

Schon die alten Griechen ...

Spurensuche: Therapie und Beratung in Bewegung

Haja (Johann Jakob) Molter

Zusammenfassung

Die Beschäftigung mit der philosophischen Schule der Peripatetiker bildet den Hintergrund für meine Reflexion über die Bedeutung von Bewegung in Systemischer Therapie und Beratung. Ich zeige den Weg auf, den ich als systemischer Therapeut und Berater in der Begegnung und Auseinandersetzung mit unterschiedlichen therapeutischen Ansätzen bis heute gegangen bin. Dabei spielt Bewegung als Motor von Veränderung in Therapie und Beratung und in der systemischen Didaktik eine bedeutende Rolle.

*„Die Philosophie ist keine
Lehre, sondern eine Tätigkeit.“
Ludwig Wittgenstein*

Ein Telefonanruf, Cornelia Tsirigotis war am Apparat: „Haja, ich mache ein Heft ‚Systemische Therapie in Bewegung‘, kannst du was zu den Peripatetikern schreiben?“ Sie gab mir Bedenkzeit. Sie rief mich wieder an, ich stimmte zu.

Das gab mir die Gelegenheit, über meine Sicht zur „Systemischen Therapie und Beratung in Bewegung“ zu reflektieren und meinen Weg nachzuvollziehen, den ich seit der Begegnung mit den Peripatetikern zurückgelegt habe. Dankbar anerkenne ich, dass ich immer ein Lernender sein konnte, obwohl ich schon sehr früh in der Lehre und Ausbildung für Therapie und Familientherapie tätig war. Von den sog. Auszubildenden und meinen Kolleg*innen im Weinheimer Team habe ich unendlich viel gelernt. Wir haben in dem Weinheimer Team „Vielfalt statt Einfalt“ (Molter, von Schlippe, 2005) vertreten und auch in Bezug auf die systemtheoretischen Ansätze gelebt. Ich hoffe, dass auch die Vertreter der Systemischen Therapie und Beratung ständig in Bewegung bleiben und sich nicht scheuen, Patienten, Klienten und Kunden Bewegung in vielen Formen anzubieten.

Dann kamen in diesem Jahr Caroline Schilling und Jens Förster auf mich zu, ob sie diesen Artikel¹ wieder abdrucken könnten. Der Artikel würde in ihr Themenschwerpunktheft über Mobilität passen und sei hoch relevant. Wahrscheinlich tragen auch die Erfahrungen, die

1) Erstveröffentlichung in Zeitschrift für systemische Therapie und Beratung, 39(1), S. 11-18.

wir während Corona machen konnten, z. B. indem wir mit Klient*innen spazieren gegangen sind („Walk & Talk“), dazu bei, dass das Thema immer mehr Aufmerksamkeit bekommt.

„Schon die alten Griechen ...“ – das war unter uns Schülern, die wir ein humanistisches Gymnasium besuchten, ein geflügeltes Wort. Viele unserer Lehrer argumentierten bei unseren manchmal neugierigen, ein wenig besserwisserischen und aufmüpfigen Fragen damit, dass sie uns signalisierten, das gab es alles schon einmal: schon die alten Griechen ... Ein Lehrer, so erinnere ich mich, sagte einmal: „Die ganze Philosophie besteht nur aus Fußnoten zu Plato.“ Ich ertappe mich dabei, wenn ich über Therapie und Beratung² in Bewegung nachdenke, dass mir sofort der Gedanke kommt, da haben die alten Griechen, die Peripatetiker, einen nicht zu unterschätzenden Beitrag zu einer möglichen systemischen Herangehensweise in Therapie, Beratung, Supervision und Coaching geleistet. So sehe ich das jedenfalls – zugegeben eine sehr subjektive Sichtweise. Doch der Reihe nach:

Der Weg, den ich bisher zurücklegen konnte

Vor meinem Psychologiestudium an der Universität Köln hatte ich das Philosophikum in St. Augustin absolviert. Ich konnte die Peripatetiker zeitlich einordnen, ich verband sie mit Plato und Aristoteles. Für Philosophie hege ich auch heute großes Interesse. In meinem Studienjahr in Los Angeles 1972/73 während des Psychologiestudiums in Köln bezog sich mein Lehrer und Freund George R. Bach in seinem therapeutischen Ansatz „konstruktive Aggression“ auf die Peripatetiker. Die Akademiker sitzen auf ihrem Hintern, die Peripatetiker wandeln umher. Sein therapeutisches Vorgehen war gespickt mit Ritualen, die es erforderlich machten, sich im Raum zu bewegen. Alles, was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, ist uns in Raum und Zeit gegeben. Die Übung „walk talk“ (Bach, Bernhard, 1971), die ich damals kennengelernt habe, biete ich auch in meinen Therapien, Beratungen, Supervisionen und Coachings an und erlebe sie bis heute als belebende Elemente.³

George R. Bach, der Assistent von Kurt Lewin war, versuchte in seinem frühen Werk „Intensive Group Psychotherapy“ (1954) psychoanalytische mit psychodramatischen Ansätzen Morenos und gruppensystemischen Konzepten Kurt Lewins zu verbinden. Er wandte die holistischen Prinzipien der „topologischen Psychologie“ als theoretische Grundlage für die Dynamik interpersonaler Bereiche an (Bach, 1954; Molter, 1985). Er nahm in seine therapeutische Arbeit aus Lewins Feldtheorie die Betonung des Lebensraumes bzw. Sozialraums,

2) Unter Systemische Beratung fasse ich auch Supervision, Coaching und Mediation.

