Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: 25 (1989)

Heft: 4

Artikel: Kinästhetitk : ein Lernmodell

Autor: Maietta, Lenny / Hatch, Frank

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-930002

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 20.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Kinästhetik – ein Lernmodell

Kinästhetik ist eine neue Methode, die ihre Anwendung in den Gebieten der Pädagogik, der Heilpädagogik, der Rehabilitation und der Prävention findet. Das Wort Kinästhetik kann übersetzt werden mit: Lernen durch den Bewegungssinn. Ein kybernetisches Lernmodell und das Verstehen von optimalen Lernbedingungen sind die zentralen Ideen der Kinästhetik, wobei Bewegung das wichtigste Mittel ist, um diese Ideen zu vermitteln.
Anhand eines praktischen Beispieles möchten wir zeigen, wie sich dieses Wissen, z.B. in der physiotherapeutischen Arbeit umsetzen lässt.

Der Fall Hans:

Hans ist 7 Jahre alt. Er und seine Mutter waren eingeladene Gäste in der Kinästhetik-Touch-Well-Fortbildung für Physio- und Ergotherapeuten, welche mit behinderten Kindern arbeiten.
Wir stellten uns gegenseitig vor und Hans erzählte über seine Schwierigkeiten. Am Ende der «Behandlung» fragte eine Teilnehmerin, warum wir Hans nicht aufgefordert hätten zu zeigen, wie er gehe, so dass jeder Teilnehmer besser hätte beobachten können, wo Hans' Schwierigkeiten seien, nämlich Zehengang, Gleichgewichtsschwierigkeiten.
Dies aber, dieser Anfang einer Interaktion ist schon eine grundlegende Idee der Kinästhetik. Wir konnten Hans schon beobachten, wie er in den Raum hereinkam und sich zu uns in den Kreis setzte. Wir wollten ihn nicht demonstrieren lassen, was er nicht kann. Wir sind daran interessiert, zusammen zu entdecken, was er machen *kann*. Dies ist eine relativ neue Idee in der Medizin. Die Methode Kinästhetik ist ein therapeutisches Vorgehen, das die Entwicklung des Gesunden und der eigenen Kompetenz zu fördern sucht und dies in den Mittelpunkt der Behandlung stellt und nicht das Defizit des Patienten.
Kinästhetik hilft dem Patienten herauszufinden, was er machen kann. Dies wird als Ausgangspunkt genommen, und von da aus werden Fähigkeiten entwickelt, wie der Klient weiterlernen kann. Durch einen gemeinsamen Prozess lernt der Patient zwei Dinge: Er erweitert seine Fähigkeiten mit seinen Möglichkeiten umzugehen, dazu lernt er etwas, wie Lernen erlebt werden kann. So kann das Lernen auch über die Therapiesituation hinausgehen, und der Patient wird fähig, eigene, neue Entdeckungen zu machen.

Gehen wir zurück zu Hans.

Wir boten ihm und der Mutter nicht an, das Problem zu untersuchen, zu behandeln und zu beheben, sondern wir wollten mit beiden zusammen ein Thema entdecken, das in engem Zusammenhang steht mit den Schwierigkeiten von Hans. (Zehengang und Gleichgewichtsschwierigkeiten.) Dazu wählten wir einen erweiterten Kontext (Rahmen) für unsere Interaktion (Zusammensein, therap. Lernsituation). Wir haben ihm angeboten, zusammen *Fortbewegungsarten* zu entdecken.
Hans war mit unserem Vorschlag einverstanden. Weiss er, was Fortbewegung heisst? Ja, man geht irgendwo hin. Welche Arten von Fortbewegung gibt es? Oder, mit anderen Worten, in welcher Art und Weise gehen wir, was für Möglichkeiten haben wir, um von einem Ort zum anderen zu gelangen? Gehen, Laufen, Springen, Hüpfen, Hopsen etc. Seine Antworten auf diese Fragen und seine frühere Beschreibung seines Problems lassen auf gutentwikkelte kognitive Fähigkeiten schliessen. Im Laufe unserer Interaktion haben wir diese Fähigkeiten für das gemeinsame Lernen genutzt, d.h. wir gingen von seiner Stärke aus und versuchten diese zu seinem Vorteil zu nutzen.
Als Lehrer/Therapeuten hatten wir 3 Arten von «Quellen» (Resourcen, integriertes Wissen), um mit Hans zu arbeiten:

1. Unsere eigene Bewegungsfähigkeit und -erfahrung. Durch die Fähigkeit, mittels Berührung unsere und seine Bewegung zu *einem System* zusammenzubringen, d.h. indem wir unsere Bewegungen so anpassen, dass Hans mit seiner Bewegung folgen kann, erweitert er seine Fähigkeiten, sich zu bewegen. Auf eine spielerische und gleichzeitig klare Art und Weise können wir einander gegenseitig folgen.
2. Unsere Art und Weise, wie wir Hans Fragen stellen, die sein Interesse wecken und ihn aktiv an diesem Entdeckungsprozess teilnehmen lassen.
3. Unser theoretisches, vertieftes Wissen über Fortbewegung

