

Ausschreibung Einsteigertag



Kinaesthetics Pflegerische Angehörige

Worum geht es?

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen einer privaten Pflege- oder Betreuungsaufgabe.

Kinaesthetics geht davon aus, dass die Unterstützung eines pflegebedürftigen Menschen dann gesundheits- und entwicklungsfördernd ist, wenn er bei allen alltäglichen Aktivitäten in seinen eigenen Bewegungsmöglichkeiten, in seiner Eigenaktivität und Selbstwirksamkeit unterstützt wird. Eine Voraussetzung dafür ist die Bewegungskompetenz der pflegenden Personen.

Im Programm *Kinaesthetics Pflegerische Angehörige* lernen die TeilnehmerInnen, ihre eigene Bewegungskompetenz zu entwickeln und diese zu nutzen, um ihre Angehörigen / Ihre Klienten in ihrer Bewegungskompetenz zu fördern. Dies führt dazu, dass pflegende Angehörige bei ihrer Tätigkeit gezielter auf ihre eigene Gesundheit achten und pflegebedürftige Angehörige/Klienten grössere Eigenaktivität, Mobilität und Selbstständigkeit entwickeln können. Dadurch profitieren alle Beteiligten gleichermaßen von einer verbesserten Lebensqualität.

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 selbstständige 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

Ziele

Die TeilnehmerInnen

- erfahren und kennen 2 Kinaesthetics-Konzept und bringen dieses mit ihrer häuslichen Pflegesituation in Verbindung.
- erfahren den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten.
- entwickeln erste Ideen für ihre häusliche Pflegesituation, um die Selbständigkeit des pflegebedürftigen Angehörigen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden.

Inhalt

- Sensibel werden für die eigene Bewegung
Konzept Interaktion
- Umgang mit Gewicht
Konzept Funktionale Anatomie

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 persönlichen Fragestellungen aus dem Alltag.
- Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Alltag.
- Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

Formelles

Nach erfolgreichem Abschluss des Einsteigerkurses erhalten die TeilnehmerInnen eine Bestätigung. Diese ermöglicht ihnen den Tag beim Besuch eines Grundkurs Kinaesthetics anrechnen zu lassen.

Leitung

Claudia Gwerder
Kinaesthetics- Trainerin



Partnerin
Kinaesthetics
Schweiz

| | |
|----------------|--|
| Dauer | 1 Tag |
| Nächste Daten | 30. Juni 2014 |
| Zeiten | 9.00 - 16.00 Uhr |
| Ort | Zentrum für Kinaesthetics Ebikon Kapellenweg 2 6030 Ebikon |
| Kosten | CHF 250.00 |
| Mitbringen | Bequeme Kleider evtl. Antirutschsocken Matte oder Wolldecke Schreibzeug |
| Anmelden | Tel 041 450 04 45 Mail ebikon@kinaesthetics-net.ch |
| Anmeldeschluss | 14 Tage vor dem gewünschten Datum |



Zentrum für
Kinaesthetics
Ebikon