

Die Glaubwürdigkeit des Ichs

Autor: Stefan Marty-Teuber

In diesem Beitrag skizziert Stefan Marty-Teuber, aktueller Lektor der Zeitschrift „lebensqualität“ und Co-Leiter des Ressourcenpools „Curriculum und Forschung“ der European Kinaesthetics Association, wie er die zehnjährige Entwicklung der „lebensqualität“ erlebt hat.

Turbulenter Start. Vor ungefähr zehn Jahren begann ich, mich beruflich mit Kinaesthetics zu beschäftigen. Zuvor hatte ich 18 Jahre am Gymnasium alte Sprachen unterrichtet, wollte mich dann neu orientieren und absolvierte zu guter Letzt ein Praktikum bei der LaRete GmbH in Siebnen (CH), um in der Folge als wissenschaftlicher Mitarbeiter im Ressourcenpool C&F der EKA einzusteigen. So bekam ich im Jahr 2005 zuerst aus der Ferne mit, in welchen Turbulenzen sich Kinaesthetics befand und dass ein paar Leute alle Kraft daransetzten, den eigentlich gut funktionierenden Bildungsanbieter nicht einfach in einen willkürlichen Konkurs laufen zu lassen. Natürlich war ich bass erstaunt, als Stefan Knobel – eine tragende Figur dieser schwierigen Zeit – während meines Praktikums ankündigte, er wolle zusammen mit Maren Asmussen eine Kinaesthetics-Fachzeitschrift mit dem Namen „lebensqualität“ herausgeben, und tatsächlich ein paar Monate später freudestrahlend mit der ersten Ausgabe der „LQ“, wie sie intern seit jeher benannt wird, daherkam.

Entsetzen. Mit der Herausgabe dieser Zeitschrift hatte ich als EKA-Mitarbeiter vorerst nichts zu tun. Als Sprachwissenschaftler war mir aber klar, was für eine riesige Arbeit dahintersteckte, und ich staunte über die Qualität, die die LQ von Anfang an vorlegte und die sich zudem ständig verbesserte. Bald einmal wurde ich als Co-Autor eines LQ-Artikels angefragt, und so lernte ich den Partner kennen, den die Redaktion für Satz, Gestaltung und Lektorat gewonnen hatte, Egger & Lerch aus Wien. Zuerst mit dem Entsetzen und der Empörung des Zeitschriftenlaien, hatte doch Gabriel Moinat, auch Sprachwissenschaftler, wie ich später erfuhr, und zuständiger Lektor, mir in meinem Artikel eine logische Linie so verändert, dass sie mir gar nicht mehr kybernetisch erschien! Dies war meine erste Erfahrung mit der konkreten Tätigkeit eines Zeitschriftenlektors. So kamen wir also in Kontakt und einigten uns schnell über die betreffende Stelle.

Als aktueller Lektor der LQ habe ich aufgrund dieses Erlebnisses größtes Verständnis, wenn mir AutorInnen sagen, sie hätten beim Anblick meiner textlichen Eingriffe zuerst einmal leer geschluckt – wer hat es schon gern, wenn der eigene Text von jemandem verändert wird? Dass die AutorInnen der LQ vorgeschlagene inhaltliche Änderungen nachvollziehen können, ist übrigens eine ihrer Besonderheiten. Die meisten LektorInnen bzw. Verlage schicken den AutorInnen einfach die geänderten Texte zurück, und man muss selbst herausfinden, was geändert wurde.



Kinder auf der schiefen Bahn

Die Kinderkrankenschwester **Andrea Knebel-Schneider** erzählt im Gespräch mit **Maren Asmusen** über die Anleitung von Eltern und erläutert die individuell angepasste Positionierunterstützung in drei Stufen bei Kleinkindern.

Lebensqualität: Du arbeitest als Kinderkrankenschwester und freigestellte Kinaesthetics-Trainerin im Kinderzentrum Mannheim. Hast du im Rahmen deiner Praxisbegleitungen auch Kontakt zu den Eltern?
Andrea Knebel-Schneider: Bei meinen Besuchen auf den verschiedenen Abteilungen des Kinderzentrums begegne ich auch den Eltern der Kinder. Häufig beobachten sie meine Arbeit und fragen dann, warum ich die Kinder auf diese Weise unterstütze. Nach dem ersten Gespräch mache ich sie mit den Ideen von Kinaesthetics vertraut. Es gibt viele Mütter, die nach dem ersten Besuch mehr Informationen wünschen. Diese besuche ich dann regelmäßig während ihres oft wochenlang andauernden Aufenthaltes im Kinderzentrum. Oft sind es Eltern von Kindern mit Atemproblemen. Ich lasse sie von ihrer Situation und der ihrer Kinder erzählen. Sie sind nahe an ihrem Kind und können die Situation gut beschreiben. Ich gehe auf ihre Fragen ein, helfe ihnen die Situation des Kindes zu verstehen und gebe den Eltern Anleitungen im Infant Handling.

Bei meinen Rundgängen werde ich auch von meinen Kolleginnen angesprochen. Sie informieren mich über die kleinen Patienten und deren Eltern. Bei Interesse an „Infant Handling“ gehe ich zu den Eltern und wir schauen uns beispielsweise an, wie das Kind momentan liegt und was wir verändern können. Ich beschreibe, welche Ideen es gibt, und biete den Eltern eine Variante an, zum Beispiel eine besondere Positionierunterstützung. Sie nehmen das dankbar an. Sie sehen, dass es dem Kind dabei gut geht und das es zufrieden ist. Das ist immens wichtig für die Eltern, denn so können sie etwas für ihr Kind tun und fühlen sich nicht total hilf- und machtlos.

