

Wie merke ich die Wirkung von dem, was ich tue?

Autor: Stefan Giannis

Im Rahmen eines Projektes zur Entwicklung eines spezifischen Kinaesthetics-Bildungsangebotes zum Expertenstandard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» wurden in der Explorationsphase erfahrene Kinaesthetics-TrainerInnen interviewt. Im Folgenden werden erste Ergebnisse und deren Bedeutung für die Beziehungsgestaltung exemplarisch dargestellt.

Beziehungsgestaltung mit Kinästhetik-Kompetenzen.

Eine zentrale Grundlage der Kinästhetik stellt die Kybernetik dar: «Die Kybernetik versteht den Menschen als ein sich selbst regulierendes Bewegungssystem.» (EKA 2019, S. 43) Vor diesem Hintergrund interessiert sich die Kinästhetik für den Zusammenhang der Entwicklung der Bewegungskompetenz und ihrer Bedeutung in den einzelnen Lebensphasen eines Menschen. Kinaesthetics-TrainerInnen berichten seit vielen Jahren darüber, wie sie Menschen mit Demenz in ihrer individuellen Situation so begleiten, dass Selbstwirksamkeit und Lebensqualität trotz fortschreitender Demenz erhalten bleiben können.

Um die Erfahrung innerhalb des Kinaesthetics-Netzwerks zum Thema systematisch zu sammeln und zu strukturieren, berief Kinaesthetics Deutsch-

land eine Projektgruppe ein mit dem Ziel, Bildungsangebote für Kinaesthetics-TrainerInnen zu entwickeln, die die Bedeutung der Bewegungskompetenz für die Umsetzung des Expertenstandards «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» thematisieren.

Experteninterview: Methode qualitativer Sozialforschung. In der Vorbereitungsphase zum Start dieses Entwicklungsprojektes wurden vier ExpertInnen-Interviews durchgeführt. Ein ExpertInnen-Interview findet unter anderem dann seine Berechtigung, wenn man es mit ExpertInnen zu tun hat, die «als «Kristallisationspunkte» praktischen Insiderwissens betrachtet und stellvertretend für eine Vielzahl von Akteuren interviewt werden» (Bogner; Menz 2002, S. 7).

Expertise der befragten Kinaesthetics-TrainerInnen.

Die befragten Kinaesthetics-TrainerInnen besitzen zwischen 20 bis 45 Jahren Berufserfahrung in verschiedenen Bereichen der Pflege und zwischen 9 und 24 Jahren Erfahrung als Kinaesthetics-TrainerInnen. Sie waren zudem in der direkten Praxisbegleitung von Pflegepersonen wie auch in häuslichen Schulungen von pflegenden Angehörigen aktiv oder sind es noch immer. Dort begegnen sie oft Menschen mit Demenz in komplexen pflegerischen Situationen. In Pflegeeinrichtungen werden sie als SpezialistInnen gerufen, wenn Pflegeteams die Situationen als herausfordernd erleben. Sie begleiten Pflegepersonen in komplexen pflegerischen Interaktionen, analysieren mit ihnen die gemeinsamen Handlungen, reflektieren diese mit Blickwinkeln des Kinaesthetics-Konzeptsystems und versuchen zu verstehen, was die Pflegenden und der Mensch mit Demenz benötigen, um sich verstanden zu fühlen.

Die große Berufserfahrung in der Pflege sowie jahrelange Erfahrung als Kinaesthetics-TrainerInnen in Schulungen und Praxisbegleitungen in Organisationen und Familien begründen diese Expertise. Im Folgenden werden die Interviewten als Kinaesthetics-ExpertInnen bezeichnet.

Am Expertenstandard orientierte Leitfragen. Expertenstandards bilden den Pflegeprozess ab, der ebenfalls dem Prinzip der Zirkularität folgt. Die Ebenen des Expertenstandards «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» dienen als Leitfaden für das Interview. Es ging demnach um die Themen:

- ① Phase des Kennenlernens
- ② Einschätzen der Situation
- ③ Gemeinsames Lernen in Pflegesituationen

- ⊗ Evaluation
- ⊗ Bedeutung der Kinästhetik

Zur Darstellung exemplarischer Ergebnisse wurden Interviews aufgenommen, transkribiert und mit Methoden der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2000a) ausgewertet.

