

Wahrnehmung fördern

Immobilität geht mit dem Verlust der eigenen Körperwahrnehmung einher, da das Gehirn kaum Informationen über das Bewegungssystem enthält. Aber die braucht es unbedingt, um mit der Umwelt in Kontakt treten zu können. Die Betroffenen können schon kleinste und völlig normale Situationen nicht mehr in den richtigen Sinnzusammenhang bringen und empfinden sie deshalb häufig als Bedrohung. Die Folge ist Unsicherheit und Angst – und Ablehnung. Betreuungsangebote können auch am Bett erfolgen. Und wenn sie nach etwas anderen Maßstäben gestaltet werden, können sie das Geschehen positiv beeinflussen. Durch Rituale lassen sich beispielsweise die Begrüßung und Verabschiedung der Betroffenen konsequent auf dieselbe Art und Weise gestalten. Das entschärft die genannten Situationen und die Betroffenen können sich besser auf die Angebote einlassen. Aber auch durch den gezielten Einsatz von Berührungsreizen im Sinne von Druck wird der Körper besser spürbar. Diesen können Betreuungskräfte über die Hände oder über einfache Materialien ausüben. Kleine Dinge, die weit mehr bezwecken als Beschäftigung. Denn sie schaffen Sicherheit und Vertrauen.

Autorin: Barbara Schubert, Diplom Pflege- und Gesundheitswissenschaftlerin, Lerncoach, Physiotherapeutin, selbstständige Autorin, Gutachterin, Dozentin und Trainerin, www.wollen-können-tun.de

LERNZIELE

- Wenn Sie diese Fortbildungseinheit gelesen haben ...
- kennen Sie den Wahrnehmungsprozess mit seinen 5 Phasen.
 - wissen Sie, wie wichtig das Körpergefühl für die Kontaktaufnahme mit der Umwelt ist.
 - haben Sie Ihr eigenes Körpergefühl durch 2 einfache Tests überprüft.
 - setzen Sie bei der Begegnung von Menschen mit eingeschränkter Körperwahrnehmung ganz bewusst Rituale ein.
 - vermitteln Sie den Betroffenen Druckreize, die die Körperwahrnehmung unterstützen.
 - beobachten Sie die Reaktionen der Betroffenen nach festgelegten Kriterien.
 - erfahren Sie anhand eines Fallbeispiels, wie die Förderung der Körperwahrnehmung in der Praxis aussehen könnte.

STICHWÖRTER

Immobilität, Körperwahrnehmung, Körpergefühl, Körperschema, Begrüßungsritual, Druck, Berührung, Berührungsreize

Entwicklung und Verlust der Körperwahrnehmung

Sich bewegen heißt, sich spüren. Wer aufhört, sich zu bewegen, hört auch auf, sich zu spüren. Mit weitreichenden Folgen. Kinder erkunden ihren Körper bis zur Einschulung fast ausschließlich durch Bewegung. Nach Jean Piaget, dem Vater der Entwicklungspsychologie, ist die Entwicklung des sogenannten Körperschemas, auch Körperbild oder Körpergefühl genannt, erst mit 7 Jahren abgeschlossen. (1) Dabei entwickeln sie ein immer genaueres Wissen über den Körper, seine Bewegungsmöglichkeiten und -grenzen. Das Körpergefühl vermittelt seinem Besitzer wichtige Informationen über Körperlage und -bewegungen von innen heraus. Kinder können nicht durch bloßes Erklären verstehen, dass jede Hand 5 Finger hat oder wie es sich anfühlt, wenn man in die Hocke geht. All das müssen sie selbst erfahren, indem sie ihren Körper bewegen. In diesem Lernprozess entstehen Erfahrungen, die abgespeichert und immer wieder abgerufen werden können. Nach und nach können die Kinder ihren Körper immer zielgerichteter und sicherer einsetzen. Immobilität dagegen wirkt sich negativ auf das Körpergefühl aus, das Wissen um den eigenen Körper bildet sich zurück. Das kann bis zum völligen Verlust der Körperwahrnehmung führen und die Kommunikation mit anderen drastisch erschweren.