3) In einer Supervisionsgruppe berichtete ein belgischer Kollege, der in der Jugendhilfe arbeitet, dass er während der Coronazeit sehr vom „walk talk“ mit seinen Klienten profitiert habe.

in dem Menschen lieben, arbeiten und leiden, auf. „Die Lewinsche These, der ‚Lebensraum‘ des Menschen unterliege einem autonomen Gestaltungsprozess, gewann zunehmende Bedeutung in seinem therapeutischen Tun. Die Gruppe, der ein einzelner angehört, wird zum Behandlungsfeld. Denn hier entwickeln sich die Wahrnehmungen, Gefühle und Handlungen. Das Individuum steht damit in einem untrennbaren Systemzusammenhang.“ (Molter, 1985, S. 35 f.). Nach Lewin ist menschliches Verhalten immer auf eine Kombination von Persönlichkeit und Umwelt zurückzuführen.

Im systemischen Diskurs wurde die Topologie Kurt Lewins bisher vernachlässigt. Darauf hat auch Jürgen Kriz aufmerksam gemacht, in seinem Beitrag „Kurt Lewin – ein früher Systemiker“ schreibt er u. a. dazu: „... dass für Lewins Arbeit relevante Feld – der ‚Lebensraum‘ (vgl. Soff und Stützle-Hebel, 1.4) – fokussiert ja auf menschliches Erleben und Verhalten relativ zu einer objektiven physischen und sozialen Umwelt.“ (Kriz, 2015, S. 4).

In einem Feld, ich benutze den Begriff als Metapher, ist vieles möglich. Man kann darin umherwandeln, an einem Ort verweilen, vorwärts und rückwärts gehen, man kann einen Kopfstand machen, dann sieht man die Welt ganz anders, man kann das Feld verlassen, es von außen betrachten, sich einen Überblick verschaffen. Man kann andere einladen, gemeinsam Felderfahrung zu machen. Man kann gegen Bezahlung zu einem Fremden/Ranger gehen, wenn man glaubt, sich ohne Hilfe nicht mehr im Feld orientieren zu können. So lässt sich der „Lebensraum“ erweitern und das geht vor allem dann, wenn man sich bewegt. Ab und zu inne halten gehört natürlich auch dazu.

Meine Klienten und Kunden schätzen die Möglichkeit der Bewegung im Raum. Vor allem in meiner Lehre mit Lernenden ist körperliche Bewegung ein unverzichtbarer Bestandteil und immer wieder eine Vergewisserung, dass das Gehen der Weg ist (Molter, 1989, 2000, 2002; Molter u. a., 2005; Molter, Nöcker, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015; Nöcker u. a., 2012; Molter, Wolter, 2020; Molter, Strecker, 2020; Molter, Klütmann (2022).

Ich greife zu Hans Joachims Störigs „Kleine Weltgeschichte der Philosophie“, die seit meinem Studium in Philosophie jetzt schon etwas vergilbt in meiner Bibliothek steht. Störig ordnet die Peripatetiker unter „Sokratische, Platonische und Aristotelische Schulen“ ein (Störig, 1963, S. 8). „Nach einem Wandelgang (griechisch: περίπατος – peripatos), in dem Aristoteles unterrichtete, wird seine Schule die peripatetische genannt. Die Nachfolger des Aristoteles in der Leitung der Schule, unter ihnen Theophrastos, Eudemos und Aristoxenos, haben dort gelehrt, sich jedoch mehr mit einzelwissenschaftlicher Forschung, namentlich in Physik, Mathematik und Musik, als mit eigentlicher Philosophie befasst.“ (Störig, 1963, S. 164 f.).

In der Forschung ist umstritten, ob die Gründung einer eigenen philosophischen Schule noch in die Lebenszeit des Aristoteles fällt. Die Wandelhalle mit Namen Peripatos lag möglicherweise auf einem Grundstück, das Theophrast nach Aristoteles Tod kaufte, was in seinem Testament erwähnt ist. Dort wurde im Umherwandeln philosophiert. Früher wurde der Begriff Peripatetiker auch auf das Verb περιπατεῖν – peripatein bezogen.

