



Praxis

Die Bedeutung unserer
Hände im Pflegealltag

Vom Greifen zum Begreifen zum Denken

Autorin: Dragana Caravatti
Fotos: Rebekka Knobel

Wir gebrauchen unsere Hände immer und überall. Doch nicht nur im praktischen Alltag bei der Ausführung nahezu aller denkbaren Aktivitäten sind sie uns unverzichtbares Werkzeug. Oftmals vergessen geht ihre subtilere Funktion der Unterstützung kognitiver Prozesse, wenn das Greifen mit den Händen zu einem Begreifen des Geistes führt. Die Autorin geht den Fähigkeiten der menschlichen Hände im folgenden Artikel aus einer kinästhetischen Perspektive nach – und zeigt auf, wie der Fokus auf das Faszinosum Hand auch im pflegerischen Alltag wertvoll sein kann.

DIE MENSCHLICHE HAND. Vor fünfzehn Jahren erschien in der LQ ein Artikel mit dem Titel «Vom (Be)Greifen zum Denken» (Knobel, Marty 2008). In diesem Artikel ging es um die Bedeutung der menschlichen Hand in der Evolution des Menschen. Stefan Knobel und Stefan Marty haben in diesem Artikel die Merkmale der menschlichen Hand beschrieben, die in ihrer Anatomie Besonderheiten aufweist und die den Menschen in der Natur einmalig machen. Sie schreiben: «Faktum ist, dass die menschliche Hand im Prozess des ‚Begreifens‘ der Welt eine zentrale Rolle spielt. Wir können unser Verhalten in der dreidimensionalen Welt nicht allein mit den Augen lernen. Erst wenn wir unsere Umgebung mit den Händen begreifen können, wird die Welt plastisch und differenziert» (ebd., S. 29).

ZUSÄTZLICHE FRAGEN. Dieser Artikel ist auch heute noch aktuell. Nun, fünfzehn Jahre später, stehe ich vor der Herausforderung und dem Privileg, einen weiteren Ansatz zu diesem Thema vorzustellen. Ich nehme Bezug auf unseren Alltag und gehe den folgenden Fragen nach: Wie werden Lern- und Entwicklungsprozesse bei Menschen in der Langzeitpflege durch die Qualität der Unterstützung beeinflusst? Welche Rolle spielen die Hände dabei? Welchen Beitrag kann die Kinästhetik leisten, damit wir die folgende These in der Pflegearbeit berücksichtigen können: Denken ist in seinem Entstehen eine körperliche Aktivität. Nur weil die Hand greifen kann, können wir auch etwas «begreifen» und sprachliche «Begriffe» formulieren.

BEOBACHTBARE MUSTER IM ALLTAG. Wir alle kennen diese Momente, in denen die BewohnerInnen ihre Kompetenzen verlieren. Das zeigt sich zum Beispiel daran, wenn sie es plötzlich nicht mehr schaffen, sich im Bett selbstständig zu drehen, am Bettrand aufzusitzen oder gar selbstständig aufzustehen. Kaum ist eine Pflegekraft im Zimmer, werden zwei hilflose Hände vor sich ausgestreckt und die Bitte «Hilf mir, ziehe mich auf!» ausgesprochen. Diese Hilferufe verleiten uns Pflegende sehr oft dazu, sofort zu handeln. Fast mit Lichtgeschwindigkeit wird dann an diesen Händen gezogen. Oder wir greifen unter die Arme, um jemandem beim Aufstehen zu helfen.

Wenn ich dieses meist unüberlegte Vorgehen kritisieren, beziehe ich mich dabei nicht auf die Hilfsbereitschaft. Die Pflegenden haben den Auftrag, den Menschen zu helfen, wenn diese die Aktivitäten des täglichen Lebens nicht mehr selbst ausführen können. Es lohnt sich aber, in solchen Momenten innezuhalten und unsere Handlungen zu überprüfen. Mich fasziniert auf einer ersten Ebene dieses Hände-vor-sich-Ausstrecken. Es ist ein Symbol der Hilflosigkeit. Die Hände strecken sich zum Himmel aus. Sie sagen: «Nimm mich in deinen Arm, führe mich weiter, allein schaffe ich es nicht mehr.»

