

## 100 Jahre Bildung durch Bewegung - das Leben von Elfriede Hengstenberg

von Edith v. Arps-Aubert

Am 24. November 1911 schreibt die 19-jährige Elfriede von Wannsee (Berlin) an ihren Vater: „*Mein lieber Papa!*“ (...) „*Mama ist damit einverstanden u. es ist ja auch so gesund 1x pro Woche zu turnen weil man doch sonst im Winter u. – besonders vor Weihnachten immer im Zimmer herumsitzt. Voriges Jahr hatte ich sie in Zehlendorf u. dieses Jahr möchte ich sie gerne in Schlachtensee bei Fr. Grädener haben 1) ist Schlachtensee näher, 2) sind sie ebenso billig, u. 3) bietet Fr. Grädener viel mehr. Sie gibt ‚rhythmische Gymnastikstunden‘ die, das muss ich Dir mal mündlich erklären, auch gleichzeitig das Gehör für richtigen Rhythmus bilden. Fr. Kaulitz, meine Klavierlehrerin begleitet die Übungen. – Also bist Du damit einverstanden - hoffentlich!!!“*

Elfriede Hengstenberg ist in Meran am 22. Dezember 1892 auf die Welt gekommen. Die junge Familie war 1877 von Bochum nach Meran gezogen, als der Vater dort in einem Konkursverfahren das Gas- und Wasserwerk kaufen konnte. Die vier älteren Geschwister hatten bereits eigene Familien gegründet, als die Eltern und die zwei jüngsten Kindern 1899 nach Berlin zogen. Mit Alfred, dem Ältesten hatte der Vater ein privates Versorgungsunternehmen *Gas- und Wasserwerke Birkenwerder R. & A. Hengstenberg* im Norden Berlins gegründet. Die zwei älteren Schwestern Else und Helene waren mit Ingenieuren verheiratet, Georg war Bildhauer geworden. Unschwer sich vorzustellen, dass Elfriede, das ungebundene Leben in der Tiroler Berglandschaft in Berlin fehlte. Sie fand hier im Sommer beim Schwimmen und Kanufahren, im Winter beim gymnastischen Turnen, Klavierspielen und in der Foto-Dunkelkammer mit ihrem Bruder Rudolf, der später Maler wurde, etwas Abwechslung in einer Umgebung, wo sie unter Unstimmigkeiten der Eltern und einer, wie sie selber schreibt, *fürchterlichen* Einrichtung, der *höheren Töchterschule*, litt. Alte, verknöcherte und pedantische Lehrer, Hänseleien und Bedrohungen durch die Mitschüler verdarben ihr nachhaltig die Freude an der Schule und verstörten ihr Selbstvertrauen beim Lernen. Ihren Vater jedoch erinnerte Elfriede Hengstenberg als besonders lebendig und einfallsreich. Er pflegte zeitlebens mit Leidenschaft zwei Interessen: die Technik und die Poesie und hatte anscheinend immer Zeit, auf seine Kinder einzugehen, wie zum Beispiel mit dem Bau des 4 m hohen Klettergerüsts mit Schaukel und Strickleiter, das ihnen in dem neuangelegten Garten in Wannsee die von Meran her gewohnten hohen Bäume ersetzte. Die Lebensgrundlage verdiente er als Ingenieur in Gas- und Wasserwerkbetrieben, und als Dichter schilderte er in seinen umfangreichen Lebenserinnerungen das Kaleidoskop des dampfenden und röhrenden Europas, das mit unbändiger Kraft in das industrielle Zeitalter raste. Nebenbei hatte er auch noch Zeit, aus Freude zu zeichnen. Ihre Mutter, Mathilde Weissenborn, Tochter eines Bauunternehmers aus Gotha, blieb in ihrer Unberechenbarkeit und den nervösen Zusammenbrüchen während der Berliner Zeit unnahbar. Aus dem Brief an ihren Vater von 1911 geht hervor, dass Elfriede Interesse an Musik und Bewegung hatte. Ihr Lebenslauf berichtet im Übrigen von ihrer grossen inneren Leere in dieser Zeit.

Erst als sie Jaques-Dalcroze in Berlin erlebt hatte, begeisterte sie sich sofort für dessen *freie und unbefangene* Art der *Bewegungsäusserung*. Sie ging versuchsweise einen Sommer lang nach Hellerau, wurde aber enttäuscht von der *intellektuellen Gymnastischen Rhythmik*. Rudolf Bodes Idee von der ganzheitlichen Erfassung des Menschen leuchtete ihr mehr ein. Sie folgte ihm an seine Schule nach München und schloss dort ihre Ausbildung mit einem Diplom in *Plastischer Gymnastik* ab. Zurück in Berlin wurde sie 1915 von dem Arzt und Neurologen Carl Ludwig Schleich auf Elsa Gindler aufmerksam gemacht. Schleich hatte die damals ins Kraut schiessenden Gymnastiksysteme auf ihre Wirksamkeit untersucht und war zum Resultat gekommen, dass die Gymnastik von Gindler die wirksamste sei. Elfriede Hengstenberg nahm zunächst Privatstunden bei Gindler. Ab 1926, als Heinrich Jacoby - früher Musikpädagoge in Hellerau - zusammen mit Elsa Gindler Kurse in Berlin anbot, besuchte sie auch diese. Die von Gindler/Jacoby entwickelte spezielle Erwachsenenbildung prägten Hengstenbergs Arbeitskonzept nachhaltig. Es war die *bedeutsamste Wendung* in ihrem Leben, wie sie selber schrieb.

