

Aufbruch ins 4. Dezennium

Die Workshoptagung vom 24. September 2011 beendete die Feierlichkeiten für das 30-jährige Jubiläum von Kinaesthetics. Maren Asmussen-Clausen berichtet von der Tagung am Ammersee.

Es begann vor 30 Jahren. Dass ausgerechnet Rosmarie Suter die Workshoptagung unter dem Titel "30 Jahre Kinaesthetics" leitete, war kein Zufall. Sie selbst hat im Sommer 1980 ihre Ausbildung in "Gentle Dance – Kinaesthetics" bei John Graham, Frank Hatch und Lenny Maietta in Zürich begonnen. Am 5. Oktober desselben Jahres wurde der "Verein für Kinästhetik" gegründet, der in den 1980er-Jahren den Grundstein für die Entwicklung von Kinaesthetics legte. Rosmarie Suter gestaltete zusammen mit den über 40 TeilnehmerInnen einen beeindruckenden Tag, der die

verschiedenen Epochen der inhaltlichen Entwicklung von Kinaesthetics in Erinnerung rief.

Vorbild: Tanz. Die Anfänge von Kinaesthetics – zwischen 1980 und 1985 – wurden stark durch den Tanz geprägt. Regisseur Rudi Gerber, der in seinem Dokumentarfilm "Breath Made Visible" das Leben von Anna Halprin verfilmte, bezeichnete die Grande Dame des Modern Dance in einem Interview als "Urmutter" von Kinaesthetics (s. lebensqualität 02/2010, S. 30–34). Ein gemeinsamer Tanz und Filmsequenzen über Anna Halprin ver-









setzten die TeilnehmerInnen in die 1980er-Jahre, in denen der inhaltliche Fokus von Kinaesthetics auf der Bewegungserfahrung lag.

"Erfinderin" des Pflegeprogramms. Über Veränderungen, die mit der Gründung der "Arbeitsgemeinschaft für Kinästhetik in der Pflege" einhergingen, berichtete eine andere "Kinaesthetics-Pionierin": Suzanne Schmidt entwickelte federführend das Programm "Kinaesthetics in der Pflege". Heute lebt die Pensionärin teils in Alaska und teils in der Schweiz. Eindrücklich schilderte Schmidt, wie sie Kinaesthetics kennenlernte und wie damals das Bedürfnis entstand, Kinaesthetics zu beschreiben; eine Arbeitsgruppe begann, die "Grundprinzipien" von Kinaesthetics erstmals zu Papier zu bringen. 1990 wurden im sogenannten "Kinästhetik Sonderbulletin" diese schriftlich formulierten Grundprinzipien des heutigen Konzeptsystems veröffentlicht. Das war der Grundstock für die Verbreitung von Kinaesthetics im Gesundheitswesen.

Differenzierung der Inhalte. Verschiedene Beispiele verdeutlichten, wie sich das inhaltliche Verständnis von Kinaesthetics über all die Jahre verändert hat. Es ist offensichtlich: Die heu-

tige Generation von Kinaesthetics-TrainerInnen kann auf einen 30-jährigen Forschungsprozess bezüglich der eigenen Bewegung und der daraus resultierenden und weiterentwickelnden Beschreibungen zurückgreifen.

Die Ausstellung. Die Ausstellung "30 Jahre Kinaesthetics" bot den TeilnehmerInnen die Gelegenheit, die Meilensteine der letzten 30 Jahre Revue passieren zu lassen. Die Bereiche "Curriculum", "Veröffentlichungen", "Organisationen", "Arbeitsunterlagen" und "Führungspersonen" geben einen Einblick in die enorme Entwicklung von Kinaesthetics während der letzten drei Dezennien.