Die Peripatetische Schule wurzelt im Platonischen, einen größeren Einfluss hatte aber Aristoteles und dieser Einfluss reicht bis in die Scholastik und kann als Zweig der peripatetischen Schule verstanden werden, geriet aber in den Schatten der Kirche, welche die Philosophie der Theologie unterordnete (Brockhaus Conversations-Lexikon Bd. 3. Amsterdam 1809, S. 389-390).⁴

Einen Vertreter der mittelalterlichen Philosophie möchte ich hervorheben: Dietrich von Freiberg (1240/54 – um 1310). Ich betrete da bezogen auf das Thema Bewegung in der Systemischen Therapie vielleicht ein nicht unbedeutendes Nebengleis, nämlich die Art und Weise, wie wir die Welt erkennen. Für Dietrich „ist das ‚Wesen‘ der Dinge nicht etwas, was der menschliche Intellekt in der Natur vorfindet, sondern etwas, das er erfindet“. (Precht, 2015, S. 482). Das ist heute für Therapeut*innen und Berater*innen, die sich an den unterschiedlichen Systemtheorien orientieren, eine Selbstverständlichkeit in ihrer konstruktivistischen Sicht auf die Welt. Diese Absage an Ontologismus finden wir auch in der Kommunikationstheorie von Niklas Luhmann wieder.

Betrachte ich heute meine mich leitende Erkenntnisgrundlage „Konstruktivismus“ bin ich froh, dass sich die Philosophie aus den Fängen des Platonismus und der Scholastik befreit hat. Nach Plato (427/28–348/347 v. Chr.) „ist die Seele eines Menschen unsterblich und unzerstörbar. Sie herrscht über den materiellen Körper als ihr Grab oder Gefängnis. Aus dieser Philosophie stammt die Leibfeindlichkeit im Christentum...“ (Horn, 2019, S. 53). Mir ist keine explizite Aussage des Konstruktivismus über Leiblichkeit bekannt, doch können Organismen, psychische Systeme, soziale Systeme und Elemente eines Systems materielle oder immaterielle Einheiten sein (s. Simon, 2011). Eine gute Legitimation, sich bei dem Thema Therapie in Bewegung mit physischen, psychischen und sozialen Systemen zu beschäftigen, das heißt auch den materiellen Körper mit zu benutzen. Ich kann mich noch gut erinnern, wie in systemischen Zirkeln zu Anfang der Wende der Familientherapie zu systemtheoretischen (ca. 1980) Ansätzen über die Skulpturarbeit von Virginia Satir gespöttelt wurde: „Ringelpütz mit Anfassen.“ Ich erlaube mir die Hypothese, dass hier das platonisch-scholastische Erbe der Leibfeindlichkeit durchschimmerte, zumindest der Irrglaube der Überlegenheit des Geistes über den Körper.

4) <http://www.zeno.org/nid/20000764469>, aufgerufen am 12.09.2020

Gerade, was das Nutzen von Bewegung in der Therapie angeht, ist der Einfluss Virginia Satirs, die eine hervorragende Didaktikerin für den therapeutischen Umgang mit Familien war, nicht zu unterschätzen. Ihr Ansatz zeichnet sich durch Bewegung und Körperlichkeit aus (Molter, Grabbe, 2014; Molter, Strecker, 2020).

Literarischer Exkurs

In der Literatur wird von vielen Autoren auf das Gehen, den Spaziergang Bezug genommen. Hier meine kleine Auswahl. In meiner praktischen Arbeit bietet mir die Belletristik immer wieder Trost, sie ermutigt mich, die Vielfältigkeit des Lebens immer wieder verwundert zu akzeptieren. Viele Narrationen meiner Klienten ließen sich in spannende Romane verwandeln.

„Das Gehen ist der Weg,
der Weg ist wie ein leeres Gefäß,
man schöpft aus ihm,
doch er bleibt unerschöpflich.
Er ist ein Abgrund,
der Ursprung der zehntausend Dinge.

Er mildert die Schärpen,
löst die Knoten.
Schwächt den blendenden Glanz,
wischt den Staub fort.

Der Weg verbirgt sich,
aber er ist immer gegenwärtig.
Ich weiß nicht, woher er kommt.
Er ist das ursprüngliche Bild vom
Ursprung des Himmels.“

Lao Tse

Wertvolle Anregungen bekam ich auch durch „Spaziergang nach Syrakus“ von Johann Gottfried Seume, Friedrich Christian Delius „Der Spaziergang von Rostock nach Syrakus“, „Frische Fahrt“ von Joseph von Eichendorff, „Herr und Hund“ von Thomas Mann, „Heimkehr nach Tipasa“ von Albert Camus und „Gehen“ von Thomas Bernhard, um nur einige zu nennen.

