

## Results

Plagiarism 0.39%

## Search settings

- Only latin characters ✘
- Exclude references ✘
- Exclude in-text citations ✘
- Search on the web ✔
- Search in my storage ✔
- Search in organization's storage ✔

## Sources (3)

1	<b>pflege.de</b> <a href="https://www.pflege.de/pflegende-angehoerige/pflegewissen/kinaesthetik-mobilisation/">https://www.pflege.de/pflegende-angehoerige/pflegewissen/kinaesthetik-mobilisation/</a>	0.18%
2	<b>stephanheinrich.com</b> <a href="https://stephanheinrich.com/unkategorisiert/sales-schulung/">https://stephanheinrich.com/unkategorisiert/sales-schulung/</a>	0.12%
3	<b>bne-portal.de</b> <a href="https://www.bne-portal.de/SharedDocs/Publikationen/de/bne/kompetenzzentrum_diskussionspapier.pdf?__blob=publicationFile&amp;v=2">https://www.bne-portal.de/SharedDocs/Publikationen/de/bne/kompetenzzentrum_diskussionspapier.pdf?__blob=publicationFile&amp;v=2</a>	0.09%

### 1. Einleitung

Die Fähigkeit, sich zu bewegen, ist ein wesentliches Merkmal des menschlichen Lebens und ein entscheidender Faktor für die Erhaltung der Lebensqualität im Alter. Kinästhetische Mobilisationstechniken, die darauf abzielen, die Beweglichkeit und das Wohlbefinden von Menschen zu fördern, rücken in der Pflegepraxis zunehmend in den Fokus. Die vorliegende Hausarbeit widmet sich der Untersuchung der Effektivität dieser Techniken, insbesondere bei geriatrischen Patient\*innen, und bietet auf Basis einer umfassenden Literatur-Analyse einen Einblick in die Bedeutung und Anwendungsmöglichkeiten kinästhetischer Mobilisation in der Pflege.

Das Thema dieser Hausarbeit umfasst die detaillierte Analyse kinästhetischer Mobilisationstechniken und deren Einfluss auf die Beweglichkeit sowie das Wohlbefinden älterer Patient\*innen im Rahmen der Pflegepraxis. Im Zuge dessen wird ein besonderes Augenmerk auf die vorhandene wissenschaftliche Literatur gelegt, um eine fundierte Grundlage für die Bewertung der Effektivität dieser Techniken zu schaffen. Die Relevanz des Themas ergibt sich aus der wachsenden Anzahl geriatrischer Patient\*innen und der Notwendigkeit, durch geeignete pflegerische Maßnahmen deren Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern.

Das Ziel der Hausarbeit besteht darin, die Bedeutung kinästhetischer Mobilisationstechniken in der Pflegepraxis herauszustellen und die Effektivität dieser Methoden anhand der Analyse von Fachliteratur zu diskutieren. Dabei wird die Frage verfolgt, welche Rolle kinästhetische Mobilisationstechniken bei der Förderung der Beweglichkeit und des Wohlbefindens geriatrischer Patient\*innen spielen und wie diese in der Pflegepraxis angewendet werden können.

Die Vorgehensweise für diese Hausarbeit stützt sich auf eine sorgfältige Literatur-Recherche, bei der relevante Studien und Fachartikel herangezogen werden. Es werden keine eigenen empirischen Daten erhoben, sondern vorhandene Forschungsergebnisse kritisch bewertet und vergleichend analysiert. Durch Reflexionsprozesse und kritische Synthesen der ausgewählten Literatur wird ein tieferes Verständnis für die

Thematik entwickelt. Die Methodik beschränkt sich somit auf eine umfassende Literatur-Analyse, die es ermöglicht, die Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken eingehend zu beleuchten und zu diskutieren.

Der Forschungsstand zu kinästhetischen Mobilisationstechniken in der Pflege geriatrischer Patient\*innen präsentiert sich als ein vielschichtiges Feld, in dem verschiedene Ansätze und Studien zu finden sind. Es wurden Publikationen herangezogen, die sich mit aktivierend-therapeutischen Pflegekonzepten, der Implementierung von Kinästhetik in die stationäre Langzeitpflege und deren Einfluss auf die Atemfunktion von Patient\*innen nach aortaler Koronararterien-Bypass-Chirurgie beschäftigen. Des Weiteren fließen Arbeiten in die Analyse ein, die den Einfluss kinästhetischer Übungen auf muskuloskelettale Beschwerden, die Lernprozesse des Pflegepersonals und die Entwicklung von Bewertungsinstrumenten für die kinästhetische Kompetenz untersuchen. Diese Quellen werden genutzt, um einen umfassenden Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu geben und die Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken zu bewerten.

Abschließend sei die Gliederung der Hausarbeit skizziert, die den Lesefluss und die logische Struktur der Auseinandersetzung mit dem Thema vorgibt. Nach der Einleitung, die das Thema einführt und eine Übersicht über die Zielsetzung und Methodik gibt, werden im zweiten Kapitel die Grundlagen kinästhetischer Mobilisationstechniken erläutert. Dies umfasst Definitionen und Konzepte sowie die historische Entwicklung und theoretische Modelle. Im dritten Kapitel erfolgt eine Betrachtung der Effektivität kinästhetischer Mobilisation hinsichtlich der Verbesserung der Beweglichkeit und der Steigerung des Wohlbefindens. Das vierte Kapitel widmet sich der Anwendung von Kinästhetik in der geriatrischen Pflegepraxis, einschließlich der Anwendungsgebiete und Interventionsansätze sowie der Schulung des Pflegepersonals und der Implementierung dieser Techniken. Im fünften Kapitel findet die eigentliche Literatur-Analyse statt, in der Einflussfaktoren und Ergebnisse ausgewählter Studien verglichen und diskutiert werden. Das abschließende Fazit fasst die zentralen Erkenntnisse zusammen und reflektiert die Bedeutung kinästhetischer Mobilisation für die Pflegepraxis.