Lebensqualität: Was ist die Ausgangssituation für die Positionierunterstützung?
Knebel-Schneider: Wenn aus medizinischer Sicht eine Oberkörperhochlagerung angezeigt ist, werden die Betten oftmals einfach am Kopfende hochgestellt. Man erwartet dabei, dass die Atmung besser funktioniert oder durch die Schwerkraft der

Nahrungsbrei nach unten gebracht wird. Allerdings kann man bei diesen schräg gestellten Betten beobachten, dass die Kinder sehr angespannt sind. Sie rutschen nach unten. Und manchmal liegen sie am Morgen sogar quer im Bett. Außerdem habe ich das Gefühl, dass die Kinder in dieser schiefen Ebene schlechter beruhigt werden können.

Lebensqualität: Welche Erklärung für diese Anspannung gibt es aus Sicht von Kinaesthetics?
Knebel-Schneider: Die Kinder können nicht entspannen, weil sie keine gute Position finden. Die Schwerkraft zieht das Kind auf dieser schiefen Ebene nach unten. Als Folge davon spannen sie die Muskeln an.

Wir können den Kindern nun helfen, ihre eigene Körperspannung zu regulieren, indem wir sie in der Position so unterstützen, dass sie ihr Gewicht in der Schwerkraft gut kontrollieren können. In einer guten und entspannten Position können die vitalphysiologischen Prozesse ungehindert stattfinden.



Das Bett ist schräg gestellt. Das Gewicht des Patienten fließt in Richtung Fußende des Bettes. Um nicht nach unten zu rutschen, muss das Kind unbehilglicherweise im Bett liegen. Die Körperspannung steigt, vitalphysiologische Prozesse werden gestört.



Die Bedeutung der menschlichen Hand in der Evolution des Menschen

Die einmalige Anatomie der menschlichen Hand spielt in der Evolution des Menschen eine immense Rolle, wirft aber auch Fragen über Fragen auf. Von **Stefan Knebel** und **Stefan Marty**.

Was unterscheidet uns Menschen von anderen Lebewesen? Wie fand der Mensch zur Sprache? Wo durch welche Bereiche sich die Gehirnmassie des Homo sapiens? Warum begann der Homo sapiens so erfolgreich Werkzeuge einzusetzen? Wenn solche Fragen gestellt werden, steht oft die Entwicklung der menschlichen Hand im Zentrum der Diskussion. Offenbar spielt die besondere und einmalige Anatomie der menschlichen Hand eine wichtige Rolle im Evolutionsprozess. Vieles deutet darauf hin, dass die Entwicklung des Menschen nicht allein auf die Entwicklung des menschlichen Gehirns, sondern auf das Zusammenspiel zwischen Hand und Gehirn zurückzuführen ist, das auf dem Hintergrund der evolutionären Entwicklungen immer differenzierter, feiner und präziser wurde.

Begreifen, Begriff. Wir verwenden diese Worte völlig selbstverständlich, wenn es um Denken und Verstehen geht. Der Gebrauch dieser Wörter deutet darauf hin, dass die Menschen schon seit Jahrtausenden ahnen, was Anthropologen und Evolutionsbiologen in den letzten Jahrzehnten entdeckt haben und in der Zwischenzeit auch stichhaltig aufzeigen können: Denken ist in seinem Entstehen durchaus eine körperliche Aktivität – oder zumindest spielten unsere hochentwickelten Greifwerkzeuge, die Hände, eine wichtige Rolle in der Erkenntnisgewinnung und Auseinandersetzung mit unserer (Um-)Welt.

Kulturelle Revolution. 1859 veröffentlichte Charles Darwin sein Werk „Über die Entstehung der Arten“. Dieses Buch führte zu einem Erdbeben, das nicht nur die Wissenschaften, sondern die ganze westliche Kultur erschütterte und den Vergleich mit der kopernikanischen Wende nicht zu scheuen

braucht. Man musste zur Kenntnis nehmen, dass der Mensch wohl kaum von einer schöpferischen Macht oder von einer übergeordneten Intelligenz nach einem festen, unveränderlichen Plan vor etwa 6.000 Jahren als Krone der Schöpfung geschaffen worden war. Die Evolution ist nach Dawkins (2008) ein kontinuierliches sich selbst steuerndes Prozess und erzeugt und entwickelt sich ständig weiter. Diese Theorie warf einen festen Bestandteil des „objektiven“, wissenschaftlichen Wissens und die Annahmen der einfachen Menschen über den Haufen. Die Erkenntnis, dass wir „vom Affen abstammen“ – dass wir zwar ziemlich geschickte Wesen sind, aber nicht vor einiger Zeit als Krone der Schöpfung auf die Erde gesetzt worden sind – dieser Gedanke war völlig neu und ist bis heute für viele Menschen gewöhnungsbedürftig.

Der Gebrauch von Werkzeugen, die Sprache, das Denken und das Ich-Bewusstsein sind Merkmale, die den Menschen in der Natur einmalig machen. Schon im Jahre 1840 erkannte Sir Charles Bell, ein englischer Naturforscher, dass die Art und Weise, wie die Menschen ihre Hand gebrauchen, keine Parallele im Tierreich findet. Was er damals noch nicht erkennen konnte, ist die Tatsache, dass die menschliche Hand auch in ihrer Anatomie Besonderheiten aufweist, die einmalig sind.

Ein Geniestreich der Evolution. Wilson (2000) nennt die menschliche Hand einen Geniestreich der Evolution. Im Zusammenhang mit der Evolution vom einem Geniestreich der Evolution zu sprechen, ist gefährlich, weil sich der evolutionäre Prozess eben gerade dadurch auszeichnet, dass

er sich nicht in einer geraden Linie abspielt, sondern in einem Wellenverlauf verläuft, der durch viele Rückschläge und Abzweigungen gekennzeichnet ist. Die Evolution ist ein Prozess, der sich in einem Wellenverlauf abspielt, der durch viele Rückschläge und Abzweigungen gekennzeichnet ist. Die Evolution ist ein Prozess, der sich in einem Wellenverlauf abspielt, der durch viele Rückschläge und Abzweigungen gekennzeichnet ist.