Elfriede Hengstenberg, oder Hengsti, wie sie nun oft genannt wurde, gab als Bewegungspädagogin von 1915 bis 1980 privat Kurse für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren, in den 50er-Jahren auch Orientierungskurse für Lehrpersonen, unterrichtete von 1928 bis 1933 an der Montessori-Schule Berlin-Dahlem und 30 Jahre lang die Kinder einer Zehlendorfer Privatschule. Sie wurde Begründerin eines eigenständigen Zweigs der Gindler/Jacoby-Arbeit für Kinder. Sie hatte wahrgenommen welche Möglichkeiten für die Bewegungsentfaltung von Kindern, für ihre Balancier- und Kletterlust einfache Alltagsgegenstände wie z.B. Hocker, Hühnerleitern und doppelseitige Malerleitern bieten. Gegenstände, die auch für Eltern leicht zu beschaffen waren. Während sie die Kinder bei ihren Unternehmungen aufmerksam begleitete, hatte sie beobachtet wie diese, wenn das Gleichgewicht auf dem Spiel stand, durch das Suchen und Finden der Balance im Äußeren auch innerlich ins Gleichgewicht kamen, weil sie es nur finden konnten, wenn sie im Inneren still wurden und zur Ruhe kamen.

Was ihre beiden Brüder in der Skulptur und im Bild geschaffen hatten, das brachte sie mit lebendigen Menschen zur Gestalt. Als innovative Bewegungspädagogin hatte sie Lernräume geschaffen, wo nicht Übung und Training, sondern das selbständige Experimentieren mit den von ihr entdeckten und zum Teil auch selber entwickelten Geräten und Versuchen im Zentrum standen. Sie schöpfte aus ihren vier Quellen: der freien Bewegung in der Natur, der Musik, der Gymnastik und dem Arbeitskonzept von Gindler/Jacoby. Ute Strub hat gemeinsam mit Elfriede Hengstenberg aus eindrucklichen Fotos (vgl. Fotos unten), die sie von ihrer Arbeit gemacht hatte, eine Auswahl getroffen, mit begleitenden Texten versehen und das Buch „Entfaltungen“ ediert.



Elfriede Hengstenberg hielt 1967 in Göttingen einen Vortrag zum Thema: „Einsichten und Erfahrungen aus der Arbeitsweise von Elsa Gindler“ und sagte unter anderem:

*„Es freut mich sehr (...) von der Existenz einer Arbeit berichten zu können, in der sich Elsa Gindler in Zusammenarbeit mit Heinrich Jacoby (...) in forschender Weise mit den Möglichkeiten einer allseitigen Entfaltung des Menschen auseinandersetzt – wie sie von Natur aus gegeben erscheint – Im Besonderen mit den Voraussetzungen zu ungestörter Bewegungsentfaltung.“*

#### **ZEITAFEL zum Leben von Elfriede Hengstenberg**

Geboren 22.12.1892 in Meran, gestorben am 4.10.1992 in Berlin.

Vater: Rudolph Hengstenberg geb. in Solingen 1846, Ingenieur und Schriftsteller

Mutter: Mathilde geb. Weißenborn, aus Gotha

1872 Heirat der Eltern

1877 Umzug der Familie von Bochum nach Meran. Aufbau des Gaswerks.

1898	Die Familie zieht von Meran nach Berlin-Wannsee in die Friedrich-Carl-Straße 8 (heute Am Sandwerder 30).
ca. 1911	Abschluss Lyzeum, Haushaltslehrjahr
ca. 1913	Sommerkurs in Hellerau bei Jaques-Dalcroze
1915	Diplom bei Rudolf Bode an der Schule für <i>Plastische Gymnastik</i> / München Rückkehr nach Berlin
1915-80	Selbständige Arbeit als Bewegungspädagogin in Berlin Unterricht an der Montessorischule in Berlin/Dahlem (1928-33) und für die Kinder der Gerdesschule (1928-58), einer Privatschule in Berlin/Zehlendorf
1935,36,37	Leitung Sommerkurse für Erwachsene in Budapest
1950-60	Orientierungskurse für Lehrpersonen zur Verhütung und Überwindung von Haltungsschäden
ab 1917	Zusammenarbeit mit Elsa Gindler (Gymnastiklehrerin und Pädagogin, Berlin)
ab 1926	Zusammenarbeit mit Heinrich Jacoby (Musikpädagoge, Berlin und Zürich)
ab 1935	Zusammenarbeit mit Dr. Emmi Pikler (Kinderärztin, Budapest)
Geschwister: Alfried geb. 1874; Else geb. 1876, verh. Birmann (Zürich); Helene geb. 1877, verh. Zikeli (Bozen); Georg geb. 1879; Rudolf geb. 1894	

#### Quellen und Bildnachweis:

Aus dem Nachlass von Elfriede Hengstenberg, Bibliothek für Bildungsgeschichtliche Forschung, Berlin.

- Lebenslauf vom 7.2.1938
- Korrespondenzen: Briefe an den Vater
- Kursausschreibungen und Anstellungsunterlagen

Im Text erscheinen alle Zitate aus den Quellen in kursiver Schrift.

#### Weiterführende Literatur:

- Hengstenberg Elfriede (1991), Ute Strub (Hrsg.): Entfaltungen. Bilder und Schilderungen aus meiner Arbeit mit Kindern, Heidelberg.
- Traxler, Kim (2009): Das Bewegungskonzept Elfriede Hengstenbergs: Die innere Aufrichtung des Kindes aus eigenem Antrieb (Mit Kindern wachsen). Arbor Verlag, Freiburg.
- Arps-Aubert, Edith von (2013, 2. Aufl.): Das Arbeitskonzept von Elsa Gindler (1885-1961), dargestellt im Rahmen der Gymnastik der Reformpädagogik. Kovač Verlag, Hamburg.

micromove©, 27.3.2018

[www.bewegungsforschung.ch](http://www.bewegungsforschung.ch)