



Kinaesthetics



Kinaesthetics nell'Assistenza in Famiglia

Questo programma tematizza lo sviluppo della competenza di movimento nell'ambito di un compito privato assistenziale e di cura nei confronti di un familiare o di un conoscente.

Le persone che assistono un familiare affrontano grandi sfide nella quotidianità: da un lato vivono la propria vita e dall'altro aiutano una persona che necessita di assistenza nello svolgimento delle attività quotidiane quali alzarsi, lavarsi, vestirsi, sedersi in carrozzina, mangiare ecc. Questo doppio ruolo può portare facilmente ad un sovraccarico ed avere un'influenza negativa sulla salute di tutte le persone coinvolte.

Kinaesthetics parte dal presupposto che offerte di aiuto promuovano la salute e lo sviluppo di una persona che necessita assistenza se questa viene supportata nelle proprie capacità di movimento, nella propria attività e nella propria personale efficacia, in ogni attività quotidiana. Un presupposto per questo è la competenza di movimento di chi assiste.

Nel programma *Kinaesthetics nell'Assistenza in Famiglia* i partecipanti imparano a sviluppare la propria competenza di movimento e ad utilizzarla per incentivare i propri familiari nella loro competenza di movimento. Questo fa sì che i familiari che assistono prestino maggiore attenzione alla propria salute durante la propria attività e che i familiari assistiti possano sviluppare attività propria, mobilità e autonomia. In questo modo tutte le persone coinvolte beneficiano in pari misura di una migliore qualità di vita.

Offerte formative

I corsi elementari del programma *Kinaesthetics nell'Assistenza in Famiglia* vengono svolti da Insegnanti Kinaesthetics formati a riguardo in modo specifico. Su www.kinaesthetics.ch si trova una lista degli insegnanti che lavorano in cooperazione con Kinaesthetics Schweiz e che partecipano, attraverso aggiornamenti regolari, al continuo processo di sviluppo della qualità.

Il Corso Base

Il Corso Base Kinaesthetics è il primo corso elementare nel Sistema Formativo Kinaesthetics. Al centro vi è l'elaborazione del proprio movimento con l'aiuto dei 6 Concetti Kinaesthetics.

I partecipanti possono così effettuare i primi adattamenti nella loro quotidianità, i quali avranno un effetto benefico sul loro sviluppo della salute e su quello dei loro famigliari.

Destinatari

Il Corso Base *Kinaesthetics nell'Assistenza in Famiglia* si rivolge a persone che assistono i propri famigliari, amici o conoscenti, senza avere una formazione professionale nel campo assistenziale.

Contenuti

- Sensibilizzazione sul proprio movimento
Concetto *Interazione*
- La gestione del peso
Concetto *Anatomia Funzionale*
- Comprendere i modelli di movimento
Concetto *Movimento Umano*
- Sostegno come offerta di apprendimento
Concetto *Sforzo*
- Il processo di apprendimento in famiglia
Concetto *Funzione Umana*
- La gestione degli ausili
Concetto *Ambiente*

Obiettivi

I partecipanti

- sperimentano e conoscono i 6 Concetti Kinaesthetics e possono collegarli con la propria situazione di assistenza a casa;
- sperimentano e comprendono il nesso tra la qualità del loro stesso movimento e lo sviluppo della salute di tutte le persone coinvolte;
- pongono, durante l'assistenza e la cura quotidiana, la loro attenzione in modo consapevole sul proprio movimento con l'aiuto di singole prospettive concettuali;
- sviluppano le prime idee per la propria situazione assistenziale a casa in modo da favorire l'autonomia del congiunto bisognoso di assistenza e infine di sgravare se stessi fisicamente.

Metodica

- Esperienza individuale
Porre l'attenzione sulle differenze nel proprio movimento sulla base delle Prospettive Concettuali.
- Esperienza in coppia
Percepire delle differenze nel proprio movimento durante l'interazione con un'altra persona.
- Esperienza di applicazione
Elaborazione di quesiti concreti della quotidianità assistenziale.
- Pianificazione e attuazione del processo di apprendimento autonomo nella quotidianità assistenziale.
- Documentazione e valutazione del proprio processo di apprendimento.

Durata del corso

Si consiglia una durata di 21 ore. La strutturazione del corso come Fase di Apprendimento favorisce un'applicazione durevole nella pratica.

Formalità

Alla fine del Corso Base i partecipanti riceveranno da Kinaesthetics Schweiz il certificato di Corso Base. Il Corso Base è la premessa per poter partecipare ad un Corso di Perfezionamento *Kinaesthetics nell'Assistenza in Famiglia*.