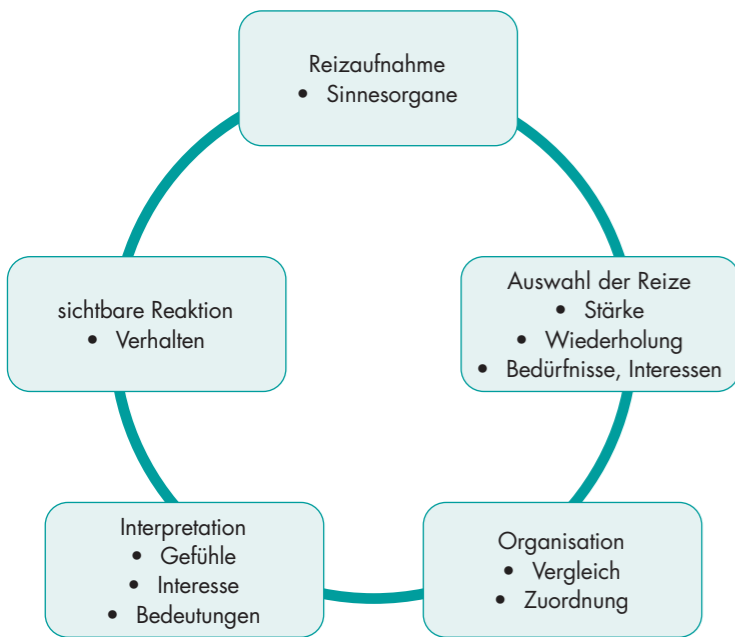


Abb. 1: Die 5 Phasen des Wahrnehmungsprozesses

Menschen lernen mit allen Sinnen – und natürlich mit dem Gehirn. Die Sinnesorgane nehmen die verschiedenen Reize auf, im Gedächtnis werden nur die wichtigsten ausgewählt. Nur sie gelangen ins Bewusstsein. Welche Reize das sind, hängt von verschiedenen Faktoren ab: Die Reizstärke, die Anzahl der Wiederholungen, aber auch die individuellen Bedürfnisse und Interessen entscheiden darüber, mit welchen Reizen Menschen sich auseinandersetzen. Nur die „wichtigen“ Reize werden im Langzeitgedächtnis mit den bereits gespeicherten Erfahrungen verglichen und anschließend abgelegt. (2) Bei der Interpretation und Bewertung der Reize spielen Gefühle und individuelles Interesse eine große Rolle, denn alles, was wir erleben, bekommt eine subjektive Bedeutung – oder auch nicht. All das lässt sich nicht von außen beobachten. Sichtbar wird nur die Ant-

wort auf den Reiz, und die zeigt sich im Verhalten der Menschen.

Auch das Bewegungssystem informiert das Gehirn ständig über das Tun der einzelnen Körperabschnitte, ihre Abmessungen zueinander, die aktuelle Muskelspannung und die Stellung im Raum. (3)

Das Bewegungssystem benötigt Druck und Zug, um sich bilden und erhalten zu können. Alle menschlichen Bewegungen bestehen aus einem Wechsel dieser beiden Reize. Aus den Gelenken, Muskeln und Sehnen erhält das Gehirn ununterbrochen aktuelle Informationen über deren Position und Aktivitätsgrad. Menschen, bei denen dieses System einwandfrei funktioniert, können jederzeit ohne Kontrolle durch die Augen beschreiben, welche Stellungen ihre Gelenke im Augenblick haben und in welche Richtung der Körper sich bewegt bzw. durch andere bewegt wird.

Nehmen Sie sich einmal einen Moment Zeit und überprüfen Sie, am besten gemeinsam mit einem Partner, mit den beiden folgenden Selbsttests Ihr eigenes Raumlage- und Bewegungsempfinden.