Seume liefert am Ende seines 6000 km langen Spazierganges eine kritische Analyse aus ungewöhnlicher Perspektive, sein „Spaziergang“ kann auch heute noch dazu inspirieren, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen. Delius stellt in seiner Erzählung einen deutlichen Bezug zu Seumes Reisebericht her. In dem Frühlingsgedicht „Frische Fahrt“ von Joseph Eichendorff, das in dem Roman „Ahnung und Gegenwart“ veröffentlicht wurde, wird die Aufbruchsfreude romantisch beschrieben: „Laue Luft kommt blau geflossen, Frühling, Frühling soll es sein ...“ In dem Roman nimmt der Auf- oder Ausbruch allerdings ein tragisches Ende. In Thomas Manns Erzählung „Herr und Hund“ geht es um Grenzbereiche und Übergänge. Mir ist noch eine Stelle in Erinnerung, wo Mann erzählt, die Katholiken haben die Beichte, ich habe nur meinen Hund. Das erinnert mich an C. G. Jung, der das Bekenntnis als eine wichtige Stufe vor der Katharsis, Erziehung und Verwandlung im Therapieprozess hält. Albert Camus Parabel zeigt, dass man auf Enttäuschung gefasst sein muss, wenn man durch Rückkehr an einen geliebten Ort die vergangene Zeit wieder zum Leben erwecken will. In Thomas Bernhards Roman „Gehen“, der die Zeitspanne eines Spaziergangs umfasst, geht es um die erzählte Zeit, ein Stück auf einem Spaziergang erzähltes Leben. In unseren Therapien und Beratungen erfahren wir neben den Daten des gelebten Lebens viele Geschichten, eben erzähltes Leben.

Wandel durch (Umher)wandeln

Die Überschrift steht für die Beobachtung, dass körperliche Bewegung in Therapie und Beratung gewünschte Veränderungen unterstützen kann. Meine Anfänge als Therapeut und Berater liegen u. a. auch in der humanistischen Psychologie (Bach, Molter, 1976) und strukturellen Familientherapie. Salvador Minuchin und Harry Aponte lernte ich über Erika Wächter kennen, die in den 70er Jahren an der Child Guidance Klinik in Philadelphia als Familientherapeutin arbeitete. Ich besuchte sie mit meiner Frau im September 1972. Meine Frau Ingelore und ich organisierten dann von 1976 bis 1979 eine Gruppe von deutschen Kolleginnen und Kollegen, in der Erika Wächter mit uns die Grundzüge der strukturellen Familientherapie erarbeitete. „Die therapeutischen Interventionen beziehen sich auf Beziehung, Distanz und Nähe, Grenzen, Subsysteme, Koalitionen und Allianzen. Ziel ist es, die Gegenwart zu modifizieren, anstatt die Vergangenheit zu erforschen und zu deuten.“ (Molter, 2011, S. 20). Distanz, Nähe und Grenzen sind in Zeit und Raum erfahrbar. „Raum ist mehr als eine Serie geometrischer Relationen, d. h., darin verwirklicht sich ein fundamentaler Ausdruck unserer Art zu sein. In jeder Handlung äußern sich eine Veränderung unseres Körpers im ihn umgebenden Raum und eine fortschreitende Definition unserer inneren Welt, der Prozess einer sich bildenden Identität impliziert eine fortschreitende Differenzierung und Markierung zwischen dem inneren und äußeren Raum.“ (Andolfi, 1982, S. 88, übers. H. Molter). Viele Interventionen aus der strukturellen Familientherapie nutzen Raum und Zeit (Minuchin, 1977; Minuchin u. a., 1981; Minuchin, Fishman, 1987).

Promenadologie, Strollology

In der Zusammenarbeit mit Karin Nöcker erschloss uns die Promenadologie des Schweizer Soziologen, Urbanisten und Planungstheoretikers Lucius Burckhardt (1925–2003) noch einmal in besonderer Weise die Bedeutung des Raumes. Burckhardt entwickelte eine kulturwissenschaftliche und ästhetische Methode mit dem Ziel, die Bedingungen der Wahrnehmung der Umwelt ins Bewusstsein zu rufen und dadurch die Wahrnehmung zu erweitern. Im frühen Stadium sprach er von Spaziergangswissenschaft. Das englische *strollology* ist vom Wortklang her mit (umgangssprachlich) umherstrollen verwandt. Der Spaziergang dient der Erforschung unserer alltäglichen Lebenswelt, er kann unmittelbar Raumeindrücke und räumliche Bezüge vermitteln. Stets ging es Burckhardt darum, „die Studierenden zu sensibilisieren für die Differenz der Komplexität der Wirklichkeit und den davon mitunter ziemlich vereinfachten Wahrnehmungsweisen und eingeübten Denkgewohnheiten“ (Weisshaar, 2018, S. 179). Raum ist nur durch die eigene körperliche Bewegung im Raum erfahrbar. Man kann mehr erleben als durch Beschreiben oder Erzählen. Auf diese Erfahrung können wir mit unseren Klienten und Kunden in dem von uns entwickelten Raummodell zurückgreifen (Molter, Nöcker, 2011, 2012; Nöcker u. a., 2012)

