

Wandel der BdR-Rückenschule macht Fortschritte! Bericht über den Workshop am 17. Dezember 2005 in Hannover

„Der Wandel der BdR-Rückenschule muss fortgeführt werden!“. Unter dieser Leitidee stand der gut besuchte Workshop in Hannover. An gleicher Stelle wurden vor einem Jahr in Arbeitsgruppen konkrete Strategien für den Wandel der Rückenschule entwickelt, wie z. B. stärkeres Berücksichtigen wissenschaftlicher Erkenntnisse, Neuformulieren des BdR-Curriculums und Verbessern der Öffentlichkeitsarbeit. Was hat sich im Laufe eines Jahres an der BdR-Rückenschule bereits geändert und welche weiteren Maßnahmen sind in Angriff zu nehmen? Diese Fragen galt es gemeinsam mit den Workshop-Teilnehmer/innen zu beantworten.

Kein Zweifel – Der multimodale Ansatz hat Zukunft

In dem Eröffnungsreferat „Wissenschaftlicher Effizienznachweis von arbeitsplatzbezogenen Interventionen im Hinblick auf Rückenschmerzen“ von Frau Dr. Dagmar Lühmann (Institut für Sozial-Medizin in Lübeck) hob drei Kernaussagen besonders hervor:

- A. Personen mit chronischen Rückenschmerzen leiden überdurchschnittlich häufig auch an psychischen Erkrankungen,
- B. Bewegung spielt auch in der Arbeitswelt bei der Vermeidung von Rückenschmerzen die herausragende Rolle,
- C. die Bereiche „Verhältnisprävention“ und „Verhaltensprävention“ müssen wissenschaftlich und konzeptionell zusammengeführt werden.

Ihr Fazit:

Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung dürfen sich nicht allein auf technische und ergonomische Veränderungen am Arbeitsplatz beschränken. Insbesondere müssen auch psychosoziale Belastungsaspekte (z. B. starke Hierarchien, Entscheidungsspielräume und Mitbestimmungsmöglichkeiten der Mitarbeiter/innen, Kommunikationsstrukturen und Betriebsklima) Gegenstand einer gesundheitsförderlichen Organisations- und Personalentwicklung in Betrieben sein.

Grundbaustein ist gelegt – Die Konföderation der deutschen Rückenschulen ist erfolgreich

Dr. Anne Flothow referierte über die erfreuliche Entwicklung der Konföderation der deutschen Rückenschulen. In dem zurückliegenden Jahr veranstalteten die Verbände insgesamt vier Arbeitstreffen, auf denen wichtige Ergebnisse erreicht wurden. Der aktuelle Stand der Arbeitsergebnisse weist neue Leit- und Grobziele, sowie neue Inhalte und Methoden für die Rückenschule aus. Diese gemeinsamen Anstrengungen hat es in Deutschland in der Vergangenheit bisher noch nicht gegeben. Die wichtigsten Rückenschulverbände sitzen gemeinsam an einem Tisch und arbeiten interdisziplinär an einem wissenschaftlich fundierten und einheitlichen Rückenschulprogramm.

Jedem Teilnehmer/in wurde deutlich, dass die Rückenschulexperten des BdR, Dr. Anne Flothow, Ulrich Kuhnt, Carsten Löwenkamp und Frank Zechner, für die Konföderation einen großen Beitrag leisten.

Veränderung ist Fortschritt – Neuformulierung des BdR-Curriculums

Joachim Fleichaus erläuterte die wichtigsten Aspekte der Neuformulierung des BdR-Curriculums. Dieses curriculare Ergebnis wurde in mehreren Arbeitstreffen der BdR-Weiterbildungsstützpunkte im zurückliegenden Jahr erzielt. Grundsätzlich sollen die Teilnehmer/innen der BdR-Rückenschule verstärkt spezifische pädagogische Kompetenzen zur Durchführung der Kurse erwerben. Die Inhalte der klassischen Rückenschule, wie z. B. die Muskelfunktionsprüfung, Anatomie und Physiologie der Wirbelsäule werden ergänzt und teilweise durch die Inhalte der modernen Rückenschule, wie z. B. Propriozeptives Training, Schmerzbewältigungsstrategien, Hinführung zu täglichen, körperlichen Aktivitäten und Beckenbodengymnastik ersetzt.

Entsprechend der neuen pädagogischen Ausrichtung der BdR-Rückenschullehrerfortbildung wird auf eine schriftliche Prüfung verzichtet und stattdessen die Bedeutung der praktischen Prüfung erhöht.

Die Neufassung des BdR – Curriculums können Sie unter <http://www.bdr-ev.de/> nachlesen.

Besonders erfolgversprechend – Rückenschule in der Schule und im Betrieb

Frank Zechner informierte die Teilnehmer/innen über das neue Konzept der BdR-Kinderrückenschule „**Wir stärken den Kindern den Rücken**“. Mit dieser Kinderrückenschule soll ein Programm zur Bewegungsförderung in den Schulen implementiert werden, welches spielerisch eine Verbesserung der Körperwahrnehmung, der Haltung und der Entspannungsfähigkeit anstrebt. Darüber hinaus sollen Eltern und Lehrer sensibilisiert werden, Kindern in der häuslichen Umgebung, in der Freizeit und in der Schule Bewegungsangebote zu eröffnen.

Ulrich Kuhnt stellte anschließend das neue BdR-Medium „**Rückenfit PLUS in der Alten- und Krankenpflege**“ vor. Diese Teilnehmer- und Kursleiterunterlagen bieten den Rückenschullehrer/innen eine wichtige Unterstützung bei der Planung und Durchführung ihrer arbeitsplatzspezifischen Rückenschulmaßnahmen.

Tag der Rückengesundheit – Eine gute Chance für die Öffentlichkeitsarbeit

Georg Stingel referierte über die Bedeutung der Öffentlichkeitsarbeit für die Rückenschulverbände. Seiner Meinung nach sei der Tag der Rückengesundheit am 15. März 2006 ein besonders günstiger Anlass, die neuen Ziele und Inhalte der modernen Rückenschule einer breiten Öffentlichkeit näher zu bringen.

Fortsetzung folgt – nächster BdR-Workshop am 9. Dezember 2006 in Dresden

Die Mitglieder des BdR sind gut ausgebildete Rückenschullehrer/innen. Ihr Wissen und ihre Erfahrungen für die Weiterentwicklung der Rückenschule zu nutzen hat sich auch auf dem 2. Workshop in Hannover als richtig und sinnvoll gezeigt. Daher soll der Ansatz der **Mitgliederbeteiligung** auch in diesem Jahr in Dresden fortgeführt werden. Angesichts der besonderen sozialmedizinischen und gesundheitsökonomischen Bedeutung des Rückenschmerzes kann die Weiterentwicklung der „Modernen Rückenschule“ nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Stand: 3.01.2006

Ulrich Kuhnt