

# **Psychomotorik und Körperverstehen in der Systemischen Supervision**

Masterarbeit

im Rahmen des Master of Advanced Studies (MAS)

in Systemischer Supervision

eingereicht am Departement Soziale Arbeit  
der Berner Fachhochschule

von **Katja Reichen**

Erstgutachterin: Gerlinde Tafel

Zweitgutachterin: Bettina Grote

15.12.2024

## **Vorwort**

Die vorliegende Arbeit richtet sich an (systemische) Supervisor\*innen und Berater\*innen, an Psychomotoriktherapeut\*innen und andere Fachpersonen, welche die Resonanzen des Körpers zur Hypothesenbildung, Intervention und Reflexion nutzen möchten.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Inhaltsverzeichnis	3
Abstract	4
1. Einleitung	5
1.1 Ausgangslage und persönlicher Bezug zum Thema	5
1.2 Ziele, Fragestellung und Grenzen der Arbeit	7
1.3 Methodisches Vorgehen und Aufbau der Arbeit	8
2. Ein systemisch-konstruktivistisches Supervisionsverständnis	9
2.1 Supervision – was ist das?	9
2.2 Systemisch-konstruktivistische Grundannahmen	10
2.3 Systemische Grundhaltungen in der Supervision	12
2.4 Das Verstehen aus der systemisch-konstruktivistischen Perspektive	17
3. Verstehende Zugänge in der Psychomotorik und ein systemischer Blick auf diese	19
3.1 Psychomotorik – was ist das?	19
3.2 Körper und Leib – Begriffsklärung	21
3.3 Körper und Verstehen	22
3.4 (Prä-) Reflektives Verstehen	23
3.5 Zwischenleiblicher Resonanzraum	25
3.6 Das Körperverstehen als verbindende Komponente	26
4. Psychomotorik und Körperverstehen in der Systemischen Supervision	28
4.1 Fallvignette 1 – Bodenanker	28
4.2 Fallvignette 2 – Körperskulptur	32
4.3 Fallvignette 3 – Zeitreise	36
5. Fachliche Erkenntnisse dieses Schreibprozesses	39
6. Persönliches Fazit	44
7. Literaturverzeichnis	46
Anhang	48
Eigenständigkeitserklärung	49

## Abstract

In der heutigen schnelllebigen und kopflastigen (Arbeits-) Welt besteht ein Bedürfnis nach körper- und handlungsorientierten Reflexionsmöglichkeiten. So haben in den letzten Jahren körperbezogene Zugänge das systemische Beratungs- und Supervisionsverständnis erweitert.

Die Psychomotorik beschäftigt sich mit der Wechselbeziehung von Wahrnehmen, Fühlen, Denken, Bewegen und Verhalten. Psychomotoriker\*innen beobachten, wie sich diese Wechselbeziehungen auf der körperlichen Ebene ausdrücken und die Bewegungen und Beziehungen beeinflussen. Im psychomotorischen Verständnis entwickelt sich der Mensch im Kontakt mit seinem Gegenüber. Dazu wird der Körper als verstehender Zugang aktiv genutzt. Ältere Theorien, wie der verstehende Ansatz von Seewald, werden in einem erweiterten, unter anderem systemischen, Verständnis von aktuellen Autor\*innen ergänzt.

Diese Arbeit beschreibt ein systemisch-konstruktivistisches Supervisionsverständnis mit Fokus auf das «Verstehen» in der Supervision. Es werden ausgewählte körperbezogene verstehende Zugänge und Perspektiven aus der Psychomotorik beschrieben, mit einem systemischen Blick betrachtet und das Verbindende des Körperverstehens im Systemischen und Psychomotorischen herausgearbeitet. Das beschriebene Körperverstehen aus psychomotorischer Perspektive wird in der Systemischen Supervision angewendet und reflektiert.

Anhand von Fallvignetten werden ausgewählte (körper-) verstehende Zugänge aus der Psychomotorik und ihre Anwendung in der Systemischen Supervision beleuchtet und begründet.

Diese Auseinandersetzung zeigt auf, wie das psychomotorische Körperverstehen in der Systemischen Supervision integriert und angewendet werden kann.

