



## Kinaesthetics Rumänien

# Bewegungskompetenz als Allgemeingut



Kinaesthetics  
Romania

**Der Präsident von Kinaesthetics Rumänien, György Péter, berichtet von der Eröffnung des ersten Kinaesthetics-Zentrums in Siebenbürgen.**

Wie alles begann. Im Jahr 2003 ermöglichte uns unsere Partnerorganisation Caritas Linz, vier Kinaesthetics-Grundkurse für unsere MitarbeiterInnen der häuslichen Pflege der Caritas Alba Iulia zu organisieren. Die Trainerin war Hermine Moser aus Linz. Ich war an allen vier Grundkursen als Übersetzer dabei und erlebte die Begeisterung aller TeilnehmerInnen. Trotz des großen Interesses konnten wir die nächsten drei Jahre keine Kinaesthetics-Kurse mehr anbieten.

Kinaesthetics Rumänien entsteht. Im Jahr 2005 trafen wir Roland Mangold, den damaligen Geschäftsleiter der EIHD GmbH in Österreich. Er zeigte sich sehr interessiert, in Rumänien ein Kinaesthetics-Projekt zu unterstützen. Kurz danach reiste er nach Rumänien, um die Caritas Alba Iulia als möglichen Partner für das europäische Kinaesthetics-Netzwerk kennenzulernen. Mit dem ersten Aufbaukurs für eine Gruppe von Caritas-Mitarbeiterinnen im Jahr 2006 hat daraufhin die Entwicklung begonnen, die schließlich zur Gründung von Kinaesthetics Rumänien anfangs 2010 geführt hat.



**Zur Person:**

György Péter ist Präsident und Geschäftsführer von Kinaesthetics Rumänien.

**Aufbau von Kinaesthetics-Centern.** Im Laufe des Jahres 2009 fragten wir uns, wie wir die Grundkenntnisse möglichst effizient vermitteln

können. Neben vielen anderen Ideen und Maßnahmen haben wir beschlossen, Kinaesthetics-Kompetenzzentren aufzubauen. Unsere Vision für diese Zentren: Hier können alte Menschen, erwachsene Menschen oder Kinder mit einer Behinderung, deren Eltern oder andere pflegende Angehörige an maßgeschneiderten Kursen teilnehmen. Angeboten werden Kinaesthetics-Grundkurse und Aufbaukurse, Einzelberatungen, Bewegungs- und Übungsgruppen. In diesem Bewegungs-Zentrum, lernen Menschen miteinander in Bewegung zu kommen.

**Erster Standort eröffnet.** In der Folge suchten wir nach Orten. Als erstes sind wir in Odorhei-Székelyudvarhely, einer Stadt in Siebenbürgen mit circa 40.000 EinwohnerInnen fündig geworden. Der Bürgermeister suchte nach neuen Ideen für die Gesundheitsversorgung in seiner Stadt – und erkannte sofort, dass ein Kinasthetics-Center neue für die Selbstverantwortung der Menschen aufzeigt.

Am 10. Mai 2010 wurde das Kinaesthetics-Kompetenz-Centrum in Odorhei-Székelyudvarhely offiziell eingeweiht.



**Zur Person:**

Melinda Siklódi ist Kinaesthetics-Trainerin Stufe 2 und Leiterin des ersten Kinaesthetics-Zentrums in Rumänien.

Gruppierungen organisieren sich. Seither fanden dort mehrere Grundkurse für Fachleute aus der Pflege, der Kindererziehung und der Behindertenarbeit statt. Außerdem haben sich bereits zwei Gruppen von alten Menschen etabliert, die sich einmal pro Woche treffen und gemeinsam an ihrer Bewegungsentwicklung arbeiten. Das bringt ihnen in doppelter Hinsicht mehr Lebensqualität: in puncto Know-how über ihre eigene Bewegung und als Ausweg aus dem „Hausarrest“ zurück in die Gemeinschaft.

Weitere Aktivitäten geplant. Insgesamt haben wir für Siebenbürgen sechs Kinaesthetics-Zentrum geplant. Erfreulicherweise wurde am 15. Juni 2010 bereits das zweite Kompetenzen-

trum in Miercurea Ciuc-Csikszereda (55.000 EinwohnerInnen), der Hauptstadt des Landkreises Herghita, eröffnet. In dieser Stadt wohnen drei Kinaesthetics-TrainerInnen, die gemeinsam dieses Zentrum leiten werden. Nach den Erfahrungen in Odorhei-Székelyudvarhely sind wir überzeugt, dass es enorm wichtig ist, Bewegungserfahrung und -entwicklung für alle zugänglich zu machen. Wir erleben, wie sich Stefan Knobels Zitat bewahrt: „Wenn Menschen Kompetenzen entwickeln, dann haben sie die Wahl. Sie wählen für sich selbst das, was ihnen eine bessere Lebensqualität ermöglicht.“ Bewegungskompetenz darf nicht ein Privileg für ein paar Menschen bleiben, sondern es muss zu einem, für jeden Menschen erreichbares, Gemeingut werden.