KINÄSTHETIK UND DIE EIGENE BEWEGUNG. Im Fachgebiet der Kinästhetik wird die menschliche Individualentwicklung



untersucht. Dabei interessiert die Frage, wie ein Mensch seine Bewegung beziehungsweise sein ganzes Verhalten steuert und wie die Qualität der Aktivitäten des täglichen Lebens die Entwicklung beeinflusst. Wollen wir als Pflegenden diese Fragen beantworten, müssen wir bereit sein, unsere Aktivitäten zu verstehen und nach erfahrbaren Unterschieden in der eigenen Bewegung zu suchen. Wenn ich davon ausgehe, dass die Bewegung in den Aktivitäten des täglichen Lebens der größte Einflussfaktor auf meine Bewegungskompetenz ist, dann ist die Art und Weise, wie ein Mensch seine Aktivitäten durchführt oder dabei unterstützt wird, immer ein Beitrag zu seiner Entwicklung in Richtung mehr oder weniger Möglichkeiten.

Für das Thema dieses Artikels lauten die konkreten Fragen: Was hat die Art und Weise, wie ein Mensch seine Hände und seine Arme in den Aktivitäten des täglichen Lebens einsetzt, für einen Einfluss auf sein Lernen und seine Entwicklung? Wie beeinflusst die Möglichkeit, die Arme und Hände einzusetzen, seine Selbstständigkeit in diesen Aktivitäten und was hat das für Auswirkungen auf seine Lebensqualität?

MEHR ODER WENIGER MÖGLICHKEITEN. Wenn mir jemand die Hände entgegenstreckt und ich diese unüberlegt ergreife, um zu helfen, führt das in den meisten Situationen dazu, dass die unterstützte Person lernt, noch mehr Kompetenzen zu verlieren. Denn dieses lineare Unterstützungsangebot bietet zwar im Moment eine schnelle Lösung des Problems. Wenn man aber eine längerfristige Entwicklungsperspektive einnimmt, dann schafft diese Art der Unterstützung Abhängigkeit im eigentlichsten Sinne des Wortes. Denn diese Person kann irgendwann nur dann noch die Position verändern, wenn sie sich an die Hände von jemand anderem hängt. Das heißt, dass die Hilfe längerfristig zu Leiden auf verschiedenen Ebenen führt. Der deutsche Grafiker und Visionär Otl Aicher (1922 – 1991) hat dazu



geschrieben: «wenn die hand sich entfalten darf, wenn sie nicht nur arbeitet, sondern auch spielt, wenn sie wahrnehmungen macht, wird sich auch der geist freier entfalten. die plastik der hand ist die plastik des denkens. der begriff ist das begriffene» (Aicher 2015, S. 21, Anmerkung: Aicher hat aus Prinzip nur Kleinbuchstaben verwendet).

Um dies aus kinästhetischer Perspektive nachzuvollziehen, braucht es Kenntnis des Konzeptsystems, die Auseinandersetzung mit diesem sowie mit unserer Anatomie und das Wissen, wie wir Letztere funktional einsetzen können. Ich stelle in diesem Artikel die Beziehung zwischen Brustkorb und Armen in den Mittelpunkt und suche nach der Bedeutung des Spiels der Vorder- und Rückseiten der Arme beziehungsweise der Hände. Dies hilft uns besser zu verstehen, wie wir unser Gewicht in der Schwerkraft organisieren.

DIE BRUSTKORB-ARME-EINHEIT. Eines der verständlichsten Konzepte des Kinaesthetics-Konzeptsystems ist die Funktionale Anatomie mit dem Unterthema Massen und Zwischenräume. Wir können Massen und Zwischenräume einerseits in zentrale Massen (Kopf, Brustkorb und Becken) und Extremitäten (Arme und Beine) einteilen. Diese Einteilung folgt der Beobachtung der Form der einzelnen Massen. Wenn wir die funktionale Anatomie unter der Fragestellung «Wie kontrollieren wir das Gewicht in der Schwerkraft?» betrachten, dann hilft die Einteilung in

Kopf, Brustkorb-Arme-Einheit und Becken-Beine-Einheit. Die Arme funktionieren als seitliche Verlängerung des Brustkorbs und helfen, das Gewicht in der Schwerkraft zu organisieren. Um die Beweglichkeit des Brustkorbs zu ermöglichen, braucht es auch die Zwischenräume Hals, Taille und die beiden Achselhöhlen. Die Arme sind am Brustbein mit dem Brustkorb verbunden und die Achselhöhle ist der Zwischenraum zwischen Arm und Brustkorb. Die Aufgabe der Arme ist es, das Gewicht des Brustkorbs in der Schwerkraft zu organisieren. Dabei spielen die Hände eine besondere Rolle.