Eine intakte Körperwahrnehmung ist die Grundlage für eine zielgerichtete Auseinandersetzung mit der dinglichen und sozialen Umwelt. Denn nur, wer seinen eigenen Körper spüren und kontrollieren kann, ist in der Lage, sich auf (sich ändernde) Situationen außerhalb des eigenen Körpers einzulassen.

Wenn Menschen sich wenig oder gar nicht mehr eigenständig bewegen (können), sind die Informationen, die das Gehirn aus dem Bewegungssystem erhält, deutlich reduziert. Sie verlieren die Orientierung am eigenen Körper und versuchen, dieses Wahrnehmungsdefizit unermüdlich auszugleichen. Das hat weitreichende Folgen: Wenn eine Betreu-



Stock | #38703998

ungskraft auf einen immobilen Menschen zugeht und ihn berührt oder bewegt (ein einfaches Händeschütteln kann schon ausreichen), kann er diesen Reiz häufig nicht klar einordnen und in einen Sinnzusammenhang bringen. Der Betroffene erlebt kleinste und von außen betrachtet völlig normale Situationen sehr extrem und bedrohlich. Er kann Situationen nicht mehr einschätzen und nimmt deshalb selbst Hilfeleistungen nicht selten als Bedrohung wahr. Die Folge sind Angst und Unsicherheit, was sich häufig in Form von Abwehrverhalten zeigt. Außenstehende verstehen diese Reaktion nicht. Sie erscheint ihnen als unangemessen. Ein Hamsterrad, aus dem es einen Ausweg gibt.

Fallbeispiel

Frau Groß lebt seit 3 Jahren in einem Seniorenstift. Bis vor 5 Monaten lief sie selbstständig mithilfe eines Rollators und benötigte lediglich Unterstützung bei der Morgen- und Abendpflege. Sie nahm gerne an den Beschäftigungsangeboten teil und brachte die Gruppen mit ihrer fröhlichen Art immer gut in Bewegung. Dann stürzte Frau Groß

DAS KÖRPERGEFÜHL ALS VORAUSSETZUNG FÜR HANDLUNGSFÄHIGKEIT

bei ausreichender Mobilität

Das Bewegungssystem informiert das Gehirn ununterbrochen über seine Gelenkstellungen und Muskelaktivität.

Folge: Der Betroffene kann sich jederzeit zielgerichtet und sinnvoll mit anderen Personen und der Umwelt auseinandersetzen.

bei Immobilität

Das Gehirn erhält wenig oder keine Informationen aus dem Bewegungssystem über seine Gelenkstellungen und Muskelaktivität.

Folge: Der Betroffene wird zunehmend unsicherer. Er kann sich kaum oder nicht mehr zielgerichtet und sinnvoll mit anderen Personen und der Umwelt auseinandersetzen.

Raumlageempfinden	Bewegungsempfinden
Bringen Sie Ihren Körper in eine bequeme Position. Bewegen Sie sich dann nicht mehr und schließen Sie, wenn möglich, Ihre Augen. Beantworten Sie anschließend die folgenden Fragen, ohne Ihren Körper dabei zu bewegen oder anzuspannen. Sie können eine andere Person bitten, Ihnen die Fragen zu stellen, oder den zu dieser Lerneinheit zugehörigen Podcast auf der E-Learning-Plattform zu Hilfe nehmen: <ul style="list-style-type: none"> • Welche Körperteile berühren den Boden? • Welche Stellung hat mein linker Fuß/rechtes Knie o. Ä.? • Wie fühlt sich mein rechter Kleinfinger an? Ist er eher gebeugt oder gestreckt? • Berührt er einen Gegenstand oder ein anderes Körperteil? • Wenn ich die Augen jetzt öffnen würde, wohin würde ich schauen? Nach vorn, nach unten, nach oben, zur Seite? Wenn Sie diese Fragen sicher beantworten können, funktioniert Ihr Raumlageempfinden problemlos.	Suchen Sie sich eine bequeme Stellung im Liegen oder Sitzen und schließen Sie dann die Augen. Ein Partner bewegt nun Ihren Zeigefinger oder Ihre Großzehe mehrfach in Richtung Streckung und Beugung. Ihre Aufgabe ist es, zu spüren und zu benennen, in welche Richtung die jeweilige Bewegung stattgefunden hat. Diese Übung wird mehrfach wiederholt. Bei uneingeschränktem Bewegungsempfinden können Sie für alle Einzelbewegungen die korrekte Richtung angeben.

