

Nach- haltigkeit



Teil 1: Ein Modebegriff wird hinterfragt.

Alle kennen den Begriff. Viele verwenden ihn, um einem Argument Nachdruck zu verleihen. Aber was steht hinter diesem Modewort? Axel Enke bringt Licht ins Dunkel.

Zunächst werde ich eher allgemeine und historische Anmerkungen zum Nachhaltigkeitsbegriff machen. Da der Begriff auch in Bildungszusammenhängen gerne benutzt wird, werde ich hierzu einige Aspekte skizzieren. Der Begriff beinhaltet eine ökonomische, soziologische und ökologische Dimension.

Allgegenwärtig. Alle reden von Nachhaltigkeit. Alles soll nachhaltig sein: die Landwirtschaft, die Bildung, die Entwicklungshilfe, die Geldanlagen u. v. m. Konzerne erstellen Nachhaltigkeitsberichte. Waren sollen nachhaltig produziert werden. In diesen Tagen stellt der „Club of Rome“ erneut einen Bericht vor, in dem er auf die Konsequenzen hinweist, wenn die Industrienationen respektive die Menschen, die in ihnen wohnen, ihr Verhalten nicht ändern – in Richtung einer nachhaltigen Wirtschaft.

300 Jahre. Der Begriff „Nachhaltigkeit“ wurde vor fast 300 Jahren von dem sächsischen Oberberghauptmann Hans Carl von Carlowitz (1645–1714) geprägt. Zu der damaligen Zeit war Sachsen durch seine Erzgewinnung nach dem 30-jährigen Krieg sehr reich geworden. Die Erzverarbeitung benötigte Holz, und so wurden die Wälder Sachsens sehr schnell gerodet. Je reicher Sachsen wurde, desto kleiner wurde der Wald. Carlowitz hatte den staatlichen Auftrag erhalten, die Wälder zu bewirtschaften. 1713 legte er sein Buch „Sylvicultura oeconomica“ vor, zu Deutsch etwa „Naturgemäße Anweisung zur wilden Baumzucht“. In diesem Werk forderte er erstmals eine nachhaltige Forstwirtschaft: „Nötig sei eine kontinuierliche, beständige und nachhaltende Nutzung“ (S. 105).

Zusammenhänge erkannt. Daraus wurde Nachhaltigkeit. Carlowitz ging es dabei nicht um eine romantische Naturverklärtheit. Er hatte aber erkannt, dass es ohne Holz keine Erzgewinnung geben konnte und ohne Erz auch keinen Reichtum. Dies war in der damaligen Zeit ein revolutionärer Perspektivenwechsel. Er dachte an die Zukunft, um das „Heute“ zu sichern! In seinem Buch schrieb er seinerzeit warnend: „Es solle über den Ertrag der Hölzter nicht gegriffen, sondern eine

immerwährende beständige holtz=nutzung dem Herrn und eine beharrliche feuerung, auch andere holtz=nothdurfft, dem lande, von jahren zu jahren, bey ihrer zeit, und künfftig den nachkommen bleiben“ (von Carlowitz 2013, S. 87f.).

Aktueller denn je. Heute, 300 Jahre später, hat sich an der Aktualität dieser Warnung nichts geändert, zumal sie immer wieder erneuert wurde. Was damals Holz war, sind heute die fossilen Brennstoffe. 1972 aktualisierte der „Club of Rome“ (siehe lq 3/2014, S. 47f.) in seinem sorgenvollen Bericht diesen Begriff erneut. 1982 formulierte die Brundtland-Kommission Prinzipien für einen nachhaltigen Lebens- und Wirtschaftsstil. 1992 beschäftigten sich die Staaten auf einem Weltwirtschaftsgipfel in Rio mit diesen Fragen. Doch was ist geschehen?

Kohle statt Holz. In Sachsen kam es damals durch neue Erfindungen bedingt anders. 1735 wird der erste Koksöfen erwähnt und läutet die Energiegewinnung durch Kohle ein. Ende des 18. Jahrhunderts konnte der entstehende Mangel an Holz durch den Beginn des Kohlezeitalters kompensiert werden. Die Dampfmaschine ermöglichte es, die Kohle aus tieferen Schichten zu bergen, benötigte aber ihrerseits mehr Energie. Mit der Überwindung dieses Energieengpasses entstanden neue Wachstumsmöglichkeiten.

