

# Umgebung als Konstitutivum der Kinästhetik

Abschlußreflexion, vorgelegt von: Markus Wenninger, 13. Kinästhetik Trainertraining bei Ina Citron, November 2007.

*Entia non sunt multiplicanda praeter necessitatem.*

*Formulierung des Ockhamschen „Rasiermesser“ Axioms von Johannes Clauberg*

*(1622–1665)*

Die Ausgangsthese der vorliegenden Arbeit ist, daß sich innerhalb der sechs Konzepte der Kinästhetik,

1. Interaktion,
2. Funktionale Anatomie,
3. Menschliche Bewegung,
4. Menschliche Funktion,
5. Anstrengung als Kommunikationsmittel, und
6. Umgebung,

mindestens eine Reduktion durchführen läßt (was sich bereits anbietet, ohne irgend weiteres Wissen um Kinästhetik, bei den Prinzipien „Menschliche Bewegung“ und „Menschliche Funktion“ – man könnte zum Beispiel vermuten, daß Bewegung eine menschliche Funktion ist oder zumindest sein kann). Das heißt, *daß die Komplexität zunimmt*, bei Abnahme der Quantität der Prinzipien. Hier ist Reduktion nicht mißzuverstehen als Vereinfachung, sondern strikt im Ockhamschen Sinne als Eruiieren des wesentlich Notwendigen. *Ein solches Notwendiges ist Umgebung.*

Ein Fingerzeig in diese Richtung der Untersuchung ist die prinzipielle Zweistelligkeit kinästhetischer Bewegung – natürlich, wenn es zum Beispiel in pflegerischer Aktivität um eineN BewegendeN und eineN zu BewegendeN geht, aber gleichermaßen näherhin, im Sinne der *natura naturata*, in der Bewegungserfahrung der Einzelnen<sup>1</sup>. Zum Einen, weil der Boden, der Stuhl, das Bett et cetera im allgemeinen Sinne Umgebung sind<sup>2</sup>, zum Anderen jedoch auch,

<sup>1</sup> Wenn in dieser Arbeit das Femininum verwendet wird, ist entsprechend das Maskulinum, wo möglich oder notwendig, mit gemeint, beziehungsweise wird eine Schreibweise wie „TeilnehmerIn“ benutzt.

<sup>2</sup> „Sind“, nicht „darstellen“: Der Unterschied zwischen „ein Beispiel sein für etwas anderes, Element der Klasse x sein“, und „etwas an sich selbst sein“ spielt eine entscheidende Rolle in dieser Arbeit. Eine Bewegungstechnik kennt ein Krankenbett als ein Beispiel für eine bestimmte Situation, in welcher die einschlägige Technik anwendbar und sinnvoll ist; Kinästhetik ist

weil in gewisser spezifischer Weise zum Beispiel Körperteile inander auch Umgebung oder Teile derselben sind – ganz fundamental, weil in der Gleichung von *actio et reactio* der in irgendeinem Sinne passivische Anteil gegenüber dem aktivischen Umwelt in einem wesentlichen Aspekt realisiert. Für das zirkulierende Blut ist das Gefäßsystem Umgebung, für die Atemluft ist eben genau der Weg durch den Totraum bis hin zu den Alveolen, durch die Atemwende wieder zurück, alle Bewegung bezogen auf die widerständige, Reibung ermöglichende Umgebung. *Ohne den Widerstand (in) der Umgebung keine Bewegung*<sup>3</sup>.

*Bewegung und Umgebung stehen in einem wechselseitigen, verschränkten Bezug zueinander.* Intensivität heißt, es fehlt jedwede externe, extensive Skala, welche eine Bewegung analysiert und quantifiziert sein läßt. Größenmaße in extensiver Beschreibung bemessen sich beispielsweise in Längenmaßen, also „X ist 180cm groß.“ in intensiver Beschreibung „X ist größer als Y.“. Es ist entscheidend, zu verstehen, daß mit Intensivität und Extensivität nicht (bloß) ein Wechsel der Beschreibungssprache geleistet ist: Sondern das Objekt, die Sache selbst ist eine kategorisch andere. Wenn Bewegung und Umgebung in Intensivität zueinander stehen, existiert nicht nur keine extensivische, quantifizierbare Beschreibungsebene, sondern es gibt in keinem denkbaren Sinne die Bedingung der Möglichkeit zu einer solchen. Das hat direkte Folgen für zum Beispiel wissenschaftliche Reihenuntersuchungen, welche die empirische Relevanz und Validität kinästhetischen Vorgehens in pflegerischen Handlungsfeldern zum Gegenstande haben. Auf den ersten Blick erscheinen Alternativen zu qualitativen