Die Evolution ist ein Prozess, der sich in einem Wellenverlauf abspielt, der durch viele Rückschläge und Abzweigungen gekennzeichnet ist. Die Evolution ist ein Prozess, der sich in einem Wellenverlauf abspielt, der durch viele Rückschläge und Abzweigungen gekennzeichnet ist.

Serie: Begeisterung

Der rote Faden bin ich selbst

Die Kinaesthetics-Trainerin **Anna Thiedemann** erzählt, wie sie ihren Alltag mit ihren Kindern durch Eigenführung und Achtsamkeit meistert.

Mittagszeit. Ich stehe in der Küche und mache mir einen Kaffee. Da kommt die fünfjährige Anna mit ihrer Babypuppe auf dem Arm und legt sie vorsichtig auf den Küchenfußboden. Dann dreht sie ihre Puppe zur Seite, stützt den Puppenkörper seitlich auf den Arm und bringt so die puppe zum Sitzen. Als sie merkt, dass ich sie beobachtet habe, blickt sie mir strahlend ins Gesicht und sagt in ihrer Kindersprache: „Ich habe mein Baby kinaesthetisch hingegestert.“

„Diese Situation fällt mir spontan ein, wenn ich mir überlege, welche konkrete Rolle Kinaesthetics in meinem täglichen Leben spielt.“

Intuitives Ausprobieren ... Heute ist Anna sieben Jahre alt. Ich habe sie gefragt, was sie begeistert. „Gute Ideen haben“, sprudelt es aus ihr hervor, wenn man etwas Neues kriegt, wenn man etwas Schönes erlebt, wenn man wo mithelfen darf, wenn man was gelernt oder gut hingekriegt hat.“ Sie mag es, wenn sie sich als selbstwirksam und eigenständig erlebt, wenn sie sich als Teil einer Entwicklung begreifen kann. Sie ist davon überzeugt, dass man als Erwachsener „noch mehr machen kann“.

Neugier, der eigenen Intuition zu vertrauen, ausprobieren und Fragen haben – das sind Qualitäten, die viele Kinder auszeichnen.

...versus Altbewährtes. Auch ich spüre noch den wohlthuenden Schub der Begeisterung im Alltäglichen, wenn sich etwas entwickelt, wenn ich neugierig bin, wenn ich etwas ausprobieren, wenn ich Fehler machen kann, wenn ich mit Offenheit und fragend an Neues herangehe.

Das war nicht immer so: Es gab viele Momente in meinem Leben, in denen ich mir mehr Kontinuität gewünscht habe und die Möglichkeit, mich an Bewährtem festzuhalten. Das waren meistens Momente, in denen ich sehr angespannt war,

Momente, in denen ich meine Ängste nicht ohne weiteres abschütteln konnte. Ich spürte mich selbst oft kann noch und Altbewährtes schien dann ein sicherer Anker.

Als ich vor einigen Jahren begann, mich mit Kinaesthetics zu beschäftigen, wurde mir sehr schnell klar, dass die weitere Beschäftigung mit dem Thema erstens eine Veränderung meiner Gewohnheiten und zweitens ein für mich nicht endendes, bewusstes Lernen nach sich ziehen würde. Das schreckte mich zunächst ab. Ich hatte Angst davor, mich auf zu viele Veränderungen einlassen zu müssen, und mir fehlte auch ein bisschen der Mut, die sichere Seite zu verlassen, mich immer wieder auf Neue mit meinen eigenen Grenzen auseinanderzusetzen.

Mein Weg zu Kinaesthetics. In Bündeln habe sich Eltern mit behinderten Kindern zu einer Selbsthilfegruppe formiert. Auch außerhalb der Selbsthilfegruppe habe ich Kontakt zu elterlichen Eltern mit behinderten Kindern.

Sind die Kinder größer, werden oft Klagen über die Gesundheit laut. Mütter hören die Ausrufe, dass man sich mit diesem Kind die eigene Gesundheit ruiniert habe.

Es ist bekannt, dass 70 Prozent der pflegenden Angehörigen durch ihre Arbeit mit alten oder behinderten Menschen selbst gesundheitliche Schäden erleiden. Wenn ein Mensch einem anderen

Menschen hilft, und dabei selbst krank wird, kann mit der angebotenen Hilfe etwas nicht in Ordnung sein. Ich wollte dem gegenseitigen und mir rechtzeitig Entlastung suchen.

Von einer Freundin hatte ich etwas über Kinaesthetics gehört. Das klang interessant, und so organisierte ich für unsere Selbsthilfegruppe einen Vortrag von zwei Trainerinnen aus der näheren Umgebung. Zum Abschluss des Abends wurde noch der Film „Fortbewegen statt heben“ gezeigt. „In diesem Film sind einige Anregungen dabei, die vielleicht auch für mich umsetzbar wären“, so ging es mir damals durch den Kopf.

Muskellater im Grundkurs. Schließlich kam mit Unterstützung des Vereins der Freunde und Förderer der Johannes-Falk-Schule ein Grundkurs zustande. Sechs Eltern teilten sich zusammen mit Lehrerinnen und Integrationshelferinnen diesen Kurs. Anfanglich war es sehr schwierig, die betreffende Sprache, die ungewohnten Bewegungen an und aufzunehmen und sie in den Alltag zu integrieren. Ich erinnere mich, wie ich nach dem dritten Tag Muskellater in den Oberschenkeln hatte, obwohl ich ganz und gar nicht unportlich bin. Tödlich fand ich am Ende die Aufforderung unserer erfahrenen Trainerin, das Gelehrte in möglichst kleinen Schritten umzusetzen.

