

Fortbildung für Physio- und Ergotherapeuten Klettern als ergotherapeutisches und physiotherapeutisches Medium

Klettern ist ein Therapiemedium des 21. Jahrhunderts. In der Ergotherapie und Physiotherapie wird es in den letzten 10 Jahren vermehrt in der pädiatrischen, neurologischen und orthopädischen Behandlung eingesetzt.

Katharina Mehta geb. Prünfte, Ergotherapeutin und ehemalige Dozentin an der Döpfer Schule, und Lisa Döhrer, Ergotherapeutin und Klettertrainerin, gründeten 2012 den gemeinnützigen Verein "HOCH - HINAUS - Klettern als Therapie e.V."

Dieser soll das Klettern als Therapiemedium in der Ergotherapie und Physiotherapie im Köln-Bonner Raum etablieren, Klienten finanziell unterstützen, Forschungsarbeit betreiben und die Qualität des Angebots weiter verbessern.

Der Fokus des Kletterns innerhalb der Ergotherapie, stellt für Kinder und Jugendliche eine an sich schon bedeutungsvolle Betätigung innerhalb einer realistischen Freizeitsituation dar. Dies lässt die Klienten (bes. mit AD(H)S; Autismus Spektrum Störung; Entwicklungs- und Wahrnehmungsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten) in der Klettergruppe gemeinsam positive Erfahrungen machen und ihr Verhalten verändern. Die Wirkfaktoren des Kletterns werden therapeutisch gezielt eingesetzt. Themenbezogen werden je nach individuellem Bedarf Aspekte aus störungsspezifischen Programmen verknüpft. Über ein Trainingstagebuch und eine Abschlussrunde gemeinsam mit den Eltern reflektieren die Kinder und Jugendlichen selbst den Behandlungsprozess und sind so jeder Zeit auf ihre Zielsetzung und die Erfolgserlebnisse der Therapie ausgerichtet.

Im Fokus der Physiotherapie steht die Kletterwand als Medium für ein mehrdimensionales Training, welches im letzten Jahrzehnt zunehmend als erfolgreiche Therapieoption für verschiedene neurologische, orthopädische, traumatologische oder psychiatrische Indikationsgruppen erschlossen werden konnte. Klettern ist eine Ganzkörperbewegung. Durch die Aktivierung von Muskelschlingen werden das optimale Zusammenspiel der Muskulatur und die Ökonomisierung von Bewegungen in einem funktionellen Bewegungsablauf geschult. Eine Verbesserung der muskuläre Balance und der koordinativen Fähigkeiten, die Anbahnung von Bewegungsmustern sowie die Kräftigung der Muskulatur und Stabilisierung des Bewegungsapparates sind nur Beispiele für Zielsetzungen der Klettertherapie, die individuell und indikationsspezifisch auf den Patienten abgestimmt werden. Dabei besitzt das Klettern einen sehr hohen Aufforderungscharakter und löst bei Alt wie Jung eine spielerische Neugier und Motivation aus, die in Bewegungsfreude umgesetzt werden kann.

Das Fortbildungsangebot

Voraussetzung für die Umsetzung des Konzeptes ist ein Klettertrainerschein Indoor. Dieser muss an externer Stelle vorab erworben werden und ist derzeit nicht Inhalt dieser Fortbildung. Eigene Klettererfahrung ist für die Fortbildung unbedingt erforderlich.

Dozentin Physiotherapie:

Natalie Stertz, Physiotherapeutin, B.A. Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie, M.A. Pädagogik für Pflege- und Gesundheitsberufe, arbeitet im Zentrum für Kinder- und Jugendrehabilitation der UniReha Köln, Mitglied im Verein HOCH-HINAUS- Klettern als Therapie e.V. seit 2012.

Dozentinnen Ergotherapie:

Katharina Mehta, geb. Prünke, bc. Health OT, Ergotherapeutin in eigener Praxis für Ergotherapie Prünke & Döss; Kletterinstructorin (ÖAV), Vereinsvorstand HOCH-HINAUS- Klettern als Therapie e.V.; Konzeptentwicklung, regelmäßige einzel- und gruppentherapeutische Umsetzung und Evaluation des therapeutischen Kletterns seit 2007, Kletterbetreuerin (DAV 2020)

Lisa Döhrer, Ergotherapeutin, Kletter- und Hochseilgartentrainerin (ERCA), SI Therapeutin SI-DVE, Vereinsvorstand HOCH-HINAUS- Klettern als Therapie e.V.; Konzeptweiterentwicklung, regelmäßige einzel- und gruppentherapeutische Umsetzung des ergotherapeutischen Kletterns seit 2009, Kletterbetreuerin (DAV 2020)

Inhalte der Fortbildung: Klettern als therapeutisches Medium

Grundmodul 1a: Klettern als Medium in der Ergotherapie (14Std.)

sensomotorisch-perzeptive & psychisch-funktionelle Inhalte

Dozentinnen: Katharina Mehta, Bc. Health OT, Ergotherapeutin, Lisa Döhrer, Ergoth.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse Sensorische Integration; AD(H)S; Autismus Spektrum Störung hilfreich

Inhaltsblock I: Wirkdimensionen des Kletterns mit Blick auf die

- Wahrnehmungsverarbeitung, Sensorische Integration, ICF – Aktivität/Teilhabe
- Emotionale Regulation und soziale Integration

Inhaltsblock II: Klettern als Therapie innerhalb einer multimodalen Behandlung
Das Trainingsprogramm HOCH-HINAUS

Grundmodul 1b: Klettern als Medium in der Physiotherapie

Funktionell- körperbezogene Inhalte

Dozentin: Natalie Stertz (Physiotherapeutin, B.A. Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie & M.A. Pädagogik für Pflege- und Gesundheitsberufe)

Voraussetzung:

Modul 1 + anatomische, biomechanische und physiologische Kenntnisse über die Gelenke des menschlichen Körpers, Funktionsweise von Muskulatur, Grundkenntnisse über häufige orthopädische und neurologische Krankheitsbilder

Inhaltsblock I: Allgemeine Grundlagen und aktueller wissenschaftlicher Kenntnisstand

- Entwicklung des therapeutischen Kletterns
- Wirkungsweisen und indikationsspezifische Anwendung
- Griffe und Griffformen sowie deren Anwendung in der Therapie
- Tritte und Fußtechniken sowie deren Anwendung in der Therapie
- Anordnung von Griffen und Tritten, Schrauben als Selbsterfahrung
- Spotten als Sicherung des Patienten sowie Unterstützung (Hilfestellung)

Inhaltsblock II: Körperschwerpunkt wahrnehmen

- Arbeit mit dem Körperschwerpunkt an der Kletterwand
- Statische Position, dynamische Bewegungen

Inhaltsblock III: Muskelarbeit erkennen und differenziert einsetzen

- Erkennen von muskulärer Aktivität in verschiedenen Kletterstellungen
- Dehnen/Mobilisieren, Kräftigen/Stabilisieren
- Trainingssteuerung

Grundmodul 1c: Klettern als therapeutisches Medium - Praktische Umsetzung

Praktische Umsetzung: Klettern in der Physiotherapie

- Erstellung von zielgruppen- und indikationsspezifischen Angeboten im Rahmen der physiotherapeutischen Behandlung an der Kletterwand
- Arbeit anhand von Fallbeispielen

Praktische Umsetzung: Klettern in der Ergotherapie

- Klettern als vorbereitende Maßnahme zur Verbesserung der kognitiven Performanz: Einbinden von störungsspezifischen Therapiematerialien
- Klettern als zielgerichtete Intervention zur Verbesserung der Selbständigkeit im Alltag, innerhalb der Freizeit: Erstellen von altersentsprechenden Spielen zur Förderung der Teamarbeit & der Klettertechnik
- Erfahrungen und Reflexion der Teilnehmer*innen

Umsetzung der erworbenen Kenntnisse an Fallbeispielen

Bei der praktischen Anwendung, die in Klein-Gruppen stattfindet, unterstützen alle drei Dozenten.

Kursdaten und Fakten:

Grundmodul 1 a: Klettern als Medium in der Erotherapie

12/13.03.21 **Freitag: 09.00 – 17.00 Uhr**

Samstag: 09.00 - 16.00 Uhr

Ort: Praxis für Ergotherapie Schiffer-Zobel, Subbelratherstr. 247,
50825 Köln

Grundmodul 1b: Klettern als Medium in der Physiotherapie

17.09.21 **Freitag: 09.00 - 17.00 Uhr**

Ort: Praxis für Ergotherapie Schiffer-Zobel, Subbelratherstr. 247,
50825 Köln

Grundmodul 1c: Klettern als therapeutisches Medium - Praktische Umsetzung

18.09.21 **Samstag: 09.00-16.00 Uhr**

Ort: Voraussichtlich: *Kletterfabrik Köln*
Oscar-Jägers Str. 176
50825 Köln

Verbindliche Anmeldungen bitte per Email an Idoehrer@kletternalstherapie.de

Verbindliche Anmeldung zur Fortbildung

Klettern als therapeutisches Medium

Name:

Adresse:

Telefonnummer:

Email:

Schule / Institution/ Arbeitgeber:

Berufserfahrung in Jahren:

Schwerpunkt der Arbeit:

- Ich werde versuchen einen Bildungsscheck// bzw. Bildungsprämie zu beantragen
- Ich habe Klettererfahrung seit _____
- Ich habe Erfahrung mit ergotherapeutischer/ physiotherapeutischer Gruppenarbeit
- Ich leite schon eigene Klettergruppen

ZAHLUNGSMODALITÄTEN:

- Fortbildung Klettern als therapeutisches Medium 420,00 €

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr spätestens 14 Tage nach Bestätigung der Kursteilnahme.

HOCH-HINAUS – Klettern als Therapie e.V.

BIC: GENODED1HBO

IBAN: DE58381602204504197013

Angabe des Verwendungszweckes zwingend – Fortbildung therapeutisches Klettern

Ort, Datum

Mit dieser Unterschrift bestätige ich die verbindliche Anmeldung.