---

hingegen in keinem denkbaren Sinne eine der konkret realisierten Bewegungssituation äußerliches Konzept oder Ähnliches – eine kinästhetische Reflexion ist grundsätzlich eine Reflexion-in-Bewegung. Natürlich zieht dies sofort nach sich, daß zum Beispiel der Status und der Aussagewert einer Arbeit wie der vorliegenden sich in Frage gestellt sieht, und weiterhin ganz allgemein jedes Sprechen über und von Kinästhetik der, Husserlsch, *Sache selbst* in diesem spezifischen Sinne äußerlich oder appellativ zu bleiben droht. Wie soll es, mindestens denkerisch, möglich sein, von Kinästhetik zu sprechen, ohne dabei Kinästhetik nicht immer schon zu tun? Das ist keine unwesentliche Frage, wenn der kategorische Unterschied zwischen „x sein“ und „ein Beispiel für x sein“ irgendeinen Sinn machen soll. Diese Arbeit beansprucht eine rhetorisch wohlwollende Entscheidung insofern, als sie voraussetzt, daß es sinnvoll sein kann, Überlegungen im Sinne dieser Arbeit anzustellen, um daraus einen klareren Blick im Sinne des Descarteschen *clare et distincte* auf einen möglichen Begriff der Kinästhetik zu ermöglichen.

<sup>3</sup> Dieser fundamentale Aspekt kinästhetischer Arbeit erscheint mir nicht ausreichend gewürdigt: Die harmonisierende, ausgleichende kinästhetische Körperarbeit ist *essentiell bedingt* durch den Widerstand des Widerparts, das Nichtentsprechen, gegenläufige Widerstreben der Umgebung oder Teilen derselben. Zugespißt gesagt, ist Kinästhetik konstitutiv angewiesen auf pathologische Körper- und Kommunikationsformen. Ist es möglich, Kinästhetik zu denken in einer harmonischen, körpermechanisch sinnvollen Umgebung? Das ist keine bloß akademische Frage, sondern zielt in den definitiven Kernbereich dieser Körperarbeit, und meint in letzter Konsequenz die Entscheidung, ob Kinästhetik eine Heiltechnik oder ein solches Konzept ist, oder nicht / mehr als das. Vorstellbar zum Beispiel wäre, daß „Kinästhetik“ in einer Bewegungsumwelt des zeitgenössischen Bühnentanzes, oder, unter völlig anderen Vorzeichen, in einer des Tai Chi völlig auflösbar sein kann, mithin, daß der Frage nachgegangen werden muß, ob das Eigene der Kinästhetik dorten zum Beispiel nicht redundant sich erweise. Es liegt jedoch weit jenseits des hier Möglichen, zu beantworten zu suchen, was also der Fortschritt wäre, der irreduzible Beitrag der Kinästhetik, oder diese aus bereits existierenden Körperentwürfen ableitbar sei.

Erfahrungsberichten nicht zu existieren noch möglich zu sein, der intensiven Verschränkung der Beziehungsgrößen (in) der Kinästhetik geschuldet: Es gibt keine von der jeweiligen Bewegungssituation unabhängige kinästhetisch Bewegende, noch eine solche zu Bewegende, und insbesondere kein solches Bewegungsschema, das ist das instensivische Verhältnis<sup>4</sup>. Das kinästhetische „größer als / kleiner als“, „schwerer als / leichter als“, „härter als / weicher als“ ist eo ipso eine Beziehung - näherhin gerade keine, allwo zwei Elemente über ein drittes, eine Skala, ein Maßstab oder eine Bemessung in Relation gesetzt werden, wie es bei Extensivität der Fall ist, wo eine bestimmte Kilozahl mit einer bestimmten Technikform unter einem bestimmten Kraftaufwand eine bestimmte Strecke entlang bewegt wird. Kategorisch anders, ist eine kinästhetische Bewegung direkt abhängig von den inbegriffenen Beziehungselementen - das bewegende *momentum* ist ebenso sehr das bewegte, und vice versa. Diese resonierende Synchronisation ist von Anfang an dem Regionalen, dem Hier und Jetzt angepasst, wobei natürlich die Initiierung, die Steuerung und der Abschluss der Bewegung dem primär aktiven Element obliegt, welche zugleich fortlaufend (sic!) die gemeinsame Intensivität der Bewegungsaktivität reflektiert. Eine extensiv differenzierte Bewegung kann prinzipiell von einer Maschine ausgeführt (oder unterstützt) werden, da alle relevanten Faktoren, wie zum Beispiel Kräfte- und Streckenverhältnisse, größte und kleinste Geschwindigkeiten, mögliche Vektoren und Bewegungsradien unabhängig von der konkreten Situation und den teilhabenden Elementen sind. Das Bewegen in spezifischen Pflegeumwelten hingegen erlaubt solches nicht, weil Individualität und Regionalität aller beteiligten Faktoren intensiv sind und daraus her einer kinästhetischen Auffassung bedürfen; ein Pflegestandart in Sachen Kinästhetik kann allerdings intersubjektive Inhalte wie die Auffassung von weichen muskulären und harten knöchernen Zonen des menschlichen Körpers beinhalten und die daraus abgeleiteten Grundsätze der kinästhetischen Körperarbeit, aber *solches selbst* ist nicht Kinästhetik. Es könnte zugespitzt ausgesagt werden, dass Kinästhetik