Damals schon übte die Leichtigkeit vieler Bewegungsabläufe, die ich bis dahin nicht gekannt hatte,

eine große Faszination aus; eine Faszination, die mich bis heute begleitet.

Erste kleine Schritte. Ich habe dann auch wirklich klein angefangen: beim Wickeln. Bisher hatte ich die Beine meines eigenen mehrfach schwerst behinderten Sohnes, Joshua, stets parallel nach oben angehoben. Jetzt begann ich, ihn beim Wickeln zu drehen. Ein schwieriges Unterfangen, da Joshua sein Leben lang gewohnt war, auf dem Rücken zu liegen. Wenn ich ihn auf die Seite bewegte, fing er jedes Mal zu husten und zu würgen an.

Mit der Zeit jedoch lernte Joshua, sich auf die Seite zu drehen. Er hat angefangen, es zu verstehen und es zu genießen. Heute ist er so weit, dass er mit Freude mithilfe zu ziehen und zu drücken, und ich ihm nur noch wenige Impulse geben muss.

Nachweislicher Erfolg. Diese Veränderung im Pflegealltag hat über die Zeit hin bewirkt, dass Joshua heute tiefer atmet und seine Lungen sich deutlich besser füllen. Früher hatte er ständig mit verschleimten Bronchien und Lungenentzündung zu kämpfen. Seit zwei Jahren braucht er keine Antibiotika mehr. Das Inhalationsgerät ist noch funktionsfähig, wird aber nicht mehr gebraucht. Eine weitere positive Veränderung ist Joshua inzwischen regelmäßiger und durchaus pflegeleichter Stuhlgang. Insgesamt haben mir die Grundkurs-Erfahrungen allerdings nicht mehr gereicht, da ich auch



Anna gestaltet mit ihrer Puppe den Weg in den Kinderwagen, ohne zu heben.





Verdiente Auszeichnung. Mit Herrn Moinat, dem Lektor von Egger & Lerch, entwickelte sich eine kollegiale und fruchtbare Zusammenarbeit. Ich lernte es schätzen, dass eine Fachperson meine Texte grammatikalisch und stilistisch glättet oder auch inhaltliche Linien verdeutlicht – ich hatte mir allerdings ausbedungen, das letzte Wort zu meinen Texten zu haben. Herr Moinat dürfte langjährigen LeserInnen dadurch bekannt sein, dass die Haupttitel von LQ-Artikeln immer wieder mal typografische oder illustrierte Spielereien enthielten. So wurde der ohnehin originelle Titel „Kinder auf der schiefen Bahn“ schief geschrieben oder das Titelstichwort des roten Fadens zeigte sich auch im Bild. Hier hat Herr Moinat bzw. das Team von Egger & Lerch mit vielen gelungenen Ideen gewirkt, und es ist kein Wunder, dass die LQ im Jahr 2010 den Silber-Award des „Best CP“ (Best of Corporate Publishing) erhielt; dies übrigens gegen eine Konkurrenz, die mit ganz anderen Budgets operiert. Denn das gesamte Layout und Erscheinungsbild der LQ hatte von Beginn an Stil und verdiente diese Auszeichnung bestimmt.

Kybernetik. Ich selbst hatte ja meine Tätigkeit bei der EKA mit dem Lektorat des Buches „Konzeptsystem“ begonnen, eines Kernstücks des Fachgebiets. Dies geschah allerdings unter strenger Aufsicht eines Teams von erfahrenen AusbilderInnen und begleitet von schier endlosen Diskussionen. Parallel zu meiner Trainer-

Ausbildung war ich darauf als Lektor bzw. Verfasser von öffentlichen Texten der EKA, wie z. B. der Website oder der Infoblätter, tätig. Einen zeitraubenden Schwerpunkt bildete das Buch „Lernen und Bewegungskompetenz“, eine Einführung in Kinaesthetics für Basiskurs-TeilnehmerInnen. In diesem Projekt konnten die Texte zuerst von den AusbilderInnen, dann von allen Kinaesthetics-TrainerInnen gegengelesen und kommentiert werden. Daneben beteiligte ich mich wie erwähnt an einzelnen LQ-Artikeln. Dann hatte die Redaktion der LQ die zündende Idee, eine Serie zur Wissenschaft der Kybernetik zu lancieren, mit Stefan Knobel und mir als Autoren. So entstand eine sechsteilige Reihe zu ihrer Geschichte, ihren Inhalten und einzelnen Forschern. Diese Artikel waren für mich eine schöne Gelegenheit, mich wieder einmal mit ausführlichen Recherchen in Original- und Sekundärliteratur zu beschäftigen und eine Spur zu suchen, wie man bestimmte Themen darstellen könnte. Von dieser Arbeit hatte die EKA dadurch einen Gewinn, dass die Serie nach einer Überarbeitung und einigen Ergänzungen als Buch herausgegeben und in der TrainerInnen-Bildung verwendet werden konnte.

„wörterwurzeln“. Weil ich die alten Sprachen ein wenig vermisste, schlug ich der LQ-Redaktion eine neue Rubrik vor, in der ich die sprachlichen Wurzeln von Kernbegriffen aus Kinaesthetics und Kybernetik populärwissenschaftlich aufzeigen wollte. Die Idee wurde gutgeheißen, und ich begann mit einer ersten „wörterwurzel“ mit dem Titel „Kybernetik: Von der Steuermannskunst zum Cybernet“. Bei der zweiten zu „Kinaesthetics“ wollte ich einfach diesen Begriff als Titel setzen. Da schlug mir Gabriel Moinat als gewiefter Lektor vor, auch hier ein „Von ... zu“ zu machen, und so behielt ich dieses Spiel (zu meinem großen Vergnügen) bis zur zwölften Wörterwurzel „Zyklus: Vom Rad zum Hals“ bei.