Aus den Augen, aus dem Sinn. Die Konsequenzen verlagerten sich in die Atmosphäre bzw. in die Treibhausgase, die genau in dieser Zeit messbar anstiegen. Es folgte das Ölzeitalter, und auch dieses neigt sich nun dem Ende zu. Die Folgen sind aber nicht mehr so unmittelbar wie zu Carlowitz' Zeiten regional beobachtbar. Vielmehr haben sie sich globalisiert und sind aus der Erfahrung verschwunden. Das führt dazu, dass die Menschen bspw. in Bangladesch unter der Energieverschwendung durch den Anstieg des Meeresspiegels am meisten leiden. Mit Nachhaltigkeit hat das nichts mehr zu tun, denn die fossilen Energieträger lassen sich in einer für den Menschen überschaubaren Zeit nicht mehr „aufforsten“.



„Heute, 300 Jahre später, hat sich an der Aktualität dieser Warnung nichts geändert, zumal sie immer wieder erneuert wurde. Was damals Holz war, sind heute fossile Brennstoffe.“



So hat Carlowitz' Aussage noch heute aktuelle Gültigkeit. Zwar gelang es uns in den letzten 300 Jahren, die Grenzen durch technischen Fortschritt zu verschieben, jedoch werden die Konsequenzen nur globalisiert. Was 1713 der sächsische Wald war, sind heute die Weltmeere, die Atmosphäre, der globale Wald, das Fischsterben, die Wüstenbildung und die zunehmende Belastung der Böden.

Was ist zu tun? Staatlich notwendige Maßnahmen sind bekannt: Bildung, ein funktionierendes Sozialsystem, Maßnahmen gegen den globalen Hunger und die Armut, ein solides Finanzsystem, um Gestaltungsspielräume zu behalten, und eine finanzielle Bewertung der „Nachhaltigkeit“.

Plastikbegriff. Der Nachhaltigkeitsbegriff selbst wird inzwischen so inflationär benutzt, dass der Sprachwissenschaftler Uwe Pörksen ihn bereits „Plastikbegriff“ getauft hat. Dies, weil er unspezifisch für alle möglichen Kontexte herhalten muss und daher so anpassbar wie Plastik wird. So bedeutet bspw. „besser“ und „sparsamer“ noch lange nicht „nachhaltig“. Ein gutes Beispiel hierfür ist die Computerbranche. Obgleich sich die digitale Technologie immer weiterentwickelt hat, ist der Ressourcen- und Energieverbrauch stetig angewachsen und daher eben nicht nachhaltig, da der Verbrauch an seltenen Erden (eine Gruppe von Edelmetallen, die für die Herstellung von Computern gebraucht wird) für Computerhardware erheblich ist.

Handeln für die Zukunft. Die wirtschaftliche Dimension des Begriffs bezieht sich auf die Zukunft. Nachhaltigkeit bedeutet, auf den Verbrauch von Ressourcen heute bedingt zu verzichten, damit sie auch morgen und damit zukünftigen Generationen zur Verfügung stehen. Das ist der eigentliche *Nach*-haltigkeits-Aspekt, den uns seinerzeit bereits Carl von Clausewitz lehrte. Daher ist jede Benutzung des Begriffs, der sich allein auf das aktuelle Wirtschaften in der Gegenwart bezieht, zu eng konzeptioniert, ja sogar scheinheilig. Die darin enthaltenen freiwilligen Nutzungseinschränkungen in der Gegenwart ermöglichen erst die Sicherstellung der Zukunft. Diese auf die Zukunft ausgerichtete Bedeutung

des Wortes passt natürlich nicht in eine Zeit, in der die aktuellen eher kurzfristigen ökonomischen Interessen im Vordergrund stehen.

Zukunft unbekannt. Die gesellschaftliche Nachhaltigkeits-Dimension liegt darin, dass eine Gesellschaft zunächst ihr Unwissen in Bezug auf die Zukunft zugeben muss. Dieses fundamentale Eingeständnis darüber, dass sie faktisch nicht weiß, wie Zukunft organisiert und gelebt werden kann, stellt eine prinzipielle Ausgangslage für den Gedanken dar, der die Nachhaltigkeit als grundlegendes ethisches Prinzip etabliert. Denn das Nichtwissen muss auch politisch dazu führen, mit aller Kraft Nachhaltigkeit in ökologischer Hinsicht umzusetzen. Nur so können die Zukunftsoptionen möglichst breit aufgestellt bleiben (siehe hierzu meinen Artikel zur Energiewende in Iq 4/2013) Daraus leiten sich dann Forderungen nach einer gesellschaftspolitischen Durchsetzbarkeit ab.