VORDERSEITE VERSUS RÜCKSEITE. Eine weitere Perspektive der funktionalen Anatomie sind die Vorderseiten und die Rückseiten. Die Rückseite ist als stabil erfahrbar und hauptsächlich geeignet, Gewicht zu tragen und an die Unterstützungsfläche abzugeben. Die Vorderseite ist im Gegensatz dazu als instabil und anpassungsfähig erfahrbar. Sie ist geeignet, das Gewicht in Richtung Rückseite zu bewegen, und ermöglicht die notwendige Anpassungsbewegung. Wenn wir unser Gewicht so organisieren können, dass die Rückseiten das Gewicht tragen oder an die Unterstützungsfläche abgeben und die Vorderseiten die entsprechende Anpassungsleistung erbringen können, dann verfügen wir über ein Optimum an Anpassungsmöglichkeiten in der Bewegung. Es entstehen viele Möglichkeiten.

BEI SICH SELBST SUCHEN. Die Kinästhetik ist eine Erfahrungswissenschaft. Die eigene Bewegungserfahrung und die Beschreibung der erfahrbaren Unterschiede ist die Forschungsmethode. Darum werde ich Sie nun anleiten, um die oben beschriebenen Unterschiede selbst zu erfahren.

Ich bitte Sie, von einem Stuhl aufzustehen mit den Möglichkeiten, die Sie im aktuellen Moment haben und so, wie es Ihnen gerade jetzt gelingt. Wahrscheinlich werden Sie einen Weg wählen, den Sie sich gewohnt sind.

Im zweiten Durchgang setzen Sie sich so hin, dass Sie sich mit den Händen während des Aufstehens auf einen anderen Stuhl stützen können.

Wenn Sie dies ein- bis zweimal gemacht haben, stellen Sie sich die folgenden Fragen:

- Wie folgen die Massen, also die Arme und der Brustkorb, einander beim Aufstehen?
- Welche Rolle spielen dabei Ihre Hände?

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, um dies zu erforschen.

VOM STUHL AUFSTEHEN. Und jetzt gehen wir einen Schritt weiter: Stehen Sie bitte vom Stuhl auf und versuchen Sie dabei, Ihre Perspektive gezielt auf die Vorderseite der Hand zu lenken. Dafür entscheiden Sie sich zuerst, wie Sie Ihre Hände einsetzen möchten. Dann fangen Sie an aufzustehen. Bitte beginnen Sie langsam mit der Bewegung. Beim Suchen und Forschen hilft es, die Augen zuzumachen. Fangen Sie an und suchen Sie den Moment, wenn die Hand anfängt, das Gewicht an die Unterstützungsfläche abzugeben, und dann den Moment, wenn die Muskeln der Vorderseite anfangen, Anpassungen zu machen, indem sie das Gewicht innerhalb der Hand verlagern. Verbleiben Sie einen Moment hier und beobachten Sie, in wie viele verschiedene Richtungen diese Anpassungen möglich sind und welchen Einfluss sie auf die Bewegung des Brustkorbs haben. Fühlen Sie anschließend, wann für Sie der passende Moment ist, um aufzustehen und wie genau sich die Hand die weiteren Bewegung anpasst.

Um Unterschiede in der Bewegung zu produzieren, zu beobachten und zu benennen, hilft es, diese Aktivität noch zwei weitere Male auszuführen. Beginnen Sie mit den Anpassungen mit der Hand beim zweiten Durchgang früher, beim dritten etwas später als optimal. Was sind für Sie die spannenden Entdeckungen dabei? Vielleicht suchen Sie sich eine oder mehrere ArbeitskollegInnen und erzählen ihnen Ihre Entdeckungen oder noch besser: Sie gehen gemeinsam mit ihnen in diese Bewegungserfahrung.

WARUM IST DIESE ERFAHRUNG WICHTIG? Wir stehen tagtäglich unzählige Male vom Stuhl auf. Solange wir gesund sind, ist das alles selbstverständlich. Wir können auch aufstehen, wenn wir den Ablauf nicht benennen können und keine detaillierte Antwort auf die Frage «Wie funktioniert das Aufstehen?» haben. Normalerweise führen wir die Aktivitäten auch schneller aus, insbesondere solange wir

körperlich und geistig fit sind und es noch «gut» können. Man könnte die Bewegungserfahrung auch einfacher erklären: «Ich drücke mich mit den Händen einfach ab und stehe auf.» Aber Sie haben bestimmt bemerkt, dass hier viel mehr passiert und beobachtet werden kann. Dies zu verstehen und benennen zu können, ist die Voraussetzung dafür, einen Lernprozess mit sich selbst und mit BewohnerInnen im Pflegekontext zu starten.

