

# Meine Arbeit muss Sinn machen

Im Gespräch: Stefan Knobel mit Mária Pfemeter

Mária Pfemeter hat Betriebswirtschaft und Psychologie studiert und arbeitet seit 2011 bei Caritas Alba Iulia. Nach der Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin Stufe 3 ist sie Mutter geworden und steigt nun wieder ins Berufsleben ein. Dies mit einer neuen Herausforderung: Sie macht sich auf den Weg zur Ausbildung als Kinaesthetics-Ausbilderin.

KNOBEL: Mária – Du bist neu in die Ausbildung zur Kinaesthetics-Ausbilderin eingestiegen. Was ist dein Motiv für diesen Schritt?

PFEMETER: Ich bemerke, dass ich noch immer nicht genug weiß über Kinaesthetics. Es gibt aus meiner Sicht noch so viele Kompetenzen, so viele Perspektiven in diesem Fachgebiet, die ich nur erahnen kann. Für mich ist die Ausbildung zur Ausbilderin eine gute Gelegenheit, mich mit diesen wichtigen Themen zu befassen. Ich freue mich mit den Menschen zusammenzuarbeiten, die seit Jahren die Weiterentwicklung der Kinästhetik mitgestalten.

KNOBEL: Was ist dein beruflicher Hintergrund?

PFEMETER: Ich habe zuerst Betriebswirtschaft und dann Psychologie studiert. Dann habe ich als Projektmanagerin gearbeitet. Heute sehe ich mich als Kinaesthetics-Trainerin.

KNOBEL: Du bist schon früh zu Kinaesthetics Romania gestoßen.

PFEMETER: Ich habe im Jahr 2011 begonnen bei der Caritas Alba Iulia zu arbeiten. Ich wurde angestellt, weil ich Deutsch sprechen und schreiben kann. Ich sollte Projek-

te leiten, die durch Partner aus dem deutschsprachigen Raum unterstützt wurden. Die ersten Wochen habe ich Einblick in die verschiedenen Abteilungen der Caritas erhalten und bereits in der dritten Arbeitswoche habe ich an einem Kinaesthetics-Grundkurs teilgenommen.

KNOBEL: Wie war das?

PFEMETER: Ich war sehr neugierig – hatte aber keine Ahnung, was mich da erwartet. Ich kannte nur die beiden Trainerinnen und so war ich meistens in Bewegung mit diesen beiden Trainerinnen. Für mich war es eine unglaubliche Erfahrung, als mich Mária Csiszér-Szokol ganz spielerisch und ohne merklichen Kraftaufwand vom Stuhl auf den Boden und zurückbewegte. Zuhause habe ich das mit meinem Freund ausprobiert. Und ich bin kläglich gescheitert. Ich dachte – aber wenn Mária das kann, dann kann ich das sicher auch lernen. Also habe ich gesagt: Ich möchte den Aufbaukurs besuchen. Aber es gab damals in Rumänien noch keine TrainerInnen der Stufe 3. Einige Monate später sind dann Monika Schmidiger und Erika Blaser-Raumseyer aus der Schweiz nach Rumänien gekommen und haben einen Aufbaukurs gestaltet. Da war ich dabei.

KNOBEL: Und wie war die Erfahrung diesmal?

PFEMETER: Die Struktur war so, dass es drei Tage Aufbaukurs gab und dann zwei Tage Praxisbegleitung in den verschiedenen Regionen. Da ich Deutsch spreche, war ich sowohl Chauffeurin wie auch Übersetzerin. Die Arbeit in der Praxis zu sehen, war für mich sehr beeindruckend.

KNOBEL: Du hattest vorher wenig Kontakt mit der Pflege?

PFEMETER: Nur am Rande. Ich habe einen Einblick erhalten, dass diese Ideen von Kinaesthetics wirklich eine große Wirkung entwickeln können. In dieser Zeit hat sich die Zusammenarbeit mit der Caritas Schweiz angebahnt und unser Direktor György Péter hatte die Idee, dass ich in dieser Zusammenarbeit eine Rolle spielen werde. Es ging darum, das Programm «Betreuung zuhause» in der Schweiz aufzubauen. Und in diesem Zusammenhang war ich natürlich mit den Pflegethemen konfrontiert. So hat es sich ergeben, dass ich zur «Testperson» wurde. Für zwei Monate betreute ich eine alte Frau in Dielsdorf in der Schweiz.

KNOBEL: Dort konntest du Kinaesthetics ins Spiel bringen?