Ökologie und Wirtschaft. Die ökologische Dimension hängt eng mit der wirtschaftlichen zusammen. Eine Kultur, die durch ihr Wirtschaften die Ökosysteme dermaßen stark belastet und zerstört, hat in der Tiefe nicht verstanden, dass sie damit ihre eigene Lebensgrundlage nachhaltig zerstört. Hierfür ein Beispiel: In immer mehr Kaufhäusern werden hergestellte Waren als „nachhaltig“ angepriesen, wodurch eben diese Waren – selbst wenn niemand sie benötigt – verstärkt gekauft werden sollen. Der Kauf unterstützt dann aber ein Verhalten, das eben nicht nachhaltig ist, da auch diese Waren Ressourcen verbrauchen. Dieses kleine Beispiel soll nur noch einmal aufzeigen, wie dieser Plastikbegriff im Alltag missbraucht wird.



Die „Brundtland-Kommission“ wurde nach der ehemaligen norwegischen Ministerpräsidentin Gro Harlem Brundtland, die den Vorsitz innehatte, benannt. Sie erstellte den Bericht mit dem Titel „Our Common Future“ („Unsere gemeinsame Zukunft“). Das Definitionskonzept der nachhaltigen Entwicklung definierte die Kommission mit zwei Kriterien:

1. „Dauerhafte Entwicklung ist Entwicklung, die die Bedürfnisse der Gegenwart befriedigt, ohne zu riskieren, dass künftige Generationen ihre eigenen Bedürfnisse nicht befriedigen können.“
2. „Im Wesentlichen ist dauerhafte Entwicklung ein Wandlungsprozess, in dem die Nutzung von Ressourcen, das Ziel von Investitionen, die Richtung technologischer Entwicklung und institutioneller Wandel miteinander harmonieren und das derzeitige und künftige Potenzial vergrößern, menschliche Bedürfnisse und Wünsche zu erfüllen.“
(Brundtland-Bericht, S. 57, Absatz 15)

Teil 2: Aber was kann der Einzelne tun?

Die einfachste und zugleich wirksamste persönliche nachhaltige Verhaltensweise ist der Verzicht auf Fleisch (in Deutschland sind 3,2% und in Indien 31% Vegetarier). In einer aktuellen Studie der Heinrich-Böll-Stiftung (2013) werden aktuelle Verbrauchswerte aufgelistet. So verbraucht die durchschnittliche EuropäerIn ca. 80 kg Fleisch pro Jahr, was in 75 Lebensjahren ca. 6000 kg macht (entspricht 4 Rindern, 4 Schafen, 12 Gänsen, 37 Enten, 46 Schweinen, 46 Puten, 945 Hühnern). Das zieht 6'000'000 Liter direkten und 92'730'000 Liter virtuellen Wasserverbrauch nach sich. Hinzu kommen 60'000 kg CO₂-äquivalente Emissionen sowie eine nicht unerhebliche Wasserverschmutzung durch Nitrat- und Phosphoreintrag. Und das alles von nur einer (!) EuropäerIn. Ebenso wenig nachhaltig ist es, dass unsere chemischen Abwehrwaffen gegen die Krankheitserreger in der Landwirtschaft abtupfen: Bei Geflügel liegen bereits jetzt folgende Resistenzen vor: 65% gegen Ampicillin, 15% gegen Amoxillin, 35% gegen Cephalotin, 10% gegen Chloramphenicol, 40% gegen Tetracyclin und 45% gegen Cotrimoxazol. Landwirte und in der Landwirtschaft Tätige gelten bereits aus diesen Gründen in Medizinerkreisen als gefährliche und gefährdete Patientengruppe.

