



## Ausbildung Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 – Grundmodul



Kinaesthetics  
in der Pflege

Kinaesthetics Schweiz AG  
Zürcherstrasse 46  
CH-8400 Winterthur  
T +41 55 451 18 00  
info@kinaesthetics.ch  
www.kinaesthetics.ch

### Worum geht es?

Kinaesthetics hat sich in den letzten Jahren in Pflege und Betreuung etabliert. Durch die markanten Veränderungsprozesse im Gesundheits- und Sozialwesen, die steigenden Qualitätsansprüche und den wirtschaftlichen Druck kommt der beruflichen Kompetenz, der persönlichen Gesundheitsentwicklung und der Selbstverantwortung der MitarbeiterInnen eine hohe Bedeutung zu.

Kinaesthetics geht davon aus, dass die Qualität der Bewegung in den alltäglichen Aktivitäten für die Entwicklung der Gesundheit und Lebensqualität eine zentrale Rolle spielt. Die Kompetenz des Pflege- und Betreuungspersonals, die eigene Bewegung an unterschiedliche Situationen anzupassen, steht in einem engen Zusammenhang mit berufsbedingten Erkrankungen und der Arbeitszufriedenheit. Es kann beobachtet werden, dass sich mit Kinaesthetics der Umgang mit dem eigenen Körper in beruflichen Herausforderungen und die Zusammenarbeit im Team positiv verändern. Gleichzeitig wirkt sich die Bewegungskompetenz des Personals auf die Möglichkeit der pflegebedürftigen Personen aus, ihre alltäglichen Aktivitäten möglichst selbstständig und gesundheitsfördernd zu gestalten.

Um Kinaesthetics in Institutionen nachhaltig zu integrieren, braucht es SpezialistInnen, welche die kontinuierlichen Lernprozesse, die individuelles und gemeinsames Lernen umfassen, in der alltäglichen Arbeit unterstützen und begleiten.

Damit sie diesen Herausforderungen gewachsen sind, setzen sich die TeilnehmerInnen der Ausbildung zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 intensiv mit ihrer eigenen Bewegungskompetenz, den eigenen Annahmen über Lernen, Entwicklung und Gesundheit sowie mit den wissenschaftlichen Grundlagen und zentralen Annahmen von Kinaesthetics auseinander.

Die AbsolventIn dieser Ausbildung, die Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1, ist die Kinaesthetics-SpezialistIn in der Berufspraxis. Auf der Grundlage von Kinaesthetics unterstützt und gestaltet sie professionell und in Zusammenarbeit mit den Führungskräften Lernprozesse von sich selbst, von KlientInnen und MitarbeiterInnen.

### Ziele

- Die TeilnehmerIn nutzt passende Kinaesthetics-Instrumente, um den persönlichen Lernprozess wirkungsvoll zu gestalten.
- Sie schätzt ihre Bewegungs- und Handling-Kompetenz ein und entwickelt diese allein und zusammen mit MitarbeiterInnen gezielt weiter. Sie nutzt ihre Bewegungs- und Handling-Kompetenz, um auch komplexe Situationen in ihrem Arbeitsalltag für sich und andere gesundheitsfördernd zu gestalten.
- In alltäglichen Pflege- und Betreuungssituationen gestaltet sie mit KlientInnen individuelle Lernprozesse, die diese in der Entwicklung ihrer Bewegungskompetenz und Selbstständigkeit unterstützen, und sucht gemeinsam angepasste Lösungen.
- Sie unterstützt MitarbeiterInnen, die den Grund- und Aufbaukurs besucht haben, in der Integration in den Alltag, indem sie Praxisanleitungen, Fallbesprechungen und Workshops anbietet.
- Sie bearbeitet mit MitarbeiterInnen spezifische Verhaltensphänomene aus der Perspektive von Kinaesthetics und begleitet die daraus resultierenden Lernprozesse in der Praxis.
- Für die Gestaltung, Dokumentation und Evaluation von Lernprozessen mit KlientInnen und MitarbeiterInnen setzt sie geeignete Kinaesthetics-Instrumente ein.
- Ihre Aktivitäten und Angebote für KlientInnen beschreibt sie differenziert mit Blickwinkeln des Kinaesthetics-Konzeptsystems und begründet diese mit den theoretischen Grundlagen von Kinaesthetics.
- In Zusammenarbeit mit Führungskräften bringt sie das Kinaesthetics-Know-how in die Qualitäts- und Pflegeentwicklung ein.
- Sie beteiligt sich am Austausch- und Entwicklungsprozess des Kinaesthetics-Netzwerkes und bringt ihre Erfahrungen und Fragen mit ein.

