

„MH Kinaesthetics it's more than movement“ – 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 äisthesis: „Wahrnehmung, Erfahrung“

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird nur die männliche Personenbezeichnung verwendet, die weibliche Form ist dabei jeweils mit eingeschlossen.

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 Schwanberg
T: +43 3467 2182
office@kinaesthetics-austria.at

www.kinaesthetics.com

MH Kinaesthetics Bildungsprogramm für Berufe im Gesundheitswesen

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 Anwender

MH Kinaesthetics Trainerprogramm

- Grundkurs Trainer Ausbildung (Trainer für Grundkurse)
- Aufbaukurs Trainer Ausbildung (Trainer für Aufbaukurse)
- Zertifizierungskurs Trainer Ausbildung (Trainer für Zertifizierungskurse)

und weitere Fort- und Weiterbildungsangebote für
Berufe im Gesundheitswesen und für andere Anwendungsbereiche.



MH Kinaesthetics Seminar Führen, Folgen und Bewegen

Eigene Fähigkeiten stärken und
weiterentwickeln, um im Führungs-
alltag positive Wirkung zu erzeugen

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 Gesundheits-, Lern- und Kommunikationsprozesse aus.

Die Gesundheitsentwicklung beschreibt einen lebenslangen Prozess. Jeder Mensch kann diesen in verschiedenen Alltagsaktivitäten sowie in Interaktions- und Kommunikationsprozessen durch die bewusste Gestaltung von Bewegungen positiv beeinflussen.

Für wen ist das MH Kinaesthetics Seminar gedacht?

Für alle Menschen, die in verschiedenen Kontexten führen und leiten; für Einzelpersonen und Führungsteams intern und extern.

Wieviel Stunden umfasst das MH Kinaesthetics Seminar?

2 - 4 Tage, je nach Kontext, Bedarf und den gewünschten Zielen/Ergebnissen.



Worum geht es im MH Kinaesthetics Seminar?

Im Zentrum steht die Entwicklung der eigenen Bewegungssensibilität. Dies ist ein Erfolgsfaktor für gelingende Interaktions- und Kommunikationsprozesse im Führungsalltag.

Die Teilnehmenden bearbeiten ihre Themen und Aktivitäten des beruflichen Führungsalltags. Sie nutzen und analysieren die eigene Bewegung anhand der MH Kinaesthetics Konzepte und übertragen die Erkenntnisse auf erlebte Führungssituationen. Sie entdecken (wieder), stärken und erweitern ihre Fähigkeiten im Sinne ihrer Gesundheit und Professionalität.

Was sind die Ziele des Seminars?

- Die Teilnehmenden reduzieren ihre täglichen Belastungen und entwickeln ein Bewusstsein für das Zusammenspiel / die Wechselwirkung von Bewegung und Kommunikation
- Sie nutzen ihre erworbene Bewegungssensibilität bewusst, um gelungene und zielfdienliche Kommunikations- und Interaktionsprozesse mit ihren Mitarbeiter/innen zu gestalten
- Darüber hinaus lernen sie einfache Methoden und Werkzeuge kennen, die für Führungsprozesse in der Praxis bedeutend und wirkungsvoll sind



Was wird wie im MH Kinaesthetics Seminar gelernt?

- Das Achten auf die eigene Bewegung, um unbewusste Bewegungs- und Interaktionsmuster zu erkennen
- Die Interaktion und Kommunikation mit Kollegen und Mitarbeitern aus der Bewegungsperspektive zu verstehen und in den Führungsalltag zu integrieren
- Erkenntnisse, die aus Bewegungsprozessen entstehen, auf interne aktuelle organisatorische Themen zu übertragen

- Themen, z.B. schwierige Gespräche führen, Priorisierung von Aufgaben, Zeitmanagement, Veränderungsprozesse etc., zu analysieren und effektiver zu gestalten

Sie lernen Grundlagen aus verschiedenen Wissenschaften/ Wissensbereichen kennen: aus der Verhaltenskybernetik/ Kinaesthetics, der systemischen/hypnosystemischen Organisations- und Teamentwicklung, aus der aktuellen Gehirnforschung und dem Zürcher Ressourcen-Modell (ZRM).

