

unten: Kurs-Initiator und Kinaesthetics-Trainer Stufe 3, Paul Berger, rechts: Die praxiserprobten TeilnehmerInnen halten ihre Erkenntnisse aus den Bewegungserfahrungen schriftlich fest.



Kinaesthetics  
Italia

# Kompetenz durch Hausverstand

**Auch in Italien starteten die ersten Grundkurse für pflegende Angehörige zusammen mit dem KVW (Katholischer Verband der Werk tätigen). "lebensqualität" sprach mit Paul Berger, einem der beiden italienischen Pioniere auf diesem Gebiet.**

**lebensqualität:** Sie haben den ersten Kinaesthetics-Grundkurs für pflegende Angehörige in Südtirol gestartet.

**Paul Berger:** Nicht nur gestartet: Der erste Grundkurs ist bereits abgeschlossen. Ich habe ihn zusammen mit Jakob Reichegger gestaltet. Erfreulicherweise läuft bereits der zweite Kurs.

**lebensqualität:** Wie sind Ihre Erfahrungen?

**Berger:** Die Arbeit mit pflegenden Angehörigen ist für uns nicht grundsätzlich neu. Jakob und ich sind schon seit 20 Jahren mit dieser Zielgruppe im Kontakt. Anfänglich waren wir gespannt, was passiert, wenn wir nun mit diesen Leuten einen kompletten Grundkurs gestalten. Unsere Erfahrung mit Grundkursen kommt bis jetzt nur aus dem professionellen Bereich. Und siehe da: Die Leute können ebenso gut mit den Kinaesthetics-Instrumenten arbeiten wie die professionellen Pflegenden!

**lebensqualität:** Man könnte sich ja die Frage stellen, warum pflegende Angehörige überhaupt einen Grundkurs brauchen?

**Berger:** Diese Frage stellten wir TrainerInnen uns auch! Ich absolviere meine Weiterbildung für die Grundkurse für pflegende Angehörige in Stuttgart – zusammen mit deutschen KollegInnen. Kinaesthetics Deutschland ist da schon viel weiter: Dort besuchten bereits über 2.000 pflegende Angehörige einen Kinaesthetics-Grundkurs. Die KollegInnen in Deutschland bestätigen das, was auch wir in unserem ersten Kurs erfahren haben: Die pflegende Angehörigen haben mit Hausverstand ihre Pflegekompetenz erworben, wissen also über die grundlegenden Dinge

Bescheid. Allerdings schätzen die pflegenden Familienmitglieder einerseits den Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen; andererseits beschreiben sie, dass ihnen die Bewegungserfahrung, der Blick auf die eigene Bewegung und die Kinaesthetics-Konzepte helfen, die oft über Jahre entstandenen Muster zu überdenken und zu verändern.

**lebensqualität:** Welche Resultate hat der Grundkurs gebracht?

**Berger:** Wir haben beobachtet, dass die TeilnehmerInnen sehr schnell eine hohe Bewegungskompetenz entwickelt haben. Sie haben begonnen, sich selbst zu hinterfragen – und das verändert dann die Arbeit, aber auch die Beziehung in der Familie. Die körperliche Belastung wird sofort geringer.

Die meisten TeilnehmerInnen waren ältere Menschen. Da war zum Beispiel ein betagter Vater mit seiner Tochter, die ihn pflegt. Es war spannend zu beobachten, wie sie zusammen gearbeitet haben. Eine lustige Begebenheit war es, als die beiden sich am Schluss der Lernphase das Zertifikat überreicht haben. Das war herrlich zu sehen, wie der Vater stolz der Tochter das Zertifikat übergeben hat. Er hat es genossen, ihr in aller Öffentlichkeit für all das zu danken, was sie für ihn getan hat.

**lebensqualität:** Werden Sie diese Arbeit weiterführen?

**Berger:** Ja! Die Arbeit mit Angehörigen von alten Menschen und von Menschen mit einer Behinderung wird mein Schwerpunkt sein.

**lebensqualität:** Herr Berger, wir danken Ihnen für dieses Gespräch!