Der in Kinaesthetics-Kreisen bekannte Kulturanthropologe Gregory Bateson wird in dem Film von Norah Bateson ebenfalls in einem Nachhaltigkeitskontext zitiert. Als die Kirchenbänke in einer großen englischen Kirche erneuert werden mussten, wurde ein Parkgärtner gefragt, wo man denn diese wohl herbekäme. Da wies dieser darauf hin, dass man genau aus diesem Grunde vor 100 Jahren die Eichen im Park gepflanzt hätte, die nun die nötige Größe hatten. Bateson soll daraufhin gesagt haben: „So führt man eine Kultur.“

Kollaps. Jared Diamond untersucht in seinem sehr lesenswerten Buch „Kollaps“, warum Gesellschaften in der Vergangenheit untergegangen sind. Ein stets gemeinsamer Grund waren die nicht mehr ausreichenden Ressourcen. Nachhaltiges Wirtschaften scheint für das Überleben einer Gesellschaft eine Grundvoraussetzung zu sein.

Vieles, was auf dieser Erde passiert, entzieht sich unserem direkten Einfluss. Wenn aber bereits der Einzelne sein eigenes mögliches Verhalten

nicht ändert, wird sich nie etwas in Richtung Nachhaltigkeit verändern. Dieser Aspekt wird auch eine unmittelbare Auswirkung auf unsere Kinder und Enkelkinder haben. Genau an dieser Stelle verknüpft sich das eigene Verhalten mit der Lebensqualität dieser und weiterer Generationen. Jede Minute kommen weltweit 150 Kinder hinzu, und die Menschheit steuert der 7,5-Milliarden-Marke entgegen.

Es reicht nicht aus, etwas zu wissen.

Und es reicht auch nicht aus, etwas zu wollen.

Ich muss es auch tun!

„Es ist grotesk, über Welthunger und Ernährung zu reden, ohne die Fleischproduktion anzusprechen. Genauso grotesk ist es, über Klimaschutz zu sprechen, ohne Nichtfleischessen auch nur zu erwähnen. Die deutschsprachige PDF-Version der Agenda 21, die 172 Staaten 1992 in Rio de Janeiro unterzeichneten, um darin Leitlinien für nachhaltige Entwicklung festzulegen, umfasst 361 Seiten. Auf keiner davon wird die Frage des Fleischkonsums berührt, nicht einmal in den Kapiteln „Veränderung der Konsumgewohnheiten“ oder „Förderung einer nachhaltigen Landwirtschaft“. In der Zusammenfassung des Weltagrarberichts von 2010 ist nur eine von 41 Seiten dem Fleischkonsum gewidmet. Das ist geradezu eine Weigerung, neuere Phänomene wie die weltweite Verbreitung der Massentierhaltung zur Kenntnis zu nehmen. Selbst wenn wir über „Fleischproduktion“ reden, ist ja noch längst nicht von Tieren die Rede. Bereits der Begriff „Fleischproduktion“ enthält einen gewissen Euphemismus: Als Produzent erscheint der Mensch – wobei eigentlich ein Tier ein anderes gebiert. Dieser Nachwuchs frisst, wächst und wird später getötet. Ebenso schief ist der Begriff des Nahrungs-„Lieferanten“, weil das Tier weder seinen Körper noch dessen Sekrete abliefern, schon gar nicht freiwillig. Und die meisten Statistiken geben den Fleischverbrauch ohnehin in Kilogramm an, nicht in Tieren.“
Hilal Sezgin im „Fleischatlas 2013“

Teil 3: Nachhaltigkeit und Bildung.

Was hat das alles nun mit Bildung zu tun? Jeder sieht sofort ein, dass Bildungsangebote natürlich nachhaltig sein sollten. Doch was heißt hier „Nachhaltigkeit“ genau?

Legt man die Forderung nach nachhaltiger Bildung im Sinne von Clausewitz' aus, gilt das oben Beschriebene auch für Wissen und Kompetenzerwerb. Der Erwerb von Kompetenzen durch Bildung sowie der Informationsfluss darüber kann nur dann nachhaltig sein, wenn es Menschen gibt, die dieses Wissen erwerben, damit sie es auch späteren Generationen weitergeben können und es so nachhaltig erhalten bleibt.

Zunächst einmal kann ein Bildungsprodukt als solches nicht „nachhaltig“ oder „nicht nachhaltig“ sein. Damit eine Bildungsmaßnahme wirklich auf fruchtbaren Boden stoßen kann, braucht es deutlich mehr. Auch hier gilt: Die Wirkung liegt nicht in der Maßnahme. Das führt zunächst zu der Frage, wie Kompetenzen erworben werden.