Tabelle 1: Selbsttests zur Überprüfung der eigenen Körperwahrnehmung

und brach sich den Oberschenkelhals. Im Krankenhaus bekam sie ein neues Hüftgelenk. Zuerst sah es so aus, als würde sie sich gut davon erholen, aber dann infizierte sich die Wunde und Frau Groß verbrachte 6 Wochen im Krankenhaus.

Als sie ins Pflegeheim zurückkehrte, war sie völlig verändert. Sie konnte sich kaum noch selbst bewegen und die Lebensfreude war aus ihrem Gesicht verschwunden. Anfangs hat sie noch etwas gesprochen, aber mittlerweile reagiert sie kaum noch auf Ansprache. Sie verbringt die meiste Zeit des Tages im Bett und starrt ins Leere. Ihre Muskeln sind sehr stark unter Spannung. Ihre Atmung wird unruhig, sobald jemand das Zimmer betritt. Und sie reagiert auf Berührungsreize mit deutlicher Ablehnung. Das äußert sich in Form einer stark ansteigenden Körperspannung und in Form von Stöhnenlauten.

Frau Groß aus dem Fallbeispiel ist kein Einzelfall. Durch den plötzlichen Sturz wurde sie in ein Krankenhaus gebracht. Dort war sie vielen unbekannten Eindrücken ausgesetzt: der fremden Umgebung, den vielen unbekanntem Gesichtern, den verschiedenen Untersuchungen und ihrer eingeschränkten Bewegungsfähigkeit. Möglicherweise hatte sie auch Angst, was auf sie zukommt, und Sorge, ob alles wieder gut wird. Nach der Operation hatte sie starke Schmerzen und konnte ihre Lage im Bett nicht selbstständig verändern. Dadurch verlor sie das Gefühl für den eigenen Körper. Auch ihre Aussicht aus der Rückenlage im Bett heraus bot ihr wenig Abwechslung. Eine Zimmerdecke im Krankenhaus bietet im Regelfall nicht allzu viele Reize. Die Lampe könnte blenden und eine Uhr darauf hinweisen, wie langsam die Zeit vergeht. Hinzu kommen Medikamente, die die Orientierungsfähigkeit zusätzlich beeinträchtigen können. Nicht selten dauert es nur wenige Stunden

SITUATIONEN VORHERSEHBAR MACHEN: MEHRERE SINNE GLEICHZEITIG ANSPRECHEN

Auge: Treten Sie so an den Betroffenen heran, dass er Sie möglichst jederzeit sehen kann.

Körpergefühl: Berühren Sie den Betroffenen mit einem flächigen Druck an Hand, Arm oder Schulter.

Ohr: Sprechen Sie den Betroffenen freundlich mit Namen an.

Auge: Nehmen Sie Blickkontakt auf und halten Sie ihn aufrecht.

Ohr: Geben Sie einfache und kurze Informationen über das geplante Geschehen.

bis Tage, bis sich eine Wahrnehmungsbeeinträchtigung manifestiert, die immer mehr mit einer Verhaltensveränderung einhergeht.

Betreuungskräfte haben verschiedene Möglichkeiten, positiven Einfluss auf das Geschehen zu nehmen. Eine Einzelbetreuung kann durchaus am Bett erfolgen. Nach etwas anderen Maßstäben gestaltet, kann sie die Situation für Frau Groß entspannen.