Aus der Geschichte lernen. Geschichtsbewusstsein ist für uns Menschen wichtig. Das gilt auch für Kinaesthetics. Das Zusammentreffen von Menschen, die sich seit Jahrzehnten mit Bewegungskompetenz auseinandersetzen, und solchen, die sich erst seit wenigen Jahren mit ebenso viel Begeisterung mit dem Thema befassen, war für alle Anwendenden eine Bereicherung. Das Tagungsprogramm leistete einen Beitrag dazu, dass sich auch kommende Generationen der Wurzeln der gemeinsamen Bewegung bewusst sind.

lebensqualität die Zeitschrift für Kinaesthetics
Ein Kooperationsprodukt von:
Kinaesthetics Deutschland, Kinaesthetics lielien, Kinaesthetics Österreich, Kinaesthetics Schweiz,
European Kinaesthetics Association, Siffung Lebensqualität.
Herausgeber: Stiftung Lebensqualität. Nordring 20, CH-8854 Siebnen.
www.zeitschriftlq.com www.kinaesthetics.net

Die vitale Kinaesthetics-Pionierin Suzanne Schmidt entwickelte einst das Programm "Kinaesthetics in der Pflege" und pendelt heute zwischen Alaska und der Schweiz.

"Ich habe mich in meinem Körper gefunden"

Suzanne Schmidt erzählt über die Euphorie, den der erste Workshop bei Frank Hatch im Jahre 1979 bei ihr ausgelöst hat.

Maren Asmussen: Wie bist du zu Kinaesthetics gekommen?

Suzanne Schmidt: Schuld waren meine Rückenprobleme (lacht). Ich begann nach einer längeren Pause wieder im Krankenhaus zu arbeiten und mein Rücken schmerzte. Da fiel mir auf, wie ätzend es ist, wenn du immer warten musst, bis jemand Zeit hat, dir zu helfen. Ich suchte nach Alternativen, und eine ist mir quasi zugeflogen: Ich hatte John Graham anlässlich eines Workshops meine Adresse gegeben. Er lud mich ein, zu kommen, wenn ich mal in Zürich bin. Ich kontaktierte ihn und wenig später erhielt ich dann die Einladung seines Kollegen Frank Hatch.

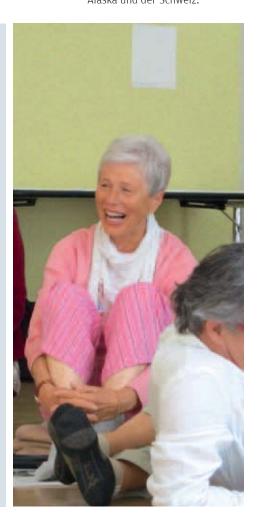
Asmussen: Wann war das? **Schmidt:** Das war 1979/80. Der erste Kinaesthetics-Workshop - fünf Tage lang bei Frank; es war genial!

Asmussen: Erzähl mehr darüber! **Schmidt:** Es war so eine freudvolle Erfah-

rung! Ich habe mich in meinem Körper gefunden und entdeckt. Bis dahin hatte ich wenig Beziehung zu meinem Körper und wusste gar nicht, dass man so viel Spaß mit dem eigenen Körper haben kann.

Asmussen: Was habt ihr da gemacht?

Schmidt: Wir mussten uns bewegen. Zeitlich fiel der Workshop in jene Phase, in der wir viel am Boden rumgerollt sind. "Massen" und "Zwischenräume" waren sicher wichtige Themen. Nie vergesse ich diesen ersten Workshop, weil durch die Körperarbeit ja auch Emotionen hochkommen. Als ich einmal an einem Tiefpunkt angelangt war, kam Frank vorbei, gab mir einen Bewegungsimpuls und sagte: "Move your feelings." Das tat ich und tue es heute noch. Wenn ich heute in ein schwarzes Loch falle, bewege ich mich und ziehe mich quasi selbst wieder aus meinem Tief heraus. Nach diesem Prinzip lebe ich.



lebensqualität 04/2011 netzwerk 53



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 oder per Post

verlag lebensqualität verlag@pro-lq.net nordring 20 www.verlag-lq.net ch-8854 siebnen +41 55 450 25 10



Ich schenke lebensqualität

eMail



	•	
_	_	\rightarrow

Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

□ mir selbst □ einer anderen Person	
Meine Adresse:	Geschenkabonnement für:
Vorname	Vorname
Name	Name
<u>Firma</u>	Firma
Adresse	Adresse
PLZ Ort	PLZ Ort
Land	Land

eMail