Was heisst also Fortbewegung:

Im breitesten Sinne ist es das, was Hans bereits beschrieben hat, nämlich: irgendwohin gehen.
Aber wenn wir jemandem helfen wollen, sich besser fortzubewegen, müssen wir sehr viel mehr und Genaueres darüber wissen. In der nun folgenden Aufzählung wollen wir zeigen, wie wir Fortbewegung spezifischer definieren können:

1. Fortbewegung bedeutet eine Position zu halten, während wir unser Gewicht von einem Körperteil zu einem anderen verschieben.
2. Fortbewegung ist grundsätzlich von jeder Position aus möglich. Die *unstabilen Positionen*, in denen das Gewicht hauptsächlich von den Extremitäten getragen wird, sind gewöhnlich am geeignetsten für die Fortbewegung. Solche Positionen sind z.B. die Bauchlage mit aufgestützten Unterarmen, Vierfüsslerstand, Stehen mit einseitiger Gewichtsverteilung.
   Stabile Positionen sind jene, in denen das Gewicht mehr vom Rumpf getragen wird oder symmetrisch verteilt ist zwischen rechter und linker Körperseite. In diesen Positionen ist es schwieriger, sich fortzubewegen. Solche Positionen sind: Liegen in Rückenlage, Sitzen, Einbeinkniestand (Schützenstand) oder Stehen mit gleichmässiger Gewichtsverteilung auf beiden Füssen.
3. Stehen ist die komplexeste und schwierigste Position, um über Fortbewegung zu lernen. Auf dem

Rücken oder Bauch zu liegen ist die einfachste Position (in der Entwicklung auch die früheste), und daher geeignet um Fortbewegungsfähigkeiten zu erweitern.

4. In bezug auf die Gewichtsverlagerung gibt es eigentlich nur zwei Arten von Fortbewegung, nämlich: Gehen und Springen. So, wie wir es hier nennen, bedeutet Gehen, dass die Gewichtsverlagerung auf dem Boden oder einer unterstützenden Fläche (z.B. Bett oder Stuhl) stattfindet. Beim Springen findet die Gewichtsverlagerung in der Luft statt. Alle anderen Ausdrücke oder Benennungen für Fortbewegung sind in diesem Sinne Formen von Gehen und Springen.
5. Gehen ist eine einfachere Form der Fortbewegung als Springen. Es ist einfacher, die eigene Bewegung zu kontrollieren, wenn wir in Kontakt mit einer unterstützenden Fläche bleiben und diese als Referenz nehmen, als wenn der ganze Körper in der Luft ist.
6. Bei der Fortbewegung ist es die Aufgabe der *Knochen* bzw. des Skeletts, das Gewicht des Körpers zu tragen. Die Aufgabe der Muskulatur ist es, die Knochen so zu halten und zu bewegen, dass diese das Gewicht übernehmen können. Je klarer unser Gewicht durch die Knochen verläuft, desto kleiner ist die Anstrengung für den Menschen und desto leichter wird Fortbewegung erlebt.
7. Fortbewegung ist eine Aktivität, die den ganzen Körper miteinbezieht. Alle einzelnen Körperteile müssen laufend ihre Position in Beziehung zueinander verändern, um das Gleichgewicht halten zu können und die Kraftanstrengung zu regulieren.
8. Das *Timing* (zeitliches Zusammenspiel) in der Bewegung ist entscheidend, um das Gleichgewicht halten zu können, um die Anstrengung zu regulieren und die Geschwindigkeit zu kontrollieren.
9. Auch die *Richtung* der Bewegung der einzelnen Körperteile ist ausschlaggebend, um das Gleichgewicht halten sowie Anstrengung und Geschwindigkeit dosieren zu können.
10. Am wichtigsten von allem ist unserer Meinung nach, dass Fortbewegung über den kinästhetischen Sinn erlebt wird. Daher ist es wesentlich, dass Fortbewegungsfähigkeiten über ein differenziertes gemeinsames Bewegungserlebnis erweitert werden und nicht über visuelle Nachahmung und über Übungen, die repetiert werden.

Die obengenannten Informationen dienten uns also für die Arbeit mit Hans.

