

## Kinaesthetics in der Erziehung

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen einer familiären oder beruflichen Erziehungsaufgabe gegenüber Kindern.

Durch Erziehung unterstützen Bezugspersonen Kinder darin, selbstständig zu werden. Dazu gehören die Entwicklung eines differenzierten Selbstbewusstseins, die kreative Bewältigung von Herausforderungen und ein verantwortungsbewusstes Gesundheits-, Lern- und Sozialverhalten. All dies lernen Kinder in alltäglichen Aktivitäten, wie z. B. beim Kleiderwechseln, beim Spielen oder in Gesprächen.

Im Fachgebiet Kinästhetik wird davon ausgegangen, dass die Bewegungskompetenz eine zentrale Grundlage für die Entwicklung aller menschlichen Fähigkeiten ist. Kinder entwickeln ihre Bewegungskompetenz hauptsächlich durch den Kontakt mit ihren Bezugspersonen.

Vor allem in den ersten Lebensjahren ist dieser durch Interaktionen über Berührung und Bewegung geprägt. Die Art und Weise, wie Bezugspersonen Kinder im Alltag unterstützen, beeinflusst wesentlich die Entwicklung der Kinder. In der Kinästhetik wird Erziehung als fortgesetzter Interaktionsprozess zwischen Bezugspersonen und Kind verstanden. Eine ausschlaggebende Rolle spielt dabei die Bewegungskompetenz der Bezugspersonen.

Erziehende lernen in *Kinaesthetics in der Erziehung* die Sensibilität für ihre Bewegung zu verfeinern. Sie erweitern dadurch ihren Gestaltungsspielraum in alltäglichen Erziehungsinteraktionen und lernen, ihre Kinder gezielt, vielfältig und an ihre Entwicklung angepasst zu begleiten.

## Was ist Kinästhetik?

Das zentrale Thema der Kinästhetik ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungskompetenz 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 selbstständige Lebensgestaltung ist eine große Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten. Insbesondere geht es um die Fähigkeit, die eigene Bewegung gezielt an sich verändernde Bedingungen anpassen zu können. Mithilfe der Kinästhetik 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 die Kinästhetik leisten einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung.



Partnerin  
**Kinaesthetics**  
Schweiz

Andrea Wildi Wyss



**Kinaesthetics**



**Kinaesthetics**  
in der Erziehung

**Grundkurs**

Baden (AG) 27.01.2026 - 24.04.2026

[www.kinaesthetics.ch](http://www.kinaesthetics.ch)

## Der Grundkurs

Der Kinaesthetics-Grundkurs ist der erste Basiskurs im Kinaesthetics-Bildungssystem. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung anhand der 6 Konzepte der Kinästhetik. Dadurch können die Teilnehmenden erste Anpassungen machen, die sich positiv auf ihren Erziehungsalltag auswirken.

## Zielgruppe

Der Grundkurs *Kinaesthetics in der Erziehung* richtet sich an Personen, die sich in der Familie oder beruflich mit der Erziehung von Babys und Vorschulkindern beschäftigen.

## Methodik

- Einzelerfahrung  
Lenken der Aufmerksamkeit auf Unterschiede in der eigenen Bewegung anhand der Konzeptblickwinkel.
- Partnererfahrung  
Wahrnehmen von Unterschieden in der eigenen Bewegung während der Interaktion mit einem anderen Menschen.
- Anwendungserfahrung  
Bearbeiten von konkreten Fragestellungen aus dem Erziehungsalltag.
- Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Erziehungsalltag.
- Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

## Daten im Detail

27./28. Januar  
24. März  
24. April 2026

## Ort

Kantonsspital Baden AG  
Haus 7  
Im Ergel 1  
5404 Baden

## Kosten

CHF 750.-

## Ziele

### Die Teilnehmenden

- erfahren und kennen die 6 Konzepte der Kinästhetik und bringen diese mit ihrer Erziehungsaufgabe in Verbindung.
- erfahren und verstehen die Bedeutung der Qualität der eigenen Bewegung bezüglich Entwicklung, Lernprozesse und Gesundheit.
- lenken während den täglichen Interaktionen mit Kindern ihre Aufmerksamkeit bewusst auf ihre eigene Bewegung.
- entwickeln erste Ideen für ihren Alltag mit Kindern, um diese in ihren Lernprozessen und in ihrer Entwicklung zu unterstützen, zu begleiten und den eigenen Handlungsspielraum zu erweitern.

## Inhalte

- Erziehen als Beziehung gestalten  
Konzept Interaktion
- Körperbewusstsein und Selbstbewusstsein entwickeln  
Konzept Funktionale Anatomie
- Sich entfalten und anpassen  
Konzept Menschliche Bewegung
- Wirksamkeit erfahren  
Konzept Anstrengung
- Selbstständig werden  
Konzept Menschliche Funktion
- Die Umgebung gestalten  
Konzept Umgebung

## Formelles

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

## Veranstalteradresse

Kantonsspital Baden AG  
Im Ergel 1  
5404 Baden