

Aufbaukurs – Kinaesthetics in der Pflege

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 Pflegenden, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Betreuende, die ihre Erfahrungen und Erkenntnisse des Grundkurses vertiefen und erweitern möchten.

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.

situationen.

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 28 Stunden. Eine Strukturierung des Kurses als Lernphase begünstigt eine nachhaltige Umsetzung in der Praxis.

Termine

4-Tageskurs Januar/Februar 2021

11. und 12.01.2021 sowie 03. und 04.02.2021

Kurszeiten: 9.00 bis 16.00 Uhr am 1. Tag.
danach n. Vereinbarung

Kosten: 400 €

Leitung: **Axel Enke**, Kinaesthetics Ausbilder, MSC Supervisor, Coach, Berater (DGSF, DGSD), Sinzig

Ort: Schulungsräume im A-Gebäude, St. Elisabeth Krankenhaus, Wittlich

Formelles

Nach erfolgreichem Abschluss des **Grundkurses** erhalten die TeilnehmerInnen von Kinaesthetics Deutschland das **Grundkurs-Zertifikat**. Dieses ist die Voraussetzung zur Teilnahme an einem Aufbaukurs Kinaesthetics in der Pflege.

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.

Telefon: 06571 / 15 - 34 550
Fax: 06571 / 15 - 34 590
E-Mail: wbst@verbund-krankenhaus.de
online: www.verbund-krankenhaus.de
(Aktuelle Veranstaltungen)

Anmeldeschluss Aufbaukurs: 30.12.2020

**Anmeldeschluss Grundkurs
1. Jahreshälfte:** 10.01.2020

**Anmeldeschluss Grundkurs
2. Jahreshälfte:** 02.10.2020

Hinweis:

Bitte beachten Sie, dass Unternehmen im Gesundheits- und Sozialwesen den Grundkurs auch als Inhouse-Veranstaltung für ihre Mitarbeiter buchen können. Termine und Kurs-Kosten nach Vereinbarung.

Gerne berät Sie dazu Herr Emmerich Berg unter der Telefonnummer: 06571 / 15-34 550 oder per mailanfrage an: wbst@verbund-krankenhaus.de.

Verbundkrankenhaus
Bernkastel / Wittlich



Kinaesthetics

Achtsame Wahrnehmung
der eigenen Bewegung

*Kinaesthetics in der Pflege
& im Therapeutenbereich*
Grundkurs / Aufbaukurs



Partnerin
Kinaesthetics
Deutschland

Verbundkrankenhaus Bernkastel / Wittlich
St. Elisabeth Krankenhaus
Koblenzer Str. 91 • 54516 Wittlich
www.verbund-krankenhaus.de

Was ist Kinaesthetics

Das zentrale Thema von Kinaesthetics ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung in alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität unserer meist unbewussten Bewegungsmuster hat einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung.

Eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde und selbständige Lebensgestaltung ist eine große Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten und besonders die Fähigkeit, die eigene Bewegung gezielt an sich verändernde Bedingungen anpassen zu können.

Mit Kinaesthetics können Menschen jeden Alters die Qualität der eigenen Bewegung, den persönlichen Handlungsspielraum und die Anpassungsfähigkeit im Alltag bearbeiten. Die bewusste Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung und die Entwicklung der Bewegungskompetenz durch Kinaesthetics leisten einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung.



Sitzender Transfer von der Bettkante in den Pflegerollstuhl bei Patientin mit Hemiparese nach Apoplex

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 durch ihre Bewegungskompetenz in ihrer eigenen Bewegung lern- und gesundheitsfördernd zu unterstützen. Gleichzeitig lernen sie, ihre eigenen arbeitsbedingten gesundheitlichen Risiken zu verringern.

Grundkurs – Kinaesthetics in der Pflege

Der Kinaesthetics-Grundkurs ist der erste Basiskurs im Kinaesthetics-Bildungssystem.

Zielgruppe

Der Grundkurs Kinaesthetics in der Pflege richtet sich an Pflegenden, BetreuerInnen und Therapeutinnen, die in einer Institution des Gesundheits- oder Sozialwesens tätig sind.

Methodik

✓ Einzelerfahrung

Lenken der Aufmerksamkeit auf Unterschiede in der eigenen Bewegung anhand der Konzept-Blickwinkel.

✓ Partnererfahrung

Wahrnehmen von Unterschieden in der eigenen Bewegung während der Interaktion mit einem anderen Menschen.

✓ Anwendungserfahrung

Bearbeiten von konkreten Fragestellungen aus dem Berufsalltag. Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Berufsalltag. Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

Termine

4-Tageskurs 1. Jahreshälfte 2020

21. und 22.01.2020 sowie 03. und 04.03.2020

4-Tageskurs 2. Jahreshälfte 2020

06. und 07.10.2020 sowie 09. und 10.11.2020

Kurszeiten: jew. 8.00 bis 15.30 Uhr

Kosten: 375 €

Leitung: **Renate Simon**, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Kinaesthetics-Trainerin, Stufe 2-Pflege

Ort: Schulungsräume im A-Gebäude
St. Elisabeth Krankenhaus, Wittlich

Ziele Die TeilnehmerInnen ...

- erfahren und kennen die 6 Kinaestheticskonzepte und bringen diese mit ihren beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen in Verbindung.
- erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten.
- lenken während der täglichen Pflege und Betreuung mit Hilfe einzelner Konzeptblickwinkel ihre Aufmerksamkeit bewusst auf ihre eigene Bewegung.
- entwickeln erste Ideen für ihre beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen, um die Selbständigkeit pflegebedürftiger Menschen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden.

Inhalte

- Beziehung über Berührung und Bewegung
 - ✓ **Konzept Interaktion**
- Kontrolle der Gewichts in der Schwerkraft
 - ✓ **Konzept Funktionale Anatomie**
- Das Potenzial von Bewegungsmustern
 - ✓ **Konzept Menschliche Bewegung**
- Selbständigkeit & Wirksamkeit unterstützen
 - ✓ **Konzept Anstrengung**
- Alltägliche Aktivitäten verstehen
 - ✓ **Konzept Menschliche Funktion**
- Die Umgebung nutzen und gestalten
 - ✓ **Konzept Umgebung**

Hinweis: Da wir in diesem Kurs auch am Boden arbeiten, empfehlen wir Ihnen, bequeme Kleidung zu tragen und eine Wolldecke oder Matte mitzubringen.