## 2. Grundlagen kinästhetischer Mobilisationstechniken

In diesem Kapitel werden die zentralen Konzepte und Entwicklungslinien kinästhetischer Mobilisationstechniken erläutert. Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Definition und dem theoretischen Hintergrund der Kinästhetik sowie ihrer historischen Entwicklung, um ein tiefes Verständnis für ihre Bedeutung und Anwendungsmöglichkeiten in der geriatrischen Pflegepraxis zu vermitteln. Durch die fundierte Darstellung dieser Grundlagen soll der Rahmen für eine detaillierte Analyse der Effektivität dieser Techniken im weiteren Verlauf der Arbeit geschaffen werden.

## 2.1 Definition und Konzept der Kinästhetik

Kinästhetik hat sich im Laufe der Jahre als ein patientenzentrierter Ansatz etabliert, der das Wohlbefinden und die Beweglichkeit durch Bewegungserfahrung in den Mittelpunkt stellt. Diesem Verständnis nach unterstützt Kinästhetik die Sensibilisierung für und die Steuerung von Bewegungsabläufen, wodurch eine gezielte Verbesserung von Bewegungsqualität ermöglicht wird (Steigele, 2015). Die Eigenheit der Kinästhetik, die individuelle Wahrnehmung und Kontrolle von Bewegung zu betonen, bildet eine wichtige Schnittstelle zur propriozeptiven Stimulation und unterscheidet diesen Pflegeansatz von anderen Bewegungstherapien (Lückhoff, 2014).

Die Kompetenz in Kinästhetik innerhalb des Pflegepersonals umfasst ein breites Spektrum an Fertigkeiten und Einstellungen, welche einen signifikanten Einfluss auf das physische und psychische Wohlbefinden der Pflegeempfänger\*innen haben. Besonders bei geriatrischen Patient\*innen, die häufig mit Mobilitätseinschränkungen konfrontiert sind, kann eine erhöhte Kinästhetik-Kompetenz das Risiko für Verletzungen reduzieren und die Selbstständigkeit fördern (Gattinger et al., 2017; Steigele, 2015). Hierbei sind Schulungen für Pflegepersonal unerlässlich, um diese Kompetenzen zu entwickeln und effektiv in die klinische Praxis zu integrieren (Gattinger et al., 2017).

Schulungsprogramme, welche die Kinästhetik-Kompetenz des Pflegepersonals fördern, sind daher von großer Bedeutung für die Patientenmobilisation. Dies zeigt sich in einer verbesserten Qualität der Pflege und einer Steigerung der Autonomie sowie der Lebensqualität der Patient\*innen. Dieses Erfordernis von ausgebildetem Personal unterstreicht die Relevanz einer fundierten kinästhetischen Ausbildung (Gattinger et

al., 2017).

Die Kinästhetik profitiert von einer interdisziplinären Herangehensweise in der Pflege, wodurch sichergestellt wird, dass das volle Potenzial dieser Methodik ausgeschöpft wird. Die Zusammenarbeit mit Berufsgruppen wie Physio- und Ergotherapeuten ist dabei von großer Wichtigkeit, um kinästhetische Prinzipien zu entwickeln und in der Pflegepraxis anzuwenden. Diese integrative Herangehensweise fördert nicht nur körperliche Fertigkeiten, sondern leistet auch einen Beitrag zur psychischen Gesundheit der Patient\*innen (Lückhoff, 2014).

Um eine solide Grundlage für die folgenden Kapitel zu schaffen, wurde das Konzept der Kinästhetik mit seinen Kernaspekten und der Bedeutung für die Pflegepraxis eingehend erörtert. Die Wichtigkeit von spezialisierten Schulungen und die interdisziplinäre Zusammenarbeit wurden als elementare Säulen für die Integration kinästhetischer Mobilisationstechniken in die geriatrische Pflege hervorgehoben.

## 2.2 Historische Entwicklung und theoretische Modelle

Die kinästhetische Mobilisationstechnik hat sich seit ihrer Einführung durch Frank Hatch in den 1970er Jahren als relevante Therapieform für Menschen mit körperlichen Einschränkungen etabliert. Ursprünglich zur Unterstützung von Personen mit Bewegungseinschränkungen konzipiert, fand das Konzept sukzessive Eingang in die Pflegepraxis. Dieser Weg wurde durch die steigende Anerkennung der Bedeutung von Bewegung für das Wohlergehen und die Selbstständigkeit der Betroffenen geebnet. Um die kinästhetische Kompetenz zu entwickeln, werden Fortbildungsprogramme für Pflegefachkräfte weltweit etabliert, die nach dem von Gattinger et al. (2017) beschriebenen Ansatz, die Qualität der Pflegepraxis maßgeblich beeinflussen.

Die theoretische Fundierung der kinästhetischen Pflege wurzelt in den Lerntheorien von Jean Piaget sowie in der Systemtheorie. Piagets Modell der kognitiven Entwicklung findet in der Gestaltung kinästhetischer Trainingsprogramme Anwendung, da es die Bedeutung des körperlichen Bewusstseins und der individuellen Wahrnehmung von Bewegung betont. Indem kinästhetische Konzepte die Interdependenz und Ganzheitlichkeit aus der Systemtheorie beziehen, werden Sie zu einem essentiellen Bestandteil der Pflege

und Rehabilitationsmaßnahmen. Demzufolge sind Kompetenzbewertungen, wie sie Gattinger et al. (2017) diskutieren, für die Qualitätssicherung und Weiterentwicklung der kinästhetischen Fähigkeiten binnen des Pflegepersonals entscheidend.

Ein nachhaltiger Effekt der Kinästhetik auf die Pflege kommt durch die Veränderung des traditionellen Pflegeverständnisses zustande. Der humanistische Ansatz, der gemeinsame Zielsetzungen und eine wertschätzende Kommunikation impliziert, wie sie Acklau et al. (2016) thematisieren, trägt zu einer Steigerung der Mobilität und Selbstständigkeit von geriatrischen Patient\*innen bei. Dieser Paradigmenwechsel in der Pflege bekräftigt die Notwendigkeit einer patientenzentrierten, ressourcenorientierten Betrachtungsweise, die die Eigenkompetenz der Betroffenen in den Vordergrund rückt und somit die therapeutischen Erfolge maximiert.

