

## Zulassen, dass sich twas ändert.“

### Das Arbeitskonzept von Elsa Gindler



Edith von Arps-Aubert: Das Arbeitskonzept von Elsa Gindler (1885-1961), dargestellt im Rahmen der Gymnastik der Reformpädagogik – „Zulassen, dass sich twas ändert.“, 485 Seiten, Schwarzweißotos, Format 21 x 14,5 cm, Verlag Dr. Kovac, Hamburg 2010, Preis 38,00 €, ISBN 978-3-8300-5233-3.

Wie faszinierend und gleichsam bedeutend muss die Gymnastik während der Reformbewegung gewesen sein, dass sie bis heute Anlass gibt, wissenschaftliche Arbeiten darüber zu verfassen. Das von Edith von Arps-Aubert, Oberstudienrätin für Sport und Geschichte, vorgelegte Buch ist ihre Dissertation über das Arbeitskonzept der Gymnastiklehrerin Elsa Gindler.

In Fachkreisen ist allgemein bekannt, dass sich die gymnastische Arbeit von Elsa Gindler durch mündliche Überlieferungen oder theoretische Abhandlungen nur schwer auf angemessene und bezeichnende Weise beschreiben lässt. Wer sich professionell und ernsthaft mit ganzheitlicher Körper- und Bewegungsarbeit befasst, weiß um die Notwendigkeit sinnlicher, „spüriger“ Erfahrungsbereitschaft und Wahrnehmungsfähigkeit für sich selbst und für alle möglichen Beziehungen im eigenen engen und weiteren Umfeld. Entwicklung und Bildung oder besser gesagt Entfaltung durch Bewegung ist nur möglich, wenn die Sinne offen werden, sich einzulassen auf Versuchen, Probieren, Experimentieren und bewusstes Tun, und wenn Bereitschaft entsteht, Veränderungen zuzulassen. Elsa Gindler erkannte sehr früh, dass mechanisches, sich wiederholendes Üben mit einer bestimmten Methode oder Technik dem Menschen in seiner Ganzheitlich-

keit nicht sehr hilfreich ist. In ihrer Arbeit, für die sie sich selbst mit einem Namen nicht festlegen wollte, gibt es die Termini „üben“, „Übung“, „trainieren“ und „Training“ nicht.

Und dennoch inspirierte Elsa Gindler mit ihrer Arbeit viele künstlerische, pädagogische, psychologische und therapeutische Fachbereiche und bildete für nicht wenige Lern- und Behandlungskonzepte die Grundlage; das Autogene Training nach J. H. Schultz oder die Konzentrationale Bewegungstherapie oder das Bobath-Konzept seien hierfür beispielhaft genannt. Darüber hinaus verbreiteten nicht wenige Gindler-Schülerinnen und Gindler-Lehrerinnen die Lehrweise über Deutschlands Grenzen hinaus. Exemplarisch stehen dafür Lily Ehrenfried in Frankreich mit „Gymnastique Holistique“, Charlotte Selver in den USA mit „Sensory Awarerenes“, Carola Spreads in den USA mit Atemgymnastik nach der Gindler-Methode, Ruth Mattern in der Schweiz mit Jacoby-Gindler-Arbeitsgemeinschaften, Lotte Kristeller, Heten Elkisch und Hanna Salomon in Israel mit der Lehre der Gindler-Arbeit ...

Die vorliegende wissenschaftliche Darstellung des Arbeitskonzepts von Elsa Gindler ist für den gesamten Berufsstand der Gymnastiklehrerinnen und -lehrer von sehr großer Bedeutung. Zum einen deswegen, weil kaum wissenschaftlich begründete Fachliteratur für Gymnastik vorhanden ist, und zum anderen, weil das Gindler'sche Konzept praktisch anwendbares Grundlagenwissen für die moderne Wahrnehmungsschulung liefert, ohne die keine funktionelle Bewegungsbildung, auch keine Persönlichkeitsentfaltung und keine Gesundheitsförderung erfolgreich wäre. Das Buch kann daher sowohl als gymnastikhistorische als auch als gymnastikpraktische Fachliteratur betrachtet und genutzt werden. Unter dieser Wertschätzung und im Rahmen dieser Rezension soll die Dissertation als unverzichtbares Fachbuch der Gymnastik besprochen werden.

