

Fortbildung

Kinästhetik



Für Pflegekräfte ist die Mobilisation von Bewohnern und Patienten mit eingeschränkter Bewegungskontrolle eine große Belastung und kann zu erheblichen gesundheitlichen Problemen führen.

Bei den Bewohnern kann sie zu einer hohen Kreislaufbelastung und Schmerzen führen. Die Mobilisation nach kinästhetischen Gesichtspunkten bietet die Möglichkeit, die Belastungen aller Beteiligten zu reduzieren. Sie wirkt sich positiv auf die Gesunderhaltung des Körpers und die zwischen- menschliche Beziehung aus. Kinästhetik basiert auf den Grundlagen der natürlichen menschlichen Bewegung und bietet dem Bewohner möglichst viel Selbstkontrolle. Es ist ein Konzept, bei dem es nicht um Heben und Tragen geht, sondern um eine Möglichkeit, dem Bewohner zu helfen, sich selbst zu bewegen. Die Pflegekraft ist unterstützend tätig, wenn der Bewohner dies benötigt.

Zielgruppe: Pflegekräfte

Lernziel: Die Teilnehmer kennen die Kinästhetischen Grundprinzipien in der Theorie und können diese in die Praxis umsetzen. Die Teilnehmer haben anhand des eigenen Körpergefühles die Prinzipien der Bewegung erfahren.

Inhalte:

1. Einheit: Einführung in die Kinästhetik
 - Herkunft und Entwicklung
 - Die 6 Prinzipien in der Kinästhetik
 - Darstellung der Prinzipien durch Übungen der eigenen Körperwahrnehmung
2. Einheit: Die drei Phasen der kinästhetischen Mobilisation
 - Warm up
 - Positionswechsel
 - Cool – down
3. Einheit: Positionswechsel in der Praxis
 - Bewegungsgrundlagen und die daraus resultierenden Konsequenzen

In allen drei Einheiten sind kontinuierlich folgende Transfers als Übungen zu den einzelnen Themen geplant:

- Seitlich im Bett verschieben
- Vom Fußende des Bettes nach oben verschieben
- Transfer vom Bett auf den Stuhl
- Transfer vom Stuhl ins Bett
- Schinkengang
- Transfer eines Bewohners mit Eigenaktivität und ohne Eigenaktivität

Termine / Zeiten: Grundlagenseminar an drei aufeinander folgenden Tagen (gesamt 16 Ustd.): 11. -12. Mai 2011 - 9.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 195,00 Euro

Leitung: Barbara Müller, Pflegepädagogin