Während wir zu Beginn zusammen am Boden sassen, konnte sich Hans sehr gut ausbalancieren, d.h., er konnte den Rumpf im Sitzen gut stabilisieren, die Arme waren frei für Bewegungen und die Beine waren entspannt. Deshalb begannen wir, von dieser Position aus Fortbewegung zu entdecken. Obwohl Sitzen, wie schon erwähnt, dafür keine optimale Position ist. Aber da Hans eine bessere Kontrolle über den Oberkörper hat, als über die Beine, begannen wir nun mit Gleichgewicht, Unterstützung, Kraftanstrengung und Bewegungsrichtungen. Wir entdeckten dabei, dass Hans im Sitzen sehr leicht sein Gewicht von einem Sitzbein auf das andere verlagern konnte, (d.h. Gehen auf den Sitzbeinen), wobei er seine Arme zum Ausbalancieren benützte. Er war fähig, in alle Richtungen zu gehen, wobei weder Tempo noch Kraftanstrengung diese Fähigkeit beeinflusste. Aber am geschicktesten war Hans beim Rückwärtsgehen. Es ist wichtig zu bemerken, dass die ganze Klasse, Hans, seine Mutter und auch wir an diesen Bewegungsentdeckungen teilnahmen. Hans lernte sich selber besser kennen durch diese gemeinsame Interaktion. (Es entstanden neue Möglichkeiten *zwischen* uns allen).

Danach gingen wir auf die Hände und die Knie (Vierfüsserstand). Dies ist eine sogenannte unstabile Position, in welcher die Extremitäten das Gewicht tragen. Jede Bewegung, die wir machen, bewirkt eine *Gewichtsverlagerung* auf eine Seite und lässt die andere Seite frei für die Fortbewegung. Beim Kriechen d.h. Gehen auf Händen und Knien, wird das Gewicht abwechslungsweise auf die verschiedenen Extremitäten verlagert. In der Terminologie der Kinästhetik bezeichnen wir die Beine als ein Verstrebungssystem, d.h. dass die Beine das Gewicht vorwärts *stossen*, die Arme dagegen sind ein Hängesystem, d.h. sie können am besten *ziehen*. Sie werden gebraucht, um die Richtung der Bewegung zu bestimmen. Immer noch im Vierfüsserstand hoben wir jeweils ein Bein bzw. eine Hand leicht vom Boden ab, um zu sehen, wie sich das Gewicht verteilt. Wir entdeckten, dass Hans sein Gewicht v.a. mit den Händen/Armen trug. Beim Vorwärtsgehen aus dieser Position sahen wir dann, dass er zu gehen versuchte, indem er mit den Armen zog und die Richtung bestimmte. Seine Beine hingegen schienen dieser Bewegung zu folgen. Er schien nicht zu verstehen, dass er die Beine hätte brauchen können, um das Gewicht mehr vorwärts zu stossen. Wir krochen in verschiedene Richtungen, und wie schon beim «Gehen im Sitzen» wurde klar, dass Hans sich gut ausbalanciert und am besten rückwärts kriechen kann.

Vom Kriechen gingen wir in den Schneidersitz. Das heisst vom Vierfüsserstand verlagerten wir das Gewicht zur Seite und kamen so ins Sitzen. Hans hatte keine Mühe mit dieser Bewegung. Es schien für ihn sogar leichter als für die meisten Teilnehmer.

So machten wir die nächste Aktivität komplexer. Anstatt vom Knien zum Sitzen zu gehen, bewegten wir uns vom Sitzen ins Stehen und zurück ins Sitzen. Die Füsse, welche am Platz blieben und sich drehten, waren der Referenzpunkt für diese Bewegung. Hans versuchte dies ein paar Mal, aber es gelang ihm nicht, also war der Lernschritt zu gross. Er wusste nicht, wie er sein Gewicht von den Knien, durch die Unterschenkel, zu den Füssen verlagern sollte.

Eine unserer wichtigsten Annahmen ist, dass der Lernerfolg abhängig ist von den Lernschritten. Als Lehrer/Therapeuten sind wir v.a. dafür verantwort-

SERIE 300

PHYACTION BY UNIPHY HOLLAND

DIE NEUE ELEKTROTHERAPIE

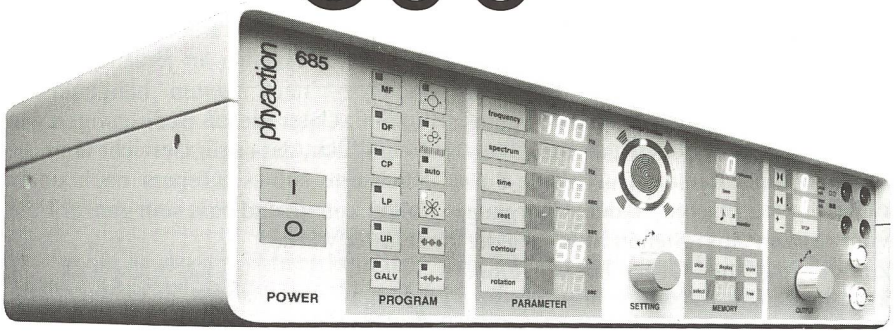
Die meistverkauften tragbaren Elektrotherapiegeräte.

- Galv.
- DIA
- Tens
- Elektrostimulation
- Elektrogymnastik
- Faradisch
- IF-Ströme
- Mittelfrequenz
- US
- Kombinationstherapie
- MID-Laser

SERIE 600

Optimiertes Preis-Leistungs-Verhältnis.

