

Es ist eine Schreibwerkstatt

Im Gespräch: Maren Asmussen-Clausen, Stefan Knobel und Ute Kirov

Vor zehn Jahren haben sie die Zeitschrift „lebensqualität“ aus der Taufe gehoben. Seitdem prägen sie diese als RedakteurInnen. Und sie haben in dieser Zeit viele Menschen interviewt. Ute Kirov hat diesmal den Spieß umgedreht und sprach mit Maren Asmussen-Clausen und Stefan Knobel.

Maren Asmussen-Clausen ist Kinasthetics-Ausbilderin und Geschäftsführerin von Kinaesthetics Deutschland. Sie prägt die Zeitschrift „lebensqualität“ seit 2007 als Redakteurin.



Ute Kirov: Maren, warum habt ihr diese Zeitschrift gegründet?

Maren Asmussen: Es war meines Erachtens ausgesprochen wichtig, dass die vielen im Feld gemachten Erfahrungen zu Papier gebracht werden. Die verschiedenen Projekte, Praxiserfahrungen und Initiativen sollten dargestellt werden. Die Netzwerkidee war geboren, und so war es naheliegend, dass sich auch viele Menschen am Schreiben beteiligen würden.

Wir trafen uns im Sommer 2006 in Österreich. Stefan Knobel und Roland Mangold waren die Initiatoren. Die Redakteurin Cornelia Matt und meine Tochter Gesa waren auch dabei. Wir wollten damit einen nächsten Schritt tun und das Kinaesthetics-Know-how öffentlich bekannt machen. Kinaesthetics-TrainerInnen sollten zu Wort kommen, mit Erfahrungen und Geschichten. Es sollte nicht nur ein internes Austauschmedium für die Kinaesthetics-TrainerInnen, sondern eine öffentliche Fachzeitschrift sein.

Als wir dann zusammensaßen, machte Cornelia Matt uns deutlich, dass eine Fachzeitschrift mindestens viermal im Jahr regelmäßig erscheinen muss, um die Entwicklung des Fachgebiets aufzuzeigen. Da war mein einziger Gedanke: Wie sollen wir das nur bewältigen? Ich hatte eigentlich an ungefähr eine Ausgabe pro Jahr gedacht. Sie hat uns aber überzeugt und so begannen wir mit der Produktion. Die erste Ausgabe ist dann im Jahr 2007 mit 36 Seiten erschienen.

Die Möglichkeiten, die wir damals hatten, waren noch nicht so umfassend, wie sie es heute sind. Aber wir haben sofort begonnen: Christine Grasberger und ich schrieben einen Leitartikel, meine Tochter führte ein Interview mit einem Paar im Rollstuhl, Stefan schrieb über die Auszeichnung eines Pflegeheims, und KollegInnen, wie bspw. Martin Burka, stellten dar, wie sie Nachhaltigkeit erreichen können. Wir ließen damals 6'000 Stück drucken, und die waren recht schnell vergriffen.

Kirov: Wer also ein Thema hatte, der konnte von seinen Erfahrungen schreiben?

Asmussen: In der Fachzeitschrift sollten aktuelle Projekte dargestellt werden und so suchten wir nach solchen und stellten uns die Frage, wo etwas stattfindet. Zudem sollten unterschiedliche Personen zu Wort kommen können: TrainerInnen, die praktisch tätig sind, aber auch als AusbilderInnen arbeitende TrainerInnen. Dadurch sollte die Perspektivenvielfalt gefördert werden. Menschen, die Erfahrungen gemacht haben, sollten diese darstellen können. Denn Kinaesthetics ist eine „Erfahrungswissenschaft“: Aus den Erfahrungen generieren wir unser Wissen und deswegen ist es besonders wichtig, Erfahrungen zu beschreiben und zu reflektieren. Dies wiederum hat mehrere Effekte. Zum einem werden die Erfahrungen einer breiten Öffentlichkeit bekannt, zum anderen sehen die AutorInnen ihre Artikel nun in einem schönen Layout veröffentlicht vor sich. Für sie ist es eine Reflexion ihres täglichen Tuns und es

Ich wünsche mir, dass die Zeitschrift noch lange lebt und eine große Verbreitung findet. Und vor allem, dass es weiterhin gelingt, Zuversicht, positive Erfahrungen und menschliche Werte zu verbreiten.

