



## Kinaesthetics in der Pflege

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen eines beruflichen Pflege- oder Betreuungsauftrages gegenüber anderen Menschen. Es kommt in der Altenpflege, im Krankenhaus, in der professionellen häuslichen Pflege, in der Rehabilitation oder im Behindertenbereich zur Anwendung.

Menschen erfahren sich dann als krank oder behindert, wenn sie die Bewegungen, die ihren alltäglichen Aktivitäten zugrunde liegen, nicht mehr selber ausführen können.

Eine Kernaufgabe von Pflegenden besteht darin, KlientInnen in alltäglichen Aktivitäten zu unterstützen. Es ist eine große Herausforderung, diese Arbeit so zu gestalten, dass die Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten dabei gefördert wird.

Kinaesthetics geht davon aus, dass die Unterstützung pflegebedürftiger Menschen bei Aktivitäten wie Aufsitzen, Essen, Aufstehen dann hilfreich ist, wenn diese ihre Bewegungsmöglichkeiten so weit wie möglich ausschöpfen und ihre Bewegungskompetenz erhalten und erweitern können. Dadurch entfalten sie mehr Eigenaktivität und werden schneller mobil. Sie fühlen sich nicht wie ein Gegenstand, der wegen eines „Defektes“ behandelt wird, sondern erfahren sich selbst als wirksam in Bezug auf ihren Gesundheitsprozess.

In *Kinaesthetics in der Pflege* lernen die TeilnehmerInnen, pflegebedürftige Menschen nicht wie eine Sache zu manipulieren, sondern sie durch ihre Bewegungskompetenz in ihrer eigenen Bewegung lern- und gesundheitsfördernd zu unterstützen. Gleichzeitig lernen sie, ihre eigenen arbeitsbedingten gesundheitlichen Risiken zu verringern.

### Kursangebote

Basiskurse für das Programm *Kinaesthetics in der Pflege* werden von speziell dafür ausgebildeten Kinaesthetics-TrainerInnen angeboten. Eine Liste von TrainerInnen, die in Kooperation mit Kinaesthetics Deutschland arbeiten und sich durch regelmässige Fortbildungen an einem kontinuierlichen Qualitätsentwicklungsprozess beteiligen, befindet sich auf [www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de).

## Der Aufbaukurs

Der Kinaesthetics-Aufbaukurs baut auf dem Lernprozess während und nach dem Kinaesthetics-Grundkurs auf. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der Bedeutung der Bewegungskompetenz für Lern- und Gesundheitsprozesse. Anhand der Kinaesthetics-Konzepte werden alltägliche Aktivitäten gezielt erfahren, analysiert und dokumentiert.

Dadurch entwickeln die TeilnehmerInnen die Kompetenz, die Unterstützung von alltäglichen Aktivitäten in ihrem Berufsalltag gezielt als Lernsituationen zu gestalten.

## Zielgruppe

Der Aufbaukurs *Kinaesthetics in der Pflege* richtet sich an Pflegende, BetreuerInnen und TherapeutInnen, die ihre Erfahrungen und Erkenntnisse des Grundkurses vertiefen und erweitern möchten.

## Inhalte

- Konzept Interaktion
- Konzept Funktionale Anatomie
- Konzept Menschliche Bewegung
- Konzept Anstrengung
- Konzept Menschliche Funktion
- Konzept Umgebung

## Ziele

Die TeilnehmerInnen

- vertiefen ihre persönliche Erfahrung und ihr Verständnis der 6 Kinaesthetics-Konzepte.
- nutzen die Kinaesthetics-Konzepte und die „Spirale des Lernens“, um Pflege- oder Betreuungssituationen zu erfahren, zu analysieren und zu dokumentieren.
- schätzen ihre Stärken und Schwächen im Handling ein und entwickeln Ideen für ihr eigenes Lernen in der Praxis.
- analysieren und beschreiben den Zusammenhang zwischen Bewegungskompetenz und Gesundheitsentwicklung in konkreten Pflege- und Betreuungssituationen.

## Methodik

- Einzelerfahrung  
Gestalten und Analysieren von Unterschieden in eigenen Aktivitäten anhand von Konzept-Blickwinkeln.
- Partnererfahrung  
Gestalten und Analysieren von Unterschieden in Aktivitäten mit anderen Menschen.
- Anwendungserfahrung  
Analysieren von Aktivitäten des Berufsalltags anhand der "Spirale des Lernens".
- Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Berufsalltag.
- Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

## Kursdauer

Die empfohlene Kursdauer beträgt 24 Stunden. Eine Strukturierung des Kurses als Lernphase begünstigt eine nachhaltige Umsetzung in der Praxis.

## Formelles

Nach erfolgreichem Abschluss des Aufbaukurses erhalten die TeilnehmerInnen von Kinaesthetics Deutschland das Aufbaukurs-Zertifikat. Dieses ist die Voraussetzung für die Teilnahme an einem Peer-Tutoring-Kurs *Kinaesthetics in der Pflege* oder an einer Ausbildung zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1.