



Jetzt ist die Kinästhetik in Spanien angekommen

Im Gespräch: Mercedes Fernández Doblado
und Stefan Knobel

Vor 25 Jahren hat Mercedes Fernández Doblado in Deutschland ihren Kinaesthetics-Grundkurs besucht. Seit dem Abschluss ihrer TrainerInnen-Ausbildung gestaltete sie für 1600 Personen Grundkurse in Spanien. Und nun konnten im Juni 2026 neunzehn Kinaesthetics-TrainerInnen die Ausbildung Stufe 1 abschließen.

KNOBEL: Mercedes, du bist die Kinästhetik-Pionierin in Spanien. In der Zwischenzeit ist ein wichtiges Ereignis eingetreten. Die erste Ausbildung zur Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 in Zaragoza konnte abgeschlossen werden.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Das ist tatsächlich ein sehr großes und wichtiges Ereignis für mich persönlich sowie für die Entwicklung der Kinästhetik in Spanien. Im Juli 2025 starteten Lilia Körner und ich diese Ausbildung. Zu meiner großen Freude haben sich neunzehn hoch motivierte KollegInnen angemeldet.

KNOBEL: Damit das möglich wurde, war sicherlich viel Vorarbeit eurerseits notwendig.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Ich gestalte in Spanien Kinaesthetics-Grundkurse seit dem Jahr 2012. Insgesamt haben um die 1600 Menschen in diesen Jahren bei mir Kurse besucht.

KNOBEL: Wie hast du die Kinästhetik überhaupt kennengelernt?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Ich bin von Beruf Ergotherapeutin. Meine erste Arbeit als Ergotherapeutin in den Jahren 2000 bis 2002 war in einer Klinik in Hessen, Deutschland. Dort habe ich meinen ersten Kinaesthetics-Grundkurs besucht. Damals waren die Kerninhalte allerdings noch etwas anders als heutzutage.

KNOBEL: Beschreibe kurz, wo damals das inhaltliche Schwergewicht lag.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Im Zentrum stand, zumindest erinnere ich mich so daran, vor allem Mobilisation und Transfers. Es ging

darum, zu bewegen, statt Gewicht zu heben. Natürlich waren Lernen und Entwicklung auch ein Thema. Aber der Schwerpunkt lag eher auf dem Handling. Das Lernen der PatientInnen stand meines Erachtens damals jedoch kaum im Vordergrund.

KNOBEL: Wie ging es weiter, nachdem du nach Spanien zurückgekehrt bist?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Als ich zurück nach Spanien kam, dachte ich, ich will die Kinästhetik in Spanien ebenfalls entwickeln. Ansgar Schürenberg hatte in Spanien bereits einige Grundkurse gestaltet. Er sagte zu mir: «Du könntest diese Ausbildung machen. Es wäre wichtig, dass Spanien eine spanische Kinaesthetics-Trainerin hat.»

KNOBEL: Mit 1600 Basiskurs-TeilnehmerInnen hast du offenbar das Fundament dafür geschaffen, dass das Interesse an einer Ausbildung entstehen konnte.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Die meisten Menschen haben nur einen Grundkurs besucht. Ich stellte dann fest, dass sehr viele Menschen irgendwie wissen, dass es da etwas Neues gibt und dass das Kinästhetik heißt. Und das, obwohl es nur eine Kinaesthetics-Trainerin in Spanien gibt. Irgendwie hat die Mund-zu-Mund-Propaganda funktioniert. Die Leute wussten, dass es da einen Paradigmenwechsel im Umgang mit Menschen gibt. Dadurch ist das Interesse an einer Ausbildung gewachsen. Ich bin sehr froh, dass Leute aus fast ganz Spanien gekommen sind. Die TeilnehmerInnen kommen aus den Berufszweigen Physiotherapie, Ergotherapie und dem Lehrpersonal von Sonderschulen. Das Interessante ist, dass die KollegInnen aus diesen drei Berufsgruppen mit Menschen jeder Altersstufe arbeiten.

KNOBEL: Das heißt, das ganze berufliche Spektrum ist zusammengekommen?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Genau. Und für Spanien ist es ebenso wichtig, dass wir TeilnehmerInnen sowohl aus den öffentlichen, also staatlichen Institutionen haben wie auch aus den Privatkliniken.

KNOBEL: Warum ist das so wichtig?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Ich persönlich habe immer nur im privaten Umfeld gearbeitet. Das heißt, ich kenne die Mechanismen, die Kultur und die Rahmenbedingungen in den staatlichen Organisationen nicht. Nun habe ich endlich KollegInnen, die sich in diesen Systemen auskennen. Das ist für die Verbreitung der Kinästhetik sehr wichtig.

