

Von pflegenden Angehörigen lernen

Am 11. August 2014 wurde der Film „Bewegungskompetenz entwickeln“ uraufgeführt. Ungefähr 70 Personen versammelten sich, um gemeinsam diesen Film anzuschauen und über seine Inhalte zu sprechen. Das Besondere an dieser Veranstaltung war, dass pflegende Angehörige ihre Kompetenzen Pflegefachkräften darlegten.

Die Entstehung des Films. Die Selbsthilfegruppe Heredo-Ataxie veranstaltet seit vielen Jahren Grund- und Aufbaukurse des Programms „Kinaesthetics Pflegende Angehörige“ für ihre Mitglieder. Pflegende Angehörige und Betroffene treffen sich an einem Urlaubsort und verbringen eine Woche miteinander. Sie nehmen jeweils für einen halben Tag an einem Kinaesthetics-Grund- oder Aufbaukurs teil. Der andere Teil des Tages steht für Ausflüge und freie Zeit zur Verfügung. Die Erfahrungen aus diesen Kursen führen zu unzähligen Entdeckungen, die den Alltag betreffen. Das Interesse an den Fragen, was sich verändert und welche Kompetenzen pflegende Angehörige entwickeln, hatte zur Folge, dass Kinaesthetics Deutschland ein Filmteam an eine solche Woche sandte.

Im Sommer 2013 wurden die Lernprozesse beobachtet und Interviews mit den TeilnehmerInnen und den Kinaesthetics-TrainerInnen durchgeführt. Die zentralen Aussagen wurden in diesem Film zusammengefasst.

Ein Film, der Mut macht. „Es trifft einen, und dann musst du funktionieren.“ Mit dieser Aussage nimmt die Selbsthilfegruppe die ZuschauerInnen mit auf den Weg ihres Lernprozesses. Mitglieder der Gruppe sprechen im Film darüber, wie sie durch die Kurse ihre Angehörigen mit anderen Augen wahrnehmen können. „Selbst derjenige, der jetzt vielleicht alle Handicaps vereint, hat noch Ressourcen“, ist eine Kernaussage.

Die in den Kursen gemachten Erfahrungen führen zu neuen Erkenntnissen: „Ich überfordere meinen Angehörigen manchmal. Ich bin einfach schneller und muss damit fertig werden, dass er die Bewegungen langsamer macht.“ Ein Mitglied der Selbsthilfegruppe beschreibt es folgendermaßen: „Es ist das Ziel, sich an der jeweiligen Situation zu orientieren.“ Oft wird auch angemerkt, wie sich die Beziehung zueinander positiv verändert.

Auch die betroffenen Menschen kommen zu Wort und erläutern, wie Kinaesthetics sie darin unterstützt, aktiv zu bleiben und trotz der Erkrankung nicht aufzugeben.

Dieser Film macht Mut, die jeweilige Lebenssituation zu meistern, und zeigt auf, dass pflegende Angehörige sich zu Fachleuten für ihre Situation entwickeln können. Wie das durch gezielte Lernbegleitung geschehen kann, beschreiben zwischendurch die Kinaesthetics-Trainerinnen Dagmar Jordan und Christine Sturm.

Die Auswertung. Nach einem kleinen Buffet berichteten die pflegenden Angehörigen den Gästen von ihren Erfahrungen und davon, wie sich mit dem Kinaesthetics-Know-how ihr Grundverständnis und ihre Herangehensweise verändert haben. Ebenso beantworteten sie die Fragen der teilnehmenden Pflegefachkräfte.

Dieser Prozess wurde von allen Anwesenden als überaus wertvoll angesehen. Es wurde deutlich, dass die pflegenden und pflegebedürftigen Angehörigen ExpertInnen für ihre Situation geworden sind und auch professionelle Pflegende von ihrem Wissen profitieren können.



Der Film ist online auf www.youtube.com/KinaestheticsEurope zu sehen und kann als DVD unter www.kinaesthetics.de/shop.cfm bestellt werden.