8 Apparate zur Wahl, mit – oder ohne Vakuumelektroden. Für jede Therapiestromgruppe das Beste heutzutage.



SERIE 700

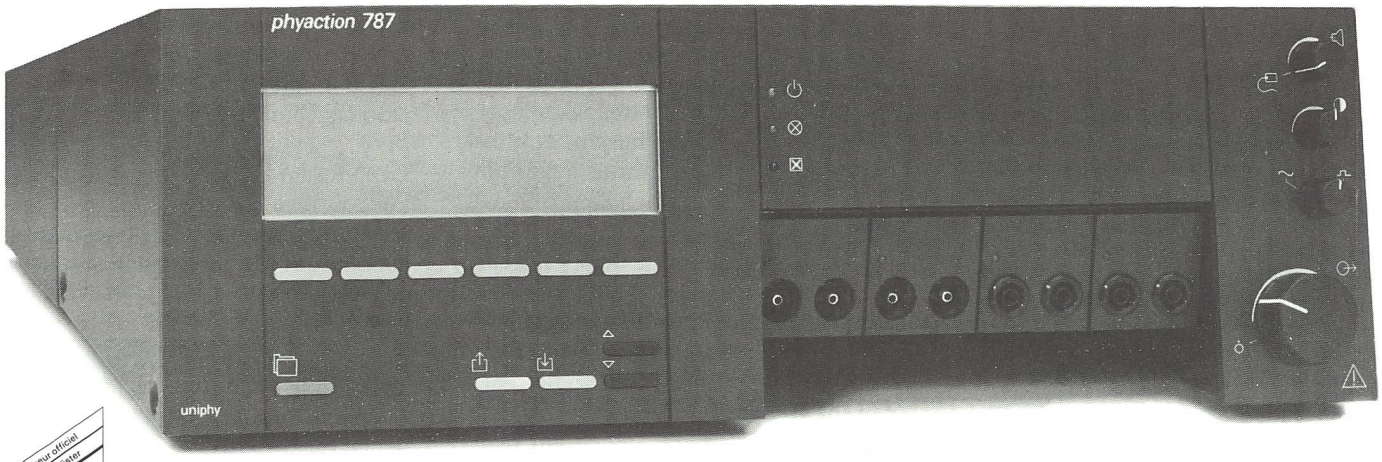
Eine technische Revolution

Avantgardistisches Design! Die Serie 700 passt sich Ihrem Wissensstand in der Elektrotherapie an:

– dem «Champion» stehen in einem Gerät alle Möglichkeiten bezüglich Stromformung zur Verfügung.

– dem «Anwender» ist der Phyaction 700 ein idealer Partner dadurch, dass er in seinem Speicher eine gute Lösung für jede Indikation sucht und anbietet.

Lassen Sie sich die neue Serie 700 vorführen. Sie werden staunen – neugierig werden – und begeistert sein von dieser neuen Generation in der Elektrotherapie.



Beratung, Verkauf und Service

VISTA med S.A.
Croset 9
1024 Ecublens
(021) 691 98 91

VISTA med AG
Lorystrasse 14
3008 Bern
(031) 25 05 85

Leuenberger Medizintechnik AG
Kanalstrasse 15
8152 Glattbrugg
(01) 810 46 00

Import für die Schweiz: VISTA med S.A.

lich, diese Lernschritte optimal anzupassen.
Wir blieben also bei der gleichen Bewegung: Gewicht verlagern von der sitzenden in eine stehende Position und zurück. Wir benutzten unsere Körper, unsere Bewegungen, unsere Hände und die Sprache, um es Hans leichter zu machen, die für diese Bewegung nötige Koordination der Körperteile zu bewältigen. Wir verkleinerten den Lernschritt also, indem wir die Umgebung seinen Möglichkeiten anpassten (in der Sprache der Kinästhetik: Human Factoring). Hans setzte sich auf die Oberschenkel einer Person. Durch eine Spiralbewegung erlebte er den Übergang vom Sitzen ins Stehen und wieder zurück auf die Oberschenkel einer zweiten Person. Wir entdeckten, dass er sich fliessender bewegen konnte, wenn er sich gleichzeitig von den Armen her hängen lassen konnte. Dadurch erlebte er, dass sein Gewicht nach unten «fallen» konnte, zuerst über das eine, dann über das andere Bein. Durch diese neue Erfahrung des Fallens änderte sich die Qualität der Bewegung. Die Bewegung wurde zu einem «Fallen ins Sitzen» und «Fallen ins Stehen». Danach veränderten wir die Fussstellung und die Spannung und die Beziehung unserer Arme zueinander, und somit erweiterte Hans seine Fähigkeiten und konnte bald die Bewegung allein ausführen.
So waren wir bereit aufzustehen und zu gehen. Während wir alle standen, schauten wir an uns selber, wir wir das Gewicht ausbalancierten. Die meisten von uns machten ihre Ausgleichsbewegungen vorwärts und zur Seite. Hans behielt sein Gleichgewicht im Stehen, indem er sein Gewicht nach hinten verlagerte.