---

<sup>4</sup> Dies hat nichts zu tun mit einer Art Beschränkung auf subjektives Vermeinen, etwa ein eine Patientin leichter oder schwerer bewegen- Können. Kinästhetik ist emphatisch kein Repertoire von Techniken allein, obwohl es natürlich auch einer Reihe von Fertigkeiten bedarf, und durchaus ein Umlernen von pathologischen zu physiologischen Bewegungsformen nötig ist. Diese Techniken sind aber eine reine *Folge* eines veränderten Begriffes von Körperarbeit selbst, und als solche kann mindestens im Lernumfeld von Kinästhetik sinnvoll davon gesprochen werden, dass „es leichter geht“.

gezeigt werden kann und praktiziert, aber dass nicht darüber gesprochen werden kann. Die Intensivität der Kinästhetik hat nichts zu tun mit der Ideologie eines „jeder Mensch ist anders“, sonst wäre Kinästhetik nicht intersubjektivierbar, also weder lehr- noch lernbar. Die Bewegungsparameter in einer intensiven Beziehung sind im Gegensatz zu einer extensiven strikt regional und grundsätzlich in ihrer Objektivität (: eine Qualität der Empirie, es kann darauf gezeigt werden, es kann verbal kommuniziert werden , also ohne Anwesenheit oder Zuhandenheit der Sache selbst, es ist lehr- und korrigierbar anhand eines richtig-falsch) immer schon aufeinander bezogen. Das heißt, dass Umgebungsgestaltung, welche von der Modifizierung von Auflage- und Unterstützungsflächen bis hin zur Anpassung der individuellen Atemtiefe (der Bewegung des Brustkorbes und des Zwerchfells) reichen kann, sich dem konkret realisierten Bewegungsprozess sorgfältig und kontinuierlich anpasst. Dazu eine extensive Bewegungsbeziehung, wo Kraftmomente und Lastverteilung diskret und in Graden jeweils angebbar sind, und vor allem unabhängig von den beteiligten Elementen, also zum Beispiel einer bewegenden Pflegenden und einer zu bewegenden Patientin.

Es bleibt noch zu zeigen, wie das Teilkonzept *Umgebung*, intensiv begriffen, sich als Konstitutivum totalisiert für das Gesamt der Kinästhetik.

### Umgebung und Interaktion

Interaktion als Austausch zu verstehen, birgt unter Umständen eine terminologische Schwäche, weil Interaktion ein Geben und Nehmen ist, was näherhin besehen das Wort „Austausch“ auch beinhalten kann; doch geht es bei kinästhetischen Interaktion um mehr als einen bloßen Tausch oder die Handlung des Tauschens von Inhalten, vor allem, wenn eine solche Tätigkeit von einer teilnehmenden Seite ausgeht (wie wenn Teile einer Maschine ausgetauscht werden). Interaktion in kinästhetischem Sinne meint aber einen aktiven wechselseitigen Bezug in intensiver Beziehung, wobei das mindestens intuitiv passivische Element

auch ein Gegenstand sein kann, welcher jedoch immer eine *Wirkung* hat: *Interaktion ist wechselseitiger, kontinuierlicher Wirkungsbezug.*

Als relevante Faktoren sind auszumachen: Sinnliche Funktion, Selektionsfähigkeit, Beschaffungskompetenz und die Fähigkeit des Systems, eigene Vitalfunktionen aufrechtzuerhalten<sup>5</sup>. Alle diese Faktoren sind selbstverständlich und per definitionem *transitiv*, das heißt das initiative Subjekt der Interaktion wählt einen sinnlichen Kanal, selektiert Ressourcen, Kompetenzen, Ziele, antizipiert Aufwandsanstrengungen zur Verwirklichung derselben und kalkuliert das Risiko einer Systemöffnung hinsichtlich seiner Vitalfunktionen. Dies alles ist nichts anderes als eine Modifikation der Subjektumwelt, wobei das subjektive System der Mittelpunkt seiner Eigenumwelt ist.

### Funktionale Anatomie

Die kinästhetische Unterscheidung von weichen und harten Körperanteilen, von Kontaktzonen und Bewegungsräumen des menschlichen Leibes wurden bereits erwähnt. Leibliche Struktur und Orientierung desselben / ebendort bedingen einander direkt und sind in großen Teilen sogar synonym zu verwenden, gerade weil Kinästhetik kein induktiv kumuliertes oder eine Summenmenge, sondern ein kategorisch ganzheitlicher Entwurf ist, das heißt, der strukturelle Zusammenhang der Beschreibungsgrößen ist hier ein wesentlich engerer, als zum Beispiel in einem direkt auf eine bestimmte heilende Wirkung abgezieltes physiotherapeutisches System es ist<sup>6</sup>.