Anerkennung. Mit der zweiten Wörterwurzel zu „Kinaesthetics“, bei der ich ein bisschen mehr Seiten als sonst beanspruchte, verbinde ich eine ganz persönliche Erinnerung. Zu dieser Zeit zeigte mein Vater schon ziemlich deutliche Anzeichen einer Demenz. Er las eifrig und kommentierte die gelesenen Texte schriftlich. Einmal fragte er mich: „Wer ist das auf diesem Bild?“ Ich sagte: „Der Papst“ (was er als treuer Katholik nicht mehr auf den ersten Blick erkannt hatte), und er schrieb es hinzu, obwohl es eigentlich in der Bildlegende stand. Als ich ihn nach dem Erscheinen meines Beitrags besuchte, kam er mir überglücklich mit der neuen Zeitschrift entgegen. Er hatte meine Wörterwurzel gelesen und war hell begeistert. „Da hast du ja tagelang recherchieren müssen, bis du das alles zusammengesucht hast, es ist unglaublich!“, wiederholte er in ähnlicher Weise unzählige Male. Mich rührte seine ehrliche Anerkennung sehr, hatte er als Kaufmann und Prokurist wohl nie so recht verstehen können, warum ich mich für alte Sprachen und Literaturen interessierte. Zu meinen „wörterwurzeln“ erhielt ich auch von anderen LeserInnen viele positive Rückmeldungen, worüber ich mich jedes Mal freute.

Übrigens wurden sie auch nach der Trennung von Egger & Lerch von einer anderen Person lektoriert (und nicht von mir sel-



Stellen wir Fragen

Wohin entwickelt sich unser Sozial- und Gesundheitswesen? Stefan Knobel geht dieser Frage nach und ruft zu einer breiten politischen Diskussion auf.

Der Prophet von 1976. „Die moderne Medizin macht die Menschen krank! Wir sind mit der Industrialisierung des Gesundheitsbegriffs auf dem Holzweg.“ Diese Thesen verteilte Konrad Illich in seinem 1976 erschienenen Buch „Die Entzweiung der Gesundheit – Medical Nemesis“. Damals lasste das Werk verständiglicherweise für kurze Zeit eine sehr breite Diskussion aus und wurde danach wieder vergessen. Vielfach ist es an der Zeit, die Thesen von Illich zu studieren – und eine neue Diskussion zu lancieren.

Krankmachende Folgewirkungen, Illich argumentierte, dass die entstehende Gesundheitsindustrie immer mehr krankmachende Wirkung zeigt. Er verwendet das Wort Iatrogenese. Unter Iatrogenese werden landläufig die krankmachenden, unerwünschten Nebenfolgen der ärztlichen Behandlung verstanden. Illich geht in seiner Definition viel weiter. Er schreibt die krankmachenden Eigenschaften dem gesamten Apparat der Medizin zu, die vergibt, dass Gesundheit „erzogen“ ist. Vor allem kritisiert er, dass die Gesundheitsindustrie die ausschließliche Definitionsmacht für eigentlich natürliche Erfahrungen wie Gesundheit, Krankheit und Tod übernommen hat. Das Individuum wird dadurch seines eigenen Handlungsspielraums beraubt, es wird quasi verdrängt.

Seine fundamentale Kritik an der Gesundheitsindustrie ist in drei Ebenen der Iatrogenese gegliedert: die klinische, die soziale und die kulturelle Iatrogenese.

Die klinische Iatrogenese. Illich legt dar, dass durch die Technisierung der Medizin eine Entpersönlichung von Diagnose und Therapie entsteht, welche den Behandlungsprozess verschleiert und die Verantwortunglichkeiten ebenfalls

entpersönlicht. Das zeigt sich vor allem darin, dass das persönliche Erleben des Individuums im Diagnoseprozess keine Rolle spielt – und dass die Diagnose in einer Sprache verfasst ist, welche das Individuum nicht versteht. Dadurch wird laut Illich das Thema Gesundheit quasi entzogen.

Zur klinischen Iatrogenese zählt er auch die Schädigungen, „die aus den Bemühungen des Arztes resultieren, sich gegen mögliche gerichtliche Ansprüche der Patienten aufgrund von Kunstfehlern abzusichern“ (Illich, S. 25).

Warum weniger Infektionen? Die KritikerInnen von Illich haben auf den Nutzen der Medizin für die Menschheit hingewiesen, der durch den medizinischen Fortschritt der letzten 100 Jahre entstanden ist. Die Menschen werden älter – bedrohliche Infektionskrankheiten des 19. Jahrhunderts sind bekämpft und besiegt. Illich dagegen ist der Überzeugung, dass der Rückgang der Infektionskrankheiten nicht auf den medizinischen Fortschritt zurückzuführen ist. Er sieht in der Müßiggangigkeit, der Verbesserung der Wohnbedingungen, der Wasserversorgung und den verbesserten Ernährungsmöglichkeiten die entscheidenden Faktoren. Er legt dar, dass die medizinischen Erfolge in der Infektionsbekämpfung erst eingetreten sind, nachdem die ganze westliche Kultur die Bedingungen geschaffen hat, dass sich Infektionskrankheiten weniger schnell verbreiten können. Die Medizin hat es aber geschafft, die Erfolge sich selbst zuzuschreiben.