## „Mich fasziniert der menschenzentrierte Zugang ...“

**Melinda Siklódi leitet das am 10. Mai 2010 eröffnete Kinaesthetics-Zentrum in Odorhei-Székelyudvarhely. „Lebensqualität“ hat mit ihr über ihre Pionierarbeit gesprochen.**

**Lebensqualität:** Als diplomierte Krankenschwester in der Hauskrankenpflege der Caritas Alba Iulia befassen Sie sich seit drei Jahren intensiv mit Kinaesthetics. Zurzeit sind Sie in der Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin Stufe 2. Was bedeutet für Sie Kinaesthetics als Pflegefachfrau?

**Melinda Siklódi:** Kinaesthetics beinhaltet eine völlig neuartige Qualität der Pflege. Ein Pflegeverhalten, das sich an den Kinaesthetics-Konzepten orientiert, stellt die Art der Annäherung zum Menschen, die Qualität der Berührung in den Mittelpunkt. Dieser Zugang geht davon aus, dass jeder Mensch einzigartig ist und daher in seiner Einmaligkeit betrachtet werden muss. Da das wichtigste Forschungsinstrument von Kinaesthetics die individuelle Erfahrung ist, können keine Standardmodelle angewendet werden. Die „Disposition“ jedes Einzelnen entscheidet über die Möglichkeiten und Wege zum Lernen und zur Gesundheitsentwicklung. Kinaesthetics verändert auch unsere Denkweise. Wir werden offener, flexibler und gleichzeitig sensibler. Es verleiht uns eine neuartige innere Sichtweise, die zu einer besseren Qualität unseres Verhaltens

gegenüber uns selbst wie auch gegenüber anderen Menschen führt.

**Lebensqualität:** Die Caritas Alba Iulia eröffnete vor kurzem sein erstes Kinaesthetics-Zentrum. Seit dem 1. Juni sind Sie hauptberuflich zuständig für die Leitung und Entwicklung dieses Zentrums. Was hat Sie dazu bewegt, diesen Auftrag anzunehmen?

**Siklódi:** Für mich hat Kinaesthetics eine lebensgestaltende Bedeutung. Mit Kinaesthetics können wir lernen, dass wir unzählbare Möglichkeiten haben, um eine Aktivität auszuführen. Um diese zu finden, brauchen wir eine multidimensionale Sicht und grenzenlose Kreativität. Übertragen auf meinen Beruf als Helfende bedeutet das, dass ich zahlreiche, individuell entwickelte Möglichkeiten von Hilfe anbieten kann. Die Entwicklung der Bewegungskompetenz beeinflusst nicht nur die Gesundheitsentwicklung des Einzelnen, sondern beeinflusst durch ihre menschenzentrierte Sichtweise auch die gesamte Lebensführung. Das ist spannend, attraktiv und abenteuerlich zugleich!

**Lebensqualität:** Dieses Zentrum ist das erste von mehreren geplanten. Ihre Arbeit hat sicherlich wegweisende Wirkung. Wie lauten Ihre Visionen? Wie werden die Menschen von Ihrer Arbeit und Ihrem Angebot profitieren?

**Siklódi:** Kinaesthetics muss langsam in das Leben aller Menschen integriert werden,

die dafür offen sind. Wenn wir es schaffen, Kinaesthetics anderen wirklich nahezubringen, bin ich überzeugt, dass wir auch den Samen zu einer wichtigen Mentalitätsveränderung „säen“. Mein Ziel ist deshalb nicht nur die Unterstützung kranker, pflegebedürftiger Menschen. Es geht auch darum, dieses Wissen, diese Kultur an Repräsentantinnen verschiedenster Helferberufe als ein wichtiges Instrument zur qualitativen Veränderung weiterzugeben. Ich hoffe, dass unsere Zielgruppen möglichst „bunt“ aufgestellt sind, damit Kinaesthetics langsam, aber systematisch zu gelebter Alltagskultur werden kann. Die ersten Erfahrungen dieser Pilotinitiative werden dabei sicherlich auch für die nächsten Kompetenzzentren lehrreich sein, auch bis wir „gemeinsam in Bewegung kommen“ und die Zukunft gemeinsam gestalten.

**Lebensqualität:** Wo sehen Sie den Stellenwert Ihres Auftrages im aktuellen Kontext der rumänischen Gesellschaft, des Sozialwesens und des Gesundheitssystems?

**Siklódi:** Die soziale und medizinische Versorgung in Rumänien ist schon lange reif für eine Richtungsänderung. Es bedarf vorwiegend auch des menschenzentrierten Zugangs von Kinaesthetics. Zurzeit dominiert der defizit- und diagnosezentrierte Zugang, sowohl bei den Einzelnen als auch im System.

# LQ



**kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität**

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter [www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net) oder per Post

verlag lebensqualität  
nordring 20  
ch-8854 siebnen

[verlag@pro-lq.net](mailto:verlag@pro-lq.net)  
[www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net)  
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



## Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Geschenkabonnement für:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_