

# Mehr als die Summe der Teile

Autor: Axel Enke

**Was ist unter dem Kinaesthetics-Rahmenelement „Absicht“ zu verstehen? Was genau beinhaltet es? Und wie lässt sich dieses sprachlich fassen und beschreiben? Axel Enke versucht sich im folgenden Artikel schreibend einen Zugang zur Erfassung dieses Elements zu bahnen – wohl wissend, dass es sich dabei um einen hinterfrag- und erweiterbaren Versuch handelt.**

**Ein Anfang.** Die Anregung zum vorliegenden Beitrag entstand während eines AusbilderInnen-Treffens. Während dieses Treffens unterhielten wir uns wiederholt darüber, wie hilfreich es für die Beschreibung des Kinaesthetics-Curriculums wäre, wenn es zu allen sogenannten Rahmenelementen von Kinaesthetics einen Text gäbe. Denn gerade zu den Rahmenelementen „Absicht“ und „Menschenbild“ gibt es bislang relativ wenig. Ein Grund dafür ist sicher, dass die schriftliche Beschreibung gerade dieser weichen curricularen Aspekte eine große Herausforderung darstellt, schlicht, weil es jeder ein wenig oder mehr anders sieht, und es so eine große Herausforderung darstellt, zu einer allgemeingültigen, schriftlichen Beschreibung zu kommen. Ich selbst merkte das auch bei mir. Obwohl mich ein kleiner Notizzettel monatelang an diese selbst übernommene Aufgabe erinnerte, schob ich ihn im-

mer wieder beiseite. Für mich ein klares Indiz für die enorme Herausforderung, der ich mich dabei zu stellen hatte.

Mein Beitrag hier soll demnach keine fertige Curriculums-Beschreibung sein. Vielmehr möchte ich einen kritisierbaren Zugang zu solch einer Beschreibung ermöglichen und bitte deshalb bereits jetzt um zahlreiche und engagierte Rückmeldungen. Was von dieser Beschreibung können Sie, liebe LeserInnen teilen, oder welchem Aspekt können Sie vielleicht überhaupt nicht zustimmen? Lassen Sie es mich respektive uns (die Redaktion der LQ) wissen!

**Das wissenschaftliche Fundament.** Für mich hat Kinaesthetics drei zentrale theoretische Wurzeln: Die humanistische Psychologie, die Biologie und die Kybernetik. Diese genannten wissenschaftlichen Zugänge ermöglichen mir jeder auf eine andere Weise eine Annäherung an das Thema dieses Beitrages. Ich werde alle kurz skizzieren, um abschließend eine Brücke zum Rahmenelement „Absicht“ zu schlagen.

**Die humanistische Psychologie.** Die humanistische Psychologie ist eine Anschauung, die von vielen als Utopie bezeichnet wird. Was aber spricht dagegen, sein Handeln an einer Utopie auszurichten? Die Begründer der humanistischen Psychologie sehen sich selbst nicht als eine feste Gruppe. Erst 2010 bildeten sich erste Dachgesellschaften. Daher wurde dieser Bildungs- und Therapieansatz von einer Reihe unterschiedlicher Personen in verschiedenen Ländern begründet und geprägt. Hier sollen nur einige wichtige und bekannte Personen genannt werden: Otto Rank, Fritz Perls, Ruth Cohn, Carl Rogers, Charlotte Bühler, Abraham Maslow und das Ehepaar Tausch. Sie alle vereinen gemeinsame „Glaubenssätze“, die ich im Folgenden kurz nennen und erläutern werde.

1. Der Mensch ist mehr als die Summe seiner Teile; der Mensch ist keine Maschine, deren Teile einfach nur miteinander funktionieren. Vielmehr ist er auch ein denkendes, fühlendes und emotionales Wesen, das in sich durchaus widersprüchliche Motivationen beherbergt. Grundsätzlich geht die humanistische Psychologie aber davon aus, dass der Mensch von Geburt an zum Guten strebt und kein „böses Gen“ in sich trägt.
2. Menschliches Leben geschieht immer in einem Kontext. Da die humanistische Psychologie davon ausgeht, dass der Mensch immer lernt und sich entwickelt, bekommt eben

*Ideale sind wie Sterne: Man kann sie nicht erreichen, aber man kann sich an ihnen orientieren.*

Carl Schurz

dieser Kontext als Lern- und Gestaltungsraum eine wichtige Rolle. So werden Menschen nicht böse geboren, sondern Erfahrungen führen dazu, dass sie lernen, sich „böse“ zu verhalten.