Um die Kinästhetik zukunftsfähig und dem wachsenden Bedarf an qualitativer Pflege gerecht zu gestalten, sind weitere Innovationen und Anpassungen in der Ausbildung des Pflegepersonals unabdingbar. Dies umfasst nicht nur die Nutzung technischer Neuerungen, sondern auch die Berücksichtigung des demographischen Wandels und der damit einhergehenden steigenden Anzahl von geriatrischen Patient\*innen. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit, wie sie Acklau et al. (2016) betonen, ist dabei essenziell, um die kinästhetischen Konzepte effektiv zu vermitteln und in die alltägliche Pflegepraxis zu integrieren. Deshalb sollte der Fokus auf die Entwicklung systematischer Kompetenzmessungen gelegt werden, wie sie von Gattinger et al. (2017) gefordert werden, um die Effektivität der Kinästhetik nachhaltig optimieren zu können.

### 3. Effektivität kinästhetischer Mobilisation

In diesem Kapitel wird die Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken in der geriatrischen Pflegepraxis untersucht. Schwerpunkte sind die Verbesserung der Beweglichkeit und die Steigerung des Wohlbefindens bei älteren Patient\*innen. Diese Analyse ergänzt die theoretischen und historischen Grundlagen, um die Praxisrelevanz und den Nutzen der Kinästhetik zu untermauern. Das Ziel ist es, konkrete Erkenntnisse über die praktischen Vorteile dieser Mobilisationstechniken zu gewinnen und deren Bedeutung für die

Pflegepraxis hervorzuheben.

### 3.1 Verbesserung der Beweglichkeit

Die Förderung der Gelenkbeweglichkeit durch kinästhetische Mobilisation ist eine der Kernkomponenten im Rahmen der geriatrischen Pflege, da sie das Potenzial hat, das Wohlbefinden und die Lebensqualität älterer Patient\*innen maßgeblich zu verbessern. Laut Nassif (2020) erweisen sich spezielle Mobilisationstechniken, beispielsweise die Spinalmobilisation mit Armbewegungen, als hochgradig effektiv in der Stimulation sensorischer Rezeptoren, was zu einer signifikanten Verbesserung der kinästhetischen Wahrnehmung führt. Hierbei werden die propriozeptiven Fähigkeiten fokussiert, die für die präzise Wahrnehmung von Gelenkpositionen und Bewegungsabläufen essentiell sind. Diese gesteigerte Wahrnehmung spielt eine entscheidende Rolle für die Autonomie im Alltag, da sie Patient\*innen eine verbesserte Kontrolle über ihre motorischen Funktionen ermöglicht und somit zu einer erhöhten Selbstständigkeit beiträgt.

Die Bedeutung eines individuell angepassten Bewegungsprogramms wird durch Schemmel (2020) unterstrichen, der darlegt, dass regelmäßige körperliche Aktivität ein Schlüsselement für die Aufrechterhaltung und Verbesserung von Muskelkraft und Gleichgewicht bei älteren Menschen darstellt. Dies verdeutlicht die Notwendigkeit, Bewegungspläne so zu gestalten, dass sie den einzigartigen Anforderungen jeder einzelnen Person gerecht werden. Durch die Anpassung solcher Trainingspläne an die individuellen Kapazitäten, können geriatrische Patient\*innen nicht nur ihre physische Autonomie bewahren, sondern auch das Risiko von Stürzen reduzieren, was wiederum zu einem sicheren alltäglichen Leben beiträgt.

Die Wahl der Bewegungstherapieform kann jedoch auch entscheidend sein, wie eine Analyse im "International Journal of Science and Healthcare Research" (2020) zeigt. Hierbei wurden Agilitätsübungen im Vergleich zu kinästhetischen Übungen im Hinblick auf Schmerzreduktion, Propriozeption und körperliche Funktion bewertet. Obwohl Agilitätsübungen in bestimmten Aspekten überlegen zu sein scheinen, legen die Ergebnisse nahe, dass eine Kombination beider Übungsformen anzustreben ist, um eine umfassende Verbesserung der Beweglichkeit zu erzielen. Die Implementierung einer solchen Kombination müsste sorgfältig auf die speziellen Ziele und Bedürfnisse der geriatrischen Patient\*innen abgestimmt werden.

Eine systematische Integration der kinästhetischen Mobilisierung in die Pflegepraxis wird von Maurer et al. (2018) als entscheidend für die Förderung der Motorik und allgemeinen Gesundheit betrachtet. Durch die Anwendung kinästhetischer Techniken können die Selbstwahrnehmung und -reflexion der Patient\*innen gesteigert werden, was eine effektivere Kommunikation und Zusammenarbeit zwischen Pflegekräften und Patienten ermöglicht. Die Beteiligung der Patient\*innen am therapeutischen Prozess wird verstärkt, wodurch ihre Fähigkeit, eigenständig zu agieren, gefördert wird. Dies spiegelt sich in einer verbesserten Autonomie und Lebensqualität wider.

Abschließend lässt sich festhalten, dass die kinästhetische Mobilisation ein unerlässlicher Bestandteil der geriatrischen Pflege ist. Sie trägt signifikant zur Verbesserung der Beweglichkeit bei, was sich direkt auf die Autonomie und das tägliche Wohlbefinden älterer Patient\*innen auswirkt. Eine kritische Auseinandersetzung mit der bedarfsorientierten Adjustierung der Mobilisations- und Bewegungsprogramme ist jedoch erforderlich, um die bestmöglichen Ergebnisse in der geriatrischen Pflege zu erzielen.

### 3.2 Steigerung des Wohlbefindens

Die kinästhetische Mobilisation ist eine therapeutische Strategie, welche das Ziel verfolgt, das Wohlbefinden geriatrischer Patient\*innen zu steigern. Hierbei wird eine ganzheitliche Perspektive eingenommen, die nicht nur die physischen, sondern auch die psychosozialen Aspekte der Gesundheit einbezieht. Die Auswirkungen kinästhetischer Mobilisationstechniken reichen von der Schmerzlinderung bis hin zur Förderung kognitiver Funktionen, was zu einer gesteigerten Lebenszufriedenheit beitragen kann.