PFEMETER: Einige wenige Aspekte. Die Frau war zwar an Demenz erkrankt – aber sehr selbstständig und sie brauchte einfach eine Person um sich, dass sie selbst in der Wohnung leben konnte. Als ich dann nach Hause kam, war György Péter damit beschäftigt, die Caritas-Schule umzuorganisieren. Er hatte die Idee, dass ich die Leitung dieser Schule übernehmen könnte. Ich weiß nicht, →

ob das eine gute Idee war – das müssen andere beurteilen. Auf alle Fälle war ich ab 2013 die Teamleiterin des Caritas-Bildungszentrums. Und dann ist dieses Kinaesthetics-Projekt des Schweizerischen Kohäsions-Fonds bewilligt worden. Ich habe die Projektassistenz dieses Projektes übernommen. György Péter meinte, es sei wichtig, dass ich als Projektassistentin mindestens die Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin Stufe 1 mache.

KNOBEL: Und das hast du dann auch getan.

PFEMETER: Es war für mich wie ein Schubs. Ich dachte anfänglich: Nach der Stufe 1 werde ich dann genug wissen und können. Aber nach Abschluss der Ausbildung hatte ich wieder das Gefühl wie nach dem Grundkurs und nach dem Aufbaukurs: Ich habe zwar einiges gelernt – aber vor allem entdeckt, dass es noch viel mehr zu entdecken gäbe. Nach der Stufe 1 war ich ziemlich durcheinander und so dachte ich, dass die Stufe 2 sicher so sein wird, dass all meine Fragen beantwortet sein werden.

KNOBEL: Aber du konntest nach der Stufe 2 einiges anwenden?

PFEMETER: Mein ganzer Kinaesthetics-Weg war immer von Zufällen begleitet. Als die Stufe 2 sich dem Ende zu neigte, hatten wir finanzielle Herausforderungen im Caritas-Bildungszentrum. Also bin ich als Leiterin in die Rolle geraten, viel Unterricht selbst zu übernehmen. So habe ich die Gelegenheit erhalten, viele Kinaesthetics-Grundkurse zu gestalten. So mussten wir keine TrainerInnen von außen finanzieren. Insgesamt sind etwa 20 Grundkurse zusammengekommen, welche ich mit verschiedenen Co-TrainerInnen gestalten konnte. Es war sehr lehrreich, mich mit den verschiedenen Stilen und inhaltlichen Vorstellungen auseinanderzusetzen. Das hat mich sehr inspiriert.

KNOBEL: In Rumänien ist die Trennung zwischen den Kinaesthetics-Programmen in der Aufbauphase noch ziemlich fließend.

PFEMETER: Ja – das ist so. An der Schule werden Lehrgänge für AltenpflegerInnen und ErzieherInnen angeboten. So haben wir Grundkurse in den Programmen Pflege und Erziehung gestaltet.

KNOBEL: Du hast also das Kinaesthetics-Projekt begleitet, die Schule geleitet und als Kinaesthetics-Trainerin gearbeitet?

PFEMETER: Ja – und ab 2016 habe ich die Rolle als Geschäftsführerin von Kinaesthetics Romania übernommen. Ich muss noch etwas zur Durchlässigkeit zwischen den Programmen sagen. Es ist nicht so, dass jeder alles tut oder tun kann. Wir haben im Laufe des Projektes gezielte Schulungen geplant und durchgeführt, um die Un-

terschiede in den Programmen zu verstehen und dementsprechend auch die Kurse zu gestalten. Rosmarie Suter und Ute Kirov haben uns die Programme Kinaesthetics Infant Handling und Kinaesthetics in der Erziehung und vor allem in der frühkindlichen Entwicklung nähergebracht. Rosmarie Suter war ja von Anfang an bei der Entwicklung dieser Kinaesthetics-Programme dabei, hat mit Lenny Maietta zusammengearbeitet und hat sehr viel Erfahrung als Ausbilderin. Mit Lutz Zierbeck hatten wir auch zwei Fortbildungen und viel mit PatientInnen in der Praxis gearbeitet. Auch das war sehr inspirierend.

KNOBEL: Du hast also einen umfassenden Einblick in Entwicklung von Kinaesthetics in Romania. Und dann bist du Mutter geworden und hast Einblick in die frühkindliche Entwicklung bekommen. Wie war dieser Schritt für dich?

PFEMETER: Ich habe nach der Geburt unserer Tochter einmal mehr bemerkt: «Ich weiß noch viel zu wenig.» Am Anfang hatte ich Probleme mit dem Stillen. Zum Glück war zu dieser Zeit Nadine Behrens bei der Caritas als Volontärin tätig. Sie ist Kinaesthetics-Trainerin und hat viel Erfahrung mit Infant Handling. Sie hat mir sehr viel geholfen. Die anfänglichen Schwierigkeiten haben sich dann zu einer Erfolgsgeschichte umgewandelt und ich konnte Lilla zwei Jahre lang stillen.

KNOBEL: Und dann hast du deinen Sohn geboren.