KNOBEL: Das tönt sehr interessant. Du denkst an die nächsten Schritte für den Aufbau von Kinaesthetics España. Mein Vorschlag: Dieses Thema nehmen wir in einem nächsten Gespräch auf. Nun zurück zur Ausbildung Stufe 1. Was ist in diesem Jahr der ersten TrainerInnen-Ausbildung in Spanien alles passiert?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Das ist eine sehr offene Frage. (Überlegt) Es hat sich so viel verändert. Das Faszinierende für mich ist die Entwicklung der TeilnehmerInnen. Während der Ausbildung konnte ich diese oft nur erahnen. An der Abschlussveranstaltung offenbarte sie sich aber auf sehr berührende Art und Weise. Die TeilnehmerInnen haben ihre Blickwinkel verändert und den Paradigmenwechsel in die gelebte Praxis gebracht. Das war aufregend und schön zu sehen. Dass da etwas passiert war, zeigte sich auch an den interessierten Gästen. Die Vorgesetzten der TeilnehmerInnen sind zum Teil von sehr weit extra angereist. Eine TeilnehmerIn hat sogar ihre Großmutter mitgebracht.

KNOBEL: Es wurde also nicht nur die Ausbildung abgeschlossen. Die Kinästhetik ist in Spanien angekommen!

FERNÁNDEZ DOBLADO: Ja, tatsächlich. Das ist nicht nur faszinierend für mich, es ist auch sehr motivierend. Denn bisher bestand Kinaesthetics España aus mir und zwei KollegInnen. Und nun sind wir 21 Personen, die die Verantwortung übernehmen. Ich spüre diese Aufbruchstimmung. Wir konnten durch die TeilnehmerInnen den Vorstand des Vereins erweitern. Es sind drei Arbeitsgruppen entstanden, die für die nächsten Schritte wichtige Themen bearbeiten. Wir sind bereit!

→



KNOBEL: Und was ist bei dir persönlich passiert?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Oh – diese Ausbildung war für mich sehr aufwühlend. Bereits am letzten Tag der ersten Ausbildungsphase sagte ich zu Lilia: «Du, ich habe das Gefühl, ich bin ein anderer Mensch.» Ich war so betroffen. Es waren keine großen Ereignisse, die zu diesem Gefühl geführt haben. Aber all die Jahre seit 2012 habe ich ein bisschen in meinem eigenen Saft geschmort. Ich dachte, dass ich sehr tief in die Kinästhetik eingetaucht und ziemlich sattelfest sei. Und dann habe ich durch Lilia ganz neue Perspektiven erlebt. Ich hatte die Möglichkeit, meine Annahmen mit jenen von Lilia zu vergleichen. Dadurch sind neue Ideen, neue Aspekte entstanden, die ich allein nie hätte erreichen können.

KNOBEL: Ich kenne dieses Gefühl. Nach dem Abschluss einer Bildungsveranstaltung denke ich oft: Hoffentlich haben die TeilnehmerInnen so stark von dieser Ausbildung profitiert wie ich.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Genau so fühlt es sich an. Ich muss nun all meine eingeschliffenen Muster hinterfragen. Ich habe jene Instabilität wieder erfahren, die notwendig ist, um weiterzukommen. Wenn man sich nur im eigenen Muster bewegt, dann ist alles stabil. Ich kenne meine Umgebung und bin sicher in dem, was ich mache. Und dann kommt diese Irritation von außen. Es ist wie ein Weckruf, der mich zwingt, mich wieder neu zu organisieren.

KNOBEL: Kannst du an einem Beispiel aufzeigen, was dich zu einem neuen Menschen gemacht hat?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Ein Beispiel ist das Thema Umgebung. Als Ergotherapeutin sollte ich mich damit auskennen. Durch die Auseinandersetzung mit Lilia haben sich nun völlig neue Perspektiven ergeben. Wir haben uns in der Vor- und Nachbereitung der Bildungstage jeweils bei mir zu Hause auf den Boden gelegt und sind gerollt. Ich habe das, was ich intellektuell längst wusste, durch diese Erfahrungen körperlich erschließen können. Mir ist zutiefst bewusst geworden, was es für meine



Projekt «Neue Länder»

Das Wirkungsfeld Kinaesthetics-Projekte Neue Länder unterstützt den Aufbau von Kinaesthetics in verschiedenen Ländern. Da Spanien als EU-Land wirtschaftlich gut aufgestellt ist, ist die Unterstützung dieser Aufbauarbeit auf Coaching und den curricularen Transfer beschränkt.

Das Coaching von Mercedes Fernández Doblado und Lilia Körner wurde in Freiwilligenarbeit geleistet. Dankenswerterweise hat Kinaesthetics Deutschland das Projekt während der letzten zehn Jahre logistisch unterstützt. Und wie immer beim Aufbau eines neuen Landes bedarf ein solcher der großen Arbeit durch die PionierInnen im Land. Dafür gilt Mercedes ein besonderer Dank.