# 1. Einleitung

## 1.1 Ausgangslage und persönlicher Bezug zum Thema

Wenn wir im Kontakt mit anderen Menschen sind, lassen uns deren Geschichten oft nicht kalt. Etwas geht uns unter die Haut, manchmal wird uns warm ums Herz oder wir spüren Ärger im Bauch. Als Supervisorin fasziniert mich ebenso wie in der Therapie und Beratung mit Klient\*innen, wie direkt der Körper Informationen über Gefühle und Befindlichkeiten auszudrücken weiss. Ein sehr ursprüngliches Wissen, welches tief in unserem Körper, oder - aus Sicht der Neurobiolog\*innen - in unserem Gehirn, gespeichert ist. Wie biete ich als Systemische Supervisorin den körperbezogenen Zugängen Raum?

Seit vielen Jahren besuche ich gemeinsam mit anderen Psychomotoriktherapeut\*innen als Supervisandin Supervisionen. Seit drei Jahren arbeite ich selber als Supervisorin. Ein grosser Teil dieser Supervisionen, welche ich anbiete, findet im Kontext der Psychomotorik statt. Die Supervisand\*innen sind Psychomotoriktherapeut\*innen oder Studierende aus dem Bachelorstudiengang Psychomotorik. Die Anwendung von körperverstehenden Zugängen und Erklärungsmodellen findet für mich dabei selbstverständlich statt, dies zeichnet den Alltag einer Psychomotoriktherapeut\*in aus. Während meiner Ausbildung zur Supervisorin bekam ich Einblicke in die Supervisionen anderer und erlebte in der Lehrsupervision Supervisionsprozesse, in welchen der Körper nicht oder nicht bewusst genutzt wurde. In dieser Unterscheidung wurde für mich erst deutlich, dass der Einbezug des Körpers und der Bewegung in der Supervision nicht in allen Supervisionsformaten gleichermassen relevant ist.

Sowohl als Supervisandin wie auch als Supervisorin stelle ich fest, dass in der Supervision mit Psychomotoriktherapeut\*innen ein grosses Bedürfnis nach körper- und handlungsorientierten Methoden besteht. In Supervisionen mit Menschen aus anderen Berufsgruppen scheint dieses Interesse allerdings ebenfalls vorhanden zu sein, wenn es von der Supervisor\*in angeboten wird. Hypnosystemische Zugänge, szenisches Arbeiten oder die Arbeit mit Systemaufstellungen beziehen den Körper und die Sinne in die systemische Supervision mit ein. Manchmal erlebe ich dabei anfänglich eine gewisse Hemmung oder Unsicherheit seitens der Supervisand\*innen, sich auf das eigene Körperverstehen einzulassen. Anders bei den Psychomotoriker\*innen, die aufgrund ihrer fachlichen Expertise über ein sehr breites Spektrum an (körper-) verstehenden Ansätzen verfügen und diese Zugänge in den Supervisionen meist gerne anwenden, sofern

ihnen von der Supervisor\*in entsprechende Angebote gemacht werden. Sie sind geübt darin, ihren eigenen Körper als Resonanzraum zu nutzen. Es ist für sie alltäglich, Bewegungssequenzen zu beobachten und die Körperhaltung, Körpersprache und den Körperausdruck ihres Gegenübers zu interpretieren und daraus Hypothesen zu bilden. Zum Beispiel beim szenischen Darstellen in der Gruppensupervision einer Therapiesequenz oder in der Beobachtung der fallbringenden Supervisand\*in während der Darstellung ihres Falles. Dies gehört zu ihren berufsspezifischen fachlichen Ressourcen. Diese Kernkompetenzen lassen sich in der Systemischen Supervision nutzen, um neue Informationen zu gewinnen, neue Sichtweisen einzunehmen und vielfältige Hypothesen zu bilden. Diese Arbeitsweise bietet sich für alle Supervisand\*innen an, die eine Offenheit gegenüber körperverstehenden Zugängen zeigen.

Das «Verstehen» ist für mich als Psychomotoriktherapeutin ein zentrales Element meiner Reflexion. In der Arbeit mit Kindern geht es darum, diese im Spiel zu verstehen, (Entwicklungs-) Themen zu erkennen und zu benennen, sowie Arbeitshypothesen dazu zu bilden. Als Grundlage dient ein humanistisches Menschenbild: Der Mensch strebt nach Autonomie und Unabhängigkeit, dies ist das zentrale Motiv für Entwicklung (Zimmer, 2004, S.56). In der Arbeit mit Eltern und weiteren Bezugspersonen findet das Verstehen aus psychomotorischer Sicht gemäss Richter (2012) über das Nachspüren von Beschreibungen und dem damit verbundenen Mitschwingen und Mitfühlen statt (S.101). Die Klient\*innen fühlen sich angenommen in ihrer Individualität.