Die Körperwahrnehmung fördern

Diese Fortbildungseinheit macht einen Vorschlag, wie Betreuungskräfte über den Einsatz von Ritualen Kontakt zu Betroffenen aufbauen und wie sie ihnen mit Druck dazu verhelfen können, den eigenen Körper wieder zu spüren. Ziel ist es, eine Basis zu schaffen, auf der Kommunikation – wenn auch in einer anderen Form, wo Worte weniger wichtig sind – möglich wird. Es folgen einfache Beispiele, wie Betreuungskräfte einen vertrauensvollen Kontakt herstellen und die Körperwahrnehmung der Bewohner steigern können.

Kontakt über Rituale

Menschen, deren Körperwahrnehmungsfähigkeit beeinträchtigt ist, reagieren häufig mit Ablehnung auf überraschende Reize. Um dies zu verhindern, können Betreuungskräfte Situationen vorhersehbar machen und damit entschärfen, z. B. durch den Einsatz von Begrüßungsritualen. Rituale kündigen bestimmte Situationen immer wieder auf dieselbe Art und Weise klar und deutlich an. Darüber machen die Betroffenen wiederholt die Erfahrung, dass die dem Ritual folgende Handlung für sie ungefährlich ist, und sie können sich besser darauf einlassen. Besonders effektiv sind Rituale, wenn sie gleichzeitig über mehrere Sinneskanäle wirken. Denn wenn eine Nachricht gleichzeitig hörbar, sichtbar und spürbar ist, wird sie besser erkannt und richtig gedeutet.

Ein Vorschlag in Anlehnung an das Fallbeispiel: Die Betreuungskraft Frau Berger betritt das Zimmer von Frau Groß möglichst sicht- und hörbar und geht dann direkt zu ihr ans Bett. Nach Möglichkeit haben beide die ganze Zeit über Sichtkontakt. Während sie sie mit Namen begrüßt, berührt sie sie mit einem flächigen und deutlich spürbaren Händedruck am Handrücken und/oder an der Schulter. Dabei positioniert sie ihren eigenen Körper so, dass ein gegenseitiger Blickkontakt möglich ist. Anschließend erklärt Frau Berger in einfachen und kurzen Sätzen und mit freundlicher Stimme und Mimik den Grund ihres Besuchs. Alle genannten Einzelinformationen sind gut aufeinander abgestimmt. Eine wichtige Voraussetzung dafür, dass Missverständnis-

se vermieden werden. Frau Groß kann die Reize in einen Sinnzusammenhang bringen, wenn sie dieses Prozedere einige Male erlebt hat. Aber nicht nur bei der Kontaktaufnahme, auch der der Verabschiedung sind Rituale hilfreich: Sie setzen einen klaren Schlusspunkt und Frau Groß lernt zu erkennen, wann das Betreuungsangebot beendet ist.

Mit Druckreizen arbeiten

Erwachsene Menschen, die einmal eine intakte Körperwahrnehmung hatten, besitzen – im Gegensatz zu Menschen, die mit einem Handicap geboren wurden – auch nach einem Ereignis, das zu Immobilität führt, ein großes Repertoire an gespeicherten Bewegungserfahrungen. Auf diese können Betreuungskräfte in der Wahrnehmungsförderung zurückgreifen. Indem sie immobilen Menschen mit den Händen Druckreize geben, helfen sie ihnen, diese Erfahrungen wieder abzurufen und den eigenen Körper wieder zu spüren. Das ist in jeder Körperposition möglich und lässt sich gut in viele Alltagsaktivitäten einbinden. Es ist eine Art „Massage“ in der Tiefe des Körpers. Der Druck muss deutlich und kräftig sein. Er hilft auch, die Körpergrenzen bewusst wahrzunehmen. (4) Ein sanftes Streichen über die Haut kann diese Informationen nicht vermitteln, da es an der Oberfläche bleibt und nicht im Bewegungssystem ankommt.