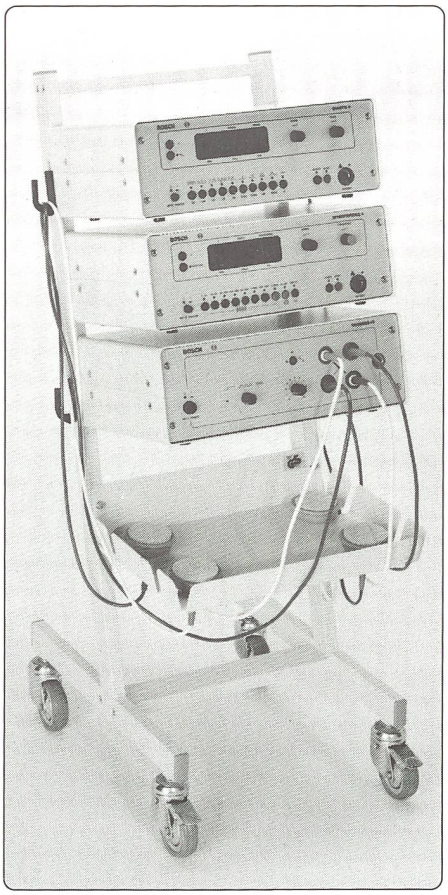
Die Frage für uns war nun: Welche Muster haben wir bis anhin bei Hans kennengelernt? Hans hat die beste Kontrolle für die Fortbewegung, wenn sein Körper in der Mitte unterstützt wird (symmetrische Positionen, z.B. Sitzen). Er versucht also, sein Gewicht zur Körpermitte hin zu stossen oder zu ziehen, ganz gleich, in welcher Position er sich befindet. Am besten kann er eine Art von Zugkraft ausüben. Ob im Sitzen oder Knien, kann er sein Gewicht in die verschiedenen Richtungen verlagern durch Ziehen. In allen Positionen, die wir ausprobiert haben, hat er die grösste Kontrolle bei der Rückwärtsbewegung. Alle Aspekte dieser Muster wurden auch im Gehen auf 2 Beinen wieder sichtbar. Er konnte sehr gut rückwärts gehen. Am allerbesten ging es, wenn er sich, während des Rückwärtsgehens – mit seinen Händen an jemandem festhalten – nach hinten hängenlassen konnte. Unter diesen Bedingungen war es möglich, dass sein Gewicht über die Rückseite seines Körpers nach unten fallen konnte und dass sein ganzer Fuss belastet wurde.

Wir erklären uns den Zusammenhang dieses Bewegungsmusters folgendermassen:

Als erstes fällt auf, dass Hans sonst immer auf den Fussballen steht. In der Kinästhetik unterscheiden wir folgende zwei Arten von Bewegungsebenen, die wie ein fortlaufendes Muster durch den Körper gehen: Haltungs- und Fortbewegungsebenen. Da die Zehengrundgelenke in verschiedene Richtungen beweglich sind, nennen wir dies eine Fortbewegungsebene. D.h., sie sind nicht dafür geeignet sich darauf abzustützen bzw. um uns Halt zu geben. Genau dies aber versucht Hans. Zudem versucht er eine Unterstützungsfläche zu benutzen (eben die Fussballen), die ausserhalb der Körpermitte liegt. Um seine Bewegung dennoch kontrollieren zu können, muss er sein Gewicht entweder zur Körpermitte hin «ziehen» oder «stossen». Das bedeutet, dass durch die dafür notwendige Kraftanstrengung Unterschenkel und Fuss steifgehalten werden müssen. Aus diesem Grund verliert er leicht sein Gleichgewicht. Beim Stehen auf dem Fussballen trifft zudem die Kraft in einem Winkel auf den Boden, aus dem eine Rückwärtsbewegung resultiert, selbst wenn er versucht vorwärts zu gehen. Es sieht aus, als ob Hans versuchen würde, gleichzeitig in zwei verschiedene Richtungen zu gehen. Als nun jemand ihn bei den Händen hielt und er seinen Oberkörper zurücklehnen konnte, wurde sein Rückwärtsgehen ganz bemerkenswert klarer und einfacher. Dies, weil alle seine Körperteile sich jetzt in die gleiche Richtung bewegten.
Während wir all dies ausprobierten und entdeckten, sprachen wir auch laufend mit Hans und seiner Mutter über die gemachten Entdeckungen. So konnten alle aktiv an diesem Prozess teilnehmen. Als wir beim Stehen angelangt waren, war die Aufmerksamkeit bei dem oben beschriebenen Muster. Wir verstanden nun besser, was Hans' Fähigkeiten sind. Auch Hans und seine Mutter wussten nach dieser Interaktion besser, wie die Bewegungsfähigkeiten zu erweitern und neu zu entdecken sind. Mutter und Sohn würden nun fähig sein, dieses Wissen auch im Alltag zu gebrauchen. Wir machten ihnen zu den einzelnen Themen, die wir gemeinsam entdeckt hatten, noch ein paar Vorschläge, mit der Idee, die ganze Familie daran teilnehmen zu lassen.