Eine der Hauptkomponenten der Wohlbefindenssteigerung ist die Schmerzreduktion. Kinästhetische Mobilisationspraktiken können durch die Verbesserung der Körperwahrnehmung zu einer verminderten Schmerzwahrnehmung führen, was das psychosoziale Wohlbefinden erheblich verbessern kann. Studien belegen, dass eine gezielte propriozeptive Stimulation, die zu einer verbesserten Bewegungskoordination führt, auch eine Reduktion der Schmerzintensität bewirken kann (Pauls & Benzinger, 2024). Dies lässt sich darauf zurückführen, dass eine gesteigerte Körperwahrnehmung die Bewegungseffizienz fördert und somit zu einer geringeren Belastung einzelner Körperpartien führt, die oft Quellen chronischer Schmerzen



darstellen.

Darüber hinaus hat kinästhetische Mobilisation einen positiven Effekt auf das Empfinden von Selbstständigkeit bei geriatrischen Patient\*innen, was ebenfalls ein entscheidender Beitrag zur Lebensqualität ist. Die individuelle Anpassung von Bewegungsprogrammen kann ältere Personen dabei unterstützen, ihre physische Unabhängigkeit aufrechtzuerhalten oder wiederzugewinnen (Schemmel, 2020). Dieses Gefühl der Selbstständigkeit kann das Selbstwertgefühl steigern und zu einer aktiveren Teilnahme am sozialen Leben animieren.

Die Förderung von sozialer Einbindung durch Bewegungsinteraktion ist ein weiterer wichtiger Aspekt kinästhetischer Mobilisation. Gemeinsame Übungen bieten nicht nur die Gelegenheit zur physischen Betätigung, sondern auch zur sozialen Interaktion. Durch die Zusammenarbeit mit Therapeut\*innen und anderen Patient\*innen können soziale Fähigkeiten und Kommunikationsvermögen gestärkt werden. Die sozialen Interaktionen, die sich aus kinästhetischen Übungen ergeben, tragen dazu bei, das Gefühl von Isolation und Einsamkeit, welches häufig im Alter auftritt, zu mindern.

Kinästhetische Techniken können auch einen mildernden Einfluss auf depressive Symptome haben. Durch die aktive Bewältigung von Mobilitäts Herausforderungen können Patient\*innen ein verstärktes Gefühl von Kontrolle und Autonomie erfahren, was depressive Symptome reduzieren kann. Die Selbstwirksamkeit, die durch kinästhetisches Training entsteht, fördert nicht nur die physische Fitness, sondern wirkt sich auch positiv auf die psychische Stabilität aus (Lückhoff, 2014).

Die Verbesserung der allgemeinen Lebenszufriedenheit steht in direktem Zusammenhang mit der effektiven Anwendung kinästhetischer Übungen. Verbesserte körperliche Funktionsfähigkeit, geringere Schmerzempfindung und die Steigerung der autonomen Handlungsfähigkeit tragen zu einem erfüllteren Leben im Alter bei. Es ist allerdings anzumerken, dass diese Verbesserungen stark von der individuellen Anpassung und der Qualität der durchgeführten kinästhetischen Programme abhängen.

Darüber hinaus zeigen aktuelle Untersuchungen, dass regelmäßige kinästhetische Aktivitäten die kognitive

Funktion und geistige Wachheit fördern können. Besonders im Hinblick auf Gedächtnis, Aufmerksamkeit und Exekutivfunktionen könnten sich positive Effekte einstellen (Freiberg et al., 2016). Die Zusammenhänge zwischen physischer Mobilität und kognitiver Leistungsfähigkeit sind komplex und erfordern weitere Forschungen, um die bestehenden Hypothesen zu untermauern und ein tieferes Verständnis für die Wirkmechanismen zu entwickeln.

Des Weiteren verbessert kinästhetische Mobilisation die Möglichkeiten zur sozialen Partizipation und Kommunikation. Eine gesteigerte Körperbewusstheit und -wahrnehmung kann zu einer klareren und effektiveren Kommunikation zwischen Pflegenden und Gepflegten führen, was eine verbesserte Pflegequalität nach sich zieht (Schemmel, 2020; Lückhoff, 2014). Die Einbindung von kinästhetischer Mobilisation in die soziale Interaktion ist die Basis für eine inklusive Pflegeumgebung, in der die Bedürfnisse und Präferenzen jedes Einzelnen anerkannt und respektiert werden.

Abschließend lässt sich sagen, dass kinästhetische Mobilisation wesentlich zur Steigerung des Wohlbefindens geriatrischer Patient\*innen beitragen kann. Die Implementierung dieser Techniken in die Pflegepraxis erfordert jedoch eine sorgfältige Planung und Anpassung an die individuellen Bedürfnisse der Gepflegten, um die positiven Effekte zu maximieren. Weiterhin bedarf es einer ständigen Evaluation und Anpassung der angewendeten Methoden, um den sich wandelnden Anforderungen gerecht zu werden.

#### 4. Kinästhetik in der geriatrischen Pflegepraxis

Die Kinästhetik in der geriatrischen Pflegepraxis ist von zentraler Bedeutung für die Verbesserung der Mobilität und des Wohlbefindens älterer Patient\*innen. Im Fokus stehen dabei die verschiedenen Anwendungsgebiete und Interventionsansätze kinästhetischer Mobilisationstechniken sowie die notwendige Schulung des Pflegepersonals und die effektive Implementierung dieser Techniken in den Pflegealltag. Dieses Kapitel verknüpft die theoretischen und historischen Grundlagen mit praktischen Aspekten, um die Relevanz und Umsetzbarkeit in der Praxis zu verdeutlichen und damit die Gesamteffektivität der kinästhetischen Ansätze zu unterstreichen.