PFEMETER: Als dann Barna, unser Sohn geboren war, dachte ich: Ich habe schon ein Kind geboren, bin Kinaesthetics-Trainerin Stufe 3 und jetzt weiß ich genug, um auch mit ihm zurecht zu kommen. Und dann zeigte es sich: Alles ist anders. Er hat all meine Annahmen über den Haufen geworfen. Von ihm habe ich gelernt, dass innere Zeit nicht das ist, was ich meinte. Er hat mir gezeigt, dass innere Zeit nicht nur in Bezug auf die Bewegung, sondern auch in Bezug auf die Entwicklung sehr individuell ist. Er braucht viel mehr Zeit – geht seinen eigenen Weg und entwickelt sich in seinem Rhythmus. Er ist sehr klug, sehr aufmerksam – aber auch unbestechlich fordernd, wenn es um seine innere Zeit geht.

KNOBEL: Individuelle Entwicklung ist also unbestechlich?

PFEMETER: Tatsächlich, so ist es. Ich musste oft meine TrainerkollegInnen, die in der Frühförderung arbeiten, fragen, was sie zur Situation meinen. Die Ärzte und Therapeuten haben mir immer gespiegelt, dass da etwas nicht stimmt, weil Barna sich nicht an die Standards hält. Ich wusste zuerst – es geht nicht um die Norm, sondern um die individuelle Entwicklungszeit. Aber immer wieder war ich trotzdem verunsichert und war sehr froh, dass meine TrainerkollegInnen, die sehr viel Erfahrung haben in der Frühförderung, mich bestärkten. Sie waren wie ich der Meinung, dass Barna alles kann – aber für die Entwicklungsschritte



einfach mehr Zeit braucht. Bei ihm passiert nicht das, was man erwartet. Zum Beispiel spricht er sehr wenig – aber er versteht alles. Aber er ist sehr geschickt und kann alles erklären und bekommt immer was er will.

**KNOBEL:** Er kann sich auch ohne Wörter verständigen?

**PFEMETER:** Das ist sein großes Talent. Wir leben hier ja in Rumänien und die Muttersprache von mir und von meinem Partner ist ungarisch. Alle Ungarn, die hier in Siebenbürgen leben, müssen auch Rumänisch können, weil das die Amtssprache ist. Da ich nicht hier aufgewachsen bin, musste ich in den letzten Jahren rumänisch lernen. Mein rumänischer Wortschatz ist recht gut. Ich bin aber trotzdem immer wieder frustriert, dass mich die Leute nicht verstehen. Und unser Sohn verfügt derzeit etwa über 20 Wörter und wir in der Familie verstehen ihn. Für andere Leute ist das schwieriger – Barna hat damit über-

haupt kein Problem. Er erklärt und erklärt mit seinen Händen, seiner Bewegung und den wenigen Worten und bleibt dabei völlig locker. Für diese Gelassenheit beneide ich ihn wirklich.

**KNOBEL:** Dein Sohn ist ein sehr geschickter Kommunikator.

**PFEMETER:** Das ist er. Aber für uns Eltern ist das nicht immer einfach. Denn die Kinder werden immer nach Entwicklungsstandards beurteilt. Wenn man nicht weiß, dass die Entwicklung individuell ist, dann bekommt man sehr schnell Zweifel und das Kompetenzgefühl als Eltern wird zerstört. Wir haben eine nette Kinderärztin. Sie hat uns das letzte Mal zum Beispiel gefragt, ob Barna die Farben kennt. Er kennt sie nicht – aber weder Barna noch wir haben uns damit beschäftigt. Woher soll er denn die Namen der Farben kennen? Er wird sie dann lernen, wenn die Zeit kommt, und dieses Thema ihn interessiert. Also die →



Farben kennt er nicht, aber er erkennt 50 verschiedene Tiere, weil er sich dafür interessiert.

