sie unterstützen die BerufskollegInnen nach Grund- oder Aufbaukursen. Sie sind ausgesprochen hilfreich, um das Thema auf der Station/Abteilung „wach“ zu halten. Die Kinaesthetics-Peer-Tutoren arbeiten immer mit einem Kinaesthetics-Trainer zusammen.

Die Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1. Die Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 oder auch FachexpertIn für Kinaesthetics hat ein tiefgehendes Verständnis über die Funktionsweise des menschlichen Körpers entwickelt. Dadurch spielt sie in einer Organisation eine wesentliche Rolle bei der Etablierung von Kinaesthetics. Sie unterstützt Lernprozesse in einer ganzen Institution. In vielen Betrieben ist sie auch die Ansprechperson für die Peer-TutorInnen.

intensiveren Kontakt mit den PatientInnen. So entwickelt sich rasch ein vertrauensvolles Verhältnis, was viele Bewegungen erst möglich macht. Für mich bedeutet das aber auch, dass ich lernen muss, mit dieser neuen Nähe umzugehen.“

Diese Veränderung geht häufig mit sehr grundsätzlichen Erweiterungen der eigenen Persönlichkeit einher, was die TeilnehmerInnen immer wieder positiv rückmelden.

Ursächlich kann dafür der Mix aus häufig wiederholter Eigenerfahrung, der intensiven Arbeit in Lerngruppen und der häufige Perspektivenwechsel angeführt werden. Weitere Aspekte sind: Die Themen der Ausbildung gehören zum wirklichen Leben; und zwar dienstlich wie privat. Diese Verknüpfung fördert die Intensität des Lernens und der sich daraus ergebenden Einsichten: So schreibt zum Beispiel eine andere Teilnehmerin:

„Seit meiner Kinaesthetics-Ausbildung weiß ich, dass immer noch was geht‘ und es keine aussichtslosen Pflegesituationen gibt. Es sind kleine oder manchmal kleinste Schritte, die viel bewegen.“

Es ist immer wieder berührend zu beobachten, welch enorme persönliche Wachstumsschritte die TeilnehmerInnen – unabhängig vom Alter – bewältigen. Die positive Lernatmosphäre führt dazu, dass die TeilnehmerInnen sich dem lebenslangen Lernen grundsätzlich positiv zuwenden. Dazu schreibt z. B. eine Teilnehmerin in der Evaluierung:

Lebensqualität die Zeitschrift für Kinaesthetics

Ein Kooperationsprodukt von:
Kinaesthetics Deutschland, Kinaesthetics Italien, Kinaesthetics Österreich, Kinaesthetics Schweiz,
European Kinaesthetics Association, Stiftung Lebensqualität.

Herausgeber: Stiftung Lebensqualität, Nordring 20, CH-8854 Siebnen.

www.zeitschriftlq.com www.kinaesthetics.net



Kinaesthetics

In der Ausbildung zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 findet eine tiefe Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung und anatomischen Grundlagen statt.



Der Autor:

Axel Enke ist Kinaesthetics-Trainer und Ausbilder. Zudem ist er als selbständigerwerbender Organisationsberater, Coach und Supervisor tätig.



„Der in der Kinaesthetics-Ausbildungszeit erworbene Mut, das durch positive Lern- und Praxiserfahrungen aufgebaute Selbstvertrauen und die erworbene Fachkompetenz, neue Bewegungsmöglichkeiten zu erahnen, zu erproben, zu begleiten, weiter zu entwickeln und zu vermitteln, möge allen AusbildungskollegInnen erhalten bleiben und sich zunehmend erweitern.“

Und eine weitere Teilnehmerin schreibt zur Frage, was der größte Lerngewinn war:

„Dass ich Lernumgebung bin, und das jeden Tag.“

„Durch Kinaesthetics lernte ich die eigenen Bewegungen und die meiner Mitmenschen zu analysieren und bewusst zu machen. Weil ich mich mit meiner eigenen Bewegung auseinandersetzte, nahm mein Bewegungsgefühl und meine Bewegungskompetenz zu. Wo ich früher sofort kapituliert und aufgegeben hätte, teste ich heute zahlreiche Bewegungsversuche als mögliche Lösungswege.“

„Ich freue mich, dass wir alle viel gelernt haben, aber wir sind noch nicht fertig, und wir werden noch viel Neues entdecken und lernen.“

Ergänzt werden diese persönlichen Lernerfolge durch philosophische Einsichten, die in der konkreten Arbeit mit PatientInnen und BewohnerInnen sehr reale Auswirkungen haben. So schreibt zum Beispiel eine Teilnehmerin:

„In meiner Ausbildung wurde mir bewusst, dass wir unterschiedliche Wahrnehmungen haben und jeder von uns seine eigene Wahrheit in sich trägt.“

Einen weiteren wichtigen Aspekt beschreibt eine Teilnehmerin so:

„Die Achtsamkeit auf mich und mein Tun nehme ich viel bewusster wahr und ist für mich ein wichtiger Lerngewinn.“

All diese und andere positive Lerneffekte sind nur möglich, weil die TeilnehmerInnen ausreichend Zeit und Raum zur Verfügung hatten, ihren Lernweg zu gehen. Die Dauer von 20 Kurstagen erscheint daher angemessen und sogar notwendig, was von nahezu allen TeilnehmerInnen bestätigt wird. Dies insbesondere auch deshalb, weil es sich eben nicht um das Erlernen von „einfachen Griff-techniken“ handelt, sondern um Verhaltensänderungen, die mit sehr grundsätzlichen Auseinandersetzungen einhergehen.

Spiralförmig strukturierte Kinaesthetics-Ausbildungsstadien vom Grundkurs über TrainerInnen zu AusbilderInnen.



Die nächsten Ausbildungen zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1

Anbieter/Ort	Datum	Leitung
Kinaesthetics Deutschland		
AB S1 Gelnhausen 09	20.04.2009 - 16.04.2010	Rosmarie Suter/Sabine Siemann
AB S1 Stuttgart 09	05.10.2009 - 02.12.2010	Axel Enke/Lutz Zierbeck
AB S1 Mönchengladbach 10	15.03.2010 - 07.03.2011	Rosmarie Suter/Martin Burka
AB S1 Bad Kreuznach 10	04.10.2010 - 28.01.2012	Axel Enke/Brigitte Marty
AB S1 Berlin 10	08.11.2010 - 02.12.2011	Stefan Knobel/Claudia Volkmann
Kinaesthetics Italien		
AB S1 Brixen / Bressanone 09	04.05.2009 - 22.04.2010	Stefan Knobel/Beate Scheidegger
Kinaesthetics Österreich		
AB S1 Wien 09	27.04.2009 - 30.04.2010	Norbert Feldmann/Stefan Knobel
AB S1 Linz 10	22.02.2010 - 23.02.2011	Christine Grasberger/Barbara Brugger
Kinaesthetics Schweiz		
AB S1 Siebnen B09	09.11.2009 - 26.11.2009	Rosmarie Suter/Regina Spielberg
AB S1 Siebnen A10	17.05.2010 - 29.06.2011	Rosmarie Suter/Erich Weidmann
AB S1 Siebnen B10	01.11.2010 - 02.11.2011	Marcel Schlecht/Sabine Siemann