



Kinaesthetics in Japan

Das Bild des Hasen im Käfig

Im Gespräch: Prof. Dr. Hiroko Tadaura und Stefan Knobel

Seit 15 Jahren beschäftigt sich Hiroko Tadaura intensiv mit Kinaesthetics. Und das hat seinen guten Grund: Die japanische Professorin ist Pflegeforscherin und setzt sich für eine menschenwürdige Pflege ein.

Knobel: Frau Tadaura, wann haben Sie Kinaesthetics kennengelernt?

Tadaura: Das war im Jahr 2004. Nach einigen Jahren Erfahrung als diplomierte Krankenschwester im Krankenhaus wurde ich Lehrerin an einer universitären Pflegeschule. Eine meiner KollegInnen hat in Deutschland Kinaesthetics kennengelernt. Ich hatte noch nie etwas davon gehört. Auch in der japanischen Pflegeliteratur war nichts über Kinaesthetics zu finden. Sie fragte mich: «Möchtest du mehr über die Ideen von Kinaesthetics erfahren?» Ich wollte, denn ich war neugierig geworden. Wir gingen in den Übungsraum für die PflegestudentInnen, und sie leitete mich an. Ich war sehr erstaunt und beeindruckt. Etwas berührte mich in meinem tiefsten Inneren.

Knobel: Was war das?

Tadaura: Ich war den Tränen nahe, weil ich wusste: Kinaesthetics ist genau das, was ich als Pflegerin am Pflegebett gebraucht hätte. Sogleich dachte ich an meinen ersten Patienten. Er hatte einen Schlaganfall, woraus eine Sprachstörung und ein seinen ganzen Körper betreffendes Inaktivitätssyndrom resultierten, und er verstarb nach langer Bettlägerigkeit. Ich dachte an die anderen PatientInnen, die sich am Ende ihres Lebens kaum mehr selber bewegen konnten. Als Pflegende versuchte ich täglich mein Bestes für diese zu tun. Ich war aufrichtig zu ihnen und tat, so viel ich konnte. Ich machte aber auch die Erfahrung, dass kein Pflegefachbuch, kein Ratschlag und auch nicht die vorbildliche Arbeitsweise erfahrener PflegerInnen etwas wirklich Grundlegendes bewirkten, was die Lebensqualität dieser PatientInnen betraf.

Knobel: Dann wollten Sie mehr wissen?

Tadaura: Ja. Während der Erfahrungen, die mir meine Kollegin ermöglichte, hatte ich einen Geistesblitz: Kinaesthetics ermöglicht es dem Menschen, sich mit seiner Seele zu verbinden. Es ist wie eine Berührung mit der Seele. Ich realisierte, dass es nicht nur um den Transfer geht.

Knobel: Und dann?

Tadaura: Ich muss etwas ausholen. Als ich Pflegestudentin im Bachelorstudiengang an der Yamagata Universität war, studierte ich den stickstoff-induzierten Dilator von Herzkranzarterien am lebenden Organismus und in vitro im Labor. Ich beschäftigte mich in diesem Zusammenhang während drei Jahren mit pharmakologischen, physiologischen und biochemischen Studien. Diese wissenschaftlichen Grundlagen faszinierten mich. Ich lernte eine Menge, von morgens bis abends, und beobachtete die Mikrowelt der Zellen oder der Desoxyribonukleinsäure (DNA). Im Masterstudium des medizinischen Lehrgangs an der Tohoku-Universität erlernte ich die statistische Auswertung von großen epidemiologischen Datensätzen. Doch danach, als ich Kinaesthetics kennenlernte, wusste ich: Das ist mein Weg!

Knobel: Und jetzt forschen Sie auf dem Gebiet von Kinaesthetics?