Die systemische Bildungs- und Therapieforschung hat einige sehr interessante, lernfördernde Aspekte herausgefunden, die nachweislich für einen (Therapie- und Lern-)Erfolg wirksam sind. Diese möchte ich hier ausführen.

In Kinaesthetics-Kursen wird gelernt. Neues Lernen geht stets mit einer inneren Destabilisierung einher. Daher lohnt es sich, sich mit der Frage zu beschäftigen, welche Bedingungen Lernen ermöglichen, obgleich eine Destabilisierung (= Unsicherheit) entsteht. An dieser Stelle kommen sehr eindeutig emotionale Faktoren ins Spiel.

Von Seiten der TrainerIn/LehrerIn/TherapeutIn sind wichtige nachgewiesene Aspekte von Bedeutung, wie ihre soziale Kompetenz, Empathiefähigkeit, Glaubwürdigkeit, die eigene Begeisterung sowie ihre Erfahrung im Feld.

Weitere sehr bedeutsame Faktoren sind die Klassiker der Humanisten (siehe Iq 4/2010): Echtheit und Authentizität! Zusätzlich konnten als bedeutsam identifiziert werden: die Stärke der Arbeitsbeziehung (emotionale Bindung), Übereinstimmung in den Zielen, Übereinstimmung bei den Arbeitsschritten und – ganz wichtig – positive Wertschätzung. Ebenso stellte sich als bedeutsam eine angemessene Rückmeldung über

die Wirkung des Klientenverhaltens sowie über die Lernfortschritte der KlientIn heraus. Kam es zu Brüchen in der Arbeitsbeziehung, war die Korrektur (Fehlerkorrektur!) derselben von Bedeutung. Zusätzlich ist die Gruppenkohäsion (Zusammenhalt) von maßgeblicher Bedeutung. All diese genannten Faktoren spielten eine weit größere Rolle als Lern- und Arbeitsunterlagen, Lehrtechniken oder die strenge Einhaltung einer „Lehre“. Das zwanghafte Festhalten an Manualen wirkte sich sogar nachweislich negativ auf das Lernen aus; ebenso wie zwanghaft anmutende Vorgehensweisen.

Aber die wichtigsten Faktoren waren die, die in den KlientInnen/TeilnehmerInnen („Heroic Client“) selbst lagen. So wie wir in Kinaesthetics davon ausgehen, dass jeder letztlich in sich selbst lernt, trägt er selbst auch am meisten dazu bei. Hier wurden folgende Aspekte eindeutig identifiziert:

- Kooperation und Kooperationsbereitschaft
- Beitrag der KlientIn zur Beziehungsqualität
- Eignung und Passung der KlientIn für das Angebot
- Ihre emotionale Expressivität
- Bestätigung der TherapeutIn durch die KlientIn (!)
- Verbale Öffnung der KlientIn („Ich sage, was ich denke und fühle“)
- Aufnahmebereitschaft (self-relatedness)
- Intrinsische Veränderungsmotivation

Grundsätzlich führt jeder Leidensdruck, jeder Druck von außen und extrinsische Motivationsversuche, die sich ja als Irritationen darstellen, dazu, dass sie gleichsam eine Transformation in eine persönliche Motivation und Annäherungsziele benötigen.

Hierfür ist es sehr hilfreich, wenn die TeilnehmerIn die Erfahrung von Selbstwirksamkeit macht, den Prozess mitkontrollieren kann und eine Idee oder Vorstellung für die Handhabarmachung eines Konzeptes bekommt.

Zu guter Letzt stellte es sich als wichtig heraus, dass der Lernende selbst Kontakt zu seinen persönlichen Ressourcen hat und einen für ihn (!) bedeutsamen Sinnbezug herstellen kann.

All diese Faktoren sind nicht unmittelbar linear zu steuern und verknüpfen sich auf „magische





Der Autor:

Axel Enke ist Kinaesthetics-Trainer und -Ausbilder. Zudem ist er als selbstständig erwerbender Organisationsberater, Coach und Supervisor tätig.

Weise“ mit der Art und Weise, wie in einem Lehr-Lernkontext die Lernumgebung gestaltet wird.

