

Barbara Howald: "Spiraldynamik für Lehrkräfte – Interview mit Renate Lauper"; Spiraldynamik International, Zofingen, 1993, (6Seiten)

## INTERVIEW

Barbara Howald, Studentin an der Höheren Pädag. Lehranstalt HPL, Zofingen, sprach mit Renate Lauper Bieli, Zofingen, über den Ausbildungskurs Spiraldynamik für Lehrkräfte.

B.H.:

Könntest Du mir kurz erklären, was Spiraldynamik ist?

R.L.:

Bei der Spiraldynamik handelt es sich um ein Modell für die menschliche Haltung und Bewegung. Es geht dabei hauptsächlich um die Koordination, also um das Zusammenspiel unserer Bewegungen. Begründer ist der Basler Arzt Dr. med. Christian Larsen und Yolande Deswarte. Ihre Forschungsarbeiten begannen vor über dreizehn Jahren.

Grundlage für die Spiraldynamik ist die menschliche Anatomie. Das Modell ist sehr praxisbezogen, so können Stärken und Schwächen der Haltungs- und Bewegungskoordination rasch und sicher erkannt werden. Ziel ist eine harmonische, koordinierte Bewegung.

B.H.:

Bis jetzt haben vor allem Interessierte aus der Physiotherapie, aus Gymnastik, Tanz und Sport eine solche Ausbildung gemacht, also sogenannte Bewegungsspezialisten. Weshalb werden jetzt die „Generalisten“ die Lehrkräfte der Volksschule angesprochen? Noch eine Aufgabe mehr?

R.L.:

Ich weiss, viele Lehrerinnen und Lehrer fühlen sich jetzt schon als reine Zehnkämpfer. Sie unterrichten zahlreiche Fächer, haben Ziele der Persönlichkeitsbildung und Gesundheitserziehung wahrzunehmen, die Klasse als soziales Gefüge zu fördern und vieles mehr. Was oft fehlt, ist eine verbindende Basis. Jedes Ziel wird losgelöst vom anderen angestrebt. Körperlichkeit beispielsweise findet in der Turnhalle statt, obwohl wir stets körperlich sind: beim Sitzen, Schauen, Sprechen, Fühlen, Denken und Handeln. Gerade unsere Körperlichkeit bietet uns zahlreiche Chancen, Wesentliches zu lernen, vor allem auch, Freude auf dem Lernweg zu entwickeln. Präsenz, Wachheit des Geistes, Atemfluss, Klang und Resonanz der Stimme entstehen mit einer aufrechten, ausbalancierten Haltung. Es ist eine grosse Chance, wenn Menschen bereits in der Schulzeit die Bedeutung des Körperbewusstseins erfahren und nicht erst, wenn sie als Erwachsene mit Unwohlsein, Verspannungen und Schmerzen konfrontiert sind. So gesehen helfen die Erkenntnisse aus der Spiraldynamik den Lehrkräften in vielen Fächern, eine körperliche und seelische Grundlage für einen Lernprozess zu schaffen.

B.H.:

Trotzdem frage ich mich manchmal, ob es angesichts der globalen Lage noch relevant ist, dass ein Schüler eine gute Sitzhaltung oder koordinierte Bewegungen hat. Hat die Schule nicht höhere Ziele anzustreben?

R.L.:

Ich finde den Hinweis zur Weltlage sehr gut. Tatsächlich befinden wir uns auf einer Art Schwelle des Denkens, Fühlens und hoffentlich auch Handelns: Erhaltung kommt vor Expansion, Qualität vor Quantität, Kooperation vor Wettbewerb, Partnerschaft vor Beherrschung.

Dieser tiefgreifende Wertewandel braucht Unterstützung und Nahrung. Damit ich beispielsweise Qualität vor Quantität stellen kann, brauche ich ein entsprechendes Erlebnis. Bewusst gelebte Körperlichkeit kann diesen Reifungsprozess unterstützen, damit ich als Mensch wirklich fähig werde, innere Stärke und Verantwortungsbewusstsein zu entwickeln und durch die Sorge zu mir auch Sorge zu andern Menschen und zur Natur tragen kann.