Weiterführende Informationen unter www.wir-pflegen-zuhause.de



Sich entlasten und wirksam helfen

Tanja Segmüller schildert im Interview mit Maren Asmussen ihre Eindrücke der Premiere des Films „Bewegungskompetenz entwickeln“.

Maren Asmussen: Frau Segmüller, Sie nahmen an der Film Premiere teil.

Tanja Segmüller: Richtig, ich war bei dieser spannenden Veranstaltung. Mitglieder der Selbsthilfegruppe Heredo-Ataxie berichteten dort, wie sie gemeinsam mit Kinaesthetics-Trainerinnen gelernt haben, sich zu bewegen, und zwar pflegende Angehörige wie auch pflegebedürftige Menschen.

Asmussen: Was war für Sie spannend?

Segmüller: Mich hat beeindruckt, dass die pflegenden Angehörigen durch Kinaesthetics gelernt haben, besser auf sich selbst zu achten. Das heißt, mit ihrem eigenen Körper achtsamer umzugehen und dadurch auch mit den Pflegebedürftigen besser umgehen zu können. Mich hat vor allem die Aussage eines älteren Herrn überzeugt: Er hatte immer so fest „zugepackt“, wenn er nachts, begleitet von seiner Gattin, auf die Toilette musste, und durch das Kinaesthetics-Programm lernte er, wie er sicherer gehen kann. So belastet er seine Frau nicht mehr.

Asmussen: Die pflegenden Angehörigen und die Betroffenen haben mit den Kinaesthetics-Konzepten jahrelang Erfahrungen gesammelt. Jetzt stellen sie ihr Wissen professionellen Pflegekräften und anderen interessierten Menschen zur Verfügung.

Segmüller: Genau. Das wurde durch den Film und an der Premiere sehr deutlich. Dadurch wird klar, wie wichtig es ist, dass sie sich über eine längere Zeit hinweg mit ihrer eigenen Bewegung und dem Handling beschäftigen. Diese langfristige immer wiederkehrende Kinaesthetics-Begleitung hat mir sehr gut gefallen.

Asmussen: Was haben Sie an der Premiere von den pflegenden Angehörigen mitgenommen?

Segmüller: Ich persönlich habe für mich mitgenommen, dass wir Kinaesthetics pflegenden Angehörigen in viel höherem Maß bekannt machen müssen. In meinen Projekten habe ich jetzt direkt angestoßen, dass Kinaesthetics-TrainerInnen vor Ort auch Kontakt zu „unseren“ pflegenden Angehörigen bekommen. So können sich letztere fortbilden und etwas für sich im Bereich der Bewegung tun.

Asmussen: Das ist eine wichtige Vernetzungsmöglichkeit.

Segmüller: Die pflegenden Angehörigen des Films sind in ihrer Bewegung sehr kompetent. Das muss in Zukunft mehr Beachtung finden, damit gerade die körperliche Belastung zuhause beim Helfen, z. B. beim Aufstehen oder Duschen, reduziert wird. Es handelt sich hier um einen fundamentalen Aspekt. Ich glaube, dass pflegende Angehörige durch Kinaesthetics lernen können, wie sie es sich leichter machen und mehr auf sich achten können.

Asmussen: Ich bin der festen Überzeugung, dass sich dann auch die Beziehung zwischen ihnen und dem pflegebedürftigen Menschen entspannen kann.

Segmüller: Ja, man hat im Film sehr deutlich gesehen, dass der Umgang der Lebenspartner miteinander durch dieses gemeinsame Lernen und den gemeinsamen Kurs wesentlich besser wurde. Natürlich ist die Krankheit oder Beeinträchtigung eine Herausforderung für jede Beziehung, aber man sieht, dass pflegende und pflegebedürftige Angehörige durch Kinaesthetics wirklich weit entspannter und besser miteinander umzugehen gelernt haben.

Tanja Segmüller ist Krankenschwester und Pflegewissenschaftlerin und arbeitet an der Universität Witten/Herdecke als wissenschaftliche Mitarbeiterin und Doktorandin. Sie engagiert sich in Projekten für pflegende Angehörige.