3. Menschen sind sich ihrer selbst bewusst. Dadurch dass sie sich ihrer selbst bewusst werden, entsteht die Grundlage zur Reflexion. Reflexion wiederum ist eine Grundlage für Lernen und persönliche Reifung.
4. Menschen haben eine Wahl. Diese Prämisse macht deutlich, dass sich Menschen stets entscheiden und dies auch bewusst lenken können. Damit ist auch gesagt, dass verschiedene Wahlmöglichkeiten durchdacht werden können. Im Menschenbild der humanistischen Psychologie ist das Kreieren von mehr Wahlmöglichkeiten ein wichtiger Aspekt.
5. Menschen leben intentional. Das meint, dass sie sich auf Ziele und Werte ausrichten. Diese sind Grundlage ihrer Identität, was sie von anderen Lebewesen unterscheidet.

Bewältigen von Schwierigkeiten und eine Integration der verschiedenen Ziele und Strebungen“ (Quitmann 1991, S. 207). Dieses Streben führt zu Spannungen, die auch durchaus als lustvoll erlebt werden können. So gehören Bedürfnisbefriedigungen auf verschiedenen Ebenen ebenso dazu wie lustvolle Lernprozesse oder Auseinandersetzungen. Desgleichen wird die Tendenz zur Integration und Aufrechterhaltung der inneren Ordnung postuliert. So lernt jeder nur das, was er gerade in diesem Moment lernen kann, gleichwohl abhängig vom Kontext und den eigenen Intentionen.

**Biologie.** Dieses hier nur grob skizzierte humanistische Menschenbild trifft auf das Autopoiese-Konzept des Biologen Humberto Maturana und des Neurologen Francisco Varela. Die von ihnen beschriebene Autonomie des Menschen untermauert meines Erachtens naturwissenschaftlich das humanistische Menschenbild und erklärt, wie Menschen

**Detailprinzipien der humanistischen Psychologie.** Darüber hinaus formulierten die oben genannten Personen weitere Detailprinzipien, von denen ich hier nur einige ausführen möchte. Fritz Perls stellte das „Im-Hier-und-Jetzt-Sein“ in den Vordergrund. Dabei bekommt die unmittelbare Begegnung in diesem Moment eine zentrale Bedeutung. Um sich wirklich auf das Gegenüber in einer Begegnung konzentrieren zu können, muss man sich genau auf diesen Moment der Begegnung einlassen. Ebenso wichtig war ihm die „Bewusstheit“. Damit meint Perls einen Zustand schwebender, latenter Aufmerksamkeit, die auch einen Kontakt mit sich selbst während einer Interaktion ermöglicht. In Anlehnung an Martin Buber hält er auch die Begegnung mit einem anderen Menschen für eine wichtige Lern- und Entwicklungschance. Diesen Aspekt hat auch Carl Rogers besonders betont. Rogers entwickelte diesen Ansatz in der Zusammenarbeit mit sogenannten schwer erziehbaren Jugendlichen, also im Kontakt mit einer nicht ganz umgänglichen KlientInnen-Gruppe. Rogers ging es aber vor allem um „hilfreiche Begegnungen zwischen Menschen schlechthin“ und er stellte dabei fest, dass es sehr hilfreich und vertrauensfördernd war, wenn er seinem Gegenüber im Sinne von „was fühle und empfinde ich“ transparent entgegentrat. Das formulierte Ziel der dauerhaften Selbstverwirklichung „erfordert ein lebenslanges Kämpfen und

1. ihre eigene Wirklichkeit konstruieren, da sie stets nur sich selbst als Referenzpunkt haben;
2. durch Irritationen von außen („Perturbationen“) lediglich gestört werden und so als lebende Systeme zu einer Anpassungsreaktion (Lernen) aufgefordert werden;
3. Verhalten aus ihrer Innenlogik (Summe gemachter Lernerfahrungen) heraus steuern. Dies ergänzt wunderbar die Idee des lebenslangen Lernens der humanistischen Psychologie. Sie erklärt zudem, warum der Kontext (Lernumgebung) für ein geschlossenes System so bedeutend ist und störende Impulse von außen einerseits nicht zu groß sein dürfen, denn dann können sie vom Individuum kaum integriert werden, andererseits auch nicht zu klein sein dürfen, da sie dann vom Lernenden als unbedeutend abgetan werden können.