Tadaura: Mir wurde die Verantwortung übertragen, auf dem Gebiet von Kinaesthetics an der Universität weiter zu forschen. Parallel dazu besuchte ich von 2005 bis 2006 Deutschland. Die praktische Anwendung von Kinaesthetics im Spital und der Kinaesthetics-Kongress waren sehr interessant und lehrreich. Die erste Forschung in Japan im Jahre 2004 im Bereich von Kinaesthetics erfolgte auf Grundlage der Biomechanik mittels einer 3-D-Bewegungsanalyse-Maschine. Dies half mir sehr, zu verstehen, was Kinaesthetics ist. Wir konnten die Verteilung der Kraft visuell darstellen. Die Bewegungsbahn von parallelen war anders als die der spiralförmigen Bewegungen. Ich lernte, die Ansichten von Kinaesthetics und die unterschiedlichen Begriffe zu verstehen. Später konnte ich mit der 3-D-Analyse-Maschine nachweisen, dass die Bewegungsunterstützung durch Kinaesthetics die natürliche menschliche Bewegung reproduziert. Darüber hinaus fand ich durch meine biomechanischen Studien heraus, dass geübte Kinaesthetics-TrainerInnen während eines Transfers eine ganz andere Schwerpunktverlagerung hatten als nicht in Kinaesthetics geschulte Leute.

Knobel: Sind diese Forschungen in Japan auf Interesse gestoßen?

Tadaura: Im Jahr 2006 erhielt ich in Japan als junge Forscherin eine hohe Fördersumme und ging häufig nach Deutschland. 2008 hatte ich das Glück, nochmals ein Stipendium für ein langfristiges Überseestudium zugesprochen zu bekommen. Ich begann

als Gastforscherin an der Universität Witten/Herdecke zu studieren. Prof. Sabine Batholomeyczik war meine Betreuerin. Norbert Feldmann und seine Familie unterstützten meine Studie und gaben mir den nötigen Rückhalt. Später wurde daraus meine Doktorarbeit. Ich bin allen, die mich während dieser Arbeit unterstützten, sehr dankbar.

Knobel: Warum haben Sie sich immer tiefer mit Kinaesthetics auseinandergesetzt?

Tadaura: Dafür gibt es einen ganz persönlichen Grund, doch zu dem werde ich später noch kommen. Im Jahr 2014 benötigte ich eine MentorIn außerhalb des medizinischen Bereichs. Ich wählte Mr. Suda. Er ist Trainer für Kampfsport, trainierte acht Weltmeister und zwanzig regionale Champions in Japan. Ich nahm an einem Kurs bei ihm teil. Sein Unterricht war sehr ernst und man musste in jeder Hinsicht ehrlich sein. Er forderte mich auf, sehr tief in mich hineinzugehen, um herauszufinden, was mein Lebenszweck ist.





Knobel: Was ist Ihr Lebenszweck?

Tadaura: Um das zu erklären, muss ich die Hasengeschichte erzählen. Als ich Pflegestudentin war, hatte ich einen Teilzeitjob als Privatlehrerin für einen Mittelschüler. Seine Mutter, eine professionelle Haushaltshilfe, holte mich immer ab. Auf der zwanzigminütigen Fahrt führten wir meist sehr interessante Gespräche. Eines Tages sagte sie zu mir: «Ich bin sehr traurig, denn heute habe ich es unterlassen, einem Hasen zu helfen. Ich unterstütze einen Mann, der an einer psychischen Störung leidet. Bei seinem Haus sah ich einen Hasen in einem Käfig. Allem Anschein nach wurde der Hase gefüttert, denn er lebte. Aber er hatte fast keinen Platz mehr im Käfig, weil niemand den Kot wegräumte. Es war so eng darin, dass er sich nicht mehr von der Stelle rühren konnte. Ich war zwar schockiert, aber ich wusste nicht, wie ich dem Mann sagen sollte, dass er etwas tun müsse. Ich konnte dem Hasen heute nicht helfen.» Ich war von der Geschichte so ergriffen, dass ich bitterlich weinen musste.

Knobel: Was hat diese Geschichte mit Kinaesthetics zu tun?

