



## Kinaesthetics în îngrijire

Acest program tematizează dezvoltarea competenței de mișcare în cadrul contextului profesional de îngrijire și asistență a altor persoane. Își găsește aplicabilitatea în îngrijirea vârstnicilor, în îngrijirea spitalicească, îngrijirea profesională la domiciliu sau asistența persoanelor cu handicap.

Oamenii se percep bolnavi sau handicapați, când nu mai sunt în stare să efectueze în mod independent mișcările ce stau la baza activităților zilnice.

O sarcină centrală a îngrijitorului constă tocmai în sprijinirea clienților în activitățile lor zilnice. Provocarea majoră este, ca acest sprijin să fie acordat într-o manieră, care să promoveze dezvoltarea sănătății tuturor persoanelor implicate.

Kinaesthetics pornește de la prezumția, că sprijinul acordat persoanelor îngrijite în efectuarea activităților, precum ridicarea în șezut, alimentația, sau ridicarea în picioare, este eficient doar în măsura în care utilizează la maxim posibilitățile de mișcare ale celor îngrijiți, menținând și dezvoltând competența de mișcare a acestora. Astfel aceștia dezvoltă mai multă activitate proprie, devenind mai repede mobili. Nu se percep ca un obiect, care „s-a defectat” și ca atare trebuie tratat, ci își percep eficiența proprie în relația cu procesul sănătății lor.

În cadrul *Kinaesthetics în îngrijire* participanții învață cum să nu manipuleze oamenii îngrijiți, ca pe niște obiecte, ci, prin competența lor de mișcare să îi sprijine în procesul lor de învățare a mișcării și dezvoltare a sănătății. Concomitent învață să reducă și riscurile de îmbolnăvire relatate activității profesionale.

### Oferta de cursuri

Cursurile de bază din cadrul programului *Kinaesthetics în îngrijire* sunt susținute de trainerii Kinaesthetics formați special pentru acest domeniu. O listă a trainerilor care cooperează cu Kinaesthetics România, și care participă în mod regulat la programele de formare continuă, precum și la procesele de dezvoltare a calității este accesibilă sub [www.kinaesthetics.ro](http://www.kinaesthetics.ro).

## Cursul de inițiere

Cursul de inițiere Kinaesthetics este primul curs de bază a sistemului de formare Kinaesthetics. Obiectivul central este preocuparea cu mișcarea proprie prin prisma celor 6 concepte Kinaesthetics.

Astfel participanții pot face primele adaptării ale activității lor profesionale, cu efecte pozitive asupra dezvoltării sănătății lor și a clienților îngrijiți.

## Grupul țintă

Cursul de inițiere *Kinaesthetics în îngrijire* este destinat asistenților, îngrijitorilor și terapeuților din instituțiile sistemului de asistență sanitară sau socială.

## Conținuturi

- Relaționare prin atingere și mișcare  
Conceptul interacțiunii
- Controlul greutății în câmpul gravitațional  
Conceptul anatomiei funcționale
- Potențialul modelelor de mișcare  
Conceptul mișcării umane
- Sprijinirea independenței și eficienței  
Conceptul efortului
- Înțelegerea activităților zilnice  
Conceptul funcției umane
- Utilizarea și modelarea ambientului  
Conceptul ambientului

## Obiective

### Participanții

- Experimentează și cunosc cele 6 concepte Kinaesthetics, și le corelează cu situațiile profesionale concrete de îngrijire și asistență.
- Experimentează și înțeleg legătura dintre calitatea mișcării proprii și dezvoltarea sănătății tuturor celor implicate în procesul de îngrijire.
- În cadrul îngrijirii și asistenței curente își orientează conștient atenția asupra mișcării proprii, cu unghiurile de vedere specifice ale conceptelor.
- Dezvoltă primele idei pentru situațiile profesionale de îngrijire și asistență, în vederea sprijinirii independenței persoanelor îngrijite, și degrevarea solicitării corporale proprii.

## Metodică

- Experiență individuală  
Orientarea atenției pe diferențe în mișcarea proprie, prin prisma conceptelor.
- Experiență cu partener  
Percepția diferențelor în mișcarea proprie, în cadrul interacțiunii cu o altă persoană.
- Experiența adaptabilității  
Prelucrarea chestiunilor concrete ale practicii cotidiene.
- Planificarea și implementarea unui proces de învățare autoresponsabil în practica cotidiană.
- Documentarea și evaluarea procesului propriu de învățare.

## Durata cursului

Durata recomandată a cursului este de 24 ore. O structurare a cursului în faze de învățare are efect benefic asupra aplicării practice durabile a conținuturilor.

## Formalități

În urma absolvirii cu succes a cursului de inițiere, participanții obțin certificatul cursului de inițiere, eliberat de Kinaesthetics România. Acesta constituie condiția participării la cursul avansat *Kinaesthetics în îngrijire*.