Maren Asmussen

bestärkt sie auch in ihren Bestrebungen, bei den täglichen Herausforderungen Nachhaltigkeit im Kontext der Gesundheitsentwicklung selbst mitzugestalten.

Kirov: *Es unterstützt also auch den eigenen Lernprozess, da man sich während des Schreibens mit dem Thema auseinandersetzt?*

Asmussen: Schreiben kann der Reflexion sehr zuträglich sein. Aber auch Interviews sind eine dafür geeignete Methode. Nicht jeder hat die Kapazität oder Möglichkeit, seine Erfahrungen selbst zu Papier zu bringen. Dann ist es eine sehr gute Variante, ein Interview zu führen und durch gezielte Fragen die Thematik einzukreisen. So können Menschen zu Wort kommen, selbst wenn sie nicht schreiben.

Mittlerweile haben wir es geschafft, zehn Jahre lang vier Ausgaben pro Jahr herauszugeben. Es ist schon fast ein bisschen erstaunlich, dass wir so viel wertvolles Material mit persönlichen Geschichten und Erfahrungen zusammenbekommen haben.

Kirov: *Wie kommt ihr heute zu den Artikeln?*

Asmussen: Auf der einen Seite gibt es Menschen, die von sich aus sagen, sie hätten eine spannende Geschichte, und deshalb der Redaktion schreiben. Im Hin und Her kann dann ein gemeinsamer Schreibprozess entstehen. Oder sie haben eine Facharbeit geschrieben, im Zusammenhang mit einem Ausbildungsabschluss oder etwas anderem, die dann so spannend ist, dass sie die Thematik einer Fachöffentlichkeit zur Verfügung stellen wollen. Manchmal stoßen die RedakteurInnen auch selbst auf interessante Situationen oder Menschen, und dann fragen wir gezielt nach. Es kann auch sein, dass wir uns in einem jeweiligen Umfeld nach Geschichten und Inhalten umsehen, die einer spezifischen, von uns festgesetzten Thematik zugehören. Wenn wir z. B. ein Schwerpunktthema haben, überlegen wir uns, wen wir kennen und wer dazu interessante Informationen liefern könnte. Die Zusammensetzung der Artikel ist somit zum einen ein Produkt der redaktionellen Planung, zum anderen der direkten Nachfrage.

Kirov: *Wie werden die Personen unterstützt, die zum ersten Mal einen Artikel schreiben wollen?*

Asmussen: Im Idealfall ist es wie eine Schreibwerkstatt. Es geht zwischen den AutorInnen und den RedakteurInnen hin und her. Wenn jemand zu schreiben und die ersten Ideen niederzulegen beginnt, kann man darangehen, nach einer Struktur zu

suchen und sich zu fragen, wie die Thematik aufgliedert werden könnte. Oder man fragt sich, worauf der Schwerpunkt gelegt wird. Im gemeinschaftlichen Hin und Her kann dann ein Lernprozess stattfinden, so dass am Ende ein Artikel entsteht, der nachvollziehbar, hilfreich und lesbar ist. Ganz zum Schluss erhalten die Texte ihren Feinschliff im fachlich-inhaltlichen Lektorat und im sprachlichen Korrekturat, auch dies im Austausch mit den AutorInnen.