Unsere Überlegungen gehen dahin, nach Wegen zu suchen, wie wir bei unseren Kunden Selbstorganisationsprozesse anstoßen können. Eine Zeit lang herrschte in der systemischen Szene die Tendenz vor, Beratung und Therapie hauptsächlich über verbale Sprache auszuüben. Wir arbeiten schon seit langem mit analogen Methoden wie räumliche Darstellungen, Skulpturen und Visualisierungen, die nonverbale und paraverbale Erfahrungen als Information nutzen (Molter u. a., 2005). Die Klienten und Kunden spüren eine Resonanz bei ihren körperinternen Prozessen und ihrem emotionalen Erleben. Das Visualisieren mit Hilfe von Moderationskarten – nicht an Stellwänden, sondern auf dem Fußboden als Bodenanker – lädt u. a. zum Umherwandeln ein und an Haltepunkten kann man die Körpererfahrungen abfragen, z. B. „Was sagt Ihr Körper? Was sagt Ihr Gefühl? Was sagt mein Kopf? Was haben Sie getan?“⁵ Virginia Satir z. B. „lässt das, das gesagt wird, körperlich im Raum darstellen. Zunächst lässt sie das Familienmitglied, von dem gesprochen wird, aufstehen und bringt es in eine Körperhaltung, die dieser Aussage entspricht und als stimmig bestätigt wird.“ (Bosch, 1984, S. 213). Wie Virginia Satir fragen wir dann im Gespräch danach, was im Denken, Fühlen anders bzw. neu ist, und ob es Handlungsimpulse gibt, die einen Unterschied zu bisherigem Verhalten machen. Man kann Reaktionen und Verhaltensweisen, die körperlich zum Ausdruck kommen, auch als Kommentare verstehen, die verbal nicht so leicht geäußert werden können (Lieb, 2020) und „diese körperliche Bewegung

5) Die Fragen sind angelehnt an das Bewusstheitsrad Virginia Satirs (Molter, Nöcker, 2018, S. 71 f., Liebing et al. (2016), S. 30-33)

kann die Erlebnisqualität deutlich erhöhen, und da wir uns gemeinsam bewegen, besteht die Möglichkeit einer körperlichen und affektiven Synchronisation“ (Schindler, 2002, S. 472). Implizit, wenn man so will, bieten wir damit Körpertherapie/Embodiment an, ohne das so zu nennen. So gelingt es den Klienten und Kunden, ihre kognitiven und emotionalen Potenziale für ihr Verhalten, das sie verändern möchten, zu nutzen. Man kann das, was Klienten hier erarbeiten, auch als kreativen künstlerischen Akt beschreiben, sie benutzen alle Sinne, sie verhalten sich sinnvoll. Im künstlerischen Tun entdeckt man die Zusammenhänge aus der Gestaltung, also dem Prozess der Bewegung heraus (Eberhart, Knill, 2009).

Beim Nachdenken über das, was wir als Körper bezeichnen, mache ich mir bewusst, dass unser „Körper“ aus einem triadischen Geschehen heraus entstanden ist. Denn „Körper kommen im wirklichen Leben ‚allein‘ nicht vor. Schon zur Zeugung braucht es zwei. Und nach der Geburt mindestens zwei, damit der eine, der/die/das Neugeborene überhaupt fähig wird, sich in die Welt hinein hineinzubewegen.“ (Theweleit, 2020, S. 37). Das ist auch bei Einzeltherapie und Beratung immer mit zu bedenken.

Embodiment – endlich angekommen

In der Kognitionswissenschaft gilt heute als unumstritten, dass Bewusstsein ohne unseren Körper nicht möglich ist, d. h., eine physikalische Interaktion ist Voraussetzung. Unser Körper bietet die Grundlage von Kognitionsmechanismen (Varela u. a., 1992). Durch Umherwandeln, Bewegung in Raum und Zeit, lässt sich auf einfache Art und Weise die Wechselwirkung zwischen Körper, Psyche und Bewusstsein im therapeutischen und beraterischen Prozess nutzen. Der Körper stellt eine zusätzliche Ressource dar, um psychische Prozesse erlebbar zu machen. „Embodiment bezieht sich auf den Einsatz des Körpers, aber mehr noch, auf grounded cognition (Lakoff & Johnson, 2008). Es geht darum, dass Sprache aus körperlichen Metaphern entwickelt wurde und heute noch in enger Beziehung zum Körper steht. Und es bezieht sich auf die Idee, dass Körperzustände psychische Zustände beeinflussen. Beispielsweise haben Körperhaltungen, die aus irgendeinem Grund eingenommen werden, Auswirkungen auf Kognition. Wenn Menschen aufrecht stehen statt gebückt, sitzen oder niederknien, oder wenn sie nicken statt mit dem Kopf schütteln, nehmen sie eher positive als negative Information wahr (Förster, Strack, 1996; Förster, Stepper, 2000). So kann man etwa spekulieren, dass im Wandeln Wandel möglich ist (eine Metapher) und durch das Gehen Veränderungsprozesse beschleunigt oder angeregt werden. Sitzen dagegen könnte assoziiert sein mit ‚auf einem Problem sitzen‘, ‚es aussitzen‘ oder Ähnlichem: Nicht nur der Geist wirkt auf den Körper, der Körper wirkt zurück – tatsächlich stehen beide in stetiger Wechselwirkung zueinander.“ (Förster, 2020).⁶