Während „Struktur“ sich in erster Linie auf Knochen und Muskeln bezieht, Körperteile meint, richtet „Orientierung“ den Blick auf Körperrichtungen und Bewegungsradien. Dabei sind jeweils beide Betrachtungsweisen kontinuierlich aufeinander bezogen: Die Organisation des menschlichen Körpers im Feld der

<sup>5</sup> Viz. Citron 2004 (1998), Seite 96.

<sup>6</sup> Dass ein System des „Alles bezieht sich auf alles.“ auch einfach semantisch leer sein kann, soll hier nicht verschwiegen werden. Wenn A relativ zu B ist, und B relativ zu A, heißt das noch lange nicht, dass A oder B oder beide irgendeine Semantik erfüllen, auch wenn das intuitiv nahe läge. Hilfreich mag an dieser Stelle die semiotisch-logische Unterscheidung von Sinn und Bedeutung sein: „Orientierung“ und „Struktur“ in gewissem Sinne kongruent zu verwenden oder zu assoziieren, erscheint sinnvoll, weil es solche Gegenstände in der Welt gibt, das heißt, meine entsprechende (sic!) Rede intersubjektiv als in einem bestimmten Sinne als treffend intersubjektiv verstanden wird – auch wenn nicht vollständig abgewehrt werden kann, dass möglicherweise keine semantischen, das heißt lexikalisierbaren Einträge existieren dergestalt.

Schwerkraft ist zugleich Hemmnis wie zuallererst Konstitutivum menschlichen Bewegens überhaupt – eine schwerelose Bewegung ist schlechterdings unmöglich, ebenso wie völlige Entspannung, jedenfalls nicht in physiologischem Sinne. Natürlich gibt es Bewegung in Schwerelosigkeit: In „free fall“ muß jedoch alle gravitatische Ausrichtung komplett von der leiblichen Struktur übernommen werden, das heißt dem organisierten Zusammenspiel von Knochen, Muskeln und den sich daraus ableitenden und davon ermöglichten Bewegungsräumen und –räumen. In einem wirklich schwerelosen Feld, ohne eine Umgebung, welche temporär eine Organisation des Leibes entlang eines Bewegungsvektors ermöglichte, gibt es keine Möglichkeit, auf den Körper eine Kraft einwirken zu lassen, auch keine Reibung, und somit keine Bewegung.

Es sei hier des Weiteren hingewiesen darauf, dass „Entspannung“ eigentlich eine eutonische Spannung zwischen Spieler und Gegenspieler entsprechender Muskelgruppen meint, ein Gleichgewicht der möglichen Kräfte, welches in einer Funktionsstellung des einbeschriebenen Bewegungsräume oder Gelenke mündet. Hypotone Schlaffheit verhindert ebenso sehr Bewegung, wie es hypertone Überspannung tut; Kinästhetik strebt hier nach der beispielsweise aus den Kampfkünsten bekannten aufmerksamen Passivität an Spannung – fortwährende Anpassung an die Bewegungsaktivität und –möglichkeiten der zu Bewegenden ist ein emphatisch resonierendes Vorgehen von einer Stetigkeit, welche sich nicht in eine Summe von Spannungszuständen auflösen ließe noch eine diskrete Folge ist, sondern eine andauerndes Feedback zweier (oder mehrerer) körperlicher Strukturen und Orientierungen. Kinästhetik bietet in diesen beiden Prinzipien der Orientierung und der Struktur ein Reservoir an möglichen funktionalen Beziehungen von Bewegender und zu Bewegender, von möglichst einfacher Syntax, das heißt es gibt nur wenige tatsächlich sanktionierte Vorgehensweisen<sup>7</sup>, und alle Bewegungsaktivität ist pragmatisch intensiv und situativ bestimmt. Während die genannten sechs Prinzipien die Semantik der Kinästhetik abdecken, bei einer nicht komplexen Syntax, konzentriert sich diese Körperarbeit und –Kommunikation

<sup>7</sup> Eine wäre zum Beispiel, dass keine Kräfte in Bewegungsräumen wirken dürfen – zum Beispiel das zum Sitzen im Bett-Bringen, indem die Pflegende in den Nacken der zu Bewegenden greift und deren Körper parallel zu sich hochzieht, ist untersagt, aus genau denselben Gründen, aus denen eine Kampfkunst die Halswirbelsäule attackierte.