#### Einleitung

Im einleitenden Teil beschreibt die Autorin ihre Beweggründe, sich der Person Elsa Gindler und deren Arbeit anzunähern, um für die eigene Lehrtätigkeit als Sportlehrerin an einem Schweizer Gymnasium neue, andere Lernhilfen für motorisch weniger begabte Kinder und Jugendliche zu finden.

Die intensive Auseinandersetzung mit dieser bewegungsbasierten ganzheitlichen Pädagogik veranlasste sie schließlich zur wissenschaftlichen Ausarbeitung und Darstellung – auch um Elsa Gindler „eine Stimme zu verleihen“ (S. 23).

#### Historische Darstellung

Einer der Schwerpunkte der Dissertation ist, zu zeigen, „dass die Arbeit Gindlers

nur im Kontext der ‚Reformbewegungen‘ (1880-1933) betrachtet und verstanden werden kann“ (S. 16). Demnach ist Teil I dem Zusammentragen, der Ausarbeitung und Auswertung von historischen Fakten, Daten, Quellen und Zeitzeugenberichten gewidmet. Dargestellt werden die Geschichte der Gymnastik in Deutschland, die Gymnastik innerhalb der Reformpädagogik mit ihren französischen (François Delsarte) und amerikanischen (Geneviève Stebbins) Wurzeln und deren Übernahme und Umsetzung in Deutschland durch Hede Kallmeyer.

Im Kapitel „Historisch-biografischer Kontext“ zeigt die Autorin vergleichende Definitionen des Begriffs „Gymnastik“ sowie von namhaften Sportwissenschaftlern geäußerten kritische, wohlwollende, ablehnende und verwerfende Einschätzungen einzelner durch Frauen begründete Gymnastikkonzepte auf. Auch die (Entstehungs- und Erfolgs-)Geschichte sowie der Stellenwert (von 1925 bis 1933) des Deutschen Gymnastikbunds e. V. wird in diesem Kapitel ausführlich beleuchtet und mit dem Einfluss Elsa Gindlers als Gründungsmitglied und Zweiter Vorsitzenden in Bezug gestellt. Die erklärten Zielvorstellungen des Gymnastikbunds für die „Gymnastik als Menschenbildung“ im Zusammenhang mit der „Gymnastiklehrerin, ein neuer Beruf für Frauen“ belegen das damalige Vorhaben für ein geschlossenes Auftreten, um mehr Anerkennung für die Gymnastik als pädagogische Bildungsausrichtung zu erwirken, zeigen aber auch, wie schwierig die gegenseitige Akzeptanz unter den einzelnen Ausbildungsschulen für Gymnastik war.

Ein weiteres Kapitel des historischen Teils heißt „Rekonstruktionen“. Hier stellt Edith von Arps-Aubert anhand von weiteren historischen Quellen, insbesondere von noch erhaltenen Kursnotizen (zum Teil in Sütterlinschrift) die Entwicklung, den Ansatz und die Zielvorstellungen sowie die organisatorische Form des Arbeitskonzepts von Elsa Gindler dar. An Beispielen von je einem Kursthema aus der frühen, mittleren und späten Arbeit wird deutlich, wie einzigartig und besonders diese gymnastische Arbeitsweise war und heute noch ist. Die Themen waren „Reagierbereit werden“ (17. 10. 1927-16. 2. 1928), „Liegen oder Ruhen“ (27. 10. 1936-26. 2. 1937) und „Sich für die Grundbedingungen des Funktionierens interessieren“ (13. 7.-1. 8. 1959).

Aus Sicht der Rezensentin muss der historische Teil dieser Dissertation für herausragend befunden werden. Es liegt keine vergleichbare Literatur vor, die annähernd so ausführlich die Gymnastikhistorie mit Querverweisen, Vergleichen, Bezugnahmen, Ein- und Zuordnungen, Kommentaren und Interpretationen hervorhebt, und Daten offenbart, die im Zusammenhang mit der gesellschaftlichen und politischen Haltung und Wertevorstellung bis in die heutige Zeit stehen, wie die von Edith Arps-Aubert äußert

detailliert recherchierte Wissenschaftsarbeit. Dabei ist die Recherche in den eher wenig vorhandenen historischen Quellen ein sehr schwieriges Unterfangen. Umso erfreulicher und ermutigender ist die hierbei getroffene Auswertung von jüngerer Literatur über die notwendige Aufarbeitung der Gymnastikgeschichte (B. Baviera, 2001; C. M. Kopelsky, 2004; S. Ludwig, 2002; K. von Steinaecker, 2000; B. Wedemeyer-Kolwe, 2004).

