

## Kinaesthetics Aufbaukurs mit Lucia Hofer

Einige Kolleginnen der VH Salzkammergut hatten das Vergnügen, zwei Tage im Frühling und zwei Tage im Oktober ihr kinaesthetisches Wissen vom Grundkurs zu erweitern und vertiefen.

*„Wie bewege ich mich mit meinen KlientInnen dorthin, wo wir beide hinwollen?“*

*„Welche Bewegungsabläufe sollen wir beachten?“*

*„Wie kann ich meinen Körper schonen und die KlientInnen gleichzeitig fördern?“*

*„Woran liegt es, dass es nicht ganz so funktioniert, wie ich mir das vorstelle?“*

Diese und viele andere Fragen haben wir vor allem in praktischen Übungen zu lösen versucht. Wir haben uns auf alle möglichen und beinahe unmöglichen Arten gegenseitig vom Boden ins Bett, auf den Leibstuhl, Badelift, usw. gehievt. Es ist erstaunlich, wie manchmal ein gezielter Handgriff einen Transfer erleichtern oder sogar erst ermöglichen kann.

Die Erfahrung, wie es sich anfühlt, von jemand anders bewegt zu werden, ermöglichte uns auch viele „Aha-Erlebnisse“. Die Erfahrung, dass durch unsere eigene Bewegung, Gewichtsverlagerung usw. die Bewegung der KlientInnen ohne Kraftaufwand möglich ist, war faszinierend. Für die Bewegung von KlientInnen mit besonderen Handicaps wurden viele Ideen und Möglichkeiten aufgezeigt und ausprobiert.

Konfuzius sagt:

*„Sage es mir - und ich vergesse es; zeige es mir - und ich erinnere mich; lass es mich tun - und ich behalte es.“*

(Wer, wie ich, vor langer Zeit „Kung-Fu“ im Fernsehen geschaut hat, wird sich an Konfuzius erinnern.)

Unter diesem Motto hat uns Lucia gelehrt und begeistert. Wir werden mit viel Freude und Motivation das Gelernte umsetzen und auch an KollegInnen und Angehörige weiterzugeben versuchen.

Christine Gehmayr, Team Laakirchen