Ein paar Beispiele:

1. Bewegungsaktivitäten, bei welchen zwei oder mehrere Familienmitglieder «Hängen» entdecken und ausprobieren können. Hängen und Gehen in verschiedenen Richtungen. Hängend sich vom Sitzen zum Stehen zu bewegen und zurück. Hängen mit verschiedenen Unterstützungspunkten *(s. Abbildungen 1 bis 6)*.
2. Gemeinsam in der Familie entdekken, welche Bewegungsebenen im Körper zu unterscheiden sind, insbesondere das Muster der sich abwechselnden Beuge- und Drehbewegungen (=Haltungs- und Fortbewegungsebenen.)
3. Alle möglichen Arten von Fortbewegung ausprobieren in den verschiedenen Positionen.
4. Wir schlugen ihnen auch vor, Schlittschuh oder Rollschuh zu fahren oder noch einfacher, mit Socken auf einem Holzboden zu rutschen. All diese Rutsch- oder Gleitbewegungen erfordern, dass das Gewicht über die Rückseite des Körpers nach unten verlagert wird. ▷



BOSCH Med-Modul-System:

Die fahrbaren Leader

6 Einzelgeräte
auch als Kombination für Reizstrom- und Ultraschall-Therapie

- **Diadyn 4**: diadynamische Ströme
- **Interferenz 4**: Interferenzströme nach Nemec für Mittelfrequenz-Therapie
- **HV-4**: Hochvolttherapie
- **SP-4**: schnelle, intensive und hochwirksame Muskelstimulation
- **Vacomed 4 S:** Saugmassage
- **Sonomed 4**: Ultraschall- oder Kombinationstherapie mit Reizströmen.

Wesentlichste Vorteile:

hohe Patienten- und Gerätesicherheit, verschiedene Automatikprogramme für Stromform und Umpolung, Mikroprozessor-Technologie

Ausführliche Produkt-Unterlagen erhalten Sie beim **BOSCH**-Generalvertreter für die Schweiz:

MEDICARE AG
Mutschellenstr. 115, 8038 Zürich, Tel. 01/482 482 6

BOSCH

Karolnyk AG – 8

Sport-Tester

Bewährt PE 3000

für den aktiven Leistungssport

Mit dem Sport-Tester PE 3000 können Trainingsbelastungen gezielt überwacht und gesteuert werden – der Herzfrequenz-Mikrocomputer PE 3000 mit 2 frei wählbaren Limiten alarmiert sofort bei Über- oder Unterschreiten. Wählbarer Speicherrhythmus: 5, 15 oder 60 Sek. Speicherkapazität: je nach Rhythmus 80 Min., 4 Std. oder 16 Std. Zum PE 3000 ist auch ein Computer (IBM comp. mit div. Software) oder Printerface (Interface und Printer) erhältlich.

680.–

Neu PE 300

für Fitnesstraining + Rehabilitation

Das vereinfachte Modell PE 300 (ohne Speicherung der Herzfrequenz) kontrolliert zuverlässig die Herz- und Kreislaufbelastungen. Dank Zeitspeicherung kann die Belastungsdauer im gewünschten Trainingsbereich festgehalten werden. Beide Geräte bestehen aus Brustgurt mit Sender (drahtlos) sowie Empfänger (Armbanduhr).

390.–

TEAM 8805/LB 10390

Coupon

☐ Senden Sie mir Sport-Tester PE 3000 à Fr. 680.– per NN (mit Rückgaberecht)

☐ Senden Sie mir Sport-Tester PE 300 à Fr. 390.– per NN (mit Rückgaberecht)

