



Kinaesthetics



**Kinaesthetics**  
et l'art de soigner

Ce programme traite le développement de la compétence de mouvement dans le cadre d'un mandat de soins ou d'assistance professionnel à l'égard d'autres personnes. Il est appliqué dans les soins des personnes âgées, à l'hôpital, dans les soins à domicile professionnels, dans la réhabilitation ou dans le secteur des handicapés.

Une personne se sent malade ou handicapée quand elle n'est plus en mesure d'effectuer seule les mouvements nécessaires pour les activités quotidiennes.

L'un des travaux principaux des soignants consiste à soutenir les clients lors d'activités quotidiennes. C'est un grand défi de réaliser ce travail de manière favorable au développement de santé de toutes les personnes concernées.

Kinaesthetics part du principe que le soutien des personnes nécessitant des soins lors d'activités comme se mettre en position assise, manger, se lever, etc., aide surtout, si la personne soignée peut profiter au maximum de ses possibilités de mouvement et maintenir ou étendre sa compétence de mouvement. Ainsi, cette personne est motivée d'augmenter son activité autonome et redevient plus rapidement mobile. Elle ne se sent plus comme un objet qui, dû à une « panne » doit être manipulé, mais se perçoit comme efficace par rapport à son processus de santé.

Dans « Kinaesthetics et l'art de soigner », les participants apprennent à ne plus manipuler les personnes nécessitant des soins comme un objet, mais de les soutenir à travers leur compétence de mouvement – de manière favorable à la santé et à l'apprentissage - dans leurs propres mouvements. En même temps, ils apprennent à diminuer nettement leurs propres risques pour la santé au travail.

#### Offres de cours

Les cours de base dans le programme « Kinaesthetics et l'art de soigner » sont proposés par des instructeurs Kinaesthetics avec une formation spécifique. Ils travaillent en coopération avec Kinaesthetics Schweiz et participent par des formations continues régulières au processus du développement de la qualité. Vous trouverez une liste de ces instructeurs sous [www.kinaesthetics.ch](http://www.kinaesthetics.ch).

## Le cours d'initiation

Le cours d'initiation Kinaesthetics est le premier cours de base dans le système de formation Kinaesthetics. Au centre de ce cours se trouve l'étude du propre mouvement à l'aide des six concepts Kinaesthetics. Ceci permet aux participants de faire les premières adaptations dans leur quotidien professionnel avec un impact positif sur leur propre développement de santé ainsi que sur celui de leurs patients/résidents.

## Groupe cible

Le cours d'initiation « Kinaesthetics et l'art de soigner » s'adresse aux infirmiers, soignants et thérapeutes qui travaillent dans une institution de la santé ou du social.

## Contenu

- La relation à travers le contact et le mouvement  
Le concept d'Interaction
- Le contrôle du poids par rapport à la pesanteur  
Le concept d'Anatomie fonctionnelle
- Le potentiel des schémas de mouvement  
Le concept de Mouvement humain
- Soutenir l'indépendance et l'efficacité  
Le concept d'Effort
- Comprendre les activités quotidiennes  
Le concept de Fonction humaine
- Créer et bénéficier de l'environnement  
Le concept d'Environnement

## Objectifs

Les participants

- font l'expérience et connaissent les 6 concepts Kinaesthetics et les associent à leurs situations des soins et de l'assistance professionnelle.
- font l'expérience et comprennent le rapport entre la qualité de leur propre mouvement et le développement de santé de toutes les personnes concernées.
- focalisent consciemment leur attention pendant les soins et l'assistance de leur quotidien – à l'aide des points de vue des concepts Kinaesthetics – sur leur propre mouvement.
- développent de premières idées pour les situations des soins et l'assistance professionnelle dans le but de soutenir l'autonomie des personnes nécessitant des soins et de trouver un soulagement physique pour eux-mêmes.

## Méthodologie

- Expérience individuelle
- Focaliser l'attention – à l'aide des points de vue des concepts Kinaesthetics sur les différences du propre mouvement.
- Expérience avec un partenaire
- Percevoir des différences du propre mouvement pendant l'interaction avec une autre personne.
- Expérience d'application
- Traiter des questions concrètes survenues dans le quotidien professionnel.
- Planifier et réaliser le propre processus d'apprentissage autonome dans le quotidien professionnel.
- Documenter et évaluer le propre processus d'apprentissage.

## Durée du cours

La durée du cours recommandée est de 24 heures. La structuration du cours en tant que phase d'apprentissage favorise une application durable dans la pratique.

## Formalités

Après avoir terminé avec succès le cours d'initiation, les participants obtiennent un certificat correspondant de Kinaesthetics Schweiz. Ce dernier est une condition requise pour la participation à un cours d'approfondissement « Kinaesthetics et l'art de soigner ».