##### 4.1 Anwendungsgebiete und Interventionsansätze

Die Kinästhetik, eine Mobilisationstechnik, die sich durch die gezielte Nutzung von Bewegung und Berührung auszeichnet, findet vielfältige Anwendung in der geriatrischen Pflege. Sie trägt dazu bei, die körperliche Autonomie und Lebensqualität älterer Patient\*innen zu verbessern und fungiert als wichtige Säule in der Prävention von Sturzereignissen. Steigele (2015) verweist auf die positiven Effekte von kinästhetischen Mobilisationstechniken hinsichtlich des Gleichgewichts und der Koordination. Es zeigt sich, dass durch gezielte Bewegungsübungen und Positionswechsel die propriozeptiven Fähigkeiten und die Muskelkraft gestärkt werden, was essentiell zur Sturzprophylaxe beiträgt. Dies unterstreicht die Bedeutung dieser Methode in der Förderung der Eigenständigkeit und physischen Sicherheit.

Des Weiteren spielen kinästhetische Bewegungsprogramme eine zentrale Rolle bei der Unterstützung der Selbstpflege. Acklau et al. (2016) unterstreichen die Relevanz von ATP-G, einer auf dem Bobath-Konzept beruhenden Pflegemethode, die besonders auf die individuelle Mobilität und Selbstständigkeit abzielt. Durch die Anwendung kinästhetischer Techniken zur Stärkung der Bewegungsfähigkeit und -sicherheit im Alltag kann die Selbstpflegefähigkeit von geriatrischen Patient\*innen wesentlich unterstützt werden. Hierbei ist es entscheidend, dass die Pflegekräfte kinästhetische Prinzipien verstehen und anwenden können, um die Autonomie und Teilhabe der zu Pflegenden zu fördern.

Die Schmerzreduktion durch kinästhetische Mobilisationstechniken ist ein weiterer bedeutender Aspekt. Wie Lückhoff (2014) aufzeigt, können durch gezielte Positionswechsel und Bewegungen Schmerzen, insbesondere chronischer Natur, gelindert werden. Durch die verbesserte Körperbewusstheit und -kontrolle, die kinästhetische Übungen mit sich bringen, ist es möglich, Schmerzen zu minimieren und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Dieser positive Effekt auf das Schmerzempfinden verdeutlicht die Notwendigkeit einer praxisnahen und patientenorientierten Anwendung kinästhetischer Methoden.

Eine Herausforderung in der Pflegepraxis ist die individuelle Anpassung von kinästhetischen Techniken. Lückhoff (2014) hebt hervor, dass eine patientenorientierte Anpassung der Bewegungsinterventionen unerlässlich ist, um optimale Resultate zu erzielen. Die Pflegekräfte müssen in der Lage sein, die spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten der älteren Patient\*innen zu erkennen und entsprechende kinästhetische Maßnahmen flexibel anzupassen. Nur so kann eine ganzheitliche und wirkungsvolle Pflege

gewährleistet werden.

Ein weiteres Feld, in dem kinästhetische Mobilisation einen signifikanten Beitrag leistet, ist die Verbesserung der Atemfunktion und Selbstständigkeit bei geriatrischen Patient\*innen. Eisenschink et al. (2003) fanden heraus, dass die kinästhetische Mobilisation, im Vergleich zu standardmäßigen Methoden, die Atemfunktion nach einer aortalen Koronararterien-Bypass-Operation verbessern kann. Diese Erkenntnisse legen nahe, dass kinästhetische Übungen nicht nur in der Rehabilitation von operativen Eingriffen eine Rolle spielen sollten, sondern auch präventiv eingesetzt werden können, um die Selbstständigkeit und Lebensqualität älterer Menschen zu verbessern.

Abschließend ist zu betonen, dass die kinästhetische Mobilisation ein wertvolles Instrument in der geriatrischen Pflege darstellt. Sie zeigt nicht nur positive Auswirkungen auf die physische Mobilität, sondern auch auf das psychosoziale Wohlbefinden der Patient\*innen. Die Schulung des Pflegepersonals und die Überwindung von Implementierungshürden sind daher essenziell, um die Potenziale der kinästhetischen Mobilisation vollumfänglich zu nutzen.

#### 4.2 Schulung des Pflegepersonals und Implementierung

Um die Wirksamkeit kinästhetischer Mobilisationstechniken in der Pflegepraxis zu gewährleisten, ist es unerlässlich, dass Pflegefachkräfte qualifizierte Schulungen erhalten. Diese müssen auf die Vorkenntnisse und das Erfahrungsniveau der Pflegenden abgestimmt sein, um ein tiefgreifendes Verständnis für die kinästhetischen Konzepte zu entwickeln (Fringer et al., 2015). Die Schulungen sollten so konzipiert sein, dass sie nicht nur Wissen vermitteln, sondern auch die Integration dieses Wissens in die praktische Anwendung fördern. Es ist von großer Bedeutung, dass die Pflegenden lernen, kinästhetische Prinzipien nicht nur zu verstehen, sondern diese auch in individuell angepasste Bewegungs- und Berührungsvorgängen zu übersetzen.

Strukturierte Trainingsprogramme sind maßgeblich für die Entwicklung kinästhetischer Fertigkeiten, welche die Selbstständigkeit und Lebensqualität der zu Pflegenden begünstigen können (Gattinger, 2017). Solche

Trainingsprogramme eröffnen Pflegefachkräften die Möglichkeit, praktische Erfahrungen zu sammeln und die Auswirkungen der kinästhetischen Bewegungen direkt zu beobachten. Der Erfahrungsprozess ist dabei ausschlaggebend, um die Fähigkeit zu entwickeln, kinästhetische Interventionen situationsgerecht und personenbezogen anzuwenden.

Die Relevanz praxisnaher Schulungsmodule wird durch die Forschung deutlich unterstrichen. Durch Fallbeispiele und praktische Übungen können Pflegefachkräfte die Anwendung von kinästhetischen Techniken im Pflegealltag üben, wodurch das Bewusstsein für eine patientenzentrierte Vorgehensweise geschärft wird. Die Konfrontation mit realitätsnahen Pflegesituationen fördert dabei die kritische Reflexion eigener Handlungsweisen und unterstützt die Entwicklung eines adaptiven Pflegeverhaltens.