☐ Senden Sie mir Unterlagen über das Sport-Tester-Programm PE 3000 ☐ / PE 300 ☐

Name: _____ Alter: _____

Adresse: _____ Unterschrift: _____

PLZ/Ort: _____

CH-8152 Glattbrugg, Kanalstrasse 15, Telefon 01/810 46 00

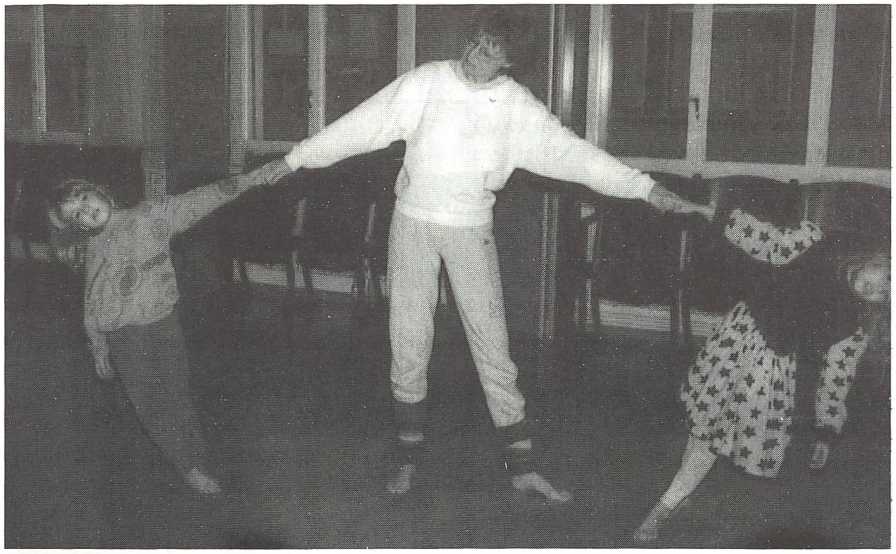
LMT LEUENBERGER MEDIZIN TECHNIK AG

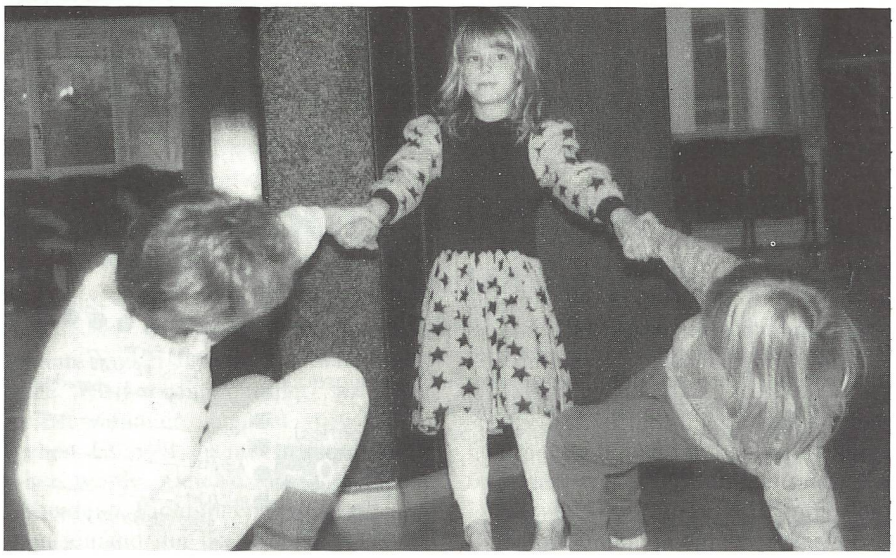
Damit endete die Stunde. Hans hat sehr viel über sich gelernt mit uns und den anderen Teilnehmern zusammen. Er hat für sich entdeckt, dass er mehr Fähigkeiten hat in der Fortbewegung, als viele von uns. Ein Teil seines Problems ist, dass auch er anfing, sich auf das Nicht-Können zu konzentrieren. Dieses sich Unfähig-Fühlen behinderte ihn noch zusätzlich. Er brauchte Unterstützung, um seine Fähigkeiten auch als eine Quelle (Resource) zu entdecken, die ihm hilft, besser mit seinen Schwächen umzugehen.

Durch den Prozess hat er an Fortbewegungsfähigkeiten gewonnen. Aber wichtig ist zu sehen, dass es nicht um ein *Beheben* von einem Defizit geht, sondern um ein Erweitern der Fähigkeiten und Möglichkeiten, selbständig, oder als gesamte Familie zu lernen. Es geht darum, die eigenen Resourcen zu entdecken und zu nutzen.

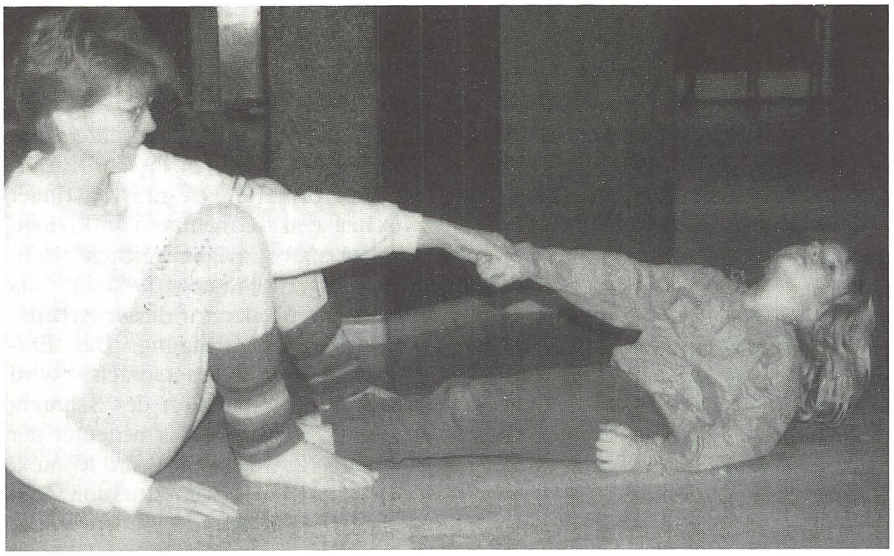
Das ausführlich geschilderte Beispiel zeigt Möglichkeiten auf, wie aus einer Behandlungssituation eine Lernsituation entstehen kann. Oft übernimmt immer noch der Therapeut in einer Behandlungssituation allein die Verantwortung und gibt die Anweisungen. In einer Lernsituation dagegen geht es darum, gemeinsam zu entdecken, Verantwortung für das «Gelingen» zu teilen und Kompetenz und Eigenständigkeit des Patienten zu fördern und zu unterstützen.

