

## Kinaesthetics in der Pflege

Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen eines beruflichen Pflege-, Therapie- oder Betreuungsauftrages gegenüber anderen Menschen. Es kommt im Krankenhaus, in der ambulanten Praxis, professionellen häuslichen Pflege, Rehabilitation, Altenpflege oder im Behindertenbereich zur Anwendung.

Menschen erfahren sich dann als krank oder behindert, wenn sie die Bewegungen, die ihren alltäglichen Aktivitäten zugrunde liegen, nicht mehr selbst ausführen können. Es ist eine große Herausforderung für Pflegenden, TherapeutInnen oder Betreuende, sie so zu unterstützen, dass die Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten gefördert wird.

In Pflege-, Therapie- oder Betreuungssituationen geht es oft um Interaktionen über Berührung und gemeinsame Bewegung.

Diese sind dann hilfreich, wenn die Menschen, die Unterstützung benötigen, ihre Bewegungsmöglichkeiten so weit wie möglich ausschöpfen und ihre Bewegungskompetenz erhalten und erweitern können. Dadurch entfalten sie mehr Eigenaktivität und werden schneller mobil. Sie fühlen sich nicht wie ein Gegenstand, der wegen eines „Defektes“ behandelt wird, sondern erfahren sich selbst als wirksam in Bezug auf ihre Gesundheitsentwicklung.

In *Kinaesthetics in der Pflege – Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe* lernen die Teilnehmenden durch die Entwicklung ihrer Bewegungskompetenz, Menschen nicht wie eine Sache zu manipulieren, sondern sie in ihrer eigenen Bewegung lern- und gesundheitsfördernd zu unterstützen. Gleichzeitig lernen sie, ihre eigenen arbeitsbedingten gesundheitlichen Risiken zu verringern.

### Was ist Kinästhetik?

Das zentrale Thema der Kinästhetik ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungskompetenz in alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität unserer meist unbewussten Bewegungsmuster hat einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung.

Eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde und selbstständige Lebensgestaltung ist eine große Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten. Insbesondere geht es um die Fähigkeit, die eigene Bewegung gezielt an sich verändernde Bedingungen anpassen zu können. Mithilfe der Kinästhetik können Menschen jeden Alters die Qualität der eigenen Bewegung, den persönlichen Handlungsspielraum und die Anpassungsfähigkeit im Alltag bearbeiten.

Die bewusste Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung und die Entwicklung der Bewegungskompetenz durch die Kinästhetik leisten einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung.



Partnerin  
**Kinaesthetics**  
Deutschland

Frauke Haar  
Mühlenstr. 30  
27299 Langwedel  
+49 4235 8453  
01522 9903884  
frauke.haar@kinaesthetics-net.de



**Kinaesthetics**



**Kinaesthetics**  
in der Pflege

### Informationsveranstaltung

Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe

Berufsbildende Schulen Verden (Aller) 17.08.2026 17:00 - 18:30

[www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de)

## Die Informationsveranstaltung

Die Informationsveranstaltung zum Programm *Kinaesthetics in der Pflege – Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe* bietet einen Einblick in die Grundlagen und die Wirkung der Kinästhetik. Die Teilnehmenden erfahren einerseits, wie sie mit der Kinästhetik die Sensibilität für die eigene Bewegung und Gesundheit entwickeln können. Andererseits setzen sie sich damit auseinander, wie sie mit den Werkzeugen der Kinästhetik die Gesundheitsentwicklung ihrer KlientInnen unterstützen und eigene arbeitsbedingte gesundheitliche Risiken verringern können.

## Zielgruppe

Die Informationsveranstaltung *Kinaesthetics in der Pflege – Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe* richtet sich an Pflegende, TherapeutInnen und Betreuende, die in einer Institution des Gesundheits- oder Sozialwesens tätig sind.

## Zeiten

Zeiten

17.08. und 18.08.2026

17:00 Uhr

## Ort

Berufsbildende Schulen Verden  
Neue Schulstraße 5  
27283 Verden (Aller)

## Ziele

Die Teilnehmenden der Informationsveranstaltung

- lernen die Grundlagen und die Wirkung der Kinästhetik kennen.
- erfahren über Worte und eigene Bewegung, worum es im Programm *Kinaesthetics in der Pflege – Bewegungskompetenz für Gesundheits- und Sozialberufe* geht und leiten daraus erste kleine Ideen zur Gestaltung von alltäglichen Unterstützungsangeboten der Pflege, Therapie oder Betreuung ab.
- informieren sich über die Schulungsangebote für das Programm.

## Veranstalteradresse

Kreisvolkshochschule Verden  
27283 Verden (Aller)  
[www.KVHS-Verden.de](http://www.KVHS-Verden.de)

## Leitung

Leitung  
Frauke Haar, Kinaesthetics Trainerin

## Anmelden bei

Anmelden bei der KVHS Verden oder direkt bei der Kinaesthetics Trainerin

Frauke Haar  
Tel. 04235 8453  
Mobil 01522 990 38 84  
[fraukeyhaar@gmx.de](mailto:fraukeyhaar@gmx.de)