Kinaesthetics in der Pflege
Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen eines beruflichen Pflege-, Therapie- oder Betreuungsauftrages gegenüber anderen Menschen. Es kommt im Krankenhaus, in der ambulanten Praxis, professionellen häuslichen Pflege, Rehabilitation, Altenpflege 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 selbst ausführen können. Es ist eine große Herausforderung für Pflegende, TherapeutInnen oder Betreuende, sie so zu unterstützen, dass die Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten gefördert wird.

In Pflege-, Therapie- oder Betreuungssituationen geht es oft um Interaktionen über Berührung und gemeinsame Bewegung.

Diese sind dann hilfreich, wenn die Menschen, die Unterstützung benötigen, 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 ihre Gesundheitsentwicklung.

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

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

Dragana Caravatti
c/o Stiftung Alterszentrum Region Bülach
8180 Bülach

Kinaesthetics

Kinaesthetics
in der Pflege

Aufbaukurs

Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe

Bülach 26.11.2026 - 24.02.2027

www.kinaesthetics.ch

Der Aufbaukurs

Der Kinaesthetics-Aufbaukurs baut auf dem Lernprozess des Kinaesthetics-Grundkurses auf. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der Bedeutung der Bewegungskompetenz für Lern- und Gesundheitsprozesse. Anhand der Konzepte der Kinästhetik werden alltägliche Aktivitäten gezielt erfahren, analysiert und dokumentiert.
Dadurch entwickeln die Teilnehmenden die Kompetenz, die Unterstützung von alltäglichen Aktivitäten in ihrem Berufsalltag gezielt als Lernsituationen zu gestalten.

Zielgruppe

Der Aufbaukurs *Kinaesthetics in der Pflege – Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe* richtet sich an Pflegende, TherapeutInnen und Betreuende, die ihre Erfahrungen und Erkenntnisse des Grundkurses vertiefen und erweitern möchten.

Ziele

Die Teilnehmenden

- vertiefen ihre persönliche Erfahrung und ihr Verständnis der 6 Konzepte der Kinästhetik.
- nutzen die Konzepte und die „Lernspirale", um Pflege-, Therapie- 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-, Therapie- oder Betreuungssituationen.

Methodik

- Einzelerfahrung:
  Gestalten und Analysieren von Unterschieden in eigenen Aktivitäten anhand von Konzeptblickwinkeln.
- Partnererfahrung:
  Gestalten und Analysieren von Unterschieden in Aktivitäten mit anderen Menschen.
- Anwendungserfahrung:
  Analysieren von Aktivitäten des Berufsalltags anhand der „Lernspirale".
- Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Berufsalltag.
- Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

Inhalte

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

Formelles

Nach erfolgreichem Abschluss des Aufbaukurses erhalten die Teilnehmenden von Kinaesthetics Schweiz das Aufbaukurs-Zertifikat. Dieses ist die Voraussetzung für die Teilnahme an einem Peer-Tutoring-Kurs oder an einer Ausbildung zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1.

Daten im Detail

26./ 27.11.2026
13.01.2027
24.02.2027

Ort

Stiftung Alterszentrum Region Bülach
Grampen
Allmendstrasse 1
8180 Bülach

Kosten

CHF 800.-

Veranstalteradresse

Stiftung Alterszentrum Region Bülach
Kreditoren
Allmendstrasse 1
8180 Bülach