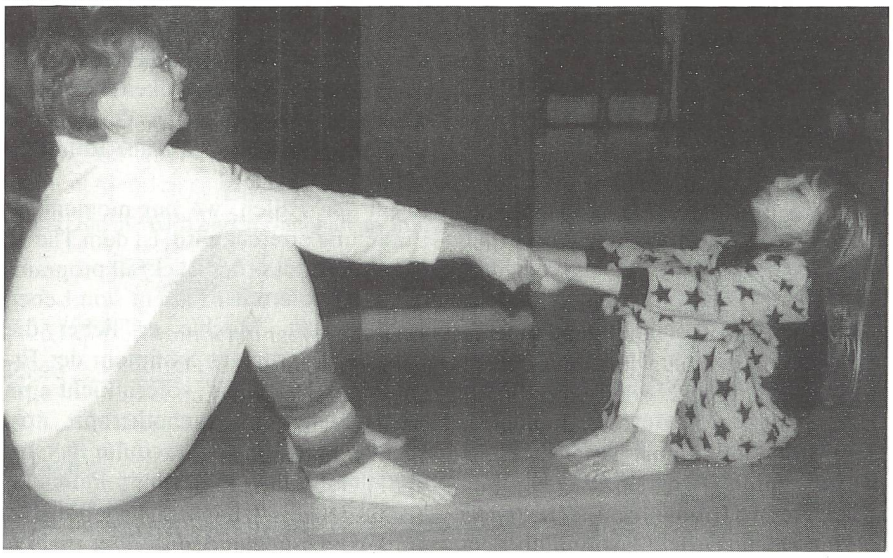
Die Idee einer Kinästhetik-Touch-Well-Weiterbildung ist es, Leute in medizinisch-therapeutischen Berufen zu befähigen, solche Lernsituationen zu schaffen. Durch eine solche Weiterbildung werden die Möglichkeiten eines Physio- bzw. Ergotherapeuten erweitert. Es geht darum, die Ideen und Techniken dieser Methode in die traditionelle medizinische Arbeit zu integrieren. Der Schwerpunkt der Kinästhetik Weiterbildung liegt in der eigenen Erfahrung menschlicher Bewegung und Funktion. Dies führt zu einem vertieften Verständnis von Kommunikation und Lernen.





Einige praktische «Hänge»-Übungen im Familienkreise





Wesentliche Inhalte einer solchen Weiterbildung sind:

1. Funktionale Anatomie auf der Basis körperlicher Selbsterfahrung
2. Wahrnehmungs- und Bewegungsfähigkeit weiterzuentwickeln, um diese als Quelle für die Arbeit mit Patienten nutzen zu können.
3. Bewegung und Berührung als zentraler Faktor menschlicher Wahrnehmung und Kommunikation
4. Analyse von Bewegungsfunktionen und -qualitäten
5. Erkennen von Haltungs- und Fortbewegungsfunktionen im Bewegungsablauf und deren Koordination und Integration
6. Behandlung und Therapie als wechselseitiger Lernprozess in und durch Interaktion
7. Methoden und Strategien zur Veränderung und Verbesserung von Bewegungs- und Lernmustern, so dass neue effektivere Funktionen entstehen
8. Vertiefung in die kybernetische Idee: z.B. der Mensch als selbstkontrolliertes System
9. Human factoring: Anpassung der Umgebung, um Lernen zu erleichtern.

Zurzeit findet in Frankfurt (BRD) eine Kinästhetik - Touch - Well -Fortbildung statt, für Therapeuten, welche mit behinderten Kindern arbeiten. Die Weiterbildung dauert zwei Jahre und ist berufsbegleitend. Eine weitere Ausbildung für Physio- und Ergotherapeuten ist ab 1990 in Zürich geplant.

Anmerkung:

Die Unterlagen für diesen Artikel wurden von Dr. Lenny Maietta, klinische Psychologin, sowie von Dr. Frank Hatch (USA), beide Lehrer für Kybernetik und Kinästhetik, zusammengestellt. Für die Übersetzung und die Zusammenstellung für die Zeitschrift sind verantwortlich: Rosmarie Suter Schurter, Physiotherapeutin und Heidi Blum Zurbriggen, Ergotherapeutin ●