Fortbildungsmaßnahmen tragen wesentlich dazu bei, eine Kultur der kontinuierlichen professionellen Entwicklung zu schaffen (Carola et al., 2019). Indem Pflegefachkräfte ermutigt werden, sich stetig weiterzubilden, wird nicht nur die Pflegequalität verbessert, sondern auch ein Umfeld der beständigen Verbesserung etabliert. Dieses Umfeld ist entscheidend, um die Pflege an sich dynamisch weiterentwickelnde wissenschaftliche Erkenntnisse und Praxisanforderungen anzupassen.

Die kontinuierliche Unterstützung und Weiterbildung des Pflegepersonals ist für die Nachhaltigkeit und Weiterentwicklung kinästhetischer Kompetenzen unabdingbar. Da die Pflegepraxis sich kontinuierlich wandelt, müssen Auffrischkurse und Supervisionen regelmäßig stattfinden, um das Pflegepersonal in ihrer Kompetenz zu stärken und anzuleiten (Carola et al., 2019). Durch diese Maßnahmen kann das kinästhetische Wissen vertieft und die Qualität der Patientenbetreuung nachhaltig erhöht werden.

Mentoring-Programme und kollegialer Austausch haben sich als hilfreiche Instrumente erwiesen, die Implementierung kinästhetischer Prinzipien zu fördern und zu vertiefen. Durch den gegenseitigen Austausch von Erfahrungen und die direkte Unterstützung durch erfahrenere Kolleg\*innen, können Unsicherheiten abgebaut und die Anwendung von kinästhetischen Techniken im Pflegealltag erleichtert werden.

Um eine effektive Anwendung kinästhetischer Mobilisationstechniken zu sichern, ist zudem eine unterstützende Haltung der Pflegeleitung notwendig. Diese kann durch die Bereitstellung von Ressourcen

und strukturellen Rahmenbedingungen die Implementierung dieser Praktiken fördern. Es muss ein Arbeitsumfeld geschaffen werden, das Veränderungen und neue Ansätze in der Pflegepraxis begünstigt und das Pflegepersonal in seiner täglichen Arbeit wertschätzt.

Die Überwindung von Barrieren bei der Einführung von kinästhetischen Mobilisationstechniken erfordert die Analyse und das Verständnis des aktuellen Pflegekontextes. Herausforderungen wie Personalengpässe, begrenzte zeitliche Ressourcen und finanzielle Restriktionen können die Implementierung erschweren (Carola et al., 2019). Um diese Barrieren zu überwinden, sind Anpassungen der Organisationsstrukturen erforderlich, die es ermöglichen, kinästhetische Techniken in den Pflegealltag zu integrieren. Zudem können Pilotprojekte und Erfolgsbeispiele andere Pflegeeinrichtungen ermutigen, kinästhetische Praktiken zu übernehmen.

Für eine fundierte Evaluierung kinästhetischer Kompetenzen des Pflegepersonals muss eine objektive Messung dieser Fertigkeiten erfolgen, um die Pflegequalität zu sichern (Gattinger et al., 2018). Das Kinaesthetics Competence Observation (KCO) Instrument ermöglicht dabei eine genaue Beurteilung der praktischen Umsetzung kinästhetischer Fähigkeiten durch das Pflegepersonal (Gattinger, 2017). Schlussendlich ist eine kontinuierliche Evaluierung der Kompetenzen grundlegend, um gezielte Personalentwicklungsmaßnahmen einzuleiten und so die Qualität der kinästhetischen Pflege stetig zu verbessern.

## 5. Literatur-Analyse zur Effektivität

In diesem Kapitel steht die systematische Analyse der Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken im Mittelpunkt, basierend auf der aktuellen Forschungsliteratur. Der Fokus liegt auf den Einflussfaktoren und Ergebnissen ausgewählter Studien sowie der vergleichenden Diskussion dieser Forschungsergebnisse. Diese Analyse dient dazu, die bisherigen theoretischen und praktischen Grundlagen der Arbeit durch empirische Evidenz zu untermauern und konkretisiert die Relevanz kinästhetischer Techniken für die geriatrische Pflegepraxis.

### 5.1 Einflussfaktoren und Ergebnisse ausgewählter Studien

Der Einsatz kinästhetischer Mobilisationstechniken in der Pflege geriatrischer Patient\*innen wird in der aktuellen Forschungsliteratur kontrovers diskutiert. Im Fokus steht dabei die Frage, ob diese Techniken effektiv dazu beitragen können, die Beweglichkeit zu steigern und das Wohlbefinden der Patient\*innen zu erhöhen.

Freiberg et al. (2016) erkunden die Auswirkungen kinästhetischer Mobilisation auf die Minimierung muskuloskelettaler Beschwerden und die Reduktion der wahrgenommenen Anstrengung bei Pflegefachpersonen. Ihre Ergebnisse weisen darauf hin, dass kinästhetische Ansätze das Potenzial haben, die physische Belastung zu senken und dadurch indirekt das Bewegungspotenzial der Patient\*innen zu fördern. Eine solche Verminderung der Anstrengung könnte es den Pflegefachpersonen ermöglichen, die Patient\*innen stärker in den Mobilisationsprozess einzubeziehen und ihnen dabei zu helfen, ihre Selbstständigkeit zu wahren. Allerdings unterstreicht die Studie auch die begrenzte Qualität der verfügbaren Evidenz, was die Notwendigkeit weiterführender Forschung unterstreicht.

Eine verbesserte physische Mobilität kann auch wesentlich zur Steigerung der Lebensqualität beitragen. Die Reduktion muskuloskelettaler Beschwerden erlaubt es Patient\*innen, ihre täglichen Aktivitäten leichter auszuführen, was zu mehr Unabhängigkeit führen kann. Darüber hinaus könnte eine gesteigerte Autonomie das Gefühl von Selbstwirksamkeit erhöhen und somit das allgemeine Wohlbefinden positiv beeinflussen.

Die Notwendigkeit, die Langzeiteffekte kinästhetischer Mobilisationstechniken auf muskuloskelettale Beschwerden und Beweglichkeit eingehender zu erforschen, wird durch Freiberg et al. (2016) betont. Zukünftige Studien sollten also darauf abzielen, höhere Evidenzstandards zu erreichen und die beobachteten Effekte über längere Zeiträume zu bestätigen.

