

Funktionelle Bewegungslehre

Functional Kinetics / Klein-Vogelbach

Information über die FBL & vieles
mehr unter www.fbl-klein-vogelbach.org.

fbl-klein-vogelbach.org

Für Patienten

Wo finden Sie FBL-Therapeuten?

Fragen Sie Ihren Physio-
therapeuten, ob er Kurse der
FBL besucht hat oder ob er
FBL-Therapeut ist – d.h. eine
Prüfung abgelegt hat.



Die Funktionelle Bewegungslehre



Häufig führen Fehlbelastungen in Haltung und Bewegung zu Schmerzen am Bewegungssystem. Das Ziel der funktionellen Bewegungslehre ist es

- die Ursache der Probleme/Schmerzen zu erkennen und
- eine optimale Anpassung des Bewegungsverhaltens an den Alltag zu finden.

Für Patienten

www.fbl-klein-vogelbach.org

Ihr Bewegungsverhalten in Alltagssituationen

› Wahrnehmen

Was erwarten Sie von einer guten Physiotherapie? Sicher, dass Sie „wahrgenommen werden“! Mit Hilfe der funktionellen Bewegungslehre erkennt der Therapeut die Ursache des Schmerzes in Ihrem Bewegungsverhalten. Entsprechend Ihrer Alltagsaktivitäten und Arbeitsbedingungen werden Therapieziele formuliert und das Bewegungsverhalten optimal angepasst. Schnell und unkompliziert entwickeln wir mit Ihnen Lösungen für Ihr Schmerzproblem.

› Verstehen

Ihr Therapeut beurteilt nach differenzierten Beobachtungskriterien, ob Sie Ihre Bewegungsabläufe ökonomisch und effektiv ausführen und erklärt Zusammenhänge zwischen Schmerz und Fehlbelastung. (z.B.: „Warum bekomme ich Kopfschmerzen, wenn ich lange am Schreibtisch gearbeitet habe?“)

verstehen

› Verbessern

In partnerschaftlichem Arbeiten lernen Sie Kontrollmechanismen für Haltung und Bewegung sowie selbstständige Trainingsmöglichkeiten für den Alltag. Wichtig ist uns dabei, dass Sie mit Spass und möglichst wenig Aufwand Fehlbelastungen und Schmerz vermeiden können.

› Das Ergebnis ist das selbstständige Handeln in Eigenverantwortung für Ihren Körper.

Bewegungsverhalten

wahrnehmen

verbessern