Dabei passiert eine ganze Menge: Die Betroffenen spüren ihren Körper bewusst und deutlich und lenken ihre Aufmerksamkeit in sich hinein. Gleichzeitig bauen sie Vertrauen zur Kontaktperson auf, da ihre Anwesenheit mit positiven Gefühlen verbunden ist. Dass ihnen das guttut, müssen sie nicht explizit sagen – das lässt sich an verschiedenen Reaktionen beobachten: Die Atmung wird ruhiger und die Pulsfrequenz sinkt. Die Augen verlieren ihren ängstlichen Blick und das Gesicht entspannt sich. Vielleicht entstehen einige Seufzer oder jemand beginnt zu gähnen. Im Verlauf lassen die Abwehrreaktionen nach, die Muskelspannung reguliert sich und die Gelenke werden beweglicher.

Fortsetzung Fallbeispiel

Die Betreuungskraft Frau Berger gibt, nachdem sie Frau Groß begrüßt und ihr Anliegen mitgeteilt hat, mit ihren Händen einen flächigen, rhythmischen und deutlich spürbaren Druck auf deren Muskeln und Gelenke. Dies kann sie an einem beliebigen Körperabschnitt tun, z. B. an einem Arm. Dadurch reizt sie die Rezeptoren in Gelenken, Muskeln und Sehnen. Diese Reize sind stark genug, um ans Gehirn weitergeleitet zu werden. Klare und eindeutige Reize kann das Gehirn leichter verarbeiten und die Informationen aus dem Körper werden Frau Groß bewusst. Frau Berger achtet darauf, dass sie die Druckreize nicht zu schnell oder gar hektisch ausführt. Damit es nicht zu

Typische beobachtbare Reaktionen bei gelungener Wahrnehmungsförderung	
Atmung	Atmung wird ruhiger, entspannter Seufzen, Stöhnen, Gähnen, Lautieren
Kreislauf	Herz- und Pulsfrequenz sinken Blutdruck sinkt Hautfarbe verändert sich
Gesicht	Schmerz und Angst verschwinden Mund entspannt und öffnet sich aufmerksamer Blick, Interesse wird sichtbar Gesichtsfarbe verändert sich
Muskelspannung	Bauchdecke entspannt sich Arme und Beine entspannen sich (liegen locker) Schultern senken sich Körper schmiegt sich an die Unterlage an (bequemere Lage)
Bewegung	Abwehrreaktionen lassen nach Fäuste öffnen sich Gelenke werden beweglicher Bewegungen werden zugelassen

Tabelle 2: Kriterien zur Erfolgsüberprüfung von Aktivitäten zur Wahrnehmungsförderung. (5)

einem Gewöhnungseffekt kommt, verabreicht sie die Reize nicht eintönig, sondern schaltet kurze Pausen ein und wechselt vom Ober- in Richtung Unterarm. Schließlich setzt sie zusätzlich zum Druckreiz ihre Stimme ein, indem sie den Rhythmus an ein Lied anpasst, das sie für Frau Groß summt.

Materialien einsetzen

Das Bewegungssystem kann den Druck auch durch Materialien erhalten. Bei der Auswahl geeigneter Materialien sollte man darauf achten, dass sie eine feste und gut spürbare Oberfläche haben sowie ein möglichst hohes Eigengewicht. In der Praxis hat es sich bewährt, mit gefüllten Körnersäckchen zu arbeiten und Igelbälle einzusetzen. Beide Materialien eignen sich hervorragend für die Stimulation der Körperempfindung und darüber zu einer Verbesserung des Körperschemas, was wiederum die Orientierungsfähigkeit und Sicherheit steigert.

Mit Reis, Linsen oder Erbsen gefüllte Säckchen haben hervorragende Eigenschaften zur Wahrnehmungsförderung. Sie sind relativ schwer (je nach Größe und Inhalt sind alle denkbaren Gewichtskonstellationen möglich), flexibel (dadurch passen sie sich gut an die Körperoberfläche an) und enthalten zusätzlich einen kühlen Temperaturreiz. Sie sind vielseitig einsetzbar, und auch im Rahmen anderer Beschäftigungsangebote eignen sie sich für Sortier-, Balance- und Wurfspiele.

Tipp: Die Herstellung von Säckchen ist sehr kostengünstig. Um die Hygienevorschriften einzuhalten, können die Säckchen für die einzelnen Klienten angefertigt und mit Namensschildern versehen werden. Dann müssen sie nicht desinfizierbar sein.

