

Code	BA354
Modultyp	minor
Niveau	specialised
Kategorie	Wahl
ECTS-Credits	3
Modulleitung	Prof. Dr. Patrick Oehler Kurt Studer, Schauspieler und Ausbilder IKAMED Kinesiologie
E-Mail Telefon	patrick.oehler@fhnw.ch + 41 61 228 59 13
Methodik und Didaktik	Referate, Gruppen- und Einzelübungen, Selbstreflexion
Leistungsnachweis	Aktive Teilnahme
Literatur	Wird abgegeben.
Durchführung	Minimale Anzahl Studierende: 10 Maximale Anzahl Studierende: 20

Leitidee

Die Entwicklung der eigenen Selbstkompetenz, also eines bewussten Umgangs mit sich selbst, ist in der Sozialen Arbeit ein grundlegendes und wiederkehrendes Thema. Sei es im Studium, bei der (Beziehungs-)Arbeit mit Klientinnen und Klienten, in Projekten und Teams oder bei der Freizeitgestaltung, zur Erholung: überall spielt die Selbstkompetenz eine entscheidende Rolle.

Das Modul bietet Gelegenheit, sich selbst besser resp. neu kennenzulernen und den eigenen Umgang mit sich weiterzuentwickeln. Dazu beschäftigen wir uns ausprobierend mit Wissen, Methoden und Techniken aus der Kinesiologie (z.B. mit unterstützenden Übungen aus der Akupressur und dem Brain Gym, der Meridianlehre, Entspannungs- und Präsenzübungen sowie den Wandlungsphasen aus der chinesischen Medizin). Kinesiologie – die Lehre der Bewegung – ist ein methodisch weitreichendes System, mit dem Klient*innenbezogen an einem breiten Spektrum von Themen (z.B. Lernschwierigkeiten, emotionaler Stress, körperliche Beschwerden usw.) gearbeitet werden kann. Entwickelt wurde die Kinesiologie ursprünglich von Orthopäden, Chiropraktikern und Osteopathen, welche in einem längeren Prozess zunehmend einen Zusammenhang zwischen Muskeln, Gelenken, Knochen, Reflex- bzw. Akupunkturpunkten, Meridiansystemen, Organen, Gefühlen, Gedanken und Wohlbefinden bzw. Gesundheit entdeckten und daraus unter dem Begriff Kinesiologie neue methodische Zugänge begründeten. In dem Sinne basiert Kinesiologie auf einer Synthese aus westlichen und östlichen Wissensbeständen. Übergeordnetes Ziel der Kinesiologie ist es, Menschen – als Hilfe zur Selbsthilfe – dabei zu unterstützen, (wieder) in ein dynamisches Gleichgewicht zu kommen und somit zugleich zu ihrer Gesundheit, ihrem Wohlbefinden und der Entwicklung ihrer Selbstkompetenz beizutragen.

Vor diesem Hintergrund kann Kinesiologie z.B. auch ausgezeichnet dazu genutzt werden, eigenen (alten) Mustern, welche für die Entwicklung der Selbstkompetenz in der Sozialen Arbeit hinderlich sind, methodisch gestützt selbst auf die Spur zu kommen und daraus kreativ neue Sichtweisen und Verhaltensmöglichkeiten hervorzubringen.

Modulinhalte

- Theorie und Methoden der Kinesiologie
- Chinesische Medizin (fünf Wandlungsphasen) und Meridianlehre
- Phasen des Selbst
- Anwendungen aus der Akupressur
- Körperübungen
- Selbstmanagement
- Selbstaussdruck

Professionskompetenz

Fachwissen

Theorien und Konzeptionen kommunikativen, ethischen und reflexiven Handelns

Sozialkompetenz

Fähigkeit zur Kooperation

Selbstkompetenz

Fähigkeit zur (Selbst-)Reflexion

Fähigkeit zur selbstregulierten Wissenserweiterung

Semester	Ort	Tag	Zeit
HS	Muttenz	Donnerstag	16.30 – 18.15 Uhr
FS	Olten	Dienstag	16.15 – 18.00 Uhr