Als systemisch-konstruktivistisch denkende Supervisorin gehe ich davon aus, dass dies alles Konstrukte sind und stetig überprüft werden muss, ob sie noch hilfreich sind oder nicht. Ich sollte also Theorien und Hypothesen zur Verfügung haben und diese jederzeit wieder verwerfen können. Bei welchen theoretischen Modellen bediene ich mich, wenn es in der systemischen Supervision ums Verstehen geht? Wie lässt sich das Verstehen aus der Psychomotorik in die Supervisionssitzungen übertragen? Was passt davon zu meiner systemisch-konstruktivistischen Haltung? Gibt es Facetten, die nicht passen?

In dieser Arbeit sollen spezifische verstehende Zugänge aus der Psychomotorik in ihrer Anwendung in der Systemischen Supervision betrachtet und mit Praxisbeispielen veranschaulicht werden. Es geht dabei nicht um konkrete Methoden, sondern um den Einbezug einer körperverstehenden Haltung. Diese eignet sich nicht nur spezifisch für Psychomotoriktherapeut\*innen, sondern kann generell in Supervisionen angeboten und angewendet werden. Ich möchte einzelne Supervisionssequenzen mit der Brille

des reflektiven körperlichen Verstehens anschauen. Ich erachte es als eine ergänzende Sichtweise, wenn Supervisand\*innen darin unterstützt werden, ihre Aufmerksamkeit auf ihr eigenes Körperverstehen zu richten um daraus neue Hypothesen zu Logiken und Theorien zu gewinnen, welche hinter einem Thema stehen können. Sowohl in der Selbstreflexion für mich als Supervisorin als auch als konkretes Interventionsangebot für die Supervisand\*innen sehe ich da eine gute Passung.

## 1.2 Ziele, Fragestellung und Grenzen der Arbeit

Diese Arbeit erkundet ein systemisch-konstruktivistisches Supervisionsverständnis mit Fokus auf das «Verstehen» in der Supervision. Es werden zudem ausgewählte körperbezogene verstehende Zugänge und Perspektiven aus der Psychomotorik beschrieben und mit einem systemischen Blick betrachtet. Das beschriebene Körperverstehen aus psychomotorischer Perspektive wird in der Systemischen Supervision angewendet und reflektiert.

Anhand von Fallvignetten werden ausgewählte (körper-) verstehende Zugänge aus der Psychomotorik und ihre Anwendung in der Systemischen Supervision beleuchtet und begründet.

Leitende Fragestellung

**Wie können körperverstehende Zugänge aus der Psychomotorik in der Systemischen Supervision angewendet werden?**

Unterfragen

1. Welches Supervisionsverständnis liegt dieser Arbeit zugrunde?
2. Was bedeutet Verstehen in der Systemischen Supervision?
3. Was bedeutet Körperverstehen in der Psychomotorik und wie kann es systemisch nutzbar gemacht werden?
4. Wie kann das Körperverstehen in der Supervisionspraxis angewendet werden?

Es gibt zahlreiche Zugänge zur Verstehensbildung aus der Psychologie, Neurobiologie, Philosophie, Phänomenologie und viele mehr. In dieser Arbeit geht es um den systemisch-konstruktivistischen Zugang und um körperliches Verstehen aus der Psychomotorik.

Ich erachte es für diese Arbeit nicht als relevant, den systemisch-konstruktivistischen Ansatz vertieft zu beschreiben oder die Psychomotorik grundsätzlich zu erklären. Phänomenologische Begründungen für das Körperverstehen und philosophische Gedanken zu den Grundhaltungen werden einbezogen, aber es wird nicht detailliert auf ihre Ursprünge eingegangen. In der Theorie werden diejenigen Anteile dargelegt, die mir für den konkreten Praxisbezug in dieser Arbeit primär hilfreich erscheinen.

### **1.3 Methodisches Vorgehen und Aufbau der Arbeit**

Nach einer theoretischen Einführung im Hauptteil der Arbeit beschreibe ich verschiedene Supervisionssequenzen, in welchen körperverstehende Interventionen stattgefunden haben. Ich reflektiere und interpretiere, wie verstehende körperbezogene Interventionen in den Supervisionsprozessen nutzbar waren. Im letzten