⊗ **Phase des Kennenlernens.** Die Situationen, in denen die Kinaesthetics-ExpertInnen gerufen werden, stellen für die Pflegenden und die Menschen mit Demenz Grenzsituationen dar.

«Ich werde eigentlich nur zu Menschen dazu gerufen, wo ... etwas schwierig ist, sie zu mobilisieren oder sie zu unterstützen.» (Interview d)

Es handelt sich um alltägliche Situationen, wie etwa die Begleitung beim «Umsetzen auf einen Stuhl». Die TrainerInnen beobachten Interaktionen, die geprägt sind von Verunsicherung und Missverständnissen zwischen der Pflegeperson und dem Menschen mit Demenz. Nicht selten lösen Pflegendes das Problem dann mithilfe einer zweiten Pflegeperson, um zum Beispiel eine Fortbewegungsaktivität über Heben und Tragen durchzuführen.

⊗ **Einschätzen der Situation.** Die Kinaesthetics-ExpertInnen begleiten die pflegerischen Situationen in der Rolle teilnehmender BeobachterInnen. Zwar werden sie vor der Situation von den Pflegenden über die Diagnosen und erlebten Problematiken informiert, die entscheidende Informationsquelle stellt jedoch die Beobachtung der Situation im Hier und Jetzt dar.

Die Kinaesthetics-ExpertInnen versuchen Schlüssel-situationen zu identifizieren, die für das «Nichtverstehen» typisch erscheinen.

«... und dann ging es los, dass der Pfleger damit begonnen hat, die Beine schon mal rauszunehmen und ich alle Verhaltensphänomene gesehen habe, die er mir vorher berichtet hat. Sie wehrt sich dagegen, sie beginnt zu schreien und macht nicht mehr mit.» (Interview b)

⊗ **Gemeinsames Lernen in Pflegesituationen.** Kinaesthetics-ExpertInnen verstehen sich selbst in diesen Situationen als Lernende und nicht als ProblemlöserInnen. Sie nutzen ihr differenziertes Verständnis der Bewegungskompetenz, indem sie sich selbst als Quelle des Verstehens beziehungsweise des Nichtverstehens sehen. In den Pflegesituationen sind sie damit beschäftigt, ihre eigene Körperspannung besonders

aufmerksam zu beobachten, während sie Pflegenden in der Situation begleiten.

«Ich habe gelernt, dass meine eigene Anstrengung immer das Maß dafür ist, ob es passt oder nicht ... Da geht man rein in ein Zimmer und merkt, dass die Spannung steigt. Nicht nur bei mir, sondern auch bei dem, der im Zimmer ist. Weil die Frau, bei der wir waren, alles verweigert hat. Wir haben dann gesagt, dass wir eine halbe Stunde warten und es dann erneut versuchen.» (Interview a)

Ablehnung respektieren. In den Interviews berichten die Kinaesthetics-ExpertInnen, dass Pflegehandlungen, die von PatientInnen abgelehnt werden, die Pflegenden vor Probleme stellen. Sie fühlen sich zum einen für eine gute Pflegequalität verantwortlich. Zum anderen sorgen sie sich um die Reaktionen im Pflege-team, wenn die Tätigkeit nicht «ordnungsgemäß» durchgeführt wurde. Die Kinaesthetics-ExpertInnen unterstützen Pflegenden darin, eine Ablehnung durch den Menschen mit Demenz als eine Entscheidung der Person ernst zu nehmen und die Maßnahme zu einem späteren Zeitpunkt neu auszuhandeln.

«Die Irritation akzeptieren. Das so anzunehmen, wie es geäußert wird.» (Interview a)

⊗ **Evaluation.** Die Kinaesthetics-ExpertInnen besitzen nicht den Anspruch, die Lösungen für komplexe pflegerische Interaktionen zu kennen. Sie sind sich jedoch ihrer Analyse- und Reflexionsfähigkeit in der Situation sehr bewusst.

«Das, was ich gesehen habe, war, dass der Pfleger in der Kommunikation einfache Worte gebraucht und nach Orientierungshilfen der Sprache gesucht hat. Sein Handeln, und das wurde ziemlich schnell deutlich, bestand darin, etwas zu sagen und gleichzeitig zu tun. Meine Annahme war, dass in diesem nicht angepassten Tempo eine Möglichkeit wäre, einen anderen Zugang zu bekommen. Das haben wir dann probiert.» (Interview b)

Anhand ihrer Beobachtungen versuchen die Kinaesthetics-ExpertInnen, die Handlungen der Personen in der Situation zu verstehen. Auf der Basis dieses «Situationsverstehens» bilden sie Erklärungsmodelle.