Kirov: *Ist einzig die Redaktion in diese Schreibwerkstatt involviert?*

Asmussen: Das Tolle ist, dass sich das Team inzwischen erweitert hat. Über die ersten Jahre hinweg ist es so gewesen, dass Stefan Knobel und ich das gemacht haben. Es war mit viel Energie verbunden und dies bedeutete – und ich spreche jetzt für mich –, dass ich nicht immer alles so tun konnte, wie ich es im Idealfall gerne getan hätte, da ich daneben noch eine Menge anderer Aufgaben hatte. Manchmal entstand ein Artikel schnell und spontan, und oft war dann nicht mehr genug Ruhe für die Reflexion da. Somit konnte auch der Lernprozess nicht immer ganz in Ruhe abgeschlossen werden. Deswegen ist es sehr wichtig, dass weitere Menschen dazugekommen sind, die den AutorInnen zu schreiben helfen.

Kirov: *Wie siehst du die Zukunft der Zeitschrift „lebensqualität“?*

Asmussen: Wir haben enorm viele wertvolle Beiträge. Diese werden von den Kinaesthetics-TrainerInnen und -AnwenderInnen auch viel genutzt. Alle Artikel sind elektronisch verschlagwortet und mit Kategorien versehen. Wir können also ohne viel Aufwand Sonderausgaben zu spezifischen Themen produzieren, was wir in nächster Zukunft tun möchten.

Ich wünsche mir, dass die Zeitschrift noch lange lebt und eine große Verbreitung findet. Und vor allem, dass es weiterhin gelingt, Zuversicht, positive Erfahrungen und menschliche Werte zu verbreiten.



Stefan Knobel ist Begründer der Zeitschrift „lebensqualität“ und leitet seit 2007 das Redaktionsteam. Er arbeitet als Kinaesthetics-Ausbilder. Als Präsident der stiftung lebensqualität und Leiter des Ressourcenpools Neue Länder & Sprachen hilft er mit, dass Kinaesthetics sich in ganz Europa verbreiten kann.



Ute Kirov: Stefan, du bist der Gründer und langjährige Herausgeber der Zeitschrift „lebensqualität“.

Wieso entstand im Jahr 2007 diese Zeitschrift?

Stefan Knobel: Die Zeitschrift „lebensqualität“ entstand in der Folge des Zusammenbruchs des European Institute for Human Development GmbH (EIHD). Das EIHD ist zusammengebrochen, weil eine hierarchisch und rein privatwirtschaftlich organisierte Firma gar nicht in der Lage war, der Entwicklungsdynamik von Kinaesthetics zu entsprechen. Roland Mangold und ich kauften damals die Konkursmasse der EIHD auf und wir beschlossen, Kinaesthetics in ein Netzwerk zu überführen, das nicht hierarchisch geführt wird. Zeitgleich schlossen sich die Kinaesthetics-TrainerInnen zu Berufsverbänden zusammen. So entstanden die Vereine Kinaesthetics Deutschland, Kinaesthetics Österreich, Kinaesthetics Italia und die Aktiengesellschaft Kinaesthetics Schweiz. Diesen TrainerInnen-Organisationen boten wir an, dass sie Kinaesthetics übernehmen können, wenn sie ein europäisches Netzwerk gründen, wie es heute die European Kinaesthetics Association ist. Aber da kam uns erst einmal die Steuerbehörde in die Quere ...

Kirov: Was ist passiert?

Knobel: Die Steuerbehörde in Österreich teilte uns mit, dass wir die Firma nicht an eine neue Geschäftsführung verschenken können. Wenn wir das täten, wäre das eine verdeckte Gewinnausschüttung und wir hätten eine hohe Gewinnsteuer bezahlen müssen. Also haben wir Folgendes gemacht: Wir gründeten die stiftung lebensqualität und überga-

ben ihr die ganze Kinaesthetics-Firma. So konnten wir die Überführung der gewinnorientierten Privatfirma in ein gemeinnütziges Netzwerk gestalten, ohne unnütze Steuerkosten.

Kirov: Und wie ist dann die Zeitschrift entstanden?