### Praktische Darstellung

Der zweite und der dritte Buchteil behandeln die praktische Arbeit Elsa Gindlers. Mit der gleichen akribischen Untersuchungsmethode und Quellenrecherche gelingt der Autorin eine Systematisierung des Arbeitskonzeptes. In „Konzeptbildung“ (Teil II) wird die Kurspraxis aufgeschlüsselt. Diese setzte sich zusammen aus dem „Arbeitsziel“, den „Arbeitsräumen“ (Laboratorium, Alltag), den „Arbeitsgeräten“ wie zum Beispiel Sandsäckchen, Eisenkugel und Stange, den „Versuchen“ mit Versuchsverlauf, Vorgehensweise bei den Versuchen, Systematik der Versuche, grundsätzliche Voraussetzungen ... sowie den „Arbeitsstoffen“ und den „Funktionen“. Ein Arbeitsstoff war für Elsa Gindler ein Arbeitsfeld wie zum Beispiel die Propriozeption, das Handeln oder die Reflexion. Unter Funktionen verstand sie die Erfahrungen oder die angestrebten Kompetenzen aus den Arbeitsstoffen wie Reagierbarkeit, Zustandswahrnehmung, Stille erfahren, gelassen werden ...

Diese Darstellungen lassen die Methode und das Vokabular, mit denen Elsa Gindler unterrichtete beziehungsweise arbeitete, deutlich werden. Der Bildungsgehalt der Kurse, auch Arbeitsgemeinschaften genannt, kommt in „Körperorientierte Verhaltensbildung“ (Teil III) zum Ausdruck. Da es zur Unterrichtsmethode gehörte, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in „Restimmes“ über ihre Versuchserfahrungen in den Kursen und im Alltag mündlich und schriftlich berichteten, kann heute dank erhaltener Teilnehmerberichte (zum Teil als Tonbandaufnahme) die Wirkungsweise auf den einzelnen Menschen nachvollzogen und skizziert werden. Aus den Ergebnissen der Selbstwahrnehmungsversuche des eigenen Zustands und Verhaltens gestaltete Elsa Gindler ihre prozess- und zielorientierte Bildungsarbeit vorwiegend improvisatorisch, das heißt, sie griff Themen, Probleme und Situationen des Alltags auf. Und „im Mittelpunkt unserer Arbeit steht nicht der menschliche Körper, sondern der Mensch. Der Mensch als Ganzes in all seinen Beziehungsmöglichkeiten zu sich, zu seinem Körper, zu seinem Leben und zu seiner Umwelt“ (S. 235). So war für Elsa Gindler zum Beispiel Entspannung ein Zustand „der höchsten Reagierfähigkeit, eine Stille in uns, eine Bereitwilligkeit, auf jeden Reiz richtig zu antwor-

ten“ (S. 299). Das wesentliche Anliegen ihres Konzeptes bestand in der Arbeit an der Wahrnehmung des persönlichen Zustands und der individuellen Entfaltungskräfte mit dem Ziel, den Alltag, das Leben mit seinen funktionellen Bedingungen und gesellschaftlichen Herausforderungen angemessen im Einklang mit dem eigenen Verhalten gestalten zu können. „Wahrnehmen, was wir empfinden“ ist eine viel zitierte Aussage von ihr, die die Voraussetzung für selbständige Auseinandersetzung mit dem eigenen Handeln und für verhältnismäßig gerechtes Verhalten widerspiegelt.

Den praxisbezogenen Teil schließt die Autorin mit einer kritischen Würdigung des Arbeitskonzeptes von Elsa Gindler. „Elsa Gindler gilt heute als Begründerin einer somatischen Psychotherapie, obwohl sie ihre Arbeit selbst explizit nicht als Therapie bezeichnet hatte“ (S. 311). Dies mag eine Interpretation jener Menschen sein, denen Elsa Gindler sowohl bei privaten als auch bei beruflichen und gesellschaftlichen Problemen helfen konnte, Zustand und Verhalten zu ändern. Edith Arps-Aubert kommt für sich zu dem Ergebnis, dass das Arbeitskonzept ihr einen neuen Zugang zur Bewegungsbildung verschaffte und dass wahrnehmungsgestützte und bewusst erreichte Bewegungskompetenzen ein Grundprinzip pädagogischer Prozesse sind (S. 318/319).