**Kybernetik.** Schließlich werden diese Perspektiven auf den Menschen um die bedeutsame Feedback-Erklärung der Kybernetik ergänzt. Diese ermöglicht uns einerseits ein Verständnis davon, wie ein Mensch in sich sein Verhalten steuert, nämlich durch einen fortlaufenden Fehlerkorrekturmecha-



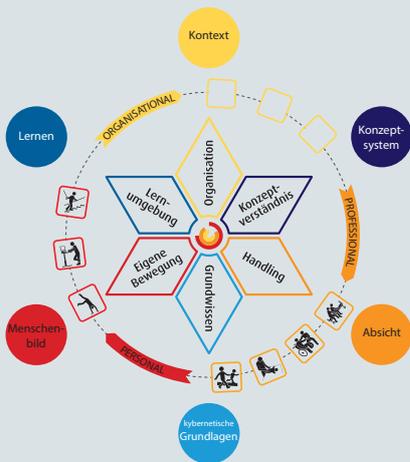
# Das Kinaesthetics-Curriculum

Autor: Stefan Knobel

## Der Begriff Curriculum

**Allgemeine Bedeutung.** Der Begriff Curriculum stammt aus dem Lateinischen und bedeutet Umlauf, Kreisbahn, Lauf. Im deutschen Sprachraum wird der Begriff in der Pädagogik zur Beschreibung der Lehr-Lern-Prozesse und des Zusammenwirkens von Inhalten, Zielen und Prozessen verwendet.

**Das Kinaesthetics-Curriculum.** Das Kinaesthetics-Curriculum ist die umfassende Beschreibung des Kinaesthetics-Wissens und -Könnens – aber auch die Umschreibung, wie ein Mensch sich dieses Wissen und Können aneignen und ein Leben lang erhalten und weiterentwickeln kann. In diesem Sinne ist das Kinaesthetics-Curriculum die Landkarte, die den interessierten Menschen eine Orientierung über die inhaltlichen und organisatorischen Aspekte von Kinaesthetics ermöglicht.

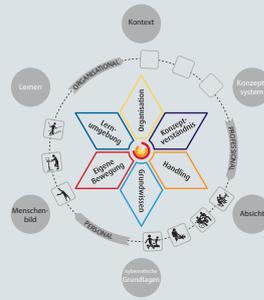


## Die Ebenen des Kinaesthetics-Curriculums

Kinaesthetics ist eine Wissenschaft, die sowohl das Erfahrungswissen des Individuums wie auch allgemeingültige wissenschaftliche Erkenntnisse in den Mittelpunkt des Forschens stellt. Die Entwicklung des Verständnisses geschieht über die Interaktion zwischen vielen aktiv beteiligten Menschen (Kinaesthetics-AnwenderInnen und -TrainerInnen).

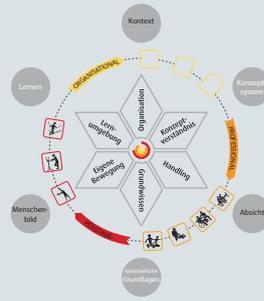
Dasselbe gilt für das Kinaesthetics-Curriculum. An einem Bildungsanlass von Kinaesthetics gilt es einerseits, die persönlichen Erfahrungen immer genauer beobachten und differenzierter verstehen zu können. Andererseits stellt Kinaesthetics den TeilnehmerInnen auch allgemeingültiges Wissen über das menschliche Verhalten zur Verfügung. Aus diesem Grunde besteht das Kinaesthetics-Curriculum aus drei verschiedenen Ebenen:

**Das individuelle Curriculum (IC).** Da Kinaesthetics davon ausgeht, dass Lernen vor allem ein innerer Prozess des Individuums ist, heißt die erste Ebene „Das individuelle Curriculum“. Diese Ebene stellt an jeden Menschen die Frage nach erkennbaren Wirkungen und Mustern in eigenen Lernprozessen und persönlichen Annahmen und dem Verständnis über die eigene Funktionsweise. Das IC ist durch die Bildungsfelder symbolisiert.

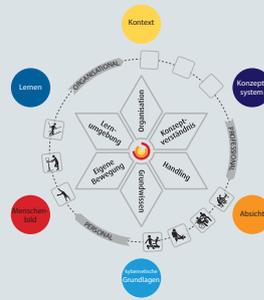


**Das Bewegungskurriculum (BC).** Die zweite Ebene bildet das „Bewegungskurriculum“. Es beschreibt die strukturelle und inhaltliche Lernumgebung für die Lernenden und Lehrenden eines bestimmten Bildungsanlasses. Das BC schafft die Verbindung zwischen dem individuellen Curriculum und dem Rahmencurriculum. Sie ist durch das konkrete Lernen in einer konkreten Bildung gekennzeichnet. Es wird beschrieben, wie die individuellen Erfahrungen mit dem allgemeinen Wissen über die Funktionsweise

des Menschen in diesem spezifischen Bildungsanlass ins Spiel gebracht werden. Das Bewegungskurriculum zeigt sich in der Unterscheidung von verschiedenen Bereichen und Programmen wie auch durch die unterschiedlichen Bildungsformate.