Die soziale Iatrogenese. Die soziale Iatrogenese zeigt sich darin, dass das Gesundheitswesen den einzelnen Patienten zum passiven Konsumenten medizinischer Dienstleistungen macht. Die natürliche Heilungskraft und den Willen des Kranken, mit seinem Leiden selbst fertigzuwerden, wird durch die Art und Weise, wie das Medizinssystem organisiert ist, untergraben. Konkret zeigt sich laut Illich die soziale Iatrogenese darin, dass

lebensqualität 03/2009

4 thema

Vom Führen zum Folgen

Eine Angelegenheit des Herzens

Es bestand schon immer eine gute und besondere Beziehung zwischen den beiden. Nach einem Krankenhausaufenthalt der Oma wurde vieles anders. Ein spannender Lernprozess begann, aber nicht so, wie sich die Enkelin das anfangs vorgestellt hatte. In einem sehr persönlichen Bericht erzählt Julia Pöhlhuber von den Fragen, Entdeckungen und Erkenntnissen ihres Lernprozesses.

Das Zentrum der Familie. Meine Oma ist 84 Jahre alt, Mutter von 5 Kindern und Groß- sowie Urgroßmutter einer Schar junger Menschen. Eine sehr aktive Frau, die viel reiste, neugierig und sehr herzlich war und auch noch ist. Bei ihr gingen wir alle aus und ein, da war immer was los, obwohl sie in ihrem Haus alleine lebte. Mit Oma zu quatschen, über früher und heute, war spannend, lehrreich und lustig. Man kam nicht nach Hause, ohne bei ihr anständig gegessen und getrunken zu haben, ich mag besonders ihre unkomplizierte Art, wie sie ihr Leben meistert, wie sie Dinge einfach angeht. Für mich ist sie ein „echter“ Mensch, von dem ich sehr viel gelernt habe und noch immer lerne.

Instabilität entsteht. Im März 2013 kam Oma wegen einer Entgleisung ihres Elektrolythaushaltes ins Spital und erholte sich danach eigentlich ganz gut. Dennoch kam sie einen Monat später sehr verunsichert sowohl in ihrer Bewegung als auch in ihrer Persönlichkeit zurück nach Hause. Nach wenigen Wochen, in denen sie von ihrer Familie, vor allem aber von ihrer Tochter begleitet wurde, war sie ganzheitlich stabiler. Auch die mobilen Dienste, die sie anfangs benötigte, wurden weniger beansprucht. Sie wurde aktiver und somit auch sicherer, führte ihre alltäglichen Tätigkeiten (Kochen, Einkäufen usw.) wieder aus, die Gespräche mit ihr wurden wieder länger – alles schien fast so, wie es war.

Der nächste Rückschlag kam im Sommer des gleichen Jahres. Wieder eine Entgleisung ihrer Elektrolyte und auch immer mehr ihrer selbst. Ich schreibe absichtlich „ihrer selbst“, da es für Oma schwer einzusehen war, selber „krank“ zu sein. Ich habe Oma in den 30 Jahren davor nie krank erlebt, sie war immer fit. Vielmehr war es auch ihre gedankliche Stärke, die sie so fit hielt: ihre „Medizin“ war, aus Überzeugung einfach ge-

lond zu sein. Mit der Tatsache, dass es doch dazu gekommen war, dass sie krank wurde, hatte sie besonders zu kämpfen. In dieser Zeit stürzte sie sehr oft, und für sie war kaum zu verstehen, warum das alles genau ihr passierte. Sie stürzte ohne Verletzungsfolgen, was sie bestimmt ihrer hohen Bewegungskompetenz zu verdanken hatte. Bis zu ihrem 93. Lebensjahr fuhr sie mit dem Fahrrad herum, nahm an Wanderwochen teil, war viel zu Fuß unterwegs, kam über den Tag verteilt durch Putzen, Gartenarbeit usw. durch fast alle Kinaesthetics-Grundpositionen. Sie war ganz unbewusst ihre eigene Trainerin.

Alteine leben geht nicht mehr. Während des zweiten Krankenhausaufenthaltes verschlechterte sich Omas Zustand so weit, dass sie ohne fremde Hilfe zu Hause nicht mehr alleine leben konnte. In langen und intensiven Gesprächen wurden verschiedene Möglichkeiten über die weitere Wohnsituation samt Versorgung überlegt. Schließlich fiel mit Omars Einverständnis die Entscheidung auf ein Altenheim. Oma kam in ein sehr schönes, aber fremdes Umfeld – was ihr Zuhause natürlich nicht ersetzen konnte.

Reaktionen auf die neue Lebensumgebung. Anfangs war Oma sehr glücklich, alles schien für sie zu passen. Sie ging mit uns in den Park spazieren, knüpfte in ihrer neuen Umgebung Kontakte mit anderen Menschen usw. Oma bekam von Anfang an täglich Besuche – wir wollten Oma ja nicht abgeben. Für uns war klar, dass wir an der Betreuung beteiligt sind, und vor allem ihre Tochter verbrachte sehr viel Zeit mit ihr.

Doch das Blatt wendete sich. Oma wurde immer trauriger. Sie nahm oft meine Hand und sagte: „Ich will einfach, dass alles wieder so ist, wie es war!“

>>

lebensqualität 03/2015

praxis 17

ber), nämlich von Ilona Himmelberger, der Korrektorin. Spaßes halber gab ich ihr immer die Anweisung: „In meinem Text wird nichts geändert!“, woran sie sich zu meinem Leidwesen nie hielt und was wiederum zu einem leeren Schlucken meinerseits angesichts ihrer Eingriffe führte ...