DIE HÄNDE UND ARME SUCHEN LASSEN. Wenn uns ein Mensch die Hände entgegenstreckt, ist das wie erwähnt ein Hilferuf, der da lautet: «Ich kann es nicht mehr allein.» Wenn wir an den Händen ziehen, so lautet die Antwort darauf: «Ja, das stimmt. Und du wirst es nie mehr lernen.» Ziehen wir unsere Analyse der Bedeutung der Arme und Hände für die Gewichtskontrolle beim Aufstehen zurate, so können wir sagen, dass die Hände sehr differenziert stützen, greifen, sich festhalten und so das Gewicht des Brustkorbes kontrollieren und lenken können. Die Anpassung im Positionswechsel ist auf dieses Funktionieren der Arme und Hände angewiesen. Unsere Aufgabe ist es, den Armen und Händen der gepflegten Person zu ermöglichen, ihre Funktion wahrzunehmen. Und das ist viel mehr, als die Hände der BewohnerIn «richtig» zu positionieren, damit sie sich abstützen, ziehen oder halten kann. Es ist die Aufgabe, gemeinsam mit dieser nach denjenigen Wegen zu suchen, die ihr helfen, mehr Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Folgende Fragen können dabei helfen, die immer für beide Beteiligten gelten:

- Wie nutze ich meine Arme, um das Gewicht des Brustkorbs in unterschiedliche Richtungen zu verlagern?
- Wie kann ich mein Gegenüber dabei unterstützen, seine Arme zu nutzen, um das Gewicht des Brustkorbs in verschiedene Richtungen zu verlagern?



Aicher, Otl (2015): Analog und digital. Schriften zur Philosophie des Machens. Berlin: Wilhelm Ernst & Sohn. ISBN 978-3-433031-18-6.

Klein-Tarolli, Esther; Knobel, Stefan (2021): «Sich positionieren». Grundlagenhandbuch. Sieben: Verlag Lebensqualität. ISBN 978-3-906888-07-1.

Knobel, Stefan; Marty-Teuber, Stefan (2008): Die Bedeutung der menschlichen Hand in der Evolution des Menschen. Vom (Be)Greifen zum Denken. In: Lebensqualität. Die Zeitschrift für Kinaesthetics. Heft 3. S. 27 – 30.

Die Hände

Ich möchte euch einfach sagen,
 dass die Hände Emotionen haben.
 Sie können reden und sie können schweigen.
 Sie können zeigen, aber auch verstecken.
 Sie können tasten, kneifen, lieben und entdecken.
 Sie können tanzen, streicheln und greifen,
 ja, dann können sie auch manches begreifen.
 Leichtigkeit bewegt sie, meinst du, unwissender Gast,
 Es ist ganz gewiss auch schwere Last.
 Habe ich schon gesagt, reden können sie,
 Dann spreche mit und zu den Händen.
 Sag es ihnen, sage ihnen Danke.
 Danke, wenn sie es schon wagen,
 mal mit voller Wucht, auf den Tisch zu schlagen,
 an den wenigen guten Tagen ...
 Ah, ihr lieben Hände, erzählt mir laut noch mehr,
 was euch so belastet, tut euch etwas weh?
 Plötzlich ist es still.
 Und dann, stellt euch dies nur vor,
 jetzt kommt ein grausamer Schreck
 und nimmt euch alles weg.
 Nur langsam und keine Sorgen,
 Helden sind ja auch da und sie werden euch helfen,
 sich zu entdecken und zu entfalten,
 sich festzuhalten und loszulassen,
 zusammenzurollen und zu entlasten.
 Aber wartet, etwas haben wir vergessen!
 Es gibt auch diese helfenden Hände,
 höre ich es gut, jemand sagt sie seien auch müde.
 Ich bitte euch, seid auch zu ihnen lieb.
 Im Moment seid ihr zu gestreckten Händen
 ein Räuber und ein treuer Dieb.
 Achtung, so helfen wir ihnen nicht
 mit Bestrafen und Beklagen.
 Was habt ihr nun gelernt?
 Sanft muss es sein, tanzen sollt ihr zusammen!
 Komm die helfende Hand, setzen wir uns hin,
 nehmen wir ein Glas und führen es zum Mund
 und nun bitte achtsam, dann verstehst du den Grund.