«Ich habe eher mit wenigen Worten kleinschrittig versucht zu erklären: «So, nehmen sie mal das eine Bein





raus, dann das andere». Und ich habe schon noch mit meinen Händen begleitet, weil ich einfach wissen wollte: «Wo erfahre ich Grenzen und wo kann ich einen Richtungswechsel anbieten?» Das war mein Thema dabei. Frau X. ist dann relativ gut und selbstständig an die Bettkante gekommen.» (Interview b)

Reflektieren mit einem Blickwinkel. Für die Reflexion der Situation mit den Pflegenden nutzen die Kinaesthetics-ExpertInnen gezielt das Kinaesthetics-Konzeptsystem und die körperliche Erfahrung. Das heißt, sie versetzen sich in die Rolle der PatientIn zu und lassen sich selbst anleiten.

Im obigen Beispiel wurde das Thema der Interaktionsformen reflektiert. Die schrittweise Interaktion zeichnet sich zum Beispiel dadurch aus, dass die anleitende Person auf die Antwort (Reaktion) ihres Gegenübers wartet, die wiederum erst den nächsten Handlungsschritt begründet. Die Geschwindigkeit der anleitenden Person passt sich also der Reaktionszeit der InteraktionspartnerIn an. Menschen mit Demenz benötigen oft etwas länger, um eine Antwort zu formulieren beziehungsweise bis sie einer Aufforderung folgen.

«Wir haben über das Nachspielen probiert, was eine nachvollziehbare Reaktion ist, wenn ich spreche und es gleichzeitig tue. Wenn ich meinen Plan verfolge oder wenn ich auf eine Reaktion warte ...

Es war nicht das Thema Demenz oder die Vergesslichkeit dieser Frau im Vordergrund, sondern die Frage «Hat mein Tempo, wie ich etwas begleite, mit der Reaktion der Person zu tun?» Somit waren wir eher mit dem «Bin ich in der Lage auf die Reaktion des anderen zu warten?», also dem Thema Zeit, und «Welche Wirkung hat es, wenn es mir mehr oder weniger gelingt?» beschäftigt.» (Interview b)

In diesen Momenten, in denen Pflegende über Berührung und Bewegung interagieren, gewinnt das Thema der eigenen Muskelanspannung unmittelbar an Bedeutung. Die Kinaesthetics-ExpertInnen beobachten fortlaufend ihre Körperspannung während einer Bewegungsanleitung.

«Wenn der Gewichtsverlauf nicht klappt oder nicht passt, dann merke ich das immer an meiner eigenen, steigenden Anstrengung.» (Interview a)

Die Rückmeldung über die unterschiedlichen Qualitäten der eigenen Körperspannung nutzen die Kinaesthetics-ExpertInnen, um ihre Anleitungsgeschwin-

digkeit, die Richtung der Bewegung und die eigene Anstrengung an die Situation anzupassen.

«... die Rückmeldung, die ich in meinem Körper erfahre, auch als Werkzeug zur Analyse in mir zu benutzen und dies auch wichtig zu nehmen, um zum Beispiel Zeit, Raum und Anstrengung an die Situation anzupassen.» (Interview b)

© **Bedeutung der Kinästhetik.** Die Kinaesthetics-ExpertInnen nutzen die Kinästhetik-Konzepte, um die erlebte Situation im Hier und Jetzt zu analysieren. Sie erleben sich in der Situationsanalyse als höchst wirksam und führen dies auf ihr Verständnis des Konzeptsystems zurück.

«Das erste Konzept ist ein unschätzbar wichtiges Werkzeug. Es geht um die Qualität von Beziehungsgestaltung ... Wie komme ich in Kontakt? Finde ich eine gemeinsame Basis? Was ist mit den Bewegungselementen? Wie viel Zeit braucht jemand?» (Interview d)

Die Fähigkeit, differenziert die eigenen Spannungsveränderungen wahrzunehmen und sich in Interaktionen über Berührung und Bewegung bezogen auf die gemeinsame Absicht konstruktiv mitzubewegen, ist für die Kinaesthetics-ExpertInnen eine entscheidende TrainerInnen-Kompetenz. Sie verstehen jede Beziehungsgestaltung als eine Herausforderung. «Sich verstehen» oder «sich verstanden fühlen» sind für sie zentrale Themen. Das gemeinsame Lernen steht im Mittelpunkt ihres Interesses.

