



# Что такое Kinaesthetics?

## Содержание

---

Понятие «*Kinaesthetics*» переводится как «мастерство/наука о восприятии движения». *Kinaesthetics* занимается главным образом следующим содержанием:

- Развитие дифференцированного и сознательного восприятия собственного движения.
- Развитие собственной двигательной компетентности, т.е. умения здорового и тонкого применения собственных движений в частной жизни и в профессиональной деятельности.
- Дифференцированный анализ человеческой деятельности через опирающийся на опыт ракурс кинестетики.
- Умение двигаться во взаимодействии с другими людьми таким образом, чтобы целенаправленно поддержать их собственную двигательную компетентность и их самоэффективность.

*Kinaesthetics* старается достичь этих целей двумя путями. С одной стороны, она предоставляет инструменты и методы для упорядочивания и понимания индивидуальных ощущений. Таким образом, она способствует развитию внимательности к качествам движений и их различиям в повседневной деятельности. С другой стороны, *Kinaesthetics* дает возможность заняться познанием теоретических основ и научных исследований. В сочетании этих двух подходов заключается исключительная неповторимость и инновация *Kinaesthetics*.

## Действие

---

Движение - это основа жизни. Повышение чувствительности восприятия движения и развитие двигательной компетентности могут внести большой вклад в развитие, укрепление здоровья и обучение людей любого возраста. *Kinaesthetics* может помочь найти новые варианты и возможности для выполнения движений и, таким образом, бороться с болью в спине, вызванной условиями труда, перенапряжением мышц или другими жалобами. А также поможет сохранить подвижность и самостоятельность в пожилом возрасте или будет способствовать развитию собственной креативности и способности гибко реагировать, например, в стрессовых ситуациях.

При уходе за новорожденными, пожилыми людьми, людьми с ограниченными возможностями, пациентами действие *Kinaesthetics* проявляется вдвойне: ухаживающий человек и тот, кто нуждается в уходе, в одинаковой мере получают пользу от повышения двигательной компетентности. Взаимодействие на основе *Kinaesthetics* во время ухода за больными ведет не только к поразительным успехам нуждающихся в уходе людей, но и поддерживает здоровье ухаживающего человека.

С помощью *Kinaesthetics*, учреждение может целенаправленно поддержать своих сотрудников в развитии их профессиональной компетентности и моральной ответственности, и использовать ее как главный фактор для развития организационной структуры предприятия и улучшения качества.

*Kinaesthetics* стремится поддержать учебные процессы и процессы развития уважением к самостоятельности человека и этим способствовать улучшению качества жизни всех участников.

## Применение

---

На протяжении 20 лет *Kinaesthetics* обучает в профессиональной сфере специалистов здравоохранения и системы социального обеспечения. В различных учреждениях Европы ежегодно проводится около 3000 базовых курсов, участниками которых стали 40000 человек.

Высокий спрос удовлетворяется различными *Kinaesthetics*-программами. Самой распространенной является программа «*Kinaesthetics* в уходе за больными», предназначенная для людей, профессионально ухаживающими за больными в клиниках, домах престарелых и т.д. Но и в уходе за людьми с ограниченными возможностями она приобретает все большее значение. Специально для ухода за новорожденными и детьми младшего возраста уже давно была разработана программа «*Kinaesthetics* Infant Handling» («*Kinaesthetics*: Хэндлинг младенца»). Относительно новой разработкой, уже пользующейся большим интересом, является программа «*Kinaesthetics*: родственники, ухаживающие за больными».

В персональной сфере *Kinaesthetics* также поддерживает личное развитие и укрепление здоровья человека такими программами, как «*Kinaesthetics*: здоровье на рабочем месте»/ «*Kinaesthetics*: быть подвижным в возрасте»/ «Креативное обучение».

В организационной сфере *Kinaesthetics* по запросу учреждения проводит *Kinaesthetics*-Assessment, который включает в себя оценку, планирование, проведение необходимых мер для внедрения кинестетики в данном учреждении. После проведения Assessment учреждение может получить специальный знак отличия *Kinaesthetics*.