- Wie kann ich die Vorderseite meiner Hand zur Anpassung nutzen?
- Wie kann ich mein Gegenüber dabei unterstützen, die Vorderseite seiner Hand zur Anpassung zu nutzen?

DIE HAND SOLL SICH ENTFALTEN. Im Alltag gehe ich gerne noch einen Schritt weiter und beschäftige mich mit der Frage: «Welche Aktivitäten können helfen, dass sich die Hand entfalten kann, damit sie die vielfältigen Bewegungskompetenzen, über die sie verfügt, differenzierter nutzen und entwickeln kann?» Dieser Frage gehe ich einerseits gemeinsam mit unseren BewohnerInnen nach. Andererseits beschäftige ich mich auch immer wieder selbst damit und beobachte, was es dabei Spannendes zu entdecken gibt, welche neuen, individuellen Muster entstehen, was bewusst zu verändern möglich ist und so fort.

Folgende Aktivitäten können es sein, die ich unter dieser Perspektive genauer untersuche: das Gesicht eincremen, eine Flasche aufmachen, die Hand anmalen und Abdrücke machen, mit den Fingern durch die Haare fahren, die Seiten eines Buchs umblättern. Ich staune immer wieder, was alles möglich ist, welche Rückmeldungen und Eindrücke ich erhalte, wenn ich die Bewegungen meiner Finger beobachte, die Art und Weise, wie sie beim Blättern vielfältig eingesetzt werden, die verschiedenen Bewegungsrichtungen der Hand, wo und wie gegriffen wird, welche Auswirkung die auf den ersten Blick einfache Aktivität auf die Bewegung des Brustkorbs hat, wie die Sitzposition immer wieder verändert wird und so weiter. Und natürlich gibt es noch ganz viele andere Aktivitäten, bei denen man seine Hände beobachten kann.

ZU GUTER LETZT. Die menschliche Hand fasziniert mich, seit ich denken oder «(be)greifen» kann. Meine Beobachtung schon als Kind war, dass die Hand ein Teil des Charakters ist und, dass sie sehr stark Emotionen ausdrücken kann. Mit der Kinästhetik und mit den Artikeln von Otl Aicher hat diese Faszination für mich einen Namen, eine Form und eine Bedeutung bekommen. Weil sie für mich eine persönliche, aber in erster Linie berufliche Bedeutung haben, habe ich den Mut gefasst ein Lied über Hände zu schreiben. Gerne möchte ich dieses mit Ihnen allen teilen. Betreuung und Pflege ist kein Beruf, es ist eine Berufung und es ist Liebe zum Menschen. Otl Aicher meint dazu: «wir begreifen nicht nur, wir erfassen nicht nur, wir befassen uns mit etwas, wir wenden und drehen etwas und gelangen schließlich zu einer Auffassung» (Aicher 2015, S. 21).

Kreative Hände

Unsere Hände ermöglichen uns nicht nur die Ausführung der Aktivitäten des täglichen Lebens. Sie können auch zur künstlerischen Betätigung eingesetzt werden, können Schönes, Abstraktes und Konkretes formen, bilden und vollenden. Die Erfahrungen, die wir dabei mit unseren Händen machen, wirken auch wieder auf unsere Ausführung der Aktivitäten des täglichen Lebens, also wie wir diese «handhaben», zurück.

Im Gespräch: Judith Bürgi
und Dragana Caravatti

CARAVATTI: Judith, dein Hobby ist Töpfern. Wie ist es dazu gekommen?

BÜRGI: Als ich achtzehn Jahre alt war, habe ich eine Haushaltslehre gemacht. Die Frau der Familie, bei der ich angestellt war, war Kindergärtnerin von Beruf. Die Familie konnte mir keinen großen Lohn bezahlen, doch sie hat mir einen Töpferkurs geschenkt. Den habe ich in Basel im Lehmhaus besucht. Später, als ich meine Ausbildung als Hauspflegerin beendete, arbeitete ich in Basel bei der Spitex. Immer wenn ich genug Geld hatte, ging ich wieder ins Lehmhaus, um zu töpfern. Als ich 24 Jahre alt war, habe ich mir eine Töpferscheibe gekauft. Als dann ein Brennofen dazugekommen ist, konnte ich kleinere Aufträge bearbeiten.

CARAVATTI: Deine Produkte sind so wunderschön gleichmäßig. Arbeitest du mit Vorlagen oder gehst du spontan vor?

