

# Kinestetiikan peruskurssi

Kinestetiikan perusajatuksena on, että pienikin voimavara on mahdollisuus. Koulutuksen lähtökohtana ovat kurssilaisten omat käytännön avustamis- ja ohjaustilanteet.



Koulutuksessa saat konkreettisia tietoja ja taitoja hoitotyöhön ihmisen luonnollisesta liikkumisesta ja sen merkityksestä. Kinestetiikka on voimavarylähtöinen toimintamalli, jossa keskeistä on toimiva vuorovaikutus sekä kommunikointi liikkeen ja koskettamisen avulla yksilöllisesti. Tällöin myös avustajan fyysinen ja psyykinen kuormitus vähenee.

## Kenelle koulutus sopii?

Koulutuksesta hyötyvät hoitotyössä työskentelevät sekä omaishoitajat.

## Asiakkaiden kokemuksia

*"Tämä koulutus tulisi olla pakollinen jokaiselle lähihoitajaopiskelijalle! Koulutus todella avasi silmät ymmärtämään kinestetiikan tärkeyden ja ihmisläheisyyden. Ei enää vanhoja toimintamalleja Suomen lähihoitajille!"*

*"Peruskurssilla saamastani opista vien tietoa työpaikalle!"*

*"Erittäin innostava ja motivoiva kouluttaja."*

*"Mahtava koulutus. Paljon hyvää asiaa!"*

*"Oli tilaa kysymyksille ja kokeiluille. Pohdinnan kautta oivalluksia."*

*"Sain paljon ideoita siirtojen toteutukseen!"*

## Koulutuksen sisältö

Kinestetiikka perustuu ihmisen luonnollisten liikemallien ja aistitoimintojen ymmärtämiseen, ihmisen kunnioittavaan kohtaamiseen sekä näiden merkitykseen kuntoutumisessa ja toimintakyvyn edistämisessä.

Toimintamallilla tuetaan avustettavaa hänen omassa liikkumisessaan, jolloin hän kykenee olemaan aktiivinen osallistuja päivittäisissä toiminnoissa sairaudestaan tai vammastaan huolimatta. Kinestetiikassa korostetaan ihmisen olemassa olevia voimavaroja, ei sitä, mitä hän ei enää pysty tekemään.

## Kinestetiikka

auttaa löytämään uusia liikkumis- ja avustamismahdollisuuksia edistää avustettavan ja avustajan hyvää vuorovaikutusta ylläpitää voimavaroja, toimintakykyä ja kuntoutumista: jäykkyys, kivut, levottomuus ja hoidon vastustaminen vähenevät edistää työhyvinvointia ja lisää työn mielekkyyttä ja luovuutta

## Ohjelmassa

Kinestetiikan esittely  
Kinestetiikan käsitteet  
vuorovaikutus  
toiminnallinen anatomia  
ihmisen liikkuminen  
voima  
ihmisen toiminnot

ympäristö suhteessa kaikkiin käsitteisiin  
Asennot, asentohoito  
Perusliikkuminen  
Siirtymisen avustaminen  
Sovellus avustettavan kanssa

Koulutus kestää neljä päivää ja se järjestetään lähiopetuksena päiväaikaan klo 9 - 16.

**Kouluttajana toimii Anita Tantu.** Kinestetiikkaa olen opiskellut kohta 18 vuotta, siinä ei valmistu koskaan, aina tulee uutta tietoa ja opeteltavaa. Olen kouluttanut kinestetiikan peruskursseja kahdeksan vuoden ajan. Kinestetiikan myötä olen paljon kouluttanut omaishoitajia. Vanhustenpuolella olen työskennellyt somaattisesti sairaiden ja psykogeriatrinen vanhusten sekä muistisairaiden vanhusten kanssa.

Koulutus voidaan toteuttaa myös yrityskohtaisena, ja mahdollisesti myös yrityksen omissa tiloissa.

## Ota yhteyttä

**Anne Sipiläinen**  
koulutusasiantuntija  
020 746 1533  
anne.sipilainen@taitotalo.fi

## Seuraavat koulutukset

### Kinestetiikka peruskurssi kevät 2025

**Paikka:** Taitotalo, Valimo, Valimotie 8, 00380 HELSINKI  
**Ajankohta:** 26.3.-10.4.2025  
**Ilmoittaudu viimeistään:** 12.3.2025  
**Kesto:** 4 päivää  
**Hinta:** 380,00 € ALV 25,5 % Kokonaishinta sis. ALV 476,90 €

## Lisätietoa

### **Kinestetiikka peruskurssi kevät 2025**

26.3.2025 - 10.4.2025

Taitotalo, Valimo, Valimotie 8, 00380 HELSINKI