

KINAESTHETICS GRUNKURS

ZIELE

- Die einzelnen Konzepte kennenlernen, die Kinaesthetics für die Bewegungskompetenz anbietet
- Diese Konzepte als Werkzeug nutzen lernen, in alltäglichen menschlichen Aktivitäten, auf persönlicher, wie auch beruflicher Ebene

INHALTE

Das Lernen mit Kinaesthetics fängt in der eigenen Bewegung an. Durch dieses Training des „Achten auf sich“ in jeder Aktion, wird es dem Teilnehmer möglich:

- die eigenen Annahmen über Gesundheit und Lernen beim pflegebedürftigen Menschen zu überprüfen und wenn notwendig, anzupassen
- Die Rolle der eigenen Bewegung in Gesundheits- & Lernprozessen zu entdecken und zu vertiefen
- Bewegungssensibilität und Handlings-Kompetenz mit Patienten zu entwickeln

Wenn Menschen, egal ob krank oder gesund, sich einfacher und effektiver in Positionen und in Fortbewegungsaktivitäten bewegen, ist die Wirkung auf alle inneren Prozesse, wie Atmung, Kreislauf, Verdauung, etc. positiv.

Wenn Pflegende/ Betreuer in sich selbst ein wirksames Bewegen erfahren, wenn sie lernen, immer weniger zu heben und körperliche Leichtigkeit im Tun erleben, dann reduzieren sie Verzerrungen und Verletzungsgefahr; sie entwickeln Bewegungskompetenz.

In vielen Fortbewegungsaktivitäten, in denen oft zwei Pflegekräfte zusammen arbeiten, lernen die Teilnehmer, alleine zu arbeiten. Sie entwickeln Selbstwirksamkeit.

Die Lernmethode erlaubt ihnen:

- anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte zu bearbeiten
- Dieses Verständnis in die Bewegungsanleitung von Partnern zu übertragen
- Berufliche Aktivitäten aus ihrem Arbeitsfeld anhand der Kinaesthetics-Konzepte zu bearbeiten

ZIELGRUPPE

Mitarbeiter von Elisabeth-handicap und elisabeth-senior

Sollte es noch freie Kapazitäten geben, können diese durch externe Teilnehmer besetzt werden.

DAUER

3 Tage + 1 Stunde Praxisbegleitung = 23,5 Stunden

TERMINE 2026

Termin 1: 20./ 21.04.2026
19.05.2026
+ 1 Stunde Praxisbegleitung individuell geplant

Termin 2: 20./ 21.10.2026
17.11.2026
+ 1 Stunde Praxisbegleitung individuell geplant

ZEITPLAN

8:30 - 16:30

1 Stunde Praxisbegleitung (Termin nach Vereinbarung)

VERANSTALTUNGSORT

Termin 1: Haus Am Klouschter Mondorf-les-Bains

Termin 2: Institut St. Joseph, Betzdorf

ANMERKUNG

Bitte mitbringen:

- Schreibmaterial
- warme (Antirutsch) Socken
- Wolldecke oder Yoga-/ Fitnessmatte
- Ab dem 3. Tag: 2 Handtücher & 1 Badetuch

KONTAKT

Daniela FOCHS ép. BOHN

00352-621394810

dfochs@gmx.de