B.H.:

In Deinem Engagement fällt mir auf, dass Du Dich nach langjähriger Schulpraxis und ebenso vielen Jahren der Arbeit im Tanz- und Bewegungsbereich nun wieder der Schule zuwendest. Also „back to the roots?“

R.L.:

Ja, es ist möglich, dass sich nun ein Kreis schliesst. Mein Hauptinteresse liegt aber nach wie vor beim Menschen und seiner Bewegung. Da die Spiraldynamik ermöglicht, etwas vom Sinn und vom dynamischen Gleichgewicht des Lebens zu erfahren, will ich diese wertvolle Arbeit mit- und weitertragen in der Hoffnung, die Schule könne sich immer mehr von einer Organisation zu einem lebendigen Organismus entwickeln, der

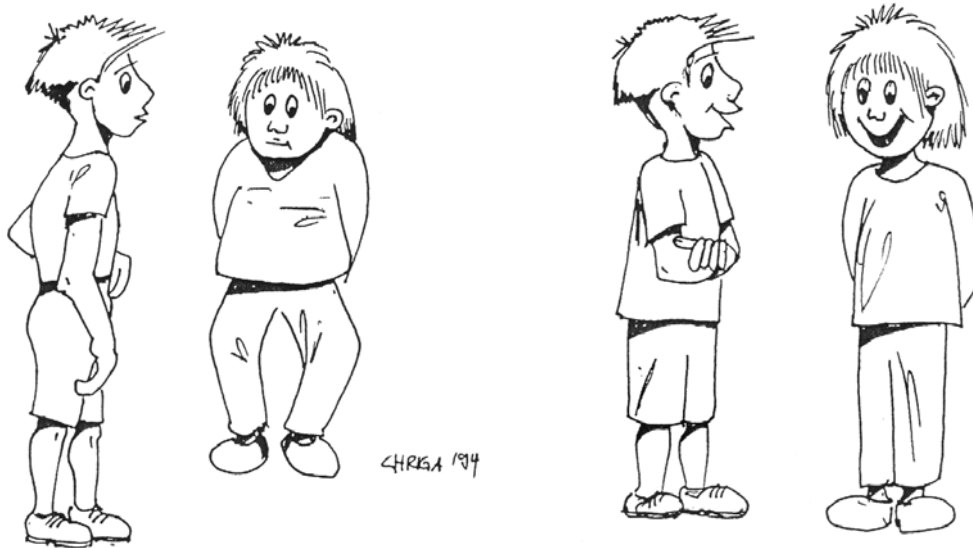
Menschen reifen und Menschlichkeit entstehen lässt.

Und ich freue mich sehr, dass Dr. med. Christian Larsen bereit war, einen Kurs für Lehrkräfte durchzuführen und dass auch die Tanzpädagogin Kerstin Schröder Heitz mit ihrer Erfahrung und Kreativität vom Wert dieser Arbeit begeistert ist.

D.H.:

Vielen Dank für dieses Gespräch.

Dezember 1993



## Vom Sinn der Körperlichkeit in der Lehrer- und Lehrerinnenausbildung

Renate Lauper Biel  
Tanzpädagogin SBTG  
Lehrbeauftragte an der Höheren Päd. Lehranstalt HPL Zofingen für  
Körperwahrnehmung und Tanz

Als berechtigt geforderte Qualifikationen für Lehrpersonen und Erziehende werden heute Merkmale genannt, wie sie aus dem personenzentrierten Lehren und Lernen nach Carl Rogers hervorgehen:

- Die Lehrkraft hat in bezug auf sich selbst und auf ihre Beziehungen zu anderen genügend Sicherheit, den Schülern und Schülerinnen zuzutrauen, für sich selbst zu denken und zu lernen.
- Der zu fordern bereite Lehrer, die zu fordern bereite Lehrerin trägt gemeinsam mit anderen die Verantwortung für den Lernprozess.
- Er/sie ist fähig, Lernhilfen in Form der eigenen Person und Erfahrungen, in Form von Büchern, Materialien oder Gemeinschaftserfahrungen zu bieten.
- Die Lehrkraft kreiert ein lernförderndes Klima, bzw. lehrt die Schülerinnen und Schüler in einer Atmosphäre der Glaubwürdigkeit, der Sorge zu den andern und des verständnisvollen Zuhörens, dieses Klima selbst zu erschaffen.
- Die Lehrperson fördert den fortsetzenden Lernprozess, hilft dem Schüler, der Schülerin zu lernen, wie man lernt, was man wissen möchte.
- Die Lehrperson fördert die innere Verantwortung der Schüler und Schülerinnen (Selbstdisziplin) und setzt diese an Stelle der von aussen vermittelten Disziplin.
- Der Lernende steht im Mittelpunkt. Der personenzentrierte Lehrer, die personenzentrierte Lehrerin tritt seine/ihre Macht über anderer ab und behält nur die „Herrschaft über sich selbst“.

Damit eine Lehrerin, ein Lehrer diese Anforderungen erfüllen kann, muss sie/er emotional reif, liebesfähig und schöpferisch sein.

Abraham Maslow listet folgende innere Werte auf: Ganzheit, Vollkommenheit, Gerechtigkeit, Einfachheit, Güte, Mühelosigkeit u.a.

Unter sogenannten „objektiv beschreibbaren und unersetzbaren Eigenschaften des gesunden Menschenexemplars“ befinden sich laut Maslow:

- Deutliche, wirksamere Wahrnehmung der Wirklichkeit.
- Grössere Offenheit für Erfahrungen.
- Stärkerer Integration, Ganzheit und Einheit der Person.
- Stärkere Spontaneität und Expressivität; volles Funktionieren: Lebendigkeit.
- Ein reales Selbst: eine feste Identität; Autonomie, Einzigartigkeit.
- Grössere Objektivität, Distanz, Transzendenz des Selbst.
- Wiedererlangen der Kreativität.
- Fähigkeit, Konkretes und Abstraktes zu vereinen.
- Demokratische Charakterstruktur.
- Liebesfähigkeit.

Konsequenzen für die Ausbildung

Geht man nun davon aus, dass jede Entwicklung, jede Veränderung beim einzelnen Menschen selbst beginnt, entsteht für jede Ausbildung-Institution, die Aufgabe, den Studierenden echte Chancen und Möglichkeiten zur persönlichen Weiterentwicklung, Reife und Transformation zu eröffnen.

Die persönliche Ebene ist einzubeziehen, ein Ausklammern der psychischen und körperlichen Ebene widerspricht dem Gesetz der Ganzheit. Das Studium sollte sich auf den ganzen Menschen auswirken: intellektuelle Bildung, psychisches Reifer werden und waches Körperbewusstsein gehören zusammen.

Körperbewusstsein

Mit dem Ausdruck Körperbewusstsein wird der Erfahrungsbereich des Menschen bezeichnet, in welchem sich Körperlichkeit und Bewusstsein miteinander verbinden. Dabei wird der Begriff Körperlichkeit nicht nur auf den leiblichen Körper beschränkt, sondern erweitert um die Dimension der Verkörperung, um ausgeführte Handlungen und Fortschritte.

Körperbewusstsein wird von jedem Menschen als individueller Lernprozess durchlebt und ermöglicht ihm, neue Aspekte seines Selbstverständnisses zu erfahren, und vor allem eröffnen sich ihm dadurch Chancen, in einem dynamischen Gleichgewicht durchs Leben zu schreiten.

Zentrierung, Aufrichtung, Präsenz, Atemfluss, Wachheit des Geistes, ausbalancierte Haltung sind körperliche Themen, ebenso wie psychoemotionelle.