pragmatisch, id est in und als ein körperliches Resonanzgeschehen, hier von weichen, muskulären und harten, knöchernen Strukturen. Körperliche Struktur und Orientierung sind durchgehend in strukturalistischen Gegensatzpaaren differenziert, wobei stets ein Part die Umgebung für den anderen darstellt - dass es einen notwendigen Unterschied gibt zwischen beiden Paargliedern, ist Voraussetzung wie Demonstration dafür. An jeder Stelle des menschlichen Körpers kann getrennt werden zwischen weichen, eher nachgebenden, meist willentlich unter Bewegungsspannung zu setzenden Anteilen und harten, widerständigen, der Bewegung ebenso sehr folgenden wie diese ermöglichenden skelettösen Anteilen. Der Knochen ist die konstitutive Umgebung für den an ihm ansetzenden Muskel- und Sehnenapparat, ein Muskel ohne ein knöchernes Environment ist vollkommen sinnlos, ebenso sehr wie ein Knochen oder gar eine komplexe Struktur wie das menschliche Skelett ohne die muskulöse Einbettung eine tote Subtraktion bedeutet<sup>8</sup>. Das kinästhetische Reden von einer *wirksamen* (beziehungsweise unwirksamen, physiologisch destruktiv / ungeeignet für das Einwirken einer Kraft) *Kontaktzone* enthält in nuce das Thema der vorliegenden Reflexion: Bewegung durch Kontakt an / in Bewegungsräumen hemmt, an / in Körperteilen unterstützt sie dagegen. Wirksam in diesem Sinne ist Kontakt an oder in einer körperlichen Strukturgröße immer, einmal kann eine pathologische Bewegungsform gebremst, ein anderes Mal eine physiologische dagegen befördert werden. In Sachen Resonanz in der Akustik und Optik wird hier sofort assoziierbar, wie das Aufeinandertreffen von zwei Wellenbergen oder -tälern in einer Verstärkung resultiert, wohingegen sich Wellenberg und -tal nivellierend ausgleichen – insofern wäre ein kinästhetischer Kontakt in einer Bewegungszone die Erzeugung eines Bewegungsstillstandes, in einer wirksamen Zone, nämlich einem Körperteil, eine Potenzierung des Möglichen der Bewegung dorten. Diese Resonanz darf jedoch nie als Ausnutzen des Bewegungs“schwunges“ missverstanden werden, Kinästhetik holt nie „Schwung“, weil eine solche Verstärkung mit einem Kontrollverlust einhergeht, und Achtsamkeit und eine Erweiterung des Bewegungsbewusstseins

<sup>8</sup> Die ja deshalb nicht sinnlos sein muss – es sei hier darauf hingewiesen, dass die Kinästhetik im lebendigen Organismus manifest wird, und keinesfalls auch nur demonstriert werden kann zum Beispiel an einem Skelettmodell, oder Simulationen von pathologischen Bewegungs- und Haltungsformen.



geradezu verhindert wird, weil die Geschwindigkeit wächst. Bemerkenswert an dieser Stelle scheint mir zu sein, dass die routinierte Anpassung der Kinästhetik an einen zweiten Bewegungsprozess in einem letztendlich geringeren Zeitaufwand mündet, der beispielsweise für die Mobilisation einer Patientin aus dem Bett in den Stuhl benötigt wird, als es vermittelt eines Lifters oder reiner muskulärer Hebekraft der Fall ist, obwohl die kinästhetische Bewegung ein Mehr an Aufmerksamkeit, Umsicht und Einfühlung der Bewegenden auf das Objekt ihrer Aktivität erfordert<sup>9</sup>.

Die relevante Stellgröße für die Orientierung der körperlichen Struktur ist *die der Schwerkraftumwelt* allein. Ein Vorgehen wie das des Orientierungsrituals am eigenen Körper, wo vom höchsten bis zum tiefsten Punkt der Anatomie die harten und die weichen Körperflächen mit der Hand bestrichen werden, definiert geradezu die fortlaufende Bezugnahme kinästhetischen Kontaktes jeweils zur vom Mittelpunkt der Handfläche aus hergestellten Körperumwelt. Hierbei ist *Her-Stellung* in einem Heideggerschen Sinne wörtlich zu nehmen: Die jeweilige Umwelt in ihrem Sein wird her gestellt, her zum Kontakt Aufnehmenden Körperteil, meist den Händen der Bewegenden. Die kinästhetische Bewegung ist dabei nicht unterteilbar in agens, reagens und ein vermittelndes Drittes, sondern der Wirkungszusammenhang ist ein Kontinuum, ein Resonanzboden von Kraftvektoren. Das Her-Stellen ist dabei ein in die Nähe Bringen, in den Raum zwischen Gesicht und Händen der Bewegenden, welcher eine bewusste Bewegung definiert, die verschiedenen Bezugsebenen richten sich an dem widerständigen Feedback der zu Bewegenden aus.

Dabei ist die vereinfachende Charakterisierung von Kinästhetik als Bevorzugung der Spiral- vor einer Parallelbewegung ein wenig irreführend, denn eine Spirale ist einfach nur eine weitere Gerade, mit einer Steigung in einer