In Bezug auf die Atemfunktion zeigen Eisenschink et al. (2003), dass kinästhetische Mobilisationstechniken eine überlegene Wirkung gegenüber der Standardmobilisation bei Patient\*innen nach aortaler Koronararterien-Bypass-Chirurgie aufweisen. Die Atemfunktion ist für die postoperative Genesung und Rehabilitation von zentraler Bedeutung, da eine verbesserte Atmung es Patient\*innen ermöglicht, aktiver am

eigenen Heilungsprozess teilzunehmen. Somit könnten solche Techniken auch in präventiven Maßnahmen zur Förderung der Atemfunktion und Erhaltung der Selbstständigkeit in der geriatrischen Pflege eingesetzt werden.

Nassif (2020) beleuchtet die kinästhetische Wahrnehmung als Grundlage für die Behandlung chronischer Zervikalradikulopathie. Die Studie ergab eine signifikante Verbesserung der kinästhetischen Wahrnehmung durch Spinalmobilisation mit Armbewegungen. Kinästhetische Wahrnehmung ist vor allem für geriatrische Patient\*innen von Bedeutung, da eine erhöhte Körperwahrnehmung dazu beiträgt, Alltagsaktivitäten sicherer auszuführen und Stürze zu vermeiden.

Die aktuelle Forschung sieht sich jedoch mit einer Herausforderung konfrontiert: Die Evidenzqualität zu kinästhetischen Mobilisationstechniken ist laut Freiberg et al. (2016) sehr gering. Um einen zuverlässigen wissenschaftlichen Diskurs zu gewährleisten, bedarf es Studien mit stärkeren methodischen Designs und interdisziplinäre Ansätze, die die vielseitigen Auswirkungen auf physische, psychische und soziale Aspekte der Patientenversorgung umfassender erfassen.

Abschließend lässt sich feststellen, dass die vorliegenden Studien erste positive Hinweise auf die Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken in der Pflegepraxis liefern. Jedoch ist es notwendig, die Forschungsbemühungen zu intensivieren, um die Methodik zu verfeinern und die Qualität der Evidenz zu erhöhen. Dadurch kann ein Beitrag zur Entwicklung präziserer und patientenorientierter Pflegeinterventionen geleistet werden, die das Wohlbefinden geriatrischer Patient\*innen umfassend fördern.

## 5.2 Vergleich und Diskussion der Forschungsergebnisse

Die Messung von Kompetenzen in der Kinästhetik nimmt eine Schlüsselrolle ein, um die Wirksamkeit der Mobilisationstechniken zu beurteilen und damit eine hochwertige Pflege zu gewährleisten. Das Kinaesthetics Competence Observation (KCO) Instrument ermöglicht eine solche Evaluierung und ist von zentraler Bedeutung für die praxisorientierte Weiterentwicklung des Pflegepersonals (Gattinger et al., 2018). Dabei ist es essenziell, dass die Validität und Reliabilität des Instruments stetig überprüft werden, um eine konsistente und realitätsnahe Bewertung der Mobilitätsunterstützungskompetenzen zu gewährleisten. In der



Auseinandersetzung mit dem KCO-Instrument gilt es, dessen Zuverlässigkeit zu prüfen, indem untersucht wird, ob wiederholte Messungen unter identischen Bedingungen konsistente Ergebnisse liefern. Des Weiteren ist die Konstruktvalidität von Bedeutung, also ob das Instrument tatsächlich die Kompetenz in Kinästhetik erfasst. Im Kontext der Praktikabilität muss der Einsatz des KCO-Instruments im Pflegealltag hinsichtlich des benötigten Zeitaufwandes und der verfügbaren Ressourcen für Schulungen und Evaluierungen reflektiert werden. Ein transparentes Verfahren der Kompetenzbewertung und die Möglichkeit zu regelmäßigen Reflexionsgesprächen tragen dazu bei, die Implementierung kinästhetischer Prinzipien zu optimieren.

In der Reflexion der Perzeption und Praxis in der Kinästhetik offenbaren sich bisweilen Diskrepanzen zwischen der Selbstwahrnehmung von Pflegekräften und den objektiven Gegebenheiten. Die subjektive Einschätzung scheint oft positiv zu sein, wie die Bewertungen der Pflegekräfte zeigen, die ihre eigenen kinästhetischen Kompetenzen als sehr gut einstufen (Gattinger et al., 2018). Gleichzeitig beeinflussen organisatorische Rahmenbedingungen und personelle Faktoren maßgeblich die reale Implementierungseffektivität (Carola et al., 2019). Aus dieser Gegenüberstellung ergeben sich wichtige Ansatzpunkte für die Entwicklung von Schulungen, welche die Selbstwahrnehmung mit objektiven Messungen in Einklang bringen. Ein vertieftes Verständnis für die implementierungsrelevanten Rahmenbedingungen in der Pflegepraxis trägt dazu bei, mögliche Fehleinschätzungen des Pflegepersonals aufzudecken und zielgerichtete Fortbildungsmaßnahmen zu entwickeln.

Die Bewegungsförderung ist eine zentrale Facette der kinästhetischen Mobilisation und trägt wesentlich zur Gesundheit und zum Wohlbefinden geriatrischer Patient\*innen bei (Pauls & Benzinger, 2024). Eine individualisierte Anpassung der Bewegungsprogramme, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Patient\*innen eingehen, ist dabei von großem Nutzen. Durch die Erweiterung des Bewegungsspektrums und die Förderung der Selbstständigkeit kann die Lebensqualität signifikant erhöht werden. In der Synthese von Bewegungsförderung und patientenzentrierter Pflege wird daher die Notwendigkeit eines holistischen Ansatzes deutlich, bei dem kinästhetische Praktiken als integraler Bestandteil des Pflegeprozesses verstanden werden. Die Studien von Pauls & Benzinger (2024) bieten hierfür wichtige Anhaltspunkte und sollten in die Weiterentwicklung kinästhetischer Programme integriert werden.