Fachliches Lektorat. Obwohl die Zahl der AbonnentInnen stetig wuchs, konnten einigermaßen schwarze Zahlen bei der Herausgabe der LQ nur deshalb geschrieben werden, weil die beiden RedakteurInnen ehrenamtlich arbeiteten. Ein Dauerzustand sollte dies nicht werden; es galt, Kosten einzusparen und Abläufe zu vereinfachen. Andererseits hatte ich unterdessen die Ausbildungen zum Kinaesthetics-Trainer Stufe 2 (Pflege und Kreatives Lernen) durchlaufen und war dadurch auch für die Herausforderungen der sprachlichen Beschreibung der praktischen „Anwendung“ von Kinaesthetics viel besser sensibilisiert. Immer wieder war mir z. B. in Praxisartikeln der LQ manipulative und gar nicht zu Kinaesthetics passende Sprache aufgefallen. „Ich drehte Herrn X vorsichtig zur Seite“, stört natürlich einen externen Lektor, der keine Kinaesthetics-Ausbildung hat, nicht. Aber es beschreibt unpassend, was in Kinaesthetics bei einer Interaktion die Absicht ist. Gegenstände kann man bewegen, drehen, aufstellen, einen lebendigen Menschen oder seine Körperteile nicht. Selbst wenn er kaum etwas zur gemeinsamen Handlung beitragen kann – in Kinaesthetics passt die Beschreibung besser, ihn darin zu unterstützen, sich selbst auf die Seite zu drehen. Auch der Redaktion der LQ waren diese Dinge bewusst, nur konnte sie sich nicht auch noch um solche kybernetisch-kinästhetischen Feinheiten der Texte kümmern. Vor diesem Hintergrund wurde ich angefragt, ob ich das Lektorat/Korrektorat der LQ übernehmen wolle, und ich sagte zu.

Neues Team. Zugleich wollte die Redaktion Fabio Parizzi, einen jungen Grafiker aus Zürich, für Gestaltung und Satz anfragen. Hier spielten nicht nur die Kosten, sondern auch die örtliche Nähe eine Rolle. Ich konnte das Team schon bald mit Ilona Himmelberger, einer Germanistik-Studentin mit weitreichender Lektorats- und Korrektoratserfahrung, ergänzen. Für mich bzw. für meine ganze Arbeit war das ein Glücksfall, weil ich ihr einerseits zusätzlich bestimmte Korrekturen von EKA-Texten übergeben konnte, andererseits endlich wieder die Gelegenheit zu fachlichem Austausch hatte – wenn man wie ich immer ganz alleine seine fachlichen Maßstäbe beim Lesen, Korrigieren und Schreiben von Texten ansetzt, kann man manchmal schon ins Zweifeln kommen, ob man sie hier und dort richtig festgelegt hat ...

Neues lernen. Im neuen Team gab es viel zu lernen, aber ich glaube, dass wir den Übergang bei gleichbleibender Qualität geschafft haben. Weiterhin stellten Maren Asmussen und Stefan Knobel als RedakteurInnen die Artikel für eine Ausgabe zusammen und besprachen mit den AutorInnen die wichtigsten Anforderungen an ihre Texte bei der Publikation. Dann gelangten sie ins Lektorat/



Korrektorat, wobei die inhaltlichen Eingriffe meinerseits aufgezeigt und die betroffenen Stellen nach Möglichkeit im Austausch mit den AutorInnen definitiv gemacht wurden. Danach kümmerte sich Fabio Parizzi um das Layout, wobei das visuelle Konzept von Egger & Lerch übernommen werden konnte.

Der Wert von Erfahrungsberichten. Eine zentrale Erkenntnis aus meiner neuen Tätigkeit war die folgende. Seit Beginn machen Erfahrungsberichte in der Rubrik „praxis“ einen schönen Teil der LQ aus. In diesen beschreibt eine Kinaesthetics-TrainerIn oder -AnwenderIn eine konkrete Erfahrung aus ihrer beruflichen oder privaten Lebenswelt. Doch was haben solche Berichte in einer Fachzeitschrift mit einem wissenschaftlichen Anspruch zu suchen? Nach dem gängigen Paradigma interessieren sich wissenschaftliche Fachgebiete für das Allgemeingültige, für Studien und Experimente, die von allen nachvollzogen werden können und zu gleichen oder vergleichbaren Resultaten führen. Ob Frau Meier oder Herr Müller ein Experiment oder eine Studie durchführt, darf keine Rolle spielen, ebenso nicht, ob sie diese mit Herrn Seiler oder Frau Binder durchführen (oder nur in dem Sinn, wie letztere eine bestimmte allgemeine Kategorie der Untersuchung abdecken). Was also hat ein persönlicher Bericht einer Kinaesthetics-Trainee über ihre Erlebnisse mit ihrer Großmutter in einer Zeitschrift zu suchen, die sich dem Fachgebiet von Kinaesthetics widmet? Dadurch dass ich als Lektor der LQ regelmäßig solche Erfahrungsberichte las, wurde mir nochmals klarer, welchen Wert diese haben und wie sehr sie inhaltlich zum Kern von Kinaesthetics bzw. sogar zur wissenschaftlichen Ausrichtung des Fachgebiets gehören.

Ich-Perspektive. Um dies zu erklären, greife ich auf eine grundsätzliche Unterscheidung des Neurobiologen Francisco Varela zurück. Er unterschied zwischen der herkömmlichen Ausrichtung des akademischen Wissenschaftsbetriebs, die auf Allgemeingültigkeit und Nachvollziehbarkeit zielt und für die er den Begriff der 3.-Person-Methoden verwendete, und der Ausrichtung am einzelnen, verkörperten Individuum und seinen Erfahrungen bzw. Erfahrungsberichten bei sogenannten 1.-Person-Methoden. „Kinaesthetics“ lässt sich ja mit „Lehre, Kunst der Bewegungswahrnehmung“ übersetzen. Nun kann die Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung, um die es somit im Kern geht, nur beim einzelnen Individuum mit seinem Körper, seinen Voraussetzungen und Erfahrungen ansetzen. Und es liegt auf der Hand, dass man die eigene Bewegungswahrnehmung sensibilisiert, indem man sich bewegt und in sich auf Unterschiede dieses „Wahrnehmungskanals“ achtet – und nicht dadurch, dass man wissenschaftliche Bücher liest oder Vorlesungen über dieses Thema besucht. Diese wissenschaftliche Ausrichtung von Kinaesthetics im Sinn einer fundierten 1.-Person-Methode ist höchst kybernetisch; sie führt direkt zu den Leitbegriffen der Komplexität und Unprognostizierbarkeit.

