



**ThemenCheck
Medizin**

Kinästhetik („Lehre von der Bewegungsempfindung“)

**Profitieren zu pflegende Personen und beruflich
Pflegende von ihrer Anwendung?**

THEMENCHECK KOMPAKT
Das Wichtigste verständlich erklärt

Projekt: T23-05

Version: 1.0

Stand: 08.09.2025

Impressum

Herausgeber

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Thema

Kinästhetik („Lehre von der Bewegungsempfindung“): Profitieren zu pflegende Personen und beruflich Pflegende von ihrer Anwendung?

Projektnummer

T23-05

Anschrift des Herausgebers

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen
Siegburger Str. 237
50679 Köln

Tel.: +49 221 35685-0

Fax: +49 221 35685-1

E-Mail: themencheck@iqwig.de

Internet: www.iqwig.de

Kinästhetik („Lehre von der Bewegungsempfindung“): Profitieren zu pflegende Personen und beruflich Pflegende von ihrer Anwendung?

Kinästhetik wird ergänzend zur üblichen pflegerischen Bewegungsförderung für Menschen mit Bewegungseinschränkungen eingesetzt. Sie soll gleichzeitig Pflegende körperlich entlasten. Die Studienlage, um pflegerische Bewegungsförderung mit oder ohne Kinästhetik zu vergleichen, ist insgesamt unzureichend: Es gibt nur wenige und zudem nicht sehr aussagekräftige Studien für Menschen mit Bewegungseinschränkungen – sie zeigen keine Vor- oder Nachteile von Kinästhetik. Zur Frage, ob beruflich Pflegende profitieren gibt es keine Studien.

Welche Frage wird im ThemenCheck-Bericht untersucht?

Ein Team aus Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern hat untersucht, ob Erwachsene, Jugendliche und Kinder, die wegen Bewegungseinschränkungen auf pflegerische Bewegungsförderung angewiesen sind, Vorteile oder Nachteile davon haben, wenn sie von beruflich Pflegenden mit spezifischem Kinästhetik-Wissen unterstützt werden. Das Team hat auch untersucht, ob beruflich Pflegende selbst gesundheitliche Vor- oder Nachteile haben, wenn sie Kinästhetik-Prinzipien anwenden.

Dazu hat das Wissenschafts-Team nach Studien gesucht, in denen kinästhetische mit üblicher pflegerischer Bewegungsförderung verglichen wurde. Es wurde nach Studien gesucht, unabhängig davon, in welcher Situation die pflegebedürftigen Personen auf die Bewegungsförderung angewiesen waren und wo sie versorgt wurden (zum Beispiel nach einer Operation oder in der Langzeit-Pflege, zu Hause oder etwa in einer Rehabilitationsklinik). Pflege-Situationen im nicht professionellen Bereich, wie die Pflege durch Angehörige, wurden in diesem ThemenCheck-Bericht nicht untersucht.

Für die pflegebedürftigen Personen wurde untersucht, ob sie mit oder ohne kinästhetische Prinzipien in der pflegerischen Bewegungsförderung, zum Beispiel weniger Schmerzen hatten, sich seltener wund lagen, bestimmte Tätigkeiten – wie etwa Zähne putzen – eigenständiger durchführen konnten oder wie sie ihre Lebensqualität wahrnahmen. Für beruflich Pflegenden war unter anderem die Frage, ob sie mit Kinästhetik weniger Schmerzen oder Rückenerkrankungen hatten, ob sie ihre Lebensqualität als höher einschätzten oder ob sie seltener arbeitsunfähig waren.

Warum ist das Thema wichtig?

Zu pflegerischen Tätigkeiten gehört es, pflegebedürftige Menschen in ihrer Bewegung und Eigenständigkeit zu unterstützen und zu fördern. Kinästhetik ist ein Konzept, das pflegerisches Handeln ergänzen soll. Es vermittelt keine speziellen Techniken oder Handgriffe. Vielmehr sollen beruflich Pflegenden ein besseres Bewusstsein für Bewegungsabläufe entwickeln und daraus für die pflegebedürftige Person und sich selbst hilfreiche Bewegungsabläufe ableiten.

Um das Kinästhetik-Konzept zu erlernen, gibt es für Pflegende entsprechende kostenpflichtige Kurse.