Im Gespräch

Mobilitätsförderung im Fokus

Antriani Steenebrügge hat die Fachtagung 2014 „Mobilitätsförderung aktuell“ besucht und berichtet im Interview mit **Maren Asmussen** darüber.

Die Universität Witten/Herdecke und der Deutsche Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK) haben gemeinsam eine Fachtagung zur Mobilitätsförderung veranstaltet. Kinaesthetics Deutschland war dort mit einem Informationsstand vertreten. Die Kinaesthetics-TrainerInnen Stefan Giannis und Anja Boysen konnten den 200 interessierten BesucherInnen darlegen, wie mit Kinaesthetics die Mobilität gezielt gefördert werden kann und welches Bildungsangebot Kinaesthetics-TrainerInnen zum neuen Expertenstandard „Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege“ machen können.

Maren Asmussen: Welches Interesse an Kinaesthetics konntest du beobachten?

Antriani Steenebrügge: Ich habe wahrgenommen, dass unser Messestand sehr interessiert aufgenommen wurde. Es ging auf der Tagung in erster Linie um die Inhalte und die Umsetzung des neuen nationalen Expertenstandards „Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege“. Interessant war, dass wir die einzigen waren, die zur Einführung und Umsetzung einen gezielten Vorschlag entwickelt hatten. Kinaesthetics wurde als bedeutendes Angebot von mehreren ReferentInnen erwähnt. So wies Frau Prof. Bienstein in ihrer Einführung auf den Informationsstand von Kinaesthetics hin und

Frau Dr. Zegelin verdeutlichte in ihrem Vortrag „Mobilitätsförderung und Edukation“, dass Kinaesthetics für die Unterstützung der Mobilität eine wichtige Rolle spielt. Sie berichtete insbesondere von den Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige durch das Programm „Kinaesthetics Pflegende Angehörige“.

Asmussen: Wurde in Vorträgen auf die Kinaesthetics-Kompetenz verwiesen?

Steenebrügge: Frau Bartozek stellte in ihrem Vortrag „Aktuelle Erkenntnisse aus der Pflegeforschung zur Kontrakturenprophylaxe“ u. a. die Bedeutung von mobilitätsfördernden Konzepten wie z. B. Kinaesthetics dar. Aus heutiger Sicht seien die pflegerischen Interventionen zur Kontrakturenprophylaxe dem Bereich der „Mobilisationsangebote“ zuzuordnen und bedürften daher keines eigenständigen Expertenstandards. In allen Vorträgen wurde die Bedeutung mobilitätsfördernder Konzepte als Bestandteil der Pflegekonzeption für stationäre und ambulante Einrichtungen betont.

Asmussen: Gab es dazu Diskussionspunkte?

Steenebrügge: In der anschließenden Plenumsdiskussion kam die Frage auf, weshalb keine Studien zu Kinaesthetics in den Expertenstandard mit eingeflossen sind. Es wurde erläutert, dass der Literaturanalyse nur Studien mit einem bestimmten Suchausschnitt zugrunde liegen. Die Analyse zum Expertenstandard enthält ausschließlich Studien, die sich mit dem Ziel der Erhaltung und Förderung der Mobilität beschäftigen. Es geht hier also nicht um die Studien, die sich mit der Frage nach Rückenbelastung, der Förderung von Eigenbewegung oder Stärkung von Lebensqualität beschäftigen. Dennoch können die ausgeschlossenen Studien somit eine große pflegerische Bedeutung haben, weil sie in Bezug auf andere gesundheitliche Aspekte wichtig sind, auch wenn sie sich nicht mit Mobilität als Ziel auseinandersetzen. Da teilt Kinaesthetics das Schicksal mit anderen edukativen Konzepten, die so komplex und interaktionsreich sind, dass es aufgrund dieser Komplexität schwierig ist, sie zu beforschen.

Antriani Steenebrügge ist Kinaesthetics-Trainerin und 1. Vorsitzende des Kinaesthetics Vereins Deutschland e.V. Sie ist im Katholischen Klinikum Bochum zuständig für die Qualitätsentwicklung mit Kinaesthetics.