---

<sup>9</sup> Die Qualität einer Bewegung bemisst sich mindestens nicht in erster Linie an der dafür aufgewandten Zeitdauer – dies ist aber eine in Pflegeumwelten absolut immer relevante Stellgröße jedweder Bewegungsform, weshalb es mir wichtig scheint, davon zu sprechen. Kinästhetik findet nicht in esoterischen oder in Selbsterfahrungskontexten statt, sondern in einem Bewegungs- und Resonanzraum, welcher praktisch immer eine in ihren Potentialen schwächere zu Bewegende und eine stärkere Bewegende kennt. Obschon nicht Thema dieser Arbeit, sei hier hingewiesen auf die effektivere Nutzung der leiblichen und körpermechanischen Ressourcen der Patientin in einer kinästhetischen Bewegung, die aufgewandte Kraft wird reduziert, die Zeiträume werden kürzer, ebenso wie die Raumvektoren verkürzt werden, zum Beispiel ist eine diagonale Bewegung immer in der Strecke kürzer als parallele (viz. die Patientin im Bett von unten nach oben und zur Seite transportieren). Deshalb ist Kinästhetik schneller als andere Bewegungsformen, auch wenn das rein gar nicht im Fokus ersterer liegt.

weiteren Dimension, es ändert sich nichts an dem Umstand, dass eine Spiralbewegung an einem Punkt beginnt und an einem anderen endet. Entscheidend ist, dass in den jeweiligen wirksamen Kontaktzonen, orientiert an den eingesetzten körperlichen Strukturen, die Positionsveränderungen nicht abhängig sind von der Krafterleistung der Bewegenden, also via der von ihr eingesetzten Mittel durchgeführt werden, sondern die Bewegende eine resonierende Umwelt ist, mithin ein Medium, welches die Bewegung der bewegten Person an sich, mit sich und in sich verkörpert (sic!). Es geht allein um die Umwelt, welche den wirkenden Kräften zur Verfügung gestellt werden und in welcher jene sich zugleich manifestieren (sic!) und welche sich aus dem Verhältnis des körperlich höchstgelegenen zum tiefsten Punkt sich aufspannt.

### Menschliche Bewegung

Einschlägig ist in diesem Prinzip das des selbstregulativen Fließgleichgewichtes, vor allem desjenigen des homöostatisch zuständlichen Zentralnervensystems des Menschen. Terminologisch problematisch erscheint hier, dass die Eichung des Nervensystems bloß axiomatisch vorausgesetzt wird, aber nicht begründet, das ZNS „hat“ einen solchen Null- oder Bezugswert „einfach“, was dann auch erlaube, pathologische Seins- und Bewegungsformen zu verlernen und physiologische zu erlernen. Aber ein solcher Wert, dessen Dimension und Benennung völlig ausstehen (dies könnten empirische Werte von elektrischen Spannungszuständen sein, oder rein qualitative Bekundungen des Individuums über den eigenen Allgemeinzustand), ist sehr schwer zu begründen, und vor allen Dingen erscheint er nur intersubjektivierbar über die emphatische Kompetenz des Menschen<sup>10</sup>. *Das* die existentielle Situation des Menschen selbstregulierend ist und sich kontinuierlich verändert, steht außer Frage – mir scheint nur, dass es eine

---

<sup>10</sup> Zum Beispiel: Auch wenn ich möglicherweise falsch liege, nehme ich nicht an, dass ein Mensch, der vor mir auf dem Boden liegt, sich den Bauch hält und stöhnt, nicht Schmerzen empfindet oder in irgendeinem anderen Sinne in seinem Gesundheitszustand gestört ist, und versuche, ihm nach Kräften zu helfen (was sogar die Möglichkeit mit einschließt, dass ich es für ihn „nur noch schlimmer“ mache). Auch rein existentielle Äußerungen wie Lachen oder Weinen sind anscheinend von der soziokulturellen Situiertheit des Menschen unabhängig und teilen sich rein von Mensch zu Mensch mit.

solche angesprochene Eichgröße als nichts als Regionales gibt, und zwar einzig sich herstellt aus dem Verhältnis der menschlichen Regelkreise (neuronaler Natur, oder bezüglich des zirkulierenden Volumens an Flüssigkeit und Luft, des hormonalen Kreises und der exo- wie endokrinen Drüsentätigkeit, des gesamten kinästhetischen Komplexes) zu deren Umwelt(en). Es besteht die konkrete Gefahr, dass aus „Störungen der körperlichen Selbstregulierung“ ein diskriminierendes Moment ableitbar ist hinsichtlich einfach derjenigen menschlichen Lebensumwelten, welche sich vom jeweils eigenen Standpunkt unterscheiden; die Kritik hier wendet sich gegen einen totalisierenden Begriff von Gesundheit, welcher einen westlichen, individualisierten Kanon forciert. Mir geht es darum, zu verdeutlichen, dass der Mensch *immer, eo ipso, selbstregulierend* ist, und es einen methodologischen Fehler bedeutet, einen Zustand gewissermaßen optimaler Selbstregulation zu postulieren und dann noch eine Reihe defizitärer Zustände oder Störungen auszumachen. Dann gäbe es nämlich keinen einzigen konkreten Fall eines nicht sensomotorisch amnestischen Menschen, sondern alle existierenden Menschen wären von Geburt an bis zum Tod in dem einen oder anderen amnestischen Defizit befangen. Dieses Kantsche an sich der körperlichen Selbstregulierung ist dann entweder niemals einlösbares Telos, oder in der Hand derjenigen, welche die Verfügungsgewalt über die Kriterien beanspruchen, welche den Begriff dann ausmachen<sup>11</sup>.

