



Kinaesthetics  
Wirtz Medical GmbH



---

# Kinaesthetics - bewusste Bewegungswahrnehmung

---

Die Wissenschaft der bewussten Bewegungswahrnehmung ist in der heutigen Zeit wichtiger denn je. Sie kann bei Menschen jeden Alters einen nachhaltigen Beitrag zur Entwicklung und Gesundheit beitragen.

Entdecken Sie neue Bewegungsmöglichkeiten um arbeitsbedingten Rückenschmerzen oder körperlichen Beschwerden aus dem Weg zu gehen.

Mit Hilfe von Kinaesthetics lernen Sie Ihren eigenen Körper und Ihre Bewegungswahrnehmung aus einem anderen Blickwinkel kennen.

Ihre Pflegekräfte profitieren durch unsere Kinaesthetics Seminare nicht nur von erworbenem Wissen im Umgang mit Ihren Bewohnern / Patienten, sondern erhalten zusätzlich auch Kenntnisse über die eigene, individuelle Bewegungskompetenz.

Unsere Kurse bauen auf eigenaktivem Lernen auf und sind somit individuell und prozessorientiert ausgerichtet.

---

---

# Kinaesthetics Grundkurs

---

Im Mittelpunkt des Grundkurses steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung anhand der 6 Kinaesthetics-Konzepte.

## Inhalte Kinaesthetics Grundkurs

- Beziehung über Berührung und Bewegung
- Die Kontrolle des Gewichtes in der Schwerkraft
- Das Potenzial von Bewegungsmustern
- Selbständigkeit und Wirksamkeit unterstützen
- Alltägliche Aktivitäten verstehen
- Die Umgebung nutzen und gestalten

Kursdauer:	24 Stunden 4 Tage à 6 Stunden
Voraussetzungen:	Pflegebett, Lagerungsmaterialien, Decken
Teilnehmeranzahl:	6-12
Zielgruppe:	Pflegende, Betreuer/innen und Therapeut/innen, die in einer Institution des Gesundheits- oder Sozialwesens tätig sind

## Formelles

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

---

# Kinaesthetics Workshop

---

## Inhalte Kinaesthetics Workshop

- Entwicklung einer differenzierten und bewussten Wahrnehmung der eigenen Bewegung
- Entwicklung der eigenen Bewegungskompetenz bezogen auf die individuelle Unterstützung eines Bewohners / Patienten und rückenschonendes Arbeiten

Kursdauer:	Tagesseminar
Voraussetzungen:	Pflegebett, Lagerungsmaterialien, Decken
Teilnehmeranzahl:	6-12
Zielgruppe:	Pflegende, Betreuer/-innen und Therapeut/-innen, die in einer Institution des Gesundheits- oder Sozialwesens tätig sind

## Methodik

In unseren Kinaesthetics-Kursen werden Sie dazu angeleitet, die eigene Bewegung differenziert wahrzunehmen, zu steuern und anzupassen.

Sie entwickeln mit Kinaesthetics die Sensibilität Ihrer Bewegungswahrnehmung, Ihre Bewegungskompetenz und ein differenziertes Verständnis der menschlichen Bewegung.

- **Einzelenerfahrung:** 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 konkreten Fragestellungen aus dem Berufsalltag
- Planen und Umsetzen des eigenverantwortlichen Lernprozesses im Berufsalltag
- Dokumentieren und Auswerten des eigenen Lernprozesses

## Grundkurs & Workshop

Auf den folgenden Seiten erhalten Sie einen Überblick mit allen wichtigen Informationen zum angebotenen Kinaesthetics Grundkurs sowie zu unserem Kinaesthetics Workshop.

## Fortbildungsleitung und Kontakt

Als ausgebildete Kinaesthetics Trainerin, sowie Leiterin unserer Wirtz Akademie, führt Frau Ute Lehner alle angebotenen Seminare selbständig durch.

Durch ihre langjährige Arbeit als Pflegedienst- und Einrichtungsleitung sowie durch ihren Bachelor Abschluss im Studiengang Pflege- und Gesundheitsmanagement, verfügt Frau Lehner sowohl über theoretische als auch praktische Erfahrung in der Pflege.

---

Sie haben Fragen zu unserem Grundkurs / Workshop oder möchten ein individuelles Angebot erhalten?

---



Frau Lehner berät Sie gerne persönlich:

Ute Lehner  
Leiterin Wirtz Akademie  
t / +49.202.24506-69  
e/ lehner@wirtz-medical.de



[www.wirtz-medical.de](http://www.wirtz-medical.de)