Существующие *Kinaesthetics*-программы и особенно новые разработки регулярно анализируются, оцениваются и согласовываются с потребностями всех участников.

## История

---

Ф.Хэтч и Л. Майетта начали развивать *Kinaesthetics* в 80-х годах 20 века, основываясь на своем научном контакте с кибернетиком К. У. Смитом и интересе к движению, танцу и процессу обучения. Их семинары вызвали большой интерес особенно среди специалистов из области ухода за больными. В 90-х годах первые *Kinaesthetics*-тренеры начали регулярно проводить курсы в различных учреждениях немецкоязычных стран. Постоянный рост *Kinaesthetics*, как образовательного института, стал причиной многократных изменений в организационной структуре. Последнее изменение привело в 2006-2007 г. к формированию современной структуры организации *Kinaesthetics*.

## Теоретические основы

---

Научные исследования кибернетика К. У. Смита и опирающийся на них кинестетический процесс полевого исследования образуют научную основу *Kinaesthetics*. Благодаря таким ученым, как Г. Бейтсон или Х. ф. Фёрстер, теоретические размышления кибернетики способствуют формированию теории *Kinaesthetics*. Описания живых систем нейробиологами Х. Матураной и Ф. Фарелой представляют собой третью основу.

В дальнейшем развитии теоретических основ, *Kinaesthetics* опирается на собственные научно-исследовательские проекты и на актуальные научные исследования из смежных областей.

## Понятие обучения

---

Учебная *Kinaesthetics*-модель является дидактической основой предложенного образования. Тема «двигательная компетентность» является причиной того, что курсы базируются на собственном активном обучении, в большой степени поддерживают индивидуальность и ориентированы на процесс. Индивидуальное восприятие движений в повседневной деятельности является основой и доступом к процессу познания *Kinaesthetics*.

Повышение чувствительности восприятия собственного тела непосредственно действует на двигательную компетентность и образ действий участников на практике. *Kinaesthetics*-тренеры формируют на этих основах учебную среду во взаимодействии с обучающейся группой.

## Организация

---

*Kinaesthetics* – это европейская образовательная организация, в которой числится примерно 1000 *Kinaesthetics*-тренеров. Предприятие «*Kinaesthetics*» - это сеть с децентрализованным управлением, состоящая из трех сфер:

- *Kinaesthetics*-тренеры имеют постоянное рабочее место в учреждении или являются лицами свободной профессии. Они самостоятельно организуют и проводят базовые курсы (начальные курсы, курсы усовершенствования, курсы наставничества (Peer Tutoring)) Они тесно сотрудничают с организациями своих стран.
- Организации стран экономически и юридически независимы и защищают интересы *Kinaesthetics* в своей стране. Дополнительно они несут ответственность за образование и повышение квалификации тренеров, руководство и объединение в сеть.
- Европейская *Kinaesthetics*-Ассоциация (ЕКА) является объединением всех организаций отдельных стран. Она координирует общие задачи и отвечает, в том числе, за научные исследования и разработки.

## Организации стран

---

Есть ли у Вас другие вопросы, связанные с *Kinaesthetics*, на которые Вы не нашли ответа на этом информационном листе? Обратитесь в *Kinaesthetics*-организацию Вашей страны.



**Kinaesthetics**  
Schweiz  
Suisse  
Svizzera

Nordring 20  
CH-8854 Siebnen  
T: +41 55 451 18 00  
info@kinaesthetics.ch  
[www.kinaesthetics.ch](http://www.kinaesthetics.ch)



**Kinaesthetics**  
Deutschland

Berliner Platz 1  
DE-24937 Flensburg  
T: +49 461 318 02 700  
info@kinaesthetics.de  
[www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de)



**Kinaesthetics**  
Österreich

Petrumstrasse 12  
AT-4040 Linz  
T: +43 699 10 28 31 46  
info@kinaesthetics.at  
[www.kinaesthetics.at](http://www.kinaesthetics.at)



**Kinaesthetics**  
Italia

Via C. A. Tron 27  
IT-10065 S. Germano  
Chisone  
info@kinaesthetics.it  
[www.kinaesthetics.it](http://www.kinaesthetics.it)