Grenzen der Kausalität. Die jahrtausendealte Suche nach kausalen Zusammenhängen hat zu einer unüberblickbaren Fülle von wissenschaftlichen Erkenntnissen in vielen Bereichen der materiellen Welt geführt, zu „bewiesenen“ linearen Zusammenhängen auf der Ebene der unbelebten und belebten Materie – in Kinaesthetics-Kreisen höre ich ja manchmal die heikle Aussage, alles Leben funktioniere zirkulär, aber natürlich gibt es in verkörperten, sprich materiellen Lebewesen auch kausale Zusammenhänge von Ursache und Wirkung. Sie werden technisch in eindrucklicher Weise umgesetzt: Wir fliegen ins Weltall und setzen Herzschrittmacher ein.

Andererseits wird heute keine WissenschaftlerIn ernsthaft behaupten wollen, dass alle Lebensprozesse kausal, also mit Ursache und Wirkung, erklärbar sind. Grundsätzlich hat sich hier das kybernetische Verständnis durchgesetzt, dass jedes lebende Individuum seine Lebensprozesse autonom und zirkulär steuert und eine Beeinflussung ganz unterschiedliche Wirkungen zeigen kann. Dennoch geht gerade bei wissenschaftlichen Beschreibungen von zwischenmenschlichen Interaktionsprozessen und abgeleiteten Maßnahmen gerne vergessen, dass Interaktionen desgleichen mit dem kausalen Erklärungsmuster von Aktion und Reaktion oder Ursache und Wirkung nicht treffend beschrieben werden können. Es ist eigentlich eine banale Erfahrungstatsache, dass im Kontakt mit anderen Menschen die „gleiche“ Aktion nicht immer die „gleiche“ Reaktion bewirkt. Und doch wird einem nicht selten „wissenschaftlich“ empfohlen, das und das zu tun, um etwas ganz Bestimmtes bei einem selbst oder bei einem Gegenüber zu erreichen – obwohl jede(r) eigentlich weiß, dass es meistens ein bisschen komplexer ist.

Arte Radio. Kürzlich habe ich im Radio einen Bericht über „Arte Radio“ gehört. Es handelt sich um ein mehrfach preisgekröntes Internetradio von „Arte France“ ohne Vollprogramm oder ModeratorInnen. In einer treuen Fangemeinde laden sich die HörerInnen die Beiträge herunter, die sie hören möchten. Silvain Gire, der Chefredakteur, sagte im Interview zur journalistischen Ausrichtung von „Arte Radio“ sinngemäß, dass er angesichts der Tatsache, dass das alte Ideal der objektiven Berichterstattung arg ins Wanken geraten sei, gemerkt habe, welche Glaubwürdigkeit und „Wahrheit“ in persönlichen und subjektiven Berichten stecke. So setzen er und seine Equipe auf das akustisch gestaltete Erlebnis, auf die mit Sprache, Umgebungsgeräuschen und Musik gestaltete Geschichte, aus der die Persönlichkeit und Erfahrung der AutorIn direkt spricht. Ich kriegte natürlich große Ohren und freute mich, dass hier Varelas oben erwähnte Gedanken vielleicht doch weiterwirken und zugleich die Praxis-Artikel der LQ in ihrer Ich-Form aus einer ganz anderen, nämlich der journalistischen Ecke sozusagen Unterstützung erhielten.

Dank an die RedakteurInnen. Dass sich die LQ für den einzelnen Menschen interessiert, spiegelt sich auch in anderen Rubriken, in denen immer wieder in berührender und bewegender Weise Personen zu Wort kommen, so z. B. in den „Gesprächen über den My-

thos Alter“ oder in der „Persönlichen Lebensqualität“. Natürlich enthält die LQ auch anders ausgerichtete Artikel, bisweilen auch zu Themen, die nicht sehr eng mit Kinaesthetics verbunden sind. Schließlich heißt sie „lebensqualität“ und ist kein Publikationsorgan der EKA, sondern eine inhaltlich offenere Zeitschrift, die die gleichnamige Stiftung bzw. ihr Verlag herausgibt. Der rote Faden der zehnjährigen Publikationsarbeit ist aber bestimmt das Interesse für kybernetisches Denken und Argumentieren. Deshalb bezeichnet sich die LQ beim aktuellen Übergang ins zweite Jahrzehnt neu als „LQ kinaesthetics - zirkuläres denken - lebensqualität“.

In den ersten zehn Jahren hat sie auf jeden Fall einen unschätzbaren Beitrag zur Dokumentation von Kinaesthetics geleistet, dies hauptsächlich dank des ebenso unermüdlichen wie unentgeltlichen Einsatzes der beiden RedakteurInnen, Maren Asmussen und Stefan Knobel. Um diese Leistung zu würdigen und zu verdanken, wurde ihnen an der EKA-Jahrestagung im Dezember 2016 mit Standing Ovations die Auszeichnung des „Goldenen Griffels“ verliehen. Ich hatte angeregt, die Gesamtseitenzahl der 40 LQ-Ausgaben zusammenzuzählen. Was schätzen Sie, wie viele es sind? Es geht zwar um eine bloße Zahl, doch sie spiegelt ihre Leistung eindrücklich. Nun, in zehn Jahren sind genau 2176 Seiten zusammengekommen, und ich wünsche der LQ, dass es im kommenden Jahrzehnt mindestens ebenso viele sein werden. ●



Der Autor: Stefan Marty-Teuber ist Co-Leiter des Ressourcenpools Curriculum & Forschung, Kinaesthetics-Trainer und Lektor der Zeitschrift LQ.



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 oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
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 _____