



Što je Kinaesthetics?

Sadržaj

Termin Kinaesthetics može se prevesti kao "umjetnost/znanost o spoznaji percepcije pokreta".

Kinaesthetics se bavi sljedećim sadržajima:

- Diferencirani razvoj i svjesna percepcija vlastitog kretanja.
- Razvoj vlastitih kapaciteta kretanja, odnosno zdravo i fleksibilno korištenje pokreta u privatnim i profesionalnim aktivnostima.
- Diferencirane analize ljudskih aktivnosti na temelju iskustva u znanosti Kinaesthetics.
- Mogućnost korištenja vlastitog pokreta u kontaktu s drugim ljudima s ciljem da te osobe budu podržane pri svom kretanju u okviru svoje učinkovitosti i kompetencija.

Znanosti Kinaesthetics se, prema navedenim sadržajima, pristupa na dva načina. S jedne strane, koriste se instrumenti i metode za razvrstavanje i razumijevanje individualnih iskustava na način da se promovira svijest o kvaliteti, kao i razlike pokreta u svakodnevnim aktivnostima. S druge strane, Kinaesthetics omogućava kognitivno suočavanje s teorijskim osnovama i znanstvenim istraživanjima. Kombinacija ovih dvaju pristupa predstavlja nadahnuće i inovativnost znanosti Kinaesthetics.

Efekt/učinak

Pokret je osnova života. Senzibilizacija za spoznaju pokreta i razvoj vještine pokretanja može kod ljudi svih dobnih skupina doprinijeti unaprjeđenju zdravlja i pružiti podršku u procesu učenja. Kinaesthetics može pomoći pri otkrivanju novih mogućnosti kretanja te rješavanju bolova u leđima, napetosti mišića ili drugih fizičkih smetnji koje nastaju kao posljedica rada. Također, kod starijih osoba poboljšava pokretljivost i neovisnost povećanjem kreativnosti i fleksibilnosti (npr. kod dugotrajne izloženosti stresu).

Kinaesthetics pomaže u praćenju i njezi novorođenčadi, starijih osoba, osoba s invaliditetom i bolesnika. Učinak je vidljiv uvijek u dvostrukom smislu, kako kod njegovatelja, tako i kod osobe kojoj se pruža njega. Korist je obostrana. Pri oblikovanju intervencije njege, kao interakcije koja se zasniva na temeljima znanosti Kinaesthetics, napredci su vidljivi ne samo kod osobe koja se njeguje nego se na taj način unaprjeđuje i zdravlje njegovatelja.

Organizacija uz Kinaesthetics ima mogućnost ciljano unaprjeđivati praktičnu kompetentnost, kao i samoodgovornost radnika, ali može biti i ključni čimbenik pri organizaciji i razvoju kvalitete.

Kinaesthetics pomaže pri učenju i razvoju procesa poštujući neovisnost (autonomiju), a doprinoseći kvaliteti života svih zainteresiranih strana.

Primjena/praksa

Već 20 godina Kinaesthetics predstavlja važan dio edukacije osoblja u području skrbi i zdravstvene njege. U Europi se svake godine provede oko 3000 osnovnih tečajeva s 40.000 sudionika iz raznih institucija. Za Kinaesthetics programima vlada velika potražnja.

Najrašireniji program je "Kinaesthetics u njezi", koji se odnosi na medicinsko osoblje u bolnicama, domovima za starije, ali također dobiva i sve veći značaj u radu s osobama s invaliditetom. Program "Kinaesthetics Infant Handling" odnosi se na brigu o novorođenčadi i dojenčadi. Nedavno razvijen program za koji postoji velik interes je "Kinaesthetics za staratelje", kao i program u profesionalnom području "Kinaesthetics u obrazovanju".

Uz pomoć znanosti Kinaesthetics razvija se i unaprjeđuje zdravlje programima "zaštita na radu", "kvaliteta života u starosti", "kreativno učenje".

Na zahtjev institucije, Kinaesthetics u organizacijskom području procjenjuje primjenu principa u praksi. Na osnovi procjene efekta/učinka, nacionalna organizacije dodjeljuje takvoj organizaciji priznanje/odlikovanje. Svi postojeći Kinaesthetics programi redovno se vrednuju i prilagođavaju potrebama svih zainteresiranih strana.

Povijest

F. Hatch i L. Maietta razvili su Kinaesthetics 80-ih godina 20. stoljeća na temelju njihova kontakta s K.U. Smithom, kibernetičarom ponašanja, kao i njihovih interesa za pokret, ples i učenje. Stručnjaci iz područja njege posebno su se zainteresirali za njihove tečajeve. Redovne obuke Kinaesthetics-trenera počele su 90-ih godina u raznim institucijama, i to najprije u njemačkom govornom području. Stalni rast Kinaesthetics institucije doveo je do reorganizacija unutar same institucije. Zadnja reorganizacija je iz razdoblja 2006. – 2007. godine i predstavlja trenutnu organizaciju institucije Kinaesthetics.

Teorijske osnove

Osnova znanosti Kinaesthetics oblikovana je na osnovi istraživanja K. U. Smitha, kibernetičara ponašanja, te povezivanja iskustava s terena. Teorijska razmatranja kibernetike znanstvenika kao što su G. Bateson ili H. v. Foerster imaju utjecaj na formiranje Kinaesthetics teorije. Opisi živih sustava neurobiologa H. Maturana i F. J. Varela predstavljaju treću osnovu.

Kinaesthetics se u daljnjem razvoju oslanja na vlastita istraživanja i istraživanja srodnih znanosti.

Razumijevanje učenja

Kinaesthetics model učenja didaktička je osnova za mogućnost obrazovanja. Pitanje kompetentnosti pokretanja podrazumijeva da se tečajevi nadograđuju na vlastito aktivno učenje te su u velikoj mjeri individualizirani. Osobno iskustvo pokretanja u svakodnevnim aktivnostima čini osnovu, a ujedno i pristup kognitivnoj raspravi o znanosti Kinaesthetics. Senzibilizacija vlastite percepcije tijela ima izravan utjecaj na kompetentnost kretanja i ponašanje sudionika u praksi. Kinaesthetics-treneri na ovim temeljima kreiraju prostor za učenje i interakciju s grupom.

Organizacija

Kinaesthetics je europska obrazovna organizacija u koju je uključeno oko 1.000 Kinaesthetics-trenera. Kao organizacija, Kinaesthetics je decentralizirana upravna mreža koja se sastoji od triju razina:

- Kinaesthetics-treneri zaposleni su u organizaciji ili samostalno; oni organiziraju i oblikuju osnovne, napredne i peer-tutoring tečajeve, odgovorni su za njihovu provedbu te blisko surađuju sa svojom nacionalnom organizacijom.
- nacionalne organizacije su ekonomski i pravno neovisne, zastupaju interese institucije Kinaesthetics u svojoj zemlji te su odgovorne za obuku i daljnje usavršavanje trenera i uprave, kao i umrežavanje.
- Europska Kinaesthetics udruga (EKA) je udruga svih nacionalnih organizacija, koja koordinira sveobuhvatne poslove i odgovorna je za istraživanje i razvoj.

Nacionalne organizacije

Ako imate dodatnih pitanja o znanosti Kinaesthetics, na koja nije odgovoreno u ovom informativnom letku, obratite se odgovarajućoj nacionalnoj Kinaesthetics organizaciji.