Im Hinblick auf die Pflegepraxis und Forschungsentwicklung lässt sich aus den Erkenntnissen zu kinästhetischen Mobilisationstechniken ein konkreter Handlungsbedarf ableiten. Es bedarf strukturierter Fortbildungen und einer zielgerichteten Personalentwicklung, um das Pflegepersonal in den kinästhetischen Kompetenzen zu fördern (Gattinger et al., 2017). Gleichzeitig ist es notwendig, die Forschungsbemühungen zu intensivieren und die Langzeiteffekte der Kinästhetik auf die Beweglichkeit und das Wohlbefinden der Patient\*innen zu untersuchen. Die Studien von Pauls & Benzinger (2024) legen nahe, dass dafür eine Kombination aus evidenzbasierten Bewegungsprogrammen und einem tiefen Verständnis für die individuellen Bedürfnisse geriatrischer Patient\*innen notwendig ist. Dadurch kann ein fundierter Beitrag zur Entwicklung präziserer und patientenorientierter Pflegeinterventionen geleistet werden.

## 6. Fazit

Die Zielsetzung dieser Hausarbeit bestand darin, die Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken zur Förderung der Beweglichkeit und des Wohlbefindens geriatrischer Patient\*innen in der Pflegepraxis zu analysieren und zu diskutieren. Im Rahmen der umfangreichen Literatur-Analyse wurde untersucht, wie diese Techniken das physische und psychische Wohl der Patient\*innen beeinflussen und welche Voraussetzungen für ihre erfolgreiche Implementierung notwendig sind. Durch die systematische Auseinandersetzung mit vorhandenen Studien und Theorien konnte ein umfassendes Bild der theoretischen Grundlagen, historischen Entwicklung und praktischen Anwendung kinästhetischer Mobilisationstechniken gezeichnet werden.

Der Hauptteil der Arbeit hat deutlich gezeigt, dass kinästhetische Mobilisationstechniken eine maßgebliche Verbesserung der Beweglichkeit geriatrischer Patient\*innen ermöglichen. Es wurde dargelegt, dass durch gezielte Bewegungserfahrungen und die Sensibilisierung für Bewegungsabläufe die propriozeptiven Fähigkeiten der Patient\*innen gestärkt werden, was zu einer verbesserten körperlichen Autonomie führen kann. Die individuelle Anpassung von Bewegungsprogrammen und die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Pflegekräften und Therapeut\*innen wurden dabei als zentrale Erfolgsfaktoren identifiziert. Zudem wurde die Bedeutung einer fundierten Schulung des Pflegepersonals hervorgehoben, um die Wirksamkeit

dieser Techniken in der Praxis zu gewährleisten.

Ebenso wurde im Hauptteil die Bedeutung kinästhetischer Mobilisationstechniken für die Steigerung des Wohlbefindens umfassend beleuchtet. Es wurde aufgezeigt, dass durch die Reduktion von Schmerzen, die Förderung der Selbstständigkeit und die Verbesserung der sozialen Interaktion das psychosoziale Wohlbefinden der Patient\*innen erheblich gesteigert werden kann. Besondere Aufmerksamkeit wurde der Rolle kinästhetischer Übungen in der Schmerzreduktion und der Prävention von Depressionen gewidmet. Es wurde deutlich, dass diese Techniken nicht nur die physische Fitness, sondern auch die psychische Stabilität und die Lebenszufriedenheit der Patient\*innen positiv beeinflussen.

In der Auseinandersetzung mit der aktuellen Forschungsliteratur zur Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken wurde festgestellt, dass trotz erster vielversprechender Ergebnisse die Evidenzlage noch verbesserungswürdig ist. Insbesondere die Langzeiteffekte dieser Mobilisationstechniken auf die Beweglichkeit und das Wohlbefinden geriatrischer Patient\*innen bedürfen weiterer erfahrungsbasierter und methodisch fundierter Studien. Zudem wurde der Bedarf an objektiven Messinstrumenten zur Evaluierung der kinästhetischen Kompetenzen des Pflegepersonals hervorgehoben, um die Qualität der Pflege nachhaltig zu sichern und weiterzuentwickeln.

Die Ergebnisse dieser Hausarbeit ordnen sich in den größeren Forschungszusammenhang der Pflegepraxis ein und leisten einen Beitrag zur fundierten Diskussion über die Integration kinästhetischer Mobilisationstechniken. Durch die detaillierte Analyse und Diskussion der aktuellen Studienlage wird die Relevanz dieser Techniken für die geriatrische Pflegepraxis unterstrichen und der Weg für zukünftige Forschungsanstrengungen aufgezeigt. Die in dieser Arbeit entwickelten Ansätze und Empfehlungen können dabei als Ausgangspunkt für weiterführende Studien und Praxisprojekte dienen, die darauf abzielen, die pflegerische Versorgung älterer Menschen kontinuierlich zu verbessern.

Ein Ausblick auf zukünftige Forschungstätigkeiten zeigt, dass es notwendig ist, die methodischen Ansätze zur Erforschung der Effektivität kinästhetischer Mobilisationstechniken weiter zu verfeinern und die bestehenden Evidenzlücken zu schließen. Darüber hinaus sollten zukünftige Studien die Langzeiteffekte dieser Techniken auf die körperliche und psychische Gesundheit älterer Patient\*innen umfassend

untersuchen und mögliche Barrieren bei der Implementierung dieser Techniken in die Pflegepraxis identifizieren. Dies könnte zur Entwicklung präziserer kinästhetischer Programme und Schulungskonzepte führen, die die Bedürfnisse der geriatrischen Patient\*innen noch besser berücksichtigen.

Abschließend lässt sich festhalten, dass kinästhetische Mobilisationstechniken einen bedeutenden Beitrag zur Förderung der Beweglichkeit und des Wohlbefindens geriatrischer Patient\*innen leisten können. Die Ergebnisse dieser Hausarbeit betonen die Notwendigkeit einer fundierten Ausbildung des Pflegepersonals und einer interdisziplinären Herangehensweise, um das volle Potenzial dieser Techniken zu nutzen. Die Hoffnung besteht darin, dass die gewonnenen Erkenntnisse dazu beitragen, kinästhetische Mobilisationstechniken vermehrt in der Pflegepraxis zu integrieren und dadurch die Lebensqualität älterer Patient\*innen nachhaltig zu verbessern.