Wenn sich nun eine Lehrkraft im Unterricht menschlich verhalten, sich selbst sein möchte, was eine Voraussetzung für eine Schule mit einem Klima des Vertrauens, der Unterstützung, des Angenommenseins und der Kreativität ist, so steht sie vor der Aufgabe der Selbstfindung, in der es unmöglich ist, die „Intelligenz des Körpers“ nicht einzubeziehen. Die Einbeziehung des Gesamtorganismus entspricht der Quintessenz jedes Lernens. (Vester)

Das sogenannte Personenwissen aus dem Bereich der Selbstkompetenz könnte so zum Ausgangspunkt für alle drei Kompetenzbereiche (Sozial-, Sach- und Selbstkompetenz) werden.

**Entscheidend für die Qualität dieses Entwicklungsprozesses werden die Impulse und Lernfelder sein. Es bedarf der Möglichkeiten, welche klärend, verständlich und tatsächlich erlebbar sind und innerhalb der Ausbildung zeitlich problemlos integriert werden können.**

**Spiraldynamik**

Die Spiraldynamik, das Modell der Kunst und Wissenschaft menschlicher Bewegungskoordination, bietet hierzu eine ideale Grundlage. In 15jähriger Forschungsarbeit wurde sie vom Arzt Dr. Med. Chr. Larsen zusammen mit der Physiotherapeutin Yolande Deswarte entwickelt.

- Die Spiraldynamik macht die Grundprinzipien menschlicher Bewegungskoordination im Training, Alltag und spezifischen Tätigkeiten praktisch nutzbar, erfüllt also die Forderung nach Symbiose zwischen Wissenschaft und Öffentlichkeit (Vester) und nach einem echten Arbeitsinstrument. Spiraldynamik ist effizient und klar in der Anwendung.
- Sie bezieht die Entwicklungspsychologie und die Psychologie des Körperbewusstseins mit ein. Sie schlägt eine Brücke zwischen den Gesetzmässigkeiten der menschlichen Bewegungskoordination und jener des Universums. Bewegungskunst als subjektive Erfahrung und Bewegungswissenschaft sind miteinander

verbunden.

- Sie vernetzt relevante Lebens- und Erfahrungsbereiche.

**Für die Lehrerbildung liegt hier ein ganzheitliches, interdisziplinäres Lernsystem vor, bei dem nicht von einem einzelnen Fach ausgegangen wird, sondern vom Menschen selbst.**

Damit wir als Lehrkräfte eine menschliche und sinnvolle Schule entwickeln und die Schüler, Schülerinnen und Studierenden zu einer überlebensfähigen Integration mit der Umwelt hinführen können, brauchen wir Chancen zur Entwicklung und Veränderung, wir brauchen Nahrung, damit wir in unseren Lern- und Lehrprozessen die Emotionen und unsere Intuition im Denken und Handeln wieder einbeziehen können.

Renate Lauper Biel  
Tanzpädagogin SBTG  
Lehrbeauftragte an der Höheren Päd. Lehranstalt HPL Zofingen für  
Körperwahrnehmung und Tanz

Literaturangaben:

Achermann, Edwin: Mit Kindern Schule machen. Zürich: Verlag Lehrerinnen und Lehrer Schweiz, 1992

Larsen, Christian: Spiraldynamik (in Erscheinung: 1994/95)

Maslow, Abraham: Psychologie des Seins. Fischer Taschenbuch: 1990

Meyer, Paul Michael: Die biographische Schule. Zytglogge: 1994

Rogers, Carl R.: Freiheit und Engagement. Fischer Taschenbuch: 1990

Rogers, Carl R.: Der neue Mensch. Klett Cota: 1983

Vester, Frederic: Leitmotiv vernetztes Denken. Heyne: 1988

Institut für Spiraldynamik  
Privatklinik Bethanien  
Restelbergstrasse 27  
CH 8044 Zürich

T: +41 (0)878 886 888

F: +41 (0)878 886 889

E: [zuerich@spiraldynamik.com](mailto:zuerich@spiraldynamik.com)

Internet: [www.spiraldynamik.com](http://www.spiraldynamik.com)