6) Mitteilung von Jens Förster in einem E-Mail am 4. Oktober 2020

Während ich mich mit diesem Thema beschäftige, kommt mir aus meinem Philosophiestudium Merleau-Ponty wieder in den Sinn, für den der Leib die vermittelnde Instanz zwischen Geist und Körper ist. Hilarion G. Petzold bezieht sich in seiner von ihm gegründeten Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie, in der er einen konsequenten Embodiment-Ansatz vertritt, u. a. auf Maurice Merleau-Ponty.⁷ Dieser sieht den Menschen als Leibsubjekt in die Lebenswelt eingebettet. In der Systemischen Therapie ist also die Hinzunahme des Embodiment eine längst fällige Erweiterung, was viele Veröffentlichungen in letzter Zeit belegen.⁸

Darin wird auch Bezug genommen auf die Erkenntnisse aus der Hirnforschung. „Eine der bedeutsamsten Erkenntnisse der Hirnforschung ist die, dass unser Gehirn lebenslang lernen kann. Unser Erleben wird von uns selbst und von den Erfahrungen, die wir in Beziehungen machen, ständig neu kreiert. Die Informationen, die zu einer Veränderung der Erregungszustände im Gehirn führen können, muss der Mensch mit all seinen Sinnen machen. Für wirkliche Veränderungen reichen nicht nur verbale Erkenntnisse.“ (Rosenau, 2020, S. 36). Embodiment stellt ein Konzept dar, wonach der Geist in Bezug zum gesamten Körper steht (Storch u. a., 2010). Geist und Körper wiederum sind in die weitere Umwelt eingebettet. Ohne diese Einbettung, so die Hypothese, kann der Geist nicht intelligent funktionieren. Hier wird Bezug genommen auf Luhmanns Unterscheidung biologisches System, psychisches System und soziales System; in seiner Theorie sind diese operational geschlossen und operieren autopoietisch. Zwischen den drei Bereichen besteht ein wechselseitiger Zusammenhang durch eine zirkuläre Kausalität. „Embodiment bedeutet also nicht einfach nur, dass alle geistigen Prozesse in Strukturen des Gehirns verkörpert sind, sondern dass erst in Rückkopplung mit dem Körper sich die geistigen Strukturen herausbilden. Der Geist entsteht gewissermaßen aus den Bewegungen des Körpers in der Umwelt.“ (Altmeyer, 2015, S. 214)

In Anlehnung an Luhmanns „Soziale Systeme“ (1984) betonen Arnold Retzer, Arist von Schlippe und Lothar Eder (Eder, 2006), dass die Ko-Autorenschaft von Soma (Körper) und Psyche bei der Konstruktion von Wirklichkeit unauflöslich ist. Ich bin zuversichtlich, dass der cartesianische Dualismus „Ich denke, also bin ich“ ausgedient hat.

Zurückblicken, um vorwärts zu gehen

Die Beschäftigung mit den Peripatetikern war Anlass, diesen Artikel zu schreiben. Die Peripatetische Methode betont die Sinneswahrnehmung in Bewegung.⁹ Man kann sie als eine Form bewegten und diskursiven Lernens verstehen, so werden geistige und körperliche

7) Hier sind auch Alexander Lurija, Lew Wygotski und Alexei Nikolajewitsch Leontjew zu nennen.

8) u. a.: Wienands, 2010, 2014; Wild u. a., 2013; Rosenau, 2020; Wriede, Weitkamp, 2020; Flies, 2020

9) s. auch Seele, Seele, 2012

Aktivität, Diskurs, z. B. in Therapie und Beratung, und Sich-Bewegen bewusst kombiniert. Die Bezugswissenschaft ist die Philosophie. Wie ich gezeigt habe, können wir als systemisch Denkende und Handelnde davon reichlich profitieren: das Gehen ist der Weg, „sein Nutzen ist ohne Ende, er erschöpft sich nie.“ (Lao Tse)