Tadaura: Ich halte es nicht aus, wenn Lebewesen ihrer Freiheit beraubt werden. Die Grundrechte des Hasen wurden verletzt. Er wurde als Wesen in keiner Weise respektiert. Lebewesen brauchen Freiheit. Freiheit ist fundamental für jede Form der Lebensfreude und der Würde. Aus der Freiheit

heraus wird die Lebensfreude geboren. Und die Bewegungsfreiheit ist die Basis für Gefühle und die Gefühle wiederum sind der Schlüssel, um mit sich und anderen in Verbindung zu sein. Das gilt nicht nur im Umgang mit menschlichen Wesen. Die Seele erstrahlt, wenn sie sich mit sich selbst, mit anderen, mit der Umwelt oder was auch immer sonst verbunden fühlt. Die Seele benötigt unbegrenzte Möglichkeiten.

Knobel: Und die Bewegungserfahrung mit Kinaesthetics ermöglichte ein Gefühl von Freiheit?

Tadaura: Mit Verbundenheit, Kreativität und Gewahrsein. Man kann den Käfig des Hasen auch als ein Sinnbild für den menschlichen Körper betrachten. Viele Menschen verbringen ihr Leben in einem Käfig. Sie sind in sich selbst eingesperrt. Der dysfunktionale Körper der PatientIn entspricht genau dem Käfig des Hasen auf der seelischen Ebene. Wenn wir es den PatientInnen ermöglichen, ihre eigenen, freien Bewegungen und Gefühle zu verwirklichen, dann können wir behaupten, dass wir ihre Seelen retten. Um Liebe und Würde mit aufrichtigem Sinn zu verkörperlichen, muss man der Seele, die durch den Körper beschränkt ist, erlauben, sich frei zu bewegen, zu fühlen, zu denken, zu lernen, zu verlangen, zu vergeben. Dadurch entsteht individuelle Subjektivität.

Knobel: Ist das Ihr Lebenszweck?

Tadaura: Meine Aufgabe ist es, diese Freiheit zu ermöglichen. Erst wenn wir den Menschen wirklich zu ihrer je eigenen Bewegung verhelfen, können wir behaupten: «Das ist Pflege!» Kinaesthetics führt in diesen kraftvollen Bereich. Wenn wir mit diesem Bereich verbunden sind, dann wird es so kraftvoll, dass unsere Seele erstrahlt. Ich habe Interesse an diesem Aspekt von Kinaesthetics.

Knobel: Das eine wunderschöne Beschreibung!

Tadaura: Ich erzählte die Hasengeschichte auf mehreren internationalen Kongressen. Würdevolle Pflege ist immer das Thema meiner Vorträge. Letztes Jahr war ich in Dubai und in Rom. Ich fühlte, dass viele ProfessorInnen und ForscherInnen aus verschiedenen Ländern sehr bewegt waren, als ich die Geschichte erzählte. Wir müssen den Blickpunkt verändern. In den Lehrbüchern vieler Länder wird der Fokus hauptsächlich auf das Körperliche und die technischen Aspekte der Mobilisation der PatientInnen gelegt. Es geht um mechanische Methoden. Doch Menschen sind keine Objekte oder Maschinen.



Knobel: Geht es darum, Menschen als Menschen zu behandeln?

Tadaura: Ja, so ist es. Auf dem Weltkongress in Rom sprach ich über diese Unterschiede, indem ich wiederum auf das Bild des Hasen Bezug nahm. Es ist ein Sinnbild dafür, was humane Unterstützung bedeutet. Pflege darf nicht dabei mithelfen, Menschen einzusperren.

Knobel: Das heißt aber auch, dass die Pflege sich nicht nur mit der Oberfläche befassen darf ...

