



„Mit MH Kinaesthetics lerne ich wie ich Lernen lerne“ – Dr. Lenny Maietta, Kinaesthetics Begründerin

**MH:** Drs Lenny **Maietta** und Frank **Hatch**,  
Begründer der Kinaesthetics, Santa Fe, USA „The Original“  
**Kinaesthetics** (altgriechisch):  
Kineō: „bewegen, sich bewegen“ und aisthesis „Wahrnehmung, Erfahrung“



**Kinaesthetics MLH GmbH** Sonnenweg 3  
DE-72181 Starzach  
T: + 49 (0) 7478 9290-10  
F: + 49 (0) 7478 9290-136  
info@kinaesthetics-mlh.com

**KMLH AT/IT KG** Trag 12  
A-8541 Hollenegg  
T: +43 3467 2182  
office@kinaesthetics-austria.at  
  
[www.kinaesthetics.com](http://www.kinaesthetics.com)

**MH Kinaesthetics Bildungsprogramm**

- MH Kinaesthetics Anwenderprogramm
- Grundkurs (Bewegung in Alltagsaktivitäten erhalten und erweitern)
  - Aufbaukurs (Bewegungsressourcen entdecken und gemeinsam lernen)
  - Zertifizierungskurs (Begleitungsprozesse gestalten und gemeinsam lernen im Team und in der Organisation)  
Abschluss als MH Kinaesthetics Zertifizierter/e Anwender/in
- MH Kinaesthetics Trainerprogramm
- Grundkurs Trainer Ausbildung (Trainer/in für Grundkurse)
  - Aufbaukurs Trainer Ausbildung (Trainer/in für Aufbaukurse)
  - Zertifizierungskurs Trainer Ausbildung (Trainer/in für Zertifizierungskurse)

und weitere Fort- und Weiterbildungsangebote für alle Berufe im Gesundheitswesen



MH Kinaesthetics  
Aufbaukurs  
für Berufe im  
Gesundheitswesen  
  
Bewegungsressourcen entdecken  
und gemeinsam lernen



## Was ist MH Kinaesthetics?

MH Kinaesthetics, das Original, ist eine Lehre der menschlichen Bewegung, die es ermöglicht die eigene Bewegung in Alltagsaktivitäten wahrzunehmen und schätzen zu lernen. Die so entstehende höhere Bewegungsqualität und Bewegungssensibilität wirkt sich positiv und nachhaltig auf die Gesundheitsentwicklung aus.

Die Gesundheitsentwicklung beschreibt einen lebenslangen Prozess. Jeder Mensch kann diesen in verschiedenen Alltagsaktivitäten und in der Unterstützung von Patienten, Bewohnern und Klienten durch die bewusste Gestaltung von Bewegungen positiv beeinflussen.

## Für wen ist der MH Kinaesthetics Aufbaukurs gedacht?

Für alle, die im Bereich des Gesundheits- und Sozialwesens arbeiten und andere Menschen pflegen, betreuen, unterstützen und fördern und einen Grundkurs Kinaesthetics abgeschlossen haben.

### Wieviele Stunden umfasst der MH Kinaesthetics Aufbaukurs?

3 bis 4 Tage, 18 bis 24 Zeitstunden.



## Worum geht es im MH Kinaesthetics Aufbaukurs?

Im Zentrum des Aufbaukurses stehen neben den alltäglichen Aktivitäten und dem im Grundkurs gelernten Konzeptsystem jetzt auch das Lernmodell.

Die Bewegungsressourcen von Patienten, Klienten und Bewohnern werden im Kontext der spezifischen Bewegungsprobleme und Krankheitsbilder in Form eines Bewegungs-Assessments betrachtet. Dies ist möglich durch das erweiterte Verständnis der differenzierten Bewegungsebenen und deren Bewegung, besonders in den Extremitäten.

Nutzbringende Lernprozesse mit Patienten, Klienten, Bewohnern und Angehörigen zu gestalten ist mit Bewegung durch „Rückmeldung“ (Feedback Control Theorie) möglich. So können alle Beteiligten auf der Grundlage ihrer Möglichkeiten ihren eigenen Weg finden in der Zeit der Unterstützung / Behandlung und danach.



## Was ist das Ziel des MH Kinaesthetics Aufbaukurses?

Die eigene Bewegung ist der Schlüssel für Gesundheit, Lernen und Selbstständigkeit. Menschen machen Fortschritte in ihrem Genesungsprozess, wenn sie ihre Bewegung in allen alltäglichen Aktivitäten, gleich wie klein sie ist, aktiv einbringen können.

Ziel des MH Kinaesthetics Aufbaukurses ist es, Bewegungsressourcen in gemeinsamen Lernprozessen zu finden und einzusetzen, um die Selbstständigkeit zu erhalten und zu fördern und immer weniger Hilfe von anderen zu benötigen.

## Was wird wie im MH Kinaesthetics Aufbaukurs gelernt?

Auf die eigene Bewegung in Alltagsaktivitäten zu achten und auf die des Gegenübers. Darüber hinaus:

- Kinaesthetics Konzepte zur Analyse und Dokumentation einsetzen
- Bewegungs-Assessments erarbeiten und gestalten
- Das Lernmodell als Werkzeug kennen lernen
- Bewegungsvarianten für schwierige Aktivitäten entdecken, reflektieren und gestalten
- Bewegungs- und Handlingskompetenz weiter entwickeln
- Erfahrungen und Erkenntnisse in vorhandene Dokumentation integrieren und bei Dienstübergabe weitergeben.