Entwicklung bedeutet, wenn ich mich an die Umgebung anpasse.

KNOBEL: Wie war es, in der Rolle als Co-Ausbilderin zu sein?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Auch das war aufwühlend. Ich konnte beobachten, wie Lilia die Lernumgebung gestaltete und wie sie mit der Gruppe umging. Wir haben mit dir in der Vorbereitung besprochen, wie wir mit den Fragen der TeilnehmerInnen umgehen. Dieses Thema war während der Bildung immer präsent. Es geht nicht darum, dass ich die Fragen beantworte. Es geht darum, dass ich den TeilnehmerInnen helfe, die Fragen zu bearbeiten. Diese Auseinandersetzung hat dazu geführt, dass ich mir die Frage stellen musste: Und wie gehe ich selbst mit meinen eigenen Fragen um? Auch diese Frage hat mich destabilisiert und mich zu einem Teil zu einem neuen Menschen gemacht.

KNOBEL: Und jetzt ist die Ausbildung erfolgreich abgeschlossen. Ich werde noch mit Anna Mayregg, einer TeilnehmerIn eurer Ausbildung, sprechen, sodass wir die TeilnehmerInnen-Perspektive in dieser Ausgabe der LQ auch noch darstellen können. Jetzt aber die Frage an dich: Wie geht es weiter?

FERNÁNDEZ DOBLADO: Die Kinaesthetics-TrainerInnen-Ausbildung Stufe 2 beginnt im November 2026 und dauert bis Januar 2028. Die Abschlussgespräche der Ausbildung Stufe 1 haben gezeigt, dass die große Mehrheit der Gruppe weitermachen möchte. Und nun stehen wir vor der neuen, riesigen Herausforderung der Kinaesthetics-TrainerInnen-Ausbildung Stufe 2. Diese hat andere Bedingungen als die Stufe 1. Und in Spanien ist es noch einmal anders als im deutschsprachigen Raum, weil ich die einzige Trainerin bin.

KNOBEL: Diese Herausforderung mit nur einer Trainerin im Land kennen wir aus Georgien. Sicherlich können Lilia und du von den Erfahrungen von Shukia Tchintcharauli profitieren.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Und wir stehen noch vor der Herausforderung, die Kinästhetik in die spanische Bildungslandschaft einzubinden.

KNOBEL: Diese Frage interessiert mich sehr. Ich schlage vor, dass wir uns damit in einem nächsten Podcast auseinandersetzen.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Sehr gerne. Ich möchte mich am Schluss noch bedanken. Ohne die Unterstützung des Kinaesthetics-Netzwerks und des Wirkungsfelds Kinaesthetics-Projekte Neue Länder hätten wir all das hier in Spanien nicht geschafft. Maren Asmussen-Clausen hat mich über Kinaesthetics Deutschland mehr als zehn Jahre in der Kurslogistik unterstützt. Das Coaching von mir und Lilia während der Ausbildung durch dich und das Wirkungsfeld Kinaesthetics-Projekte Neue Länder war sehr wichtig. Und mein Dank gilt insbesondere auch Lilia Körner. Sie hat mir sehr geholfen – und ich konnte sie wiederum in der Verfeinerung der spanischen Sprache unterstützen.

KNOBEL: Da von den Genannten niemand außer mir da ist, übernehme ich es, dir zu danken. Mercedes – ohne deine unermüdliche Arbeit hätte diese Ausbildung nicht stattgefunden.

FERNÁNDEZ DOBLADO: Danke. Wir machen weiter – und ich bin bereit, mich auch in der nächsten Ausbildung «aufwühlen» zu lassen. ●



Den eigenen Lebensweg gestalten

Ein Gespräch mit Anna Mayregg, eine der TeilnehmerInnen der ersten Kinaesthetics-TrainerInnen-Ausbildung Stufe 1 in Spanien. Die gebürtige Österreicherin lebt seit vielen Jahren in Spanien und ist von Beruf Ergotherapeutin.



→ <https://bit.ly/4i6Gqkg>



MERCEDES FERNÁNDEZ DOBLADO

ist von Beruf Ergotherapeutin und Kinaesthetics-Trainerin Stufe 3. Sie lebt in Zaragoza, Spanien, und arbeitet freiberuflich. Sie ist die erste Vorsitzende des Vereins Kinaesthetics España.



STEFAN KNOBEL

ist von Beruf Krankenpfleger und Kinaesthetics-Ausbilder. Er leitet im Auftrag der European Kinaesthetics Association EKA und der *stiftung lebensqualität* das Wirkungsfeld Kinaesthetics-Projekte Neue Länder.



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 _____