



# Bildungsangebote und – projekte Kinaesthetics in der Pflege und Betreuung



## Grundkurs

Für die Bewältigung alltäglicher Situationen in Pflege und Betreuung braucht es Fachwissen bezüglich Bewegungsfunktion und eine entsprechende Bewegungs- und Handlingskompetenz.

Mit dem Grundkurs erhalten Pflege- und Betreuungspersonen die Grundlagen, um einfache Bewegungssituationen ressourcenorientiert bewältigen zu können.

Sie lernen die Interaktion über Berührung und Bewegung aktiv zu gestalten. Die Pflege- und Betreuungspersonen erhalten Grundlagen, um Mobilisation, Transfers und Positionen gemeinsam mit Klienten sicher, schonend und schmerzlos durchzuführen, indem sie sich ernst nehmen und sich selber wirksam vor Schäden am eigenen Körper schützen.



## Aufbaukurs

Für die Bewältigung komplexerer Situationen in der Pflege und Betreuung zu begleiten und unterstützen braucht es Fachwissen bezüglich Bewegungsfunktion und eine vertiefte persönliche Bewegungs- und Handlingskompetenz um ihre Handlungskompetenz zu erweitern.

Dazu gehören Kenntnisse über alle Konzeptblickpunkte der Kinaesthetics, Autonomie und Selbstwirksamkeit. Zusätzlich benötigen Pflege- und Betreuungspersonen Grundlagewissen über das Bewegungslernen und der Bewegungsanalyse um Lernprozesse aktiv mit Klienten zu gestalten.

Durch praktische Erfahrungen am eigenen Körper, verbunden mit praktischen Anwendungserfahrungen im Alltag wird der Praxistransfer geschult.



## Refresher 2 Tage inkl. Praxis

Für die Bewältigung einfacher, wie komplexen und aufwändigen Situationen in der Pflege und Betreuung persönlich und in der Institution zu erhalten, bedarf es ein regelmässiges Refreshing mit Fachaustausch und Fachinput. Damit wird die eigene Bewegungs- und Handlingskompetenz vertieft und die Handlungskompetenz erweitert und Neues entdeckt.

Die Refreshertage dienen dazu, Wissen und Erfahrungen in Kinaesthetics aus den Kursen und Ausbildungen (Grund-, Aufbau-, Peer-Tutorenkurs, Trainerausbildungen) und der Praxis auszutauschen und zu vertiefen um sich gemeinsam weiterzuentwickeln und die Kinaesthetics Implementierung zu festigen.

**Kuster Müller Beatrice**

Kinaesthetics Trainerin Stufe 3  
Lehrerin Praxis für Gesundheitsberufe HF  
Dipl. Pflegefachfrau HF, HöFa 1  
[www.kuster-bewegt.ch](http://www.kuster-bewegt.ch)



## Praxisbegleitung

Für die Umsetzung des Fachwissens Kinaesthetics, der Bewegungs- und Handlingkompetenz und das vollziehen des Paradigmawechsels in der Praxis zu implementieren, benötigt es Begleitung und Unterstützung durch eine Kinaesthetics Trainerin.

Die Praxisbegleitung dient den Mitarbeiter:innen, Studierenden und Lernenden in der Umsetzung vom Kinaesthetics Konzept und dem Kinaesthetics Grundwissen

in den realen Praxissituationen bei der Pflege und Betreuung.



## Workshop

In der Pflege und Betreuung bewältigen wir täglich Situationen mit Menschen bei den alltäglichen Aktivitäten, Alltagsgestaltungen, Aktivierung und Medizinaltechnik. Allen liegt immer und fortlaufend Bewegung und eigene Bewegung zu Grunde.

Die Workshops dienen dem regelmässigen Fachaustausch und Fachinput um das Puzzle der Bewegungsfunktion, die eigene Bewegungs-, Handlings- und Handlungskompetenz

zu erweitern.

Wissen und Erfahrungen in Kinaesthetics aus den Kursen und Ausbildungen (Grund-, Aufbau-, Peer-Tutorenkurs, Trainerausbildungen) und der Praxis werden dabei vertieft, gemeinsam Bewegungsvarianten entwickelt und Neues entdeckt.



## Fallbearbeitung

Für die Bewältigung komplexer und aufwändigen Situationen in der Pflege und Betreuung hilft eine fachlich begleitete Fallbearbeitung. Die konkrete praktische Pflegesituation wird gemeinsam unter der Haltung des Lernparadigma bearbeitet. Dabei wird das Wissen und die Erfahrungen der Kinaesthetics aus den Kursen und Ausbildungen (Grund-, Aufbau-, Peer-Tutorenkurs, Trainerausbildungen) genutzt um Bewegungsvarianten zu entwickeln und neue Bewegungswege zu entdecken.



## Kinaesthetics Trainerin Stufe 3

**kuster-bewegt**

Beatrice Kuster Müller  
Ludwig-Schläfliweg 1  
3400 Burgdorf  
+41 78 605 76 44

[b.kumuel@bluewin.ch](mailto:b.kumuel@bluewin.ch)  
[www.kuster-bewegt](http://www.kuster-bewegt)



[www.kuster-bewegt.ch](http://www.kuster-bewegt.ch)

**Kuster Müller Beatrice**  
Kinaesthetics Trainerin Stufe 3  
Lehrerin Praxis für Gesundheitsberufe HF  
Dipl. Pflegefachfrau HF, HöFa 1  
[www.kuster-bewegt.ch](http://www.kuster-bewegt.ch)