«Ich möchte es nochmal deutlich sagen, dass es für mich nicht wichtig ist, welche Diagnose jemand hat, sondern wie ich mit ihm in Beziehung trete ... Die Frage ist immer: Wie komme ich bei ihm an und merke ich die Wirkung von dem, was ich tue? Das ist für mich das Entscheidende.» (Interview a)

Beziehungsgestaltung – ein Lern- und Entwicklungsangebot. Die Kompetenz, bei der Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz kleinste Spannungsunterschiede im eigenen Körper wahrzunehmen und als Kriterium für die Qualität der Beziehung im Moment des Tuns zu deuten, basiert auf einem jahrelangen Lernprozess der Kinaesthetics-ExpertInnen. Bewegungskompetenz wird im Beziehungsgeschehen erst durch die konsequente Absicht der Kinaesthetics-ExpertInnen wirksam, eben wenn sie Interaktion als ein Lern- und Entwicklungsangebot verstehen. Die Beziehungsgestaltung selbst ist das

Thema, nicht das Durchführen einer Verrichtung. Die Kinaesthetics-ExpertInnen verstehen ihre Intervention als ein Angebot an ihr Gegenüber und rechnen gleichzeitig damit, dass dieses Angebot auch missverstanden werden kann. Erst die Reaktion des Gegenübers auf das Angebot entscheidet darüber, ob und wie es gemeinsam weitergeht.

Die Kinaesthetics-ExpertInnen besitzen eine vielseitige Deutungsfähigkeit. So können sie ein «Stopp» der BeziehungspartnerIn als einen Hinweis auf eine aktive Mitgestaltung verstehen und akzeptieren. Nun suchen sie gemeinsam mit ihr, wie es weitergehen könnte. Dabei lassen sie sich vom Potenzial des Gegenübers leiten und nicht von gestellten Diagnosen.

Haltung und Bewegungskompetenz. Die im Expertenstandard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» beschriebene «personenzentrierte Haltung» findet sich in ausgeprägtem Maße bei den Kinaesthetics-ExpertInnen. Deren ausgeprägte Kompetenz, ein personenzentriertes Interaktionsangebot über Berührung und Bewegung zu gestalten, stellt eine eigene Kompetenzebene dar, für die in der Kinästhetik der Begriff Bewegungskompetenz geprägt wurde.

«... Pflegepersonen benötigen Wissen über die theoretischen Grundlagen von Kinaesthetics, zum Beispiel wie die Bewegungselemente Zeit, Raum und Anstrengung miteinander in Verbindung stehen. Sie benötigen Fertigkeiten (Skills) bezüglich der Interaktion, der Bewegungsunterstützung der pflegebedürftigen Person, der eigenen Bewegung und der Umgebungsgestaltung, also ein Verständnis dafür, die Umgebung so zu gestalten, dass die Eigenbewegung der pflegebedürftigen Person gefördert wird. Zudem benötigen Pflegepersonen eine entsprechende Haltung, die (...) den Lern- und Entwicklungsprozess eines jeden Menschen anerkennt.» (Gattinger 2018, S. 12)

Die von Gattinger (2017) entwickelten Instrumente zur Evaluation der Kinästhetik-Kompetenz werden zukünftig dabei helfen, besser zu verstehen, wie diese Kompetenz stetig weiterentwickelt werden kann.

Interessante Perspektiven. Für die Entwicklung von Bildungsangeboten eröffnen die Aussagen der Kinaesthetics-ExpertInnen mit Blick auf den Expertenstandard interessante Perspektiven. Zum einem für das Kinaesthetics-Netzwerk selbst. Für die Fort- und Weiterbildung der Kinaesthetics-TrainerInnen der Stufen 1 bis 3 stellt die vertiefte Auseinandersetzung mit den Kriterienebenen des Expertenstandards eine Voraussetzung dar, Pflegeeinrichtungen bei der Implemen-

tierung der Inhalte kompetent und praxisorientiert zu unterstützen.

