

Kinaesthetics Workshops für pflegende Angehörige

Einleitung:

Kinaesthetics ist eine Beschreibung menschlicher Bewegung und Aktivität.

Dabei stehen Gesundheitsentwicklung und Erhöhung der Lebensqualität für Helfer und Betroffene im Vordergrund.

Zielgruppe

Personen, die ohne professionelle Ausbildung ihre pflegebedürftigen Angehörigen oder FreundInnen / Bekannte pflegen und betreuen.

Ziele

Die TeilnehmerInnen erfahren und kennen 1 Kinaesthetics-Konzepte und bringen diese mit ihrer häuslichen Pflegesituation in Verbindung.

Erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten.

Lenken während der täglichen Pflege und Betreuung mit Hilfe eines Konzeptblickwinkel ihre Aufmerksamkeit bewusst auf ihre eigene Bewegung, entwickeln erste Ideen für ihre häusliche Pflegesituation, um die Selbstständigkeit des pflegebedürftigen Angehörigen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden.

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 konkreten Fragestellungen aus dem Pflege- und Betreuungsalltag.

Dauer: 2 - 16 Unterrichtseinheiten



Kinaesthetics
Pflegende Angehörige



Partnerin
Kinaesthetics
Österreich



Kinaesthetics
in der Pflege