Diese Untersuchungen belegen von einer anderen Perspektive aus die Ergebnisse der Hirnforschung, die die Bedeutung der Emotionen immer wieder betonen. Auch wenn viele Details noch nicht geklärt sind, können wir doch sagen, dass diese inneren Bedingungen für das Lernen und die Nachhaltigkeit des Lernens von hoher Bedeutung sind.

Die Komplexität wird noch gesteigert, wenn man die Bedingungen hinzunimmt, die von Seiten der Organisation und Führung hinzukommen, worauf hier aus Platzgründen nicht eingegangen werden soll.

Diese Ausführungen sollen vielmehr deutlich machen, dass es unlauter zu sein scheint, wenn in Bezug auf Bildung und damit Lernen einfache Empfehlungen und „Rezepte“ daherkommen und diese dann als „nachhaltig“ verkauft werden. So funktioniert das Leben nicht, auch wenn man es gerne so hätte.

Bildung braucht daher in erster Linie folgende Faktoren:

- Interessierte Menschen, die sich für ein Thema wirklich begeistern und „emotionieren“ (Maturana) lassen!
- Eine gute und v. a. angstfreie Lernumgebung
- Günstige Rahmenbedingungen
- Zeit, Raum und Anstrengung

Diesen Aspekt von Nachhaltigkeit hatte auch einst Carl von Clausewitz im Sinn, als er empfahl, den Waldeinschlag zu reduzieren. Die Umsetzung

war auch damals nicht einfach, da Holz ein sehr begehrtes Gut war. Alle nachfolgenden Generationen profitierten dann jedoch von der Aufforstung.

So ist es auch mit der Bildung. Nur wenn wir heute in Bildung investieren, können wir in der Zukunft die Früchte ernten. Dies gilt umso mehr für Kompetenzbildung, da Kompetenz nichts ist, was man aufbewahren oder aufschreiben kann. Sie lässt sich nur im direkten Kontakt von Mensch zu Mensch vermitteln und bleibt daher auch für Organisationen eine lebenslange Aufgabe.

Literatur:

- > **von Carlowitz, H. C. (2013):** Sylvicultura oeconomica. Oekom-Verlag, München.
- > **Heinrich-Böll-Stiftung mit BUND und Le Monde diplomatique (Hrsg.) (2013):** Fleischatlas – Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel. 6. Auflage.
- > **Diamond, J. (2013):** Kollaps. Warum Gesellschaften überleben oder untergehen. S. Fischer, Berlin.
- > **Sächsische Carlowitz-Gesellschaft (Hrsg.) (2013):** Die Erfindung der Nachhaltigkeit. Leben, Werk und Wirkung des Hans Carl von Carlowitz. Oekom-Verlag, München.
- > **Enke, A. (2013):** Energie und Lebensqualität. Anmerkungen nach der Wahl. In: Stiftung lebensqualität (Hrsg.): lebensqualität. Die Zeitschrift für Kinaesthetics. Siebten, Nr 4: Verlag Lebensqualität, S. 47–51.
- > **Knobel, S. (2013):** Bildung braucht Führung. Aufbau von Kompetenz und Selbstverantwortung. In: Stiftung lebensqualität (Hrsg.): lebensqualität. Die Zeitschrift für Kinaesthetics. Siebten, Nr. 3: Verlag Lebensqualität, S. 46–50.



Teil 4: Kinaesthetics – ein Beitrag zur Nachhaltigkeit

Inspiziert durch die Erläuterungen von Axel Enke, stellt sich **Stefan Knobel** die Frage: „Leistet die Entwicklung der Bewegungskompetenz einen Beitrag zur Nachhaltigkeit?“

Herausforderungen der Zukunft. Dass die sich abzeichnende demografische Entwicklung für unsere Gesellschaft sowohl Chancen wie auch Herausforderungen beinhaltet, ist kein Geheimnis. Einerseits können sehr viele Lebenserfahrene, kompetente Menschen einen Beitrag zur Entwicklung der Zivilgesellschaft leisten. Andererseits stellt sich die Frage, wie die Pflege und Versorgung der vielen alten Menschen gewährleistet werden kann.

Vorausschauende PolitikerInnen sind sich der Herausforderung bewusst. So veröffentlichte z. B. der Regierungsrat des Kantons Schwyz schon vor Jahren die folgende Prognose: Im Jahr 2035 wird die Zahl der 65-Jährigen und älteren Personen ca. 140% über jener von 2001 liegen (Bundesamt für Statistik 2004, S.48). Wenn sich nichts grundlegend verändert, dann bedeutet das a) 140% mehr Pflegeplätze und b) 140% mehr Personal.