Tadaura: Ich lernte in meinen spirituellen Studien, dass der Sinn für das Gefühl zur weiblichen Energie gehört. Die männliche Körperstruktur ermöglicht Stärke und Kampf. Doch die weibliche Körperstruktur ist sehr weich, um die Gefühle einfangen zu können. Diese weibliche Energie ist notwendig, um Affinität und Anpassungsfähigkeit auszubilden. Die weibliche Seite des Lebens vereinfacht es, für Babys, andere Menschen und für sich selbst zu sorgen. Wie auch immer, wir brauchen die Struktur der Instabilität, die das Gegenteil von Härte und Stabilität darstellt. Manchmal, wenn wir in feminer Energie sind, macht es den Geist instabil, weil er von außen zu sehr beeinflusst wird und dadurch die Balance verliert. Im Gegensatz dazu braucht es die männliche Energie, um zur Spitze eines Unterfangens aufsteigen oder manchmal mit Macht kämpfen zu können. Solche Energie ermöglicht hartes Arbeiten und Konzentration. Wenn man aber diese Energie nur einseitig im Körper fördert, um Macht auszuüben, dann verliert man die Balance ebenfalls, weil man nichts mehr fühlen kann. Es ist sehr wichtig, sowohl die männliche als auch die weibliche Energie zu integrieren. Wir brauchen die Mitte. Das ist kraftvoll. Das ist dasselbe wie die Vorder- und die Rückseiten bei Kinaesthetics. Wir brauchen beides. Wir brauchen die Kombination.

Knobel: Braucht auch die Pflege diese Balance?

Tadaura: Auch die Pflege – aber hier besteht ein globales Problem. Die Probleme der Menschheit entstehen, weil wir uns auf Einbahnstraßen befinden. Die reziproke Interaktion ist verloren gegangen, weil die Menschen sich selbst nicht mehr fühlen können in ihrer abgekapselten Welt. Gemeinsames Handeln kann nicht stattfinden. Die Energie kann nicht fließen.

Gestern nahm ich an einem spirituellen Seminar teil, das interessant war: In diesem wurde vermittelt, dass männliche Energie dazu tendiert, nach oben zu gehen, während weibliche Energie eine horizontale Richtung habe. Und aus diesem Vortrag nahm

ich eine Inspiration mit: Die Kombination dieser zwei Energieformen ergeben eine spiralförmige Richtung wie die DNA-Struktur in der Natur. Spiralen benötigen beide Richtungsimpulse.

Knobel: Beruht der Aufbau von Spiralen in ihrer Struktur auf zwei unterschiedlichen Richtungen?

Tadaura: Ja, eine aufwärtsgerichtete und eine horizontale Bewegung. Die Kombination ermöglicht eine DNA-Struktur. Ich denke, dass ein energetischer Prozess, der eine solch fundamentale natürliche Struktur erzeugt, ein kraftvolles Geheimnis birgt. In Kinaesthetics unterscheidet man ja auch





Hiroko Tadaura ist Professorin an der Graduate School of Nursing and Rehabilitation Science an der International University of Health and Welfare Graduate School, Tokio, Japan. Zusätzlich engagiert sie sich als Teilzeitprofessorin an der Graduate School of Medicine, Tohoku University, Miyagi, Japan. Weitere Informationen unter:

www.hirokotadaura.com
www.tadaura-lab.com
www.carecompetence.org

zwischen spiralförmigen und parallelen Bewegungsmustern. Die DNA-Struktur und das wirkliche Leben sind eng miteinander verschränkt.

Knobel: Hier treffen also wissenschaftliche Fakten und Lebenserfahrungen zusammen?

Tadaura: Sie gehören zusammen. Und Kinaesthetics hilft mir, die Zusammenhänge zu verstehen. Ich will diese in ihrer Tiefe verstehen. Das ist aber ohne die praktische Kompetenz nicht möglich. Ich habe deshalb versucht, eine MentorIn mit größerem Wissen und höherer praktischer Stufe in Japan zu finden. Doch ich konnte keine finden. Deshalb entschloss ich mich, ins Ausland zu gehen, um mehr zu lernen. Das war weniger eine Entscheidung des Verstandes, vielmehr bin ich meinem Herz gefolgt, weil das ehrlich für mich ist. Ich machte es einfach. Ich lernte viele verschiedene Kinaesthetics-TrainerInnen kennen, ich eignete mir Kinaesthetics auf verschiedenen Wegen und auf eine tiefe Art an. Jedes Lernen war dabei hilfreich.

Knobel: Warum haben Sie die TrainerInnen-Ausbildung bis jetzt nicht gemacht?