Mir ist es dahingegen darum zu tun, in der Kinästhetik einen Ort auszumachen, welcher jeden menschlichen Zustand als gegeben akzeptiert und darin dessen selbstregulative Potentiale entbirgt. Anstatt bei der Mobilisation eines Menschen vom Sitzen im Stuhl zum Sitzen in der Badewanne als einem zu sprechen, der in einem Bewegungs- oder Handlungsdefizit befangen ist, ermöglicht Kinästhetik es, den Ist-Zustand bejahend zu akzeptieren und *darin* die lebensweltlichen Bezüge, hier hinsichtlich bestimmter Bewegungsaktivitäten bei der Körperpflege, zu vertiefen und zu erweitern. *Ich nehme, kinästhetisch, zu keinem Zeitpunkt eine Haltung ein, welche ein wie auch immer geartetes Gefälle zwischen mir und der*

<sup>11</sup> Das wären zum Beispiel Menschen weißer Hautfarbe, wahrscheinlich männlichen Geschlechtes, im Alter maximaler körperlicher Leistungsfähigkeit, Fleischesser und von einem kapitalistisch-protestantischen soziokulturellen Herkommen, unzweifelhaft Bewohner der westlichen zivilisierten Welt.

*Anderen beinhaltet.* Eine Patientin mit spastisch verkrümmten Armen ist kein in irgendeinem Sinne defizitär befasster Mensch, sondern einfach in einem bestimmten Ist-Zustand, den ich hin- und liebend (im Sinne der lateinischen „cura“, Sorge) annehme. Die in Citron 2004 angeführten Eigenschaften kinästhetisch sinnvollen Bewegens, vor allem das

≙ Fließgleichgewicht und Wechsel von Spannung und Entspannung der willentlich beeinflussbaren Muskulatur, und die

≙ im ganzen Körper auftretende und der Skelettform gemäße Abfolgen,

sind dialogische Bezüge zur Umwelt, welche immer schon individuiert und je verschiedene sind, aber eben nicht defizitär oder der Kompensation oder gar „Umprogrammierung“ bedürftige. Der grundsätzliche umwelthafte Bezug des Menschen ist entscheidend komplexer, als es ein Defizit- oder eine Rede von Amnesie auch nur nahe legt: Mit Plessner<sup>12</sup> ist dieses Verhältnis ein vermittelt unmittelbares, ein Zugleich von Leibsein und Körperhaben, und weiter, dass diese Dualität noch einmal als sie selbst gewusst ist. Vermittelte Unmittelbarkeit meint, dass die mit dem Menschen formatierte Organisation des Lebendigen zur selben Zeit und identisch ein Sein ist, das den Leib meint, der ich jeweils bin, mit dem ich identisch bin, und das Haben dieses Seins, was den Körper meint, wo ich durchaus Behinderungen und Defizite meines Leibes erfahren kann und welche meine Person, mein Ichsein deshalb nicht mindern oder ändern.

„Eine indirekt-direkte Beziehung soll diejenige Form der Verknüpfung heißen, in welcher das vermittelnde Zwischenglied notwendig ist, um die Unmittelbarkeit der Verbindung herzustellen [!] beziehungsweise zu gewährleisten.“ (Plessner 1975, Seite 324)

Bereits diese Verschränktheit eines konstitutiven Widerspruches des Zugleichs von Körperhaben und Leibsein wird in einer auf einen homöostatischen Idealwert bezogenes Modell von Selbstregulation unterschlagen; dennoch definiert mit Plessner entscheidend den Menschen erst die Tatsache, dass diese widersprüchliche und unharmonisierbare Dissonanz von Körper und Leib noch

---

<sup>12</sup> Vor allem in Plessner, *Die Stufen des Organischen und der Mensch*“, Berlin u. New York 1975.

einmal als sie selbst im bewussten Besitz des Menschen ist, dieses *Bewusstsein von der essentiellen und existentialen Antagonizität der menschlichen Organisation*. Plessner spricht hier auch von der situativen Bewußtseinsimmanenz – der Mensch erfährt sich und die Welt, seine Position darin, welche ein Zugleich von absolutem Mittelpunkt („alles Seiende ist auf mich bezogen“) und absoluter Gesetztheit („alles Seiende ist auch ohne mich“) ist, als Inhalt seines Bewusstseins, und *deshalb* als nicht identisch mit sich. Dieses Bewusstsein ist natürlich eines des Vernünftigen, aber beileibe (sic!) nicht allein: Kinästhetik verkörpert wörtlich, wohl verstanden, dieses Haben als diesen selbst des inkarnierten Widerspruches von Leib und Körper (was keinesfalls Homonyme sind). Zur selben Zeit, und dabei ununterscheidbar kongruent<sup>13</sup>, ist die körperliche Distanz zwischen der Bewegenden und der Bewegten, ineins mit dieser Situiertheit ist aber zugleich die Organisation zweier Leibidentitäten, zweier besetzter organischer Räume, welche nicht von jemand anderem ausgefüllt werden können zu dieser Zeit. Dieser interne, integrale und konstitutive Bezug des Organischen ist immer schon gesetzt (nicht etwa ein Ergebnis zivilisatorischer Bildung oder kinästhetisches Expertinnenwissen), und als ein solcher immer schon ein Bezug auf eine Umwelt. Umwelt in Bezug auf die eigene Gestelltheit in besagten Widerspruch, Umwelt in Bezug auf das mich Umgebende; ich bin nicht einfach identisch mit meinen Körperteilen, ebenso wie es die zu Bewegende ist, und dennoch sind wir nichts als eben dieses. Dass dieses ein Bewusstes ist, unterscheidet uns von der tierischen Organisationsstufe, und es ist der Spielraum und Resonanzboden der Kinästhetik.