**Das Rahmencurriculum (RC).** In der dritten Ebene, dem „Rahmencurriculum“, sind die wichtigsten Erkenntnisse, Annahmen und Theorien von Kinaesthetics beschrieben. Diese Erkenntnisse ergeben sich aus der Synthese der Erfahrungen von sehr vielen Menschen und deren Auseinandersetzung mit den eigenen Aktivitäten sowie der Zusammenfassung von wichtigen wissenschaftlichen Erkenntnissen aus verschiedenen Wissensgebieten. Im RC sind die Theorien und grundlegenden Annahmen von Kinaesthetics verschriftlicht.





nismus. Dass hier verschiedene Kaskaden (neurophysiologisch, hormonell, emotional) von Fehlerkorrektur eine Rolle spielen und ineinandergreifen, soll an anderer Stelle beschrieben werden. Mir geht es hier um die grundsätzliche Idee der Zirkularität. Diese Beschreibung gilt auch für die Interaktionen zwischen zwei Menschen und zeigt auf, wie das Verhalten des einen das Verhalten des anderen beeinflusst und umgekehrt. Mit dieser Beschreibung von Wirkungszusammenhängen in Interaktionen werden Grundideen der humanistischen Psychologie von Lernen und Kontextbedeutung sowie von Buber („Der Mensch wird erst am Du zum Ich“) weiter untermauert.

Mein derzeitiges Verständnis ist daher so, dass die humanistisch-psychologischen Ideale durch die Biologie und die Kybernetik eine naturwissenschaftliche Fundierung und Verbreiterung erfahren haben und so noch besser gegen Kritik verteidigt werden können.

**Die „Absicht“ in Kinaesthetics.** Was hat nun all dies mit der curricularen „Absicht“ in Kinaesthetics zu tun? Aus dem bisher Gesagten lassen sich verschiedene ethische Haltungen ableiten. Diese lassen die Konzeptualisierung eines Gedankengebäudes zu, das eine Orientierung gebenden Rahmen schaffen kann. Ich möchte hier einige Aussagen zu diesem Rahmen wagen:

- a) Menschen lernen immer, können dies aber nur selbstverantwortlich von innen steuern. Von außen lässt sich dieser Prozess nur durch eine gelingende Störung (Perturbation) anregen. Daher ist Bildung ein notwendiges Menschenrecht. Weiterhin leitet sich auch die Notwendigkeit der Bildung in institutionellen Zusammenhängen ab.
- b) Menschen gestalten in Interaktionen für andere Menschen eine Lernumgebung, ob sie darüber nachdenken oder nicht.
- c) Lernen sollte so gefördert werden, dass für Personen mehr Wahlmöglichkeiten entstehen.
- d) Mehr Wahlmöglichkeiten ermöglichen differenziertere intentionale Handlungen (Abwägungen) und breitere Anpassungsfähigkeiten.
- e) Was genau beim Lernen vom Lernenden integriert wird, wird bestimmt durch seine Bereitschaft und Fähigkeit zur Integration.
- f) Lernen geschieht hier und jetzt während einer Interaktion. Darum sei achtsam auf den jetzigen Moment.

- g) Lernen wird emotional begleitet. Angst ist tendenziell lernbehindernd; Freude am Lernen begünstigt die Annäherung an ein Thema.

Schaue ich nun auf diese sieben Positionen (a – g), lassen sich diese für mich unmittelbar als eine Meta-Absichtserklärung für Kinaesthetics-Bildungen übernehmen. Sehen Sie das anders, oder stimmen Sie dem zu? Bitte irritieren Sie mich und treten Sie in Interaktion mit mir. Ich erwarte gespannt Ihre Beiträge. ●



**Der Autor:** Axel Enke ist Kinaesthetics-Trainer und -Ausbilder, Systemischer Berater (DGSF, IGsT), Supervisor (DGSD), Mediator und Organisationberater (MSc).

#### Literatur:

- > **Quitmann, H. (1991):** Humanistische Psychologie. Zentrale Konzepte und philosophischer Hintergrund. 2. Auflage. Hogrefe, Göttingen. ISBN: 3-8017-0234-0



# 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 \_\_\_\_\_