Literatur

- Altmeyer, S. (2015). Die Weisheit des Körpers nutzen. Kontext 46(3), S. 210-226.
- Andolfi, M. (1982). La thérapie avec la famille. Paris: Les éditions ESF.
- Bach, G. (1954). Intensive Group Psychotherapy. New York: Ronald Press.
- Bach, G., Bernhard, Y. (1971). Aggression LAB. The Fair Fight Training Manual. Dubuque: Kendall Hall Publishing Co.
- Bach, G., Molter, H. (1976). Psychoboom. Wege und Abwege moderner Psychotherapie. Köln: Diederichs.
- Bosch, M. (1984). Kriterien zur Wahl der Interviewtechnik in der Familientherapie. Brunner, E. J. (Hrsg.). Interaktion in der Familie. Berlin: Springer.
- Burckhardt, L. (2006). Warum ist Landschaft schön? Die Spaziergangswissenschaft. Berlin: Martin Schmitz.
- Eberhart, H., Knill, P. (2009). Lösungskunst. Lehrbuch der kunst- und lösungsorientierten Arbeit. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Eder, L. (2006). Psyche, Soma und Familie: Theorie und Praxis einer systemischen Psychosomatik. Stuttgart: Kohlhammer.
- Flies, E. (2020). Embodiment und Emotionen im Coaching. Abschied von der Kopfgeburt. Wiesbaden: Springer.
- Förster, J., Stepper, S. (2000). Compatibility between approach/avoidance stimulation and valenced information determines residual attention during the process of encoding. *European Journal of Social Psychology* 30(6), S. 853-871.
- Förster, J., Strack, F. (1996). Influence of overt head movements on memory for valenced words: A case of conceptual-motor compatibility. *Journal of personality and social psychology* 71(3), S. 421-430.
- Horn, H. (2019). Es ist einem Manne nicht erlaubt, ohne Frau zu sein. Osnabrück: Fromm.
- Kriz, J. (2015). Kurt Lewin – ein früher Systemiker. In: Antons, K., Stützle-Hebel, M. (Hrsg.). Feldkräfte im Hier und Jetzt. Antworten von Lewins Feldtheorie auf aktuelle Fragestellungen in Führung, Beratung und Therapie. Heidelberg: Systemische Forschung im Carl-Auer Verlag.
- Lakoff, G., Johnson, M. (2008). *Metaphors – we live by*. Chicago: University of Chicago Press.
- Lao Tse (2019). *Tao-Te-King. Das Buch des Alten vom Sinn des Lebens*. Hamburg: Nicol Verlages.mBH.
- Lieb, H. (2020). Auf den Punkt gebracht: Individualität und Verallgemeinerung in der Fallkonzeption. In: Rufer, M., Flückiger, Ch. (Hrsg.). *Essentials der Psychotherapie. Praxis und Forschung im Diskurs*. Bern: Hogrefe.
- Liebing, K., Löhr, I., Wiesner, M., Wörle, L. (2016). *Fragen erwünscht. Fragen und Methoden in der systemischen Beratung*. Köln: Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.
- Luhmann, N. (1984). *Soziale Systeme*. Frankfurt: Fischer.

- Merleau-Ponty, M. (1966). *Phänomenologie der Wahrnehmung*: de Gruyter: Berlin.
- Minuchin, S. (1977). *Familie und Familientherapie*. Freiburg: Lambertus.
- Minuchin, S., Fishman, C. (1987) *Praxis der strukturellen Familientherapie*. Freiburg: Lambertus.
- Minuchin, S., Rosman, B., Baker, L. (1981). *Psychosomatische Krankheiten in der Familie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Molter, H. (1985). Lebensraum als therapeutisches Konzept. In: Petzold, H., Scharfe, H. (Hrsg.). *Kreative Aggression*. Festschrift für George Bach. Integrative Therapie, Beiheft 9, Junfermann Verlag, S. 35-43.
- Molter, H. (1989). Als Gastregisseur unterwegs – Life-Supervision. *Systema* 3(1), S. 25-32.
- Molter, H. (2000). Systeme zum Singen und Tanzen bringen. Systemisch-lösungsorientierte Supervision im Kontext Gruppe. In: Vogt-Hillmann, M. u. a. (Hrsg.). *Gelöst und los! Systemisch-lösungsorientierte Perspektiven in Supervision und Organisationsberatung*. Dortmund: Borgmann.
- Molter, H. (2002). Vom Organisieren hilfreicher Selbstorganisation. Eine Metastrategie für systemisches Arbeiten mit und in Gruppen. In: Molter, H., Hargens, J. (Hrsg.). *Ich, du, wir und wer sonst noch dazu gehört. Systemisches Arbeiten in und mit Gruppen*. Dortmund: modernes lernen.
- Molter, H. (2011). Was lehrt uns die Arbeit von Salvador Minuchin? Kerbe – Forum für Sozialpsychiatrie 3/2011, S. 20-22.
- Molter, H., Grabbe, M. (2014). Virginia Satir. Das bleibt! *Familiendynamik* 39 (4), S. 284-294.
- Molter, H., Klütmann, C. (2022) Eine Theorie systemischer Gruppentherapie. In: Gröger, H., Unterholzer, C. (Hrsg.). *Systemische Gruppentherapie*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Molter, H., Nöcker, K. (2011). Systemisches Denken und Handeln – (k)ein Spaziergang. In: Schindler, H., Loth, W., Schlippe, J. v. (Hrsg.). *Systemische Horizonte*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 69-80.
- Molter, H., Nöcker, K. (2012). Das Raummodell als Landkarte für Coachingprozesse. *Coaching Magazin* 2012-02, S. 38-41.
- Molter, H., Nöcker, K. (2013). Die Kunst, von der Wippe zu steigen – wie HelferInnen Ambivalenzen nutzbar machen können. *Systema* 27(3), S. 214-222.
- Molter, H., Nöcker, K. (2014). Prozesse offen gestalten. *Systema* 28(3), S. 305-313.
- Molter, H., Nöcker, K. (2015/2018). *Systemisch Schule machen. Toolbox für Lehrer*. Heidelberg: Carl-Auer (2. Aufl. 2018).
- Molter, H., Nöcker, K., El Hachimi, M. (2005). Meta-Stallationen. *Systema* 19(3), S. 267-274.
- Molter, H., Streckler, J. (2020). Die Bedeutung von Virginia Satir für die Arbeit mit Skulpturen. In: *Praxishandbuch Aufstellungsarbeit. Grundlagen, Methodik und Anwendungsgebiete*. Wiesbaden: Springer Fachmedien, S. 51-60.
- Molter, H., Schlippe, A. v. (1993/2007). Das Weinheimer Modell – ein Modell der Vielfalt. *Systema* 5 (2), S. 14-16, überarbeitet in der Festschrift zum 32-jährigen Bestehen des Instituts für Familientherapie Weinheim, *Systema* 2/2007, S. 141-145.
- Molter, H., Wolter, B. (2020). Systemische Didaktik. In: Bauer, P., Weinhardt, M. (Hrsg.). *Systemische Kompetenzen entwickeln. Grundlagen, Lernprozesse und Didaktik*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 176-187.
- Nöcker, K., Molter, H., Rösen, T., Schlippe, A. v. (2012). Wie kann ein Gespräch zum Spaziergang werden? *Familiendynamik* 37(1), S. 50-52.