## Methodik

### 1.-Person-Methode

Die Lernsequenzen sind so aufgebaut, dass die TeilnehmerIn ausgehend von ihrer eigenen Bewegungserfahrung und ihren eigenen Annahmen sich mit den jeweiligen Inhalten auseinandersetzt. Das kybernetische Lernmodell und die Theorieentwicklung aus der eigenen Bewegungserfahrung stehen im Vordergrund.

### Gemeinsames Lernen

Die Lernumgebung ist so angelegt, dass sowohl für das Bewegungslernen der TeilnehmerIn als auch für ihre kognitive Auseinandersetzung die Interaktionen mit den KollegInnen und den AusbilderInnen ein zentrales Element darstellen.

### Dokumentation und Evaluation

Eine systematische Dokumentation und Evaluation ermöglicht der TeilnehmerIn, die Spur ihres Lernprozesses sichtbar zu machen.

### Selbstverantwortliche Lernprozesse

Die Strukturierung der Bildung ermöglicht der TeilnehmerIn, ihren persönlichen Lernprozess individuell und gezielt zu gestalten.

## Voraussetzungen

- Berufsabschluss in den Berufsfeldern Gesundheit, Bildung oder Soziales; im Minimum auf der Stufe EFZ (Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis)
- Absolvierter Kinaesthetics-Grund- und Aufbaukurs mit einem von der EKA anerkannten Zertifikat
- Empfohlen: Peer-Tutoring-Kurs oder vergleichbare Qualifikation
- Empfehlungsschreiben des Arbeitgebers
- Die TeilnehmerIn verpflichtet sich, für die Dauer der Ausbildung regelmäßig im eigenen Berufsfeld oder privat mit Menschen zu arbeiten (mindestens 4 Stunden pro Woche), um das mit Kinaesthetics erworbene Können und Wissen zu vertiefen.

Über die Zulassung entscheidet die Aufnahmekommission. Sie überprüft die schriftliche Bewerbung und behält sich vor, mit der BewerberIn ein Aufnahmegespräch zu führen.

## Zielgruppe

Pflegekräfte, BetreuerInnen, TherapeutInnen und andere Berufsfachleute aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich, die in ihrem Betrieb als Kinaesthetics-SpezialistInnen Lernprozesse mit KlientInnen und MitarbeiterInnen in der Praxis unterstützen wollen.

## Inhalt und Aufbau

	Tage	Zeitstunden à 60 Min.
<b>Etappe 1:</b>		
- Persönlicher Ausgangspunkt: Erfahrungen, Erwartungen, Annahmen, Aktivitäten		3
<b>Phase 1: WAS / Eigenschaften</b>	5	30
Die Eigenschaften der Konzepte 1 bis 4. Selbststeuerung als Grundprinzip menschlichen Verhaltens. Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungskompetenz.		
<b>Etappe 2:</b>		
- Etappenaufgaben		25
- Arbeit in der Lerngruppe		9
- Arbeit mit KlientInnen		24
<b>Phase 2: WIE / Wechselwirkung</b>	4	24
Beobachtung von Absicht und Wirkung im eigenen Körper. Gestaltung von Lernumgebung mit PatientInnen und KollegInnen. Behandlungs- und Lernparadigma. Grundlagen zu einem Fachthema.		
<b>Etappe 3:</b>		
- Etappenaufgaben		25
- Arbeit in der Lerngruppe		9
- Arbeit mit KlientInnen		24
<b>Phase 3: WARUM / Entwicklung</b>	4	24
Entwicklungsbewegung und Bewegungsentwicklung. Erfahrbare Aspekte des menschlichen Verhaltens und der menschlichen Entwicklung. Grundlagen zu einem Fachthema.		
<b>Etappe 4:</b>		
- Etappenaufgaben		25
- Arbeit in der Lerngruppe		9
- Arbeit mit KlientInnen		24
<b>Phase 4: WO / Kontext</b>	4	24
Die Wechselwirkung zwischen Organismus und der belebten und unbelebten Umwelt. Grundlagen zu einem Fachthema.		
<b>Etappe 5:</b>		
- Etappenaufgaben		24
- Arbeit in der Lerngruppe		9
- Arbeit mit KlientInnen		24
- Dokumentation des Lernprozesses der Ausbildung Stufe 1		18
<b>Phase 5: WOZU / Bedeutung</b>	3	18
Die Bedeutung von Kinaesthetics im beruflichen und privaten Leben. Vorstellung der Lernprozesse und Praxisbeispiele.		
<b>Total Präsenzzeit:</b>	20	120
<b>Total eigenverantwortliches Lernen:</b>		252

Dauer der Ausbildung: 372 Zeitstunden