Fortsetzung Fallbeispiel

Frau Berger legt ein Säckchen auf den Unterarm von Frau Groß. Das Gewicht wird von den Rezeptoren registriert und weitergeleitet. Um den Reiz zu verstärken, legt Frau Berger nach einer kurzen Weile weitere Säckchen hinzu. Auch nach Entfernung der Säckchen bleibt der jeweilige Körperabschnitt deutlicher im Gedächtnis, er wird noch eine Weile „nachgespürt“. Dann „massiert“ Frau Berger die Hand von Frau Groß mit einem Säckchen. Dazu verstärkt sie das Gewicht durch einen zusätzlichen, wohldosierten Druck von außen. Dabei beobachtet sie, wie Frau Groß entspannt. Offensichtlich genießt sie das Beschäftigungsangebot. Frau Berger hat ihr Ziel erreicht und auch sie genießt die Zeit mit Frau Groß. Sie weiß, dass man die Säckchen vor ihrem Einsatz in der Mikrowelle erwärmen und in Kühlschränken kühlen kann, um den Temperaturreiz zu verdeutlichen. Das nimmt sie sich für den nächsten Besuch bei Frau Groß vor.

Igelbälle haben eine raue Oberfläche, man erhält sie in verschiedenen Größen mit unterschiedlicher Oberflächenbeschaffenheit. Sie reicht von spitzen Noppen bis zu sehr flachen Erhebungen. Neben der runden Ballform gibt es sie als Ring oder Rolle, auch Sitzkissen und Therapiebälle sind mit genoppter Oberflächenstruktur erhältlich. All diese Materialien sind vielseitig zur Förderung der Körperwahrnehmung einsetzbar. Mit sehr wenig Druck massiert der Igelball die Hautoberfläche. Wenn der Druck die Muskulatur erreicht, fördert es die Körperwahrnehmung und das Gehirn erhält Informationen aus dem Bewegungssystem. Die kräftigen Farben der Igelbälle bieten einen zusätzlichen visuellen Reiz. Wenn die Betroffenen eine Igelballmassage selbstständig durchführen, können sie die Intensität und Dauer selbst dosieren und den Reiz dort applizieren, wo er besonders angenehm empfunden wird.

Fazit

Es wurden einige einfache Beispiele genannt, wie Betreuungskräfte einen vertrauensvollen Kontakt herstellen und die Körperwahrnehmung der Bewohner ankurbeln können. Es sind kleine Dinge, die weit mehr bezwecken als Beschäftigung: Die Betroffenen können Situationen besser vorhersehen, es gibt weniger Missverständnisse und Angst, dagegen werden Sicherheit und Vertrauen gestärkt. All diese kleinen Dinge können natürlich auch schon viel früher eingesetzt werden, um den Verlust des Körpergefühls bereits im Vorfeld zu vermeiden.

Literatur

- 1 Scharlau I. Jean Piaget zur Einführung. Hamburg: Junius; 2013.
- 2 Tücke M. Grundlagen der Psychologie für (zukünftige) Lehrer. Münster: LIT; 2003.
- 3 Rosenberg G. Körperbild – Pfliegerische Interventionen zur Körperorientierung. Möglichkeiten und Didaktik. Hannover: Brigitte Kunz Verlag; 2003.
- 4 Amann M. Schärfen Sie die Sinne. Heilberufe 2014; 66(9):34–7.
- 5 Schubert B. Sanfter Druck tut gut. Altenpflege 2016; 41(4):40–3.

Bildquellen

© Jörg Lantelme – AdobeStock.com

Redaktionssprechstunde

Sie haben Fragen zu dieser Fortbildungseinheit? Unsere Redaktion ist jede Woche für Sie da. Sie können uns dienstags zwischen 10 und 12 Uhr unter der Telefonnummer 02 51 / 32 35 06 90 erreichen. Oder schicken Sie uns einfach jederzeit eine E-Mail an redaktion@betreuungskraefte-akademie.de