BÜRGI: Wenn ich ein zwölfteiliges Geschirr mache, müssen alle Teller gleich groß sein. Das gelingt nur, wenn ich den Ton wiege, bevor er auf die Scheibe kommt. Mit viel Aufmerksamkeit werden die Teller dann ähnlich, aber nicht gleich.

Wenn man den Ton mit den Händen formt, entstehen immer Einzelstücke, weil jeder Handgriff einzigartig ist. Kopien entstehen, wenn man das Material in eine Form gießt. Wenn die Hände beim Formen nicht im Spiel sind, dann ist für mich auch das Herz nicht dabei.

CARAVATTI: Du werkst und wirkst also mit den Händen?

BÜRGI: Ich werke und wirke mit den Händen und das bringt mir Freude, Zufriedenheit. Das Material fühlt sich kühl, fein und geschmeidig an, wenn es durch meine Hände geht. Der Ton gleitet durch meine Hände und die Form entsteht. Ich bin dann in mir und lasse mich selbst gleiten.

CARAVATTI: Du arbeitest als Aktivierungsfachfrau. Spielen in dieser Arbeit die Hände auch eine wichtige Rolle?

BÜRGI: In meiner Arbeit spielen die Hände immer die zentrale Rolle. Das beginnt bei der Begrüßung und geht bei allen Aktivitäten weiter. Sei es im Garten beim Hochbeet, wenn die BewohnerInnen die Erde durch ihre Hände rieseln lassen. Oder beim Backen, Stricken und Häkeln – immer sind die Hände im Zentrum des Geschehens.

CARAVATTI: Hast du mit den BewohnerInnen auch einmal einen Töpferkurs gemacht?

BÜRGI: Ja, letztes Jahr haben wir für den Weihnachtsmarkt Tonbälle mit Holzstempeln bedruckt und die dann in die Gipsformen gelegt. Es war faszinierend, wie die BewohnerInnen das kühle Material angefasst haben. Wir haben auch Sterne aus Ton gefertigt. Dann dachte jemand, es seien Weihnachtsguetzli und wollte sie essen. Wir haben alle so gelacht.

CARAVATTI: Warum haben die Hände für dich eine besondere Bedeutung?

BÜRGI: Ich war mit Zwillingen schwanger und zweifelte, ob ich das, was vor mir liegt, schaffen würde. Dann habe ich mir immer wieder gesagt: «Ja, ich schaffe das, denn ich habe ja zwei Hände.» In der Geburtsanzeige haben wir das Thema Hände dann ebenfalls schon vor der Geburt thematisiert und es war für mich ein unglaublicher Moment, meine Kinder mit meinen Händen auf der Welt begrüßen zu dürfen. Hände trösten, sie begleiten, sie reden für sich eine eigene Sprache.

CARAVATTI: «wenn die hand sich entfalten darf, wenn sie nicht nur arbeitet, sondern auch spielt, wenn sie wahrnehmungen macht, wird sich auch der geist frei entfalten.» Dieser Satz ist von Otl Aicher, aus seinem Buch «Analog und digital».

BÜRGI: Dieser Aussage kann ich nur zustimmen. Hände reagieren auf alles, sie sind empfindlich, sie sind sensibel. Es gibt Leute, die über die Hände schwitzen, wenn sie aufgeregt sind. Man kann an den Händen die psychische Verfassung eines Menschen ablesen. Es ist unglaublich, was Hände alles sagen können.

CARAVATTI: Judith, was ist für dich Lebensqualität?

BÜRGI: Für mich entsteht Lebensqualität in allen Lebenslagen. Das eine ist die Leidenschaft für meine Arbeit als Aktivierungsfachfrau. Sie entsteht in den Begegnungen und Berührungen mit all den Menschen, mit denen ich zusammen sein darf. Auch durch mein Hobby, das Töpfern, entsteht für mich Lebensqualität – insbesondere dann, wenn es mir gelingt, anderen Menschen zu helfen, ihre eigene Leidenschaft dafür zu entdecken.

CARAVATTI: Herzlichen Dank für dieses interessante Gespräch. ●



JUDITH BÜRGI
ist 57 Jahre alt. Sie arbeitet als Aktivierungsfachfrau und als Töpferin.



DRAGANA CARAVATTI
ist von Beruf diplomierte Krankenschwester und stammt aus Bosnien-Herzegowina. Sie arbeitet in der Stiftung Alterszentrum Region Bülach als Fachangestellte Gesundheit und Kinaesthetics-Trainerin.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
 einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____