**KNOBEL:** Und ihr folgt im Alltag seinen Interessen.

**PFEMETER:** Es ist ein Führen und Folgen. Wir folgen seinen Interessen – und er folgt dem Lernangebot seiner Umgebung. Interessant ist, dass bei der Beurteilung der Entwicklung die Lernumgebung, in welcher ein Kind lebt, keine Rolle spielt. Ich kann das am Beispiel Treppensteigen aufzeigen. Erst jetzt beginnt er, dies für sich zu lernen. Wir wohnen im dritten Stock ohne Fahrstuhl. Barnas Schwester Lilla ist fünfjährig. Die hat Treppensteigen gelernt, als ich schwanger mit ihrem Bruder war. Das ist einfach so geschehen. Anders war es bei Barna. Wir haben ihn die letzten Jahre aus zwei Gründen die Treppe hoch- und runtergetragen. Zum einen war er immer schon ein Tragling. Er hat es geliebt, im Tragetuch zu sein. Denn dadurch hatte ich beide Hände frei und konnte mich dem Tempo von Lilla anpassen. Zum anderen habe ich Barna später, als er schon gehen konnte, die Treppe hochgetragen, weil es einfach schneller ging. Im Januar hatte ich eine kleine Operation. Ein großes Muttermal wurde von meinem Schulterblatt entfernt. Die Ärztin hat mir verboten, zwei Wochen lang zu schwere Sachen zu heben. Barna ist zwar keine Sache aber trotzdem ungefähr 13 bis 14 Kilo schwer. Also musste er ab diesem Zeitpunkt selbstständig die Treppen hochsteigen. Natürlich braucht er immer noch Unterstützung, aber er kann es schaffen. Jetzt steigt er selbst die Treppe hoch, auch wenn ich ihn wieder tragen könnte. Von seinem Papa lässt er sich noch immer tragen. Die Umstände haben einen großen Einfluss auf die Entwicklung. Wenn man Barna mit dem allgemeingültigen Entwicklungsstandard vergleicht, hatte er im Alter von zweieinhalb Jahren einen Entwick-

lungsrückstand, weil er nicht Treppensteigen konnte. Na ja, und manchmal überlege ich mir ein bisschen selbstironisch (lacht): Was für eine Kinaesthetics-Trainerin bin ich, wenn ich mir bis jetzt keine Zeit dafür genommen habe, um mit ihm das Treppensteigen zu üben? Diese Erfahrung hält mir den Spiegel vor und zeigt, dass es noch viel Luft nach oben gibt, um lebenslanges Lernen und die Entwicklungsprozesse zu verstehen. Auch deshalb möchte ich mich ständig weiterbilden.

**KNOBEL:** Und jetzt möchtest du Ausbilderin werden. Warum lohnt es sich – nebst dem, dass du noch immer zu wenig weißt – sich weiter in Kinaesthetics zu vertiefen?

**PFEMETER:** Für mich ist es wichtig, dass meine Arbeit einen Sinn hat. Damit meine ich, dass meine Arbeit einen zusätzlichen Wert schafft auf der Welt. Darum habe ich damals die Arbeitsstelle bei der Caritas angenommen. Ich wollte immer schon, dass ich für andere Menschen einen Mehrwert schaffen, die Welt ein bisschen verbessern kann. Ich habe auch ziemlich viel Zeit in meinem Leben darin investiert, eine Computersprache zu erlernen. Mein Professor hat mir eine Stelle angeboten. Es ging darum, Computerspiele zu entwickeln. Eine faszinierende Angelegenheit. Ich hätte viel Geld verdienen können. Aber ich habe viel nachgedacht und bin zum Schluss gekommen – Computerspiele sind schön und gut – aber sie schaffen nicht die Art von Wert, für die ich mein Leben einsetzen will. Ich habe diese Stelle abgelehnt. Aber es ist nicht nur so, dass ich solche Arbeit nicht machen will – ich kann es auch nicht. Ich würde dabei mich selbst verlieren. Im Fachgebiet der Kinästhetik sehe ich dagegen einen Sinn.

**KNOBEL:** Kannst du das genauer beschreiben.

**PFEMETER:** Ich versuche es. Das eine ist, das Verständnis für die erfahrbaren Aspekte der Bewegung zu entwickeln. Aber nicht nur – das Ganze geht viel weiter. Es hilft uns Menschen, über das Leben im Allgemeinen und das persönliche Leben im Besonderen nachzudenken. Das wenige, das ich bis jetzt zur Frage «Wie funktioniert ein Mensch» verstanden habe, fasziniert mich so, dass es sich lohnt, noch mehr davon zu erforschen und zu erfahren. Ich meine, dass es unerlässlich ist, dass wir uns als analoge Wesen verstehen, um in der sich digitalisierenden Welt zu überleben. Der Zugang zur Individualentwicklung über das «Instrument» der Bewegungserfahrung ermöglicht dafür ganz neue Perspektiven. Es fasziniert mich, immer neue Zusammenhänge zu verstehen.

**KNOBEL:** Mária – vielen Dank für dieses interessante Gespräch und willkommen im AusbilderInnen-Team.

**PFEMETER:** Danke – ich freue mich mit euch allen in Austausch zu kommen. ●



**STEFAN KNOBEL**  
ist von Beruf Krankenfleger und arbeitet als Kinaesthetics-Ausbilder. Er ist Präsident der *stiftung lebensqualität*.



**MÁRIA PFEMETER**  
ist Kinaesthetics-Trainerin und in Ausbildung zur Kinaesthetics-Ausbilderin. Sie hat Ökonomie und Psychologie studiert und lebt in Csíkszereda, Siebenbürgen, Rumänien.

# 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  
[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 \_\_\_\_\_