Für beruflich Pflegende bietet die Verknüpfung von pflegewissenschaftlichen Inhalten zum Thema Demenz mit der Entwicklung der eigenen Bewegungskompetenz eine Erweiterung ihrer pflegerischen Handlungskompetenzen.

Mit der Kinästhetik gewinnt die Frage nach den Lern- und Entwicklungspotenzialen von Menschen mit Demenz mehr an Bedeutung. Die Beschreibungen der Kinaesthetics-ExpertInnen ermutigen zur Entwicklung eines Kinaesthetics-Bildungsangebotes zur Auseinandersetzung mit dem Expertenstandard. Die im Expertenstandard beschriebene Zielsetzung der Angebote zur Beziehungsgestaltung, «das Gefühl, gehört, verstanden und angenommen zu werden», passt sehr gut zu der Haltung, die in der Kinästhetik relevant ist. Das Gefühl, «mit anderen Personen verbunden zu sein», entsteht in der Pflege eben auch über Aktivitäten, in denen Pflegende ihren Körper zur Beziehungsgestaltung kompetent einsetzen (vgl. DNQP 2018, S. 31). ●



Stefan Giannis ist Kinaesthetics-Trainer Stufe 3. Als Pflegewissenschaftler im Katholischen Klinikum Bochum begleitet er Pflegeteams bei der Einführung von Expertenstandards.



- > **Bogner, Alexander; Menz, Wolfgang (2002):** Expertenwissen und Forschungspraxis: die modernisierungstheoretische und die methodische Debatte um die Experten. Zur Einführung in ein unübersichtliches Problemfeld. In: Bogner, Alexander; Littig, Beate; Menz, Beate (Hg.): Das Experteninterview. Theorie, Methode, Anwendung. Wiesbaden: Springer Fachmedien. ISBN 978-3-8100-3200-3.
- > **Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (Hg.) (2019):** Expertenstandard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz». Schriftenreihe des Deutschen Netzwerks für Qualitätsentwicklung in der Pflege. Osnabrück: DNQP. ISBN: 978-3-00-057470-2.
- > **Enke, Axel (2017):** Mehr als die Summe der Teile. Gedanken zum Kinaesthetics-Rahmenelement «Absicht». In: LQ. Kinaesthetics – zirkuläres Denken – Lebensqualität. Heft 1. S. 44 – 47.
- > **Gattinger, Heidrun (2017):** Development and Evaluation of Two Instruments to Assess Nursing Staff's Competence in Mobility Care Based on Kinaesthetics (= Annales Universitatis Turkuensis, ser. D 1210). PhD Thesis. Turku: University of Turku. ISBN: 978-951-29-6978-4.
- > **Gattinger, Heidrun (2018):** Neue Instrumente zur Evaluation der Kinaesthetics-Kompetenz. Herausforderungen der Kinaesthetics-Forschung, Teil 2. In: LQ. Kinaesthetics – zirkuläres Denken – Lebensqualität. Heft 1. S. 10 – 13.
- > **Interview a:** Transkription mit der Kinaesthetics – ExpertIn (a). Interview geführt am 22.03.2019.
- > **Interview b:** Transkription mit der Kinaesthetics – ExpertIn (b). Interview geführt am 01.02.2019.
- > **Interview d:** Transkription mit der Kinaesthetics – ExpertIn (d). Interview geführt am 29.03.2019.
- > **Knobel, Stefan (2017):** Das Kinaesthetics-Curriculum. In: LQ. Kinaesthetics – zirkuläres Denken – Lebensqualität. Heft 1. S. 46.
- > **Knobel, Stefan (2017):** Das Studium der Individualentwicklung. Wege aus der Defizitfalle: Teil 1. In: LQ. Kinaesthetics – zirkuläres denken – Lebensqualität. Heft 4. S. 6 – 121.
- > **Knobel, Stefan (2013):** Demenz und Bewegungskompetenz. In: Lebensqualität. Die Zeitschrift für Kinaesthetics. Heft 2. S. 51 – 53.
- > **Mayring, Philipp (2000a):** Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 7. Auflage. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ online unter www.verlag-lq.com oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

info@verlag-lq.com
www.verlag-lq.com
+41 55 450 25 10



4 Ausgaben / Jahr (CHF 70 / € 44)



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____