- Petzold, H. Sieper, J. (2012). „Leiblichkeit“ als „Informierter Leib“ – embodied and embedded – Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisse in der Integrativen Therapie. Quellen und Konzepte zum „psychophysischen Problem“ und zur leibtherapeutischen Praxis. In: Petzold, H. G. (Hrsg.). *Die Menschenbilder in der Psychotherapie. Interdisziplinäre Perspektiven und die Modelle der Therapieschulen*. Wien: Krammer, S. 243-321.
- Precht, R. D. (2015). *„Erkenne die Welt“*. Eine Geschichte der Philosophie. München: Goldmann.
- Rosenau, N. (2020) Embodiment systemisch betrachtet. Theoretische Reflexion des Embodiment-Ansatzes vor dem Hintergrund systemischen Denkens. *Systema* 34(1), S. 35-47.
- Schindler, H. (2002). Erlebnisintensive Methoden in der Systemischen Therapie mit EinzelklientInnen. *Familiendynamik* 27(4), S. 468-487.
- Seele, P., Seele, K. (2012). Auf dem Weg in eine bewegte Zukunft. Szenarien für die peripatetische Methode zwischen Nachhaltigkeitsbildung und Mobile Learning. *Kulturerlemente. Zeitschrift für aktuelle Fragen*. Herausgegeben von der Distel-Vereinigung, Nr. 16 PDF.
- Simon, F. (Hrsg.) (2011). *Die Familie des Familienunternehmens*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Storch M., Cantieni B., Hüther G., Tschacher W. (2010). *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper verstehen und nutzen*. Bern: Hans Huber. 3. Aufl.
- Störig, H. J. (1963). *Kleine Weltgeschichte der Philosophie*. München: Droemersch Verlagsanstalt. Th Knauer Nachf.
- Theweleit, K. (2020). In: *Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung*, 11. Oktober 2020, Nr. 41. Feuilleton
- Varela, F. J., Thompson, E., Rosch, E. (1992). *Der mittlere Weg der Erkenntnis: die Beziehung von Ich und Welt in der Kognitionswissenschaft; der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung*. Bern: Scherz.
- Weisshaar, B. (2018). *Vom Spazieren, Streunen, Wandern und vom Denkegehen*. Köln: Eichborn in der Bastei Lübbe AG.
- Wienands, A. (2010). *Einführung in die körperorientierte systemische Therapie*: Heidelberg: Carl-Auer.
- Wienands, A. (2014). *System und Körper: der Körper als Ressource in der systemischen Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Wild, M., Hufendiek, R., Fingerhut, J. (Hrsg.) (2013). *Philosophie der Verkörperung: Grundlagentexte zu einer aktuellen Debatte*. Berlin: suhrkamp taschenbuch wissenschaft 2060.
- Wriede, E., Weitkamp, K. (2020). Wie gelingt die Integration von Körper- und Bewegungselementen in die Systemische Therapie: eine Videoanalyse von Therapiesitzungen. *Systema* 34(1), S. 15-34.

Haja (Johann Jakob) Molter: *Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut. Mehrjährige Tätigkeit im Heimbereich, fünf Jahre Dozent für klinische Psychologie an der Universität Bonn. 1983–2010 Lehrtherapeut am IF Weinheim. Freiberufliche Tätigkeit in Ausbildung, Therapie, Supervision, Coaching und Organisationsberatung für molter nöcker networking – systemisches Design und Management.*