Knobel: Anlässlich der Gründungsversammlung von Kinaesthetics Deutschland in Bonn im Oktober 2006 hatten die anwesenden Gründungsmitglieder zu beschließen, ob sie Kinaesthetics alleine weiterentwickeln oder sich der sich bildenden EKA anschließen wollen. Roland Mangold und ich wurden von den InitiantInnen eingeladen, der Versammlung die Idee der EKA nach der Mittagspause vorzustellen. Es war ein sonniger Sonntag und wir warteten unweit des Tagungsortes auf unseren Einsatz. Die Verhandlungen und Diskussionen dauerten aber länger als geplant. Und so hatten Roland und ich Zeit, uns zu überlegen, was wir in den nächsten Monaten tun könnten, um Kinaesthetics weiterzubringen. Wir hatten schon im Sommer die Idee einer Zeitschrift geprüft und mit einigen Leuten besprochen. Bei Sonnenschein am Rhein haben wir definitiv beschlossen, dass wir sie starten. Jetzt im Rückblick staune ich: Im Oktober 2006 haben wir den Entschluss gefasst, und die erste Ausgabe ist schon im Januar 2007 erschienen.

Kirov: Also war es ein glücklicher Zufall, dass die Gründungsversammlung länger als geplant dauerte?

Knobel: Uns wurde quasi eine kreative Pause geschenkt. Wir nahmen sofort mit einer Agentur Kontakt auf und beauftragten sie, einen Entwurf für eine Fachzeitschrift zu machen. Wir gründeten innerhalb der Stiftung den verlag lebensqualität. Vom Kapital der Stiftung im Umfang von CHF 50'000 investierten wir CHF 20'000 in die Lancierung der Zeitschrift.

Kirov: Wie war das Echo auf die erste Ausgabe?

Knobel: Freudig. Wir hatten in kurzer Zeit etwa 500 AbonnentInnen. Aber wir hatten auch Angst davor, dass wir zu wenige Inhalte generieren könnten. Zum guten Glück ist das Gegenteil eingetroffen. Wir bekommen seit zehn Jahren immer genügend interessante Artikel. Erst mit der Zeit bemerkten wir dann, dass die „lebensqualität“ gar keine klassische Zeitschrift ist ...

Kirov: Warum nicht klassisch?

Knobel: Erstens haben wir beschlossen, diese Zeitschrift nicht mit Werbung zu finanzieren. Das ist

Wir Menschen funktionieren aber nicht digital, sondern analog. Wenn wir unsere analoge Funktionsweise nicht verstehen, werden wir uns selbst in der sich digitalisierenden Welt verlieren.

Stefan Knobel

mittlerweile ein Vorteil, weil es immer schwieriger wird, für Printmedien Werbeinserate zu generieren. Zweitens hat sich über die Zeit herausgestellt, dass die Zeitschrift eigentlich eine Schreibwerkstatt ist. Viele AutorInnen lernen durch die Veröffentlichung eines Artikels, wie man einen Kinaesthetics-Fachartikel schreibt. Wir haben ein interaktives Hin und Her entwickelt, durch das die Leute die Angst vor der leeren Papierseite und vor der Korrektur verlieren.

Kirov: Du sagst, wir haben ein Hin und Her entwickelt. Wer ist wir?

Knobel: Zuerst begleiteten Maren Asmussen und ich die AutorInnen. Im Austausch entwickelten wir so eine jeweils eigene Erfahrungssprache. Hinter diesem Prozess steht die Herausforderung, in den Artikeln nicht nur möglichst nah an den persönlichen Erfahrungen, sondern auch an der Kinaesthetics-Sprache zu bleiben.

Kirov: Und jetzt, nach zehn Jahren stellt sich die Frage, ob sich der Einsatz gelohnt hat ...