Was ist ein ThemenCheck-Bericht?

In einem ThemenCheck-Bericht bewertet ein Team aus Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern systematisch eine medizinische Maßnahme wie etwa einer Untersuchungs- oder Behandlungsmethode. Dabei berücksichtigt es den medizinischen Nutzen, die mit der Maßnahme verbundenen Kosten sowie ethische, soziale, rechtliche und organisatorische Fragen.

Um Nutzen und Schaden – also die gesundheitlichen Vor- und Nachteile – zu bewerten, hat das Team systematisch geeignete Studien gesucht und analysiert. Es hat auch nach Studien gesucht, die den Nutzen ins Verhältnis zu den Kosten gesetzt hatten (man spricht hier von „Kostenwirksamkeit“). Um ethische, soziale, rechtliche und organisatorische Fragen zu klären wurden verschiedene Informationsquellen durchsucht und ausgewertet sowie die Erfahrungen von Betroffenen berücksichtigt.

Was sind die wichtigsten Ergebnisse des ThemenCheck-Berichts?

Wie gut hilft Kinästhetik in der pflegerischen Bewegungsförderung?

Das Wissenschafts-Team hat insgesamt vier Studien gefunden, in denen pflegerische Bewegungsförderung mit und ohne kinästhetischen Ansatz miteinander verglichen wurden. In allen Studien wurden erwachsene pflegebedürftige Personen eingeschlossen. Die Studien untersuchten die pflegerische Bewegungsförderung für den Zeitpunkt nach Operationen am Bauch oder Brustkorb (3 Studien) und in einer Rehabilitationsklinik (1 Studie).

Die Studienergebnisse zeigen keinen gesundheitlichen Vor- oder Nachteil von Kinästhetik für pflegebedürftige Personen. Da die Studien verschiedene methodische Mängel aufweisen, ist ihre Aussagekraft allerdings eingeschränkt.

Es gibt keine Studien, in denen Vor- und Nachteile von Kinästhetik bei pflegebedürftigen Jugendlichen oder Kindern untersucht wurden und auch keine Studien zu Vor- oder Nachteilen für beruflich Pflegende.

Kosten und Kostenwirksamkeit

Die Kursgebühren für die Fortbildung zum sogenannten Kinästhetik-Tutor oder zur Kinästhetik-Tutorin mit einem Stundenumfang von etwa 134 Stunden liegen bei verschiedenen Anbietern im Mittel zwischen 2150 und 2580 €.

Zur Kosteneffektivität hat das Wissenschafts-Team keine Studie gefunden.

Weitere Aspekte

Kinästhetik ist ein Handlungskonzept, das keine konkreten Pflege-Techniken beschreibt. Daher ist die Umsetzung des Konzepts in die Praxis eine anspruchsvolle Aufgabe. Das Konzept setzt auf die Kommunikation über Berührung und eine intensive Zusammenarbeit zwischen der pflegebedürftigen und der pflegenden Person. Diese Nähe kann für die Beteiligten unter Umständen „fremd“ sein und daher im Einzelfall beeinflussen, inwieweit kinästhetische Prinzipien bei der pflegerischen Bewegungsförderung umsetzbar sind und wahrgenommen werden.

Viele beruflich Pflegende berichten über positive Erfahrungen mit der Anwendung der Kinästhetik. Diese positive subjektive Wahrnehmung wird allerdings nicht durch aussagekräftige Studien bestätigt.

Was bedeuten die Ergebnisse?

Die Studienlage für den Vergleich der kinästhetischen mit der üblichen pflegerischen Bewegungsförderung ist unzureichend. Es gibt zwar 4 Studien für Menschen mit Bewegungseinschränkungen, die keine Vorteile zeigen. Allerdings ist die Aussagekraft der Studien eingeschränkt. Zur Frage, ob Kinästhetik beruflich Pflegenden nutzt, gibt es keine Studien. Daher bleibt der Nutzen und Schaden von Kinästhetik in der pflegerischen Bewegungsförderung für bewegungseingeschränkte Menschen und die beruflich Pflegenden unklar.

Quellen

Link zum ausführlichen ThemenCheck-Bericht:

<https://www.iqwig.de/sich-einbringen/themencheck-medizin/berichte/t23-05.html>