### Edition

Die „Edition“, der vierte und letzte Teil, bringt noch einmal einen Höhepunkt hervor. Edierte und zum Teil kommentierte originale Kursnotizen und Vorträge sowie das Übungsheft von Elsa Gindler aus ihrer Ausbildungszeit bei Hede Kallmeyer (1912) komplettieren und authentifizieren die wissenschaftliche Studie. Darüber hinaus regen sie an, sich noch mehr für die Gindlersche Arbeit zu interessieren und sich mit ihr auseinanderzusetzen. Nicht zuletzt geben sie einem durch den originären Gindlerschen Sprachgebrauch für die eigene bewegungspädagogische und -therapeutische Arbeit viele verbale Spürhilfen, wie zum Beispiel: Elsa Gindler verstand unter dem Begriff „Gewicht“ eine messbare physikalische Größe. Daher benutzte sie in ihren Kursen den Begriff „Schwere“, um Gewicht erfahrbar oder um die Wirkung der Schwerkraft im Menschen spürbar werden zu lassen (S. 424, 696, Fußnote).

In dieser „Edition“ ist auch der Ablauf der letzten Arbeitsgemeinschaft, eines Ferienkurses, vom 25. Juli bis 8. August 1960 wiedergegeben (S. 441-445).

Cornelia M. Kopelsky  
Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin  
Feckweilerbruch 28, 55765 Birkenfeld/Nahe  
dgy.mb.presse.und.projekte@t-online.de

## Briefe an die Redaktion

Der Autorin des Beitrags „Selbständigkeit überlegt planen und gestalten“ in d. 20. Gymnastik/September 2011 (S. 6-) möchte ich ein großes Lob aussprechen. Es gefällt mir sehr gut, was als einleitende Gedanken zu einer Existenzgründung und zur Planung der Selbständigkeit geschrieben steht. Über vieles habe ich mir keine Gedanken gemacht, als ich mich vor acht Jahren selbständig gemacht habe, zum ich während meiner Gymnastiklehrerbildung zu diesem Themenbereich keine Informationen erhielt. Deshalb finde ich so eine strukturierte Anleitung super. Klasse, die durch die fundierten Hinweise zur Kostenplanung und steuerrechtliche Beurteilung durch Rechtsanwalt Reinhold Odenthal (S. 18/19) sehr hilfreich ergangen werden.

Annette Bloching, 76229 Karlsruhe

Der Beitrag zum Thema „Selbständigkeit“ von Cornelia M. Kopelsky in der letzten Gymnastik-Zeitschrift hat mir sehr gefallen! Alle relevanten Elemente werden angesprochen und auf den Punkt gebracht. Gar nicht so einfach bei der Komplexität der Thematik, genauso wie die Gratwanderung zwischen „zur Aktivität motivieren/Mut machen“ und „erforderliche Voraussetzungen/mögliche Hindernisse“. Letzteres ist ebenfalls sehr gut gelungen, finde ich.

Sehr hilfreich ist auch der Bericht zu Kostenplanung und steuerrechtlichen Beurteilung von Reiner Odenthal und Katja Kyselä. Das sind Basics, die oft vernachlässigt beziehungsweise unterschätzt werden.

Toll finde ich auch, wie umfangreich der Berufsverband das Vorhaben „Selbständigkeit“ unterstützt.

Maria Hakenes, 40479 Düsseldorf

Ihre Meinung, liebe Leserinnen und Leser, ist uns sehr wichtig. Sie gibt uns wertvolle Anregungen für unsere Öffentlichkeitsarbeit im Allgemeinen und im Besonderen für die weitere Entwicklung und Gestaltung dieser Zeitschrift. Herzlich willkommen ist auch Ihr Feedback zu den einzelnen Beiträgen. Reden Sie mit, diskutieren Sie mit, schreiben Sie uns.

Gern veröffentlichen wir Ihre Leserbriefe. Dabei behalten wir uns vor, zu lange Briefe sinnvollerweise zu kürzen. Für die äußere Gestaltung Ihres Leserbriefes beachten Sie bitte die Hinweise für Autoren. Unsere Redaktion ist Ihnen aber auch gern dabei behilflich. Ihre Zuschriften senden Sie bitte an die im Impressum angegebene Redaktionssadresse (Seite 15).

Wir freuen uns und sind gespannt auf Ihre Meinung.

Die Redaktion