

Fortbildung

Kinaesthetics Grundkurs- für Gesundheits und Sozialberufe

Grundkurs	1. Phase	2. Phase	Besonderheiten	Zielgruppe
1.	26./27.01.2026	13./14.04.2026		Pflegende aus allen Fachbereichen
2.	16./17.02.2026	23./24.03.2026	23.03. Start: 09.00 Uhr	Auszubildende
3.	11./12.05.2026	15./16.06.2026	15.06. Start: 09:00 Uhr	Pflegenden aus allen Fachbereichen
4.	29./30.06.2026	24./25.08.2026		Pflegende aus allen Fachbereichen + Auszubildende
5.	28./29.09.2026	26./27.10.2026		

Zeiten 08:00 -15.30 Uhr

Praxisetappe Eigenverantwortliche Lernphase mit Praxisaufgabe

Kursort: Krankenhaus St. Joseph Stift
Schwachhauser Heer Straße 54 (Eingang Schubertstr.)
28209 Bremen

Kosten: 590 € Seminargebühr (Getränke, Gebäck)
30€ Zertifikat, Kursunterlagen und Registrierung bei Kinaesthetics Deutschland

TrainerIn: **Rita Wolf**
Kinaesthetics Trainerin Stufe 3 EKA
Systemische Beratung DGSF
Therapeutische Arbeiten mit Wachkoma Patienten

Oder **Julia Lüder**
Kinaesthetics Trainerin Stufe 2 EKA
Palliative Care

Hinweis: bequeme Kleidung (aufgrund der Bewegungsübungen)
Schreibutensilien, Decke, ggf. Laufsocken

Anmeldung: Rita Wolf
eMail: rita-wolf@online.de
Handy: 0152-02009336 (WhatsApp, Telegramm, Signal)
Festnetz: 0421 22 373 49

Kinaesthetics Grundkurs

In diesem ersten Kinaesthetics Basiskurs steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung im Mittelpunkt. Die Aneignung der 6 Kinaesthetics-Konzepte dienen dabei als Werkzeuge und helfen die Bewegungsunterstützung zu verändern, um erste Anpassungen an die unterschiedlichen Klienten machen zu können. Die Gesundheitsentwicklung und Lebensqualität der Unterstützenden und des KlientInnen stehen gleichermaßen im Mittelpunkt.

Inhalte

1. Konzept Interaktion: Beziehung über Berührung und Bewegung
2. Konzept Funktionale Anatomie: Die Kontrolle des Gewichtes in der Schwerkraft
3. Konzept Menschliche Bewegung: Das Potenzial von Bewegungsmustern
4. Konzept Anstrengung: Selbstständigkeit und Wirksamkeit unterstützen
5. Konzept Menschliche Funktion: Alltägliche Aktivitäten verstehen
6. Konzept Umgebung: Die Umgebung nutzen und gestalten

Ziele

Die TeilnehmerInnen

- erfahren und kennen die 6 Kinaesthetics-Konzepte und bringen diese mit ihren beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen in Verbindung.
- lenken während der Bewegungsunterstützung mit Hilfe Konzeptblickwinkel ihre Aufmerksamkeit bewusst auf die eigene Bewegung.
- erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung beider an der Interaktion beteiligten.
- entwickeln erste Ideen für ihre beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen, um die Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden.

Methodik

Gestalten und Analysieren von Unterschieden in:

- **Einzelerfahrung** anhand der Konzept Blickwinkel.
- **Partnererfahrung** in einer Aktivität mit anderen Menschen.
- **Anwendungserfahrung**
 - Bearbeiten von konkreten Fragestellungen aus dem Berufsalltag.
 - Planen und umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Berufsalltag.
 - Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses.

Formelles

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