Tadaura: Es ist sehr wichtig für WissenschaftlerInnen, unverzerrte Forschung zu betreiben. Die Einstellung der ForscherIn auf der Faktensuche sollte neutral sein. WissenschaftlerInnen brauchen eine gewisse Distanz auf das, was sie untersuchen – in diesem Fall auf das, was das Gebiet von Kinaesthetics umfasst –, um es beobachten und erforschen zu können. Das ist der Grund, warum ich bis jetzt diese Ausbildung nicht angetreten habe. Nun aber merke ich, dass ich den Schritt tun muss, um mehr vom Kern von Kinaesthetics zu verstehen. Deshalb werde ich im November in Linz mit der TrainerInnen-Ausbildung beginnen.

Knobel: Bringen Sie so Wissenschaft und Praxis zusammen?

Tadaura: Zuerst gründete ich im Jahr 2007 mit Professor Tokunaga eine wissenschaftliche Forschungsgemeinschaft für Kinaesthetics. Wir publizierten als erste über Kinaesthetics in einem japanischen Journal. Die Organisation bestand für zirka acht Jahre. Doch leider wuchs sie nicht. Gestern in unserem Grundkurs sagten Sie, Herr Knobel, dass ein oberflächliches Verständnis nicht geeignet ist, um die komplexen Wirkungszusammenhänge zu verstehen. Mit anderen Worten: Nur ein tiefes Verständnis kann etwas Ausgereiftes erschaffen. Doch wenn das tiefe Verständnis bei den Menschen vor Ort noch nicht angekommen ist,

dann kann ich als Forscherin auch nur an der Oberfläche forschen. Darum habe ich mich entschieden, die Basiskurse, die praktische Ausbildung nach Japan zu bringen. Dann, einige Jahre später, möchte ich gerne eine neue wissenschaftliche Gruppe bilden. Sie sollte aus internationalen Mitgliedern bestehen. Ich denke, dadurch kann die Idee von Kinaesthetics viel effektiver wachsen.

Knobel: Es geht also darum, zuerst das kinästhetische Verständnis in die Praxis zu integrieren?

Tadaura: Genau. Es geht um meinen Lebenszweck, um den Kern der Hasengeschichte. Es geht darum, herauszufinden, was die Pflege tun kann, damit die Menschen nicht verkümmern. Wenn ich mit diesem Feld verbunden und in Berührung bin, dann lassen sich fast alle Dinge lösen. Das ist sehr kraftvoll. Ich gehe weiter, um in dieser Angelegenheit zu lernen. Das ist alles. Ich konzentriere mich auf das Berühren der Seele.

Knobel: Das ist eine ganzheitliche Sicht der Dinge ...

Tadaura: Gefühle und Erfahrung sind für jeden sehr leicht zugänglich. Visualisierung und wissenschaftliche Erkenntnisse braucht es aber ebenso. Aus diesem Grund betreibe ich einerseits Wissenschaft und tauche andererseits tief in die Praxis ein. Beides ist wichtig. Kinaesthetics ermöglicht mir den Zugang zur spirituellen Energie, die außerhalb unserer sichtbaren Reichweite beheimatet ist. Spiritualität und Wissenschaft existieren wie Antipoden. Und nun kann man sagen, dass Kinaesthetics die Antipoden zusammenbringt.

Knobel: Was ist Ihre Vision für die Entwicklungen der nächsten fünf bis zehn Jahre?

Tadaura: Vielleicht erwartet man von einer Wissenschaftlerin etwas anderes, aber ich muss zugeben: Ich denke nicht darüber nach. (lacht) Ich agiere sehr intuitiv und mache gerade das, was vor mir auftaucht. Ich folge meinem Interesse und meinem Herzen, wo immer sie mich hinführen. Vielleicht entspricht mir deshalb Kinaesthetics so sehr. Wenn ich mit einem Menschen in Bewegung komme, weiß ich nicht, was im nächsten Moment passieren wird. Es ist wichtig, diese im Moment entstehende Freiheit nicht einzuschränken. Analytisches Denken hilft hier in keiner Weise – Fühlen und Tun, das ist relevant in meinem Leben.

Knobel: Vielen Dank für das Gespräch. ●

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
oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
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 _____