Der Regierungsrat hat darauf reagiert. Er fordert, dass alles unternommen werden muss, um den prozentualen Anteil der pflegebedürftigen über 80-Jährigen von derzeit 29% auf 19% zu senken. Wenn das gelingt, kann die Herausforderung bewältigt werden.

Weniger Pflegeabhängige – aber wie? Was kann jetzt getan werden, damit in 20 Jahren anstatt ein Drittel der über 80-Jährigen nur noch ein Fünftel pflegeabhängig ist? Diese Frage kann nur mit neuen Ideen beantwortet werden, die nachhaltige Wirkung zeigen. Wer aber entwickelt diese Innovation?

Sind es die AkteurInnen des heutigen Sozial- und Gesundheitssystems? Wohl kaum. Es ist zu befürchten, dass sich im Gesundheitssystem ähnliche Mechanismen entwickeln wie bei der Holzindustrie in der Äquator-Region. Dort gilt es Gewinne für die AktionärInnen zu realisieren. Ob der Regenwald sich davon erholen wird, steht nicht zur Debatte. Und auch unsere Gesundheitsindustrie ist angehalten, am Ende des Jahres einen Gewinn auszuweisen. Die künstlich geschaffenen Wettbewerbe halten die Institutionen des Sozial- und Gesundheitswesens davon ab, volkswirtschaftlich weitsichtig zu handeln. Finanziell belohnt werden rentable Interventionen und Be-

handlungen. Dieser Anreiz führt dazu, dass die Institutionen gezwungen sind, möglichst viele lukrative Operationen, Behandlungen und Betreuungen durchzuführen, und es sich nicht leisten können, die nachhaltige Gesundheitsentwicklung der Bevölkerung ins Zentrum zu stellen.

Die innovativen Ideen entwickeln und umsetzen werden Bewegungen, die außerhalb der bestehenden „Gesundheitsindustrie“ beheimatet sind. Und ich bin sicher, dass Kinaesthetics einen ganz wichtigen Betrag leisten wird. Denn es geht darum, dass die Menschen trotz hohen Alters selbstständig bleiben können. Eine grundlegende Voraussetzung hierfür ist, mit der Entwicklung der eigenen Bewegungsmöglichkeiten kompetent und passend umgehen zu können – ein zentrales Ziel von Kinaesthetics.

Bewegungskompetenz – der Schlüssel. Kinaesthetics hat in den letzten 25 Jahren intensiv die Bedeutung der Entwicklung der Bewegungskompetenz für die Gesundheitsentwicklung von Menschen im Feld erforscht. Und unendlich viele qualitative Berichte wie auch Studien (z. B. Assmus et al. 2013) zeigen hinlänglich auf, dass die Bewegungskompetenz ein zentraler Schlüssel für die Selbstständigkeit und Lebensqualität des Menschen ist.

In den Institutionen, in denen sich das Personal intensiv mit der eigenen Bewegungskompetenz auseinandersetzt, entstehen nachhaltige Wirkungsmechanismen. Wenn die Pflegenden in der Lage sind, den pflegebedürftigen Menschen so zu unterstützen, dass er sich selbst als wirksam erfährt, sinkt seine Pflegeabhängigkeit. Selbst stark beeinträchtigte Menschen können so ihre eigenen Möglichkeiten kennenlernen und erweitern und mehr Selbstständigkeit entwickeln, kurzum ihre Lebensqualität steigern. Leider hat dieser Lernprozess auch seine Schattenseiten. Das nicht auf solche Nachhaltigkeit ausgelegte Leistungs-Verrechnungssystem bestraft eine HeimleiterIn dadurch, dass die verrechenbaren Stunden sinken. Denn das Pflegeheim verdient mehr Geld, wenn seine KlientInnen immer unselbstständiger werden und aufwändig gepflegt werden müssen.





Literatur:

> **Bundesamt für Statistik (Hrsg.) (2004):** Demografische Entwicklung in den Kantonen von 2002 bis 2040. Nach dem Szenario „Trend“ AR-002002. Bundesamt für Statistik, Neuchâtel. ISBN: 3-303-01176-1.