Knobel: Diese Arbeit hat uns alle weitergebracht. Meiner Meinung nach ist Kinaesthetics vor allem Sprachentwicklung. Es geht darum, eine Sprache für die alltäglichen Erfahrungen in den grundlegenden Aktivitäten zu entwickeln. Der erste Schritt besteht darin, dass ich bemerke, dass ich etwas bemerke. Der zweite Schritt ist, dass ich zu benennen lerne, was ich bemerke. Und dann geht es darum, dass ich schreibend eine Spur meiner Erfahrungen hinterlassen kann.

Kirov: Warum findest du diese Sprachentwicklung von Kinaesthetics so wichtig?

Knobel: Es gibt zwei Begründungen. Einerseits ist es so, dass wir in Bezug auf unsere lebenslange Entwicklung sprachlos sind. Immer wenn es um Gesundheit oder Entwicklung geht, bedienen wir uns der pathophysiologischen Sprache. Obwohl ich die Erkenntnisse der Medizin sehr schätze, muss ich sagen: Um zu beschreiben, wie ich als Mensch funktioniere und was ich von meiner eigenen Funktion erfahre, ist die pathophysiologische Sprache nicht geeignet. Die Kinaesthetics-Sprache, die derzeit entsteht, ist dazu geeignet, genau diese Sprachlosigkeit zu überwinden. Zweitens leben wir in einer zunehmend technisierten Welt. Der Fortschritt der Technologien fordert von uns, dass wir Algorithmen folgen müssen. Wir Menschen funktionieren aber nicht digital, sondern analog. Wenn wir unsere analoge Funktionsweise

nicht verstehen, werden wir uns selbst in der sich digitalisierenden Welt verlieren. Es wird geradezu überlebenswichtig sein, dass wir unsere physischen Erfahrungen ernst nehmen, sie ausdrücken, sie vergleichen können und dass wir in der Lage sind, unsere Erfahrungsfelder zu verändern.

Kirov: Wie wird es mit der Zeitschrift „lebensqualität“ weitergehen?

Knobel: Die Zeitschrift hat sich etabliert und ist eigentlich nicht mehr wegzudenken. Das reicht aber nicht. Denn wir leben in einer Zeit, in der sich Zeitschriften, Schreiben und Lesen verändern. Die technologische Entwicklung macht das ursprüngliche Verlagswesen überflüssig. Man weiß nicht mehr, wie man eine Zeitung oder ein Magazin finanzieren soll, weil die Werbung ins Internet abwandert. Die AbonnentInnen laufen auch Zeitschriften und Zeitungen davon, die es seit Jahrhunderten gibt. Ein reines Druckerzeugnis reicht in der heutigen Welt nicht mehr aus. Was die Menschen brauchen, sind gedankliche Begegnungsräume, in denen sie sich orientieren können. Auch wenn wir nicht wissen, wie die Zeitschrift der Zukunft aussieht, werden wir in den nächsten drei, vier Jahren intensiv daran arbeiten, dies zu entdecken. „lebensqualität“: der gedankliche Begegnungs- und Bewegungsraum – klingt doch gut!

Kirov: Gibt es schon konkrete Schritte in diese Richtung?

Knobel: Der erste Schritt ist das neue Layout der Zeitschrift. Das ist zwar nur die Oberfläche, aber trotzdem bedeutungsvoll! Denn wir denken bei den neuen grafischen und typografischen Elementen sowohl an den Druck als auch an eine elektronische Herausgabe der Zeitschrift. Die Themen der Zeitschrift wollen wir so aufbereiten, dass sie sich inhaltlich weiterentwickeln können. Und an dieser inhaltlichen Weiterentwicklung sollen sich die LeserInnen aktiv beteiligen können. Wie angedeutet: Ich weiß auch noch nicht, wie das genau werden wird, aber ich weiß, dass es notwendig ist. ●



Die Autorin: Ute Kirov ist Kinaesthetics-Trainerin, 1. Vorsitzende des Vereins pro lebensqualität Deutschland e. V. und Kinderkrankenschwester in der Neonatologie, Intensivpflege. Sie arbeitet in der Charité in Berlin.



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 _____