### Menschliche Funktion

Dieses Prinzip, welches sich mit menschlichem Bewegungsverhalten auseinandersetzt, lässt sich methodologisch integrieren in das thematische Feld der Orientierung der körperlichen Struktur. Das sequentielle Bewegen aller Körperteile

<sup>13</sup> „Kongruenz“ ist nicht „Identität“, nur Deckungsgleichheit, aber eben Plessnersch von solcher Güte, dass beide Elemente jederzeit als Verschiedene erfahren werden, qua Lebendigkeit und Erinnerung in einem solchen Widerspruch gehalten werden, aber das eine aus dem anderen keinesfalls ableitbar wäre.

in der Verschränkung von Drehen und Beugen / Strecken, sowie die kinästhetischen Grundpositionen sind allesamt definiert durch den Bezug zur Bewegungsumwelt, in erster Line dabei das Verhältnis der Körperteile zueinander, unter den spezifischen Indizes der abgezielten Ziele des Bewegens; ein Verhaltensmoment steht nie für sich, sondern ist immer gerichtet, jede Bewegung ist entlang eines Vektors, welcher einen Bewegungsraum aufspannt und dabei die Körperteile ausrichtet: Beispielhaft sei hier der Unterschied zwischen den ermöglichten Handlungsbewegungen genannt, welche aus der Bauchlage oder der Rückenlage heraus intendiert wird. Auflage auf weichen beweglichen Vorderseiten erschwert mindestens Handlungen, weil gleichzeitig die Organisation im Schwerkraftfeld übernommen werden muss; in Rückenlage übernimmt diese Haltungsarbeit die eher harte Rückseite des menschlichen Körpers, und die Vorderseiten sind frei für gerichtete Aktivität. Beides ist formatiert nach dem Bezug zur Umwelt, zuerst im Körperhaben, unter der Maßgabe der Intention der Vorhabe (sic!) der Handlung, welches mehr, oder weniger große Spielräume zur Resonanz nach sich zieht ohne äußeren Bezug; dann aber ebenso sehr direkt zur Unterlage des Körpers, welches die Handlungsbewegung auf dem Feedback einer Haltungsbewegung ausrichtet.

Anstrengung als Kommunikationsmittel, und,  
Umgebung

Ersteres Prinzip ist nur unter Schwierigkeiten vom ersten, Interaktion, überhaupt zu unterscheiden, letzteres ist für gewöhnlich eine Einschränkung eines, wie hier versucht, generalisierten Umgebungsbegriffes, hier ist mit „Umgebung“ alles das inbegriffen, was nicht der Mensch selbst ist, und hauptsächlich unbelebt, dinghaft materiell. Jedoch ist auch die Pflegende selbst Trägerin und Verkörperung von Umweltfaktoren (wie in Citron, 2004, Seite 121, beschrieben) – mir ist es darum zu tun, *in der Bewegenden selbst* auf Umwelt zu erkennen, sie ist nicht nur ein

Teil jener, sondern bestimmt meines Erachtens wesentlich das, was es heißt, Umwelt für die zu Bewegende zu sein. Natürlich spielt die Organisation der materiellen Elemente in der Pflegeumgebung eine große Rolle dabei, Bewegungsaktivitäten zu befördern oder zu hemmen; wesentlicher scheinen mir jedoch die Selbstorganisation der Bewegenden und der Bewegten in ihrem verschränkten Leibsein und Körperhaben zu sein, insbesondere wenn sich die individuellen Voraussetzungen zwischen beiden, wie es in der Regel der Fall, unterscheiden. Jedoch sei erneut betont, dass diese Verschiedenheit, zum Beispiel in der Vigilanz, in der Bandbreite der Sinnesfunktionen, den körperlichen Fähigkeiten besonders der Bewegungsvermögen, keinesfalls eine Beurteilung oder Hierarchisierung der Seinsweisen der in der Bewegungsaktivität Involvierten bedeutet, und rein gar keinen Bezug auf ein Konzept von Gesundheit, welches Krankheit als defizitären Seinsmodus begreift.