Das Potenzial der fitten Alten. Die Erfahrungen mit Kinaesthetics in der Pflege zeigen: Lebenslanges Lernen ist für jede PatientIn/KlientIn möglich. Wenn das selbst bei schwer pflegeabhängigen Menschen so ist, liegt der Schluss nahe, dass alte Menschen, die (noch) keine Pflege benötigen, ihre Bewegungskompetenz umso leichter entwickeln können. Denn ihre Ausgangslage wird nicht durch eine mit Pflegebedürftigkeit verbundene Diagnose erschwert.

Und genau hier liegt das große Potenzial, das Nachhaltigkeit verspricht und dem Regierungsrat des Kantons Schwyz helfen kann, seine Ziele zu erreichen. Es liegt darin, dass alternde Menschen, die ihren Alltag selbstständig bewältigen, sich bewusst mit ihrer eigenen Bewegung beschäftigen und lernen, die grundsätzliche Vielfalt ihrer Bewegungsmöglichkeiten zu nutzen, um sich den individuellen Entwicklungen ihres Alters anzupassen.

Noch ist viel zu tun. Auch wenn Kinaesthetics die menschliche Entwicklung als kontinuierlichen Lernprozess und nicht pathophysiologische Ereignisse in den Mittelpunkt stellt, wurden in den letzten 25 Jahren Erfahrungen mit Kinaesthetics vorwiegend im Umfeld von Krankenhäusern, Pflegeheimen und Behinderteneinrichtungen gemacht – Institutionen, die sich grundsätzlich immer noch an den Defiziten der KlientInnen orien-

tieren. Dabei hat sich ein enormer Fundus an Ideen und Know-how entwickelt, wie man einem pflegebedürftigen Menschen helfen kann.

Kinaesthetics steht vor der großen Herausforderung, auf diesem Fundus aufzubauen und herauszufinden, wie man bei den fitten Alten das Interesse und die Freude wecken kann, sich mit ihrer Bewegung auseinanderzusetzen, um selbstständig älter werden zu können. Solche Fragen können nicht im Labor bearbeitet werden. Nachhaltig ist, wenn sich Kinaesthetics-TrainerInnen zusammen mit alternden Menschen der Bewegungswahrnehmung widmen und mit ihnen herausfinden, unter welchen Blickwinkeln die Herausforderungen des Alltags in dieser Lebensphase betrachtet werden können. Gelingt dies, ist Kinaesthetics ein Beitrag zur Nachhaltigkeit.

Erste Pilotprojekte

An verschiedenen Orten laufen Pilotprojekte zum Kinaesthetics-Programm „Lebensqualität im Alter“. Eines findet in der Gemeinde Wollerau (CH) statt. Dort setzen sich alte Menschen (während insgesamt 21 Stunden) anhand der Kinaesthetics-Konzepte auf der Ebene der Bewegung mit der Qualität der eigenen alltäglichen Aktivitäten auseinander. Im Sinn weiterer Pilotprojekte hat Kinaesthetics Romania mehrere „Kinaesthetics-Centren“ eröffnet, in denen Kinaesthetics-TrainerInnen wöchentlich mit alten Menschen arbeiten, die noch zu Hause leben. Interessanterweise beschreiben die TeilnehmerInnen über die sprachlichen und kulturellen Grenzen hinweg dasselbe: Die anfänglich durchaus ungewohnte Auseinandersetzung mit sich selbst hat viel Potenzial. Menschen, die nicht mehr vom Boden aufstehen konnten, haben es wieder gelernt – und tun es jetzt mit Freude jeden Tag ein- bis zweimal, um die eigene Beweglichkeit zu überprüfen und zu erhalten. Ältere Frauen, die im Begriff waren, die geliebte Gartenarbeit aufzugeben, pflegen ihren grünen Daumen weiter. Und jene, die sich im Winter wegen der Sturzgefahr nicht mehr aus dem Haus getraut haben, gönnen sich wieder einen Winterspaziergang. Eine über 80-jährige Frau in Csikszereda (Siebenbürgen) drückte es so aus: „Unsere Trainerin sagt uns immer, sie arbeite mit uns an unserer Bewegungskompetenz. Aber das stimmt gar nicht. Sie arbeitet mit uns an unserer Lebensfreude.“