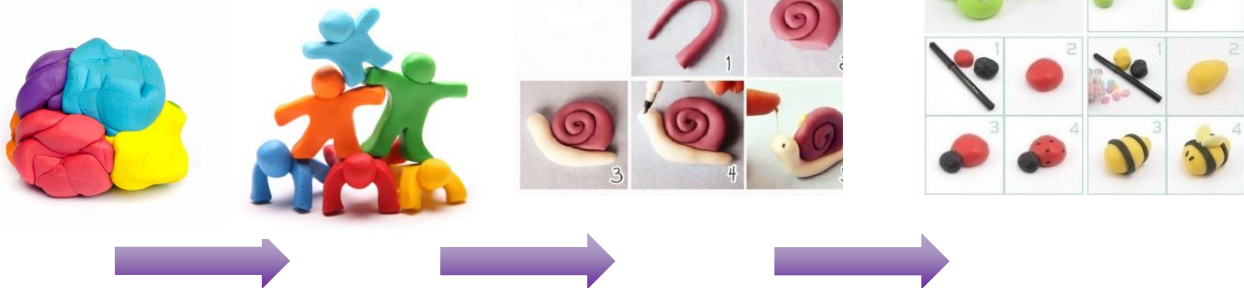


O 8 - Handknete



Ziele:

Hauptziel der Übung ist die Verbesserung der Handkraft. Diese wird für viele Bereiche des täglichen Lebens benötigt (z. B. eine Flasche öffnen oder am Treppengeländer festhalten) und ist daher essentiell zur Erhaltung der mobilitätsbasierten Eigenständigkeit. Therapieknete kann auf kreativem Weg diese Eigenschaften trainieren.

Material:

Therapieknete in verschiedenen Farben und Stärken.

Durchführung [Gruppentraining]:

Begleiten Sie die Kurzzeitpflegegäste nacheinander zu einem Gemeinschaftstisch und nehmen Sie dann ebenfalls dort Platz. Ziel der Übung ist das Modellieren von Formen und/oder Figuren durch Therapieknete. Die Gruppengröße kann bis zu 10 Personen umfassen. Individuelle Erklärungen und Anleitungen sollten Sie aber jedem Kurzzeitpflegegast kurzfristig geben können. Daher wären noch größere Gruppen wahrscheinlich eher ungeeignet.

Erläutern Sie das Übungsziel und geben Sie den Kurzzeitpflegegästen die Therapieknete. Lassen Sie ihn zuerst ohne Anweisungen nach Wunsch kneten. Nach ein paar Minuten geben Sie eine Form/ein Modell vor und versuchen Sie dies zusammen in der Gruppe umzusetzen. Als Vorgaben eignen sich z. B. Bilder, die

den oben gezeigten Beispielbildern ähneln. Jeder Kurzzeitpflegegast sollte eine Kopie des Bildes vor sich haben. Die Knetvorlagen reichen von einfachen bis hin zu komplexeren Figuren. Therapieknete gibt es in unterschiedlichen **Knetstärken**, wobei diese meist farblich gekennzeichnet sind. Dabei ist die Kennzeichnung leider nicht einheitlich. Oft nimmt bei den meisten Herstellern jedoch die Knetstärke, also die Kraft, welche zum Kneten benötigt wird, in folgender Reihenfolge zu:

- **Weiß, Gelb oder Hellbraun**: weiche Knete
- **Rot** bis **Grün**: mittelfeste bis feste Knete
- **Blau** bis **Schwarz**: sehr feste Knete

Welche Knetstärke zu verwenden ist, hängt vom individuellen Bedarfsfall ab. Weiche bis mittelfeste Knete ist in der Regel am besten für das Training mit dem Kurzzeitpflegegast geeignet. Aber auch ein Topf mit fester Knete kann hilfreich sein, um später den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen.

Durchführung [Einzeltraining]:

Die Durchführung bei der Einzeltherapie ist simultan derer in der Gruppentherapie. Einzeltherapie wird empfohlen, wenn bei einem Kurzzeitpflegegast eine intensivere Begleitung und Anleitung von Nöten ist.

Gehirnjogging:

Durch Kognitionsprozesse, welche zum gezielten Kneten von bestimmten Formen und Figuren notwendig sind, findet automatisch Gehirnjogging-Training statt.

Besonderheiten/Tipps:

Der Schwierigkeitsgrad soll immer an die Fähigkeiten der Kurzzeitpflegegäste angepasst sein.

Wenn ein Kurzzeitpflegegast deutliche Unsicherheit oder Überforderungsreaktionen zeigt, pausieren Sie die Übung, begleiten Sie die Person von dem Tisch und fahren Sie fort.

Variationen:

Leichter:

- Ungezieltes Kneten.
- Niedrige Knetstärke.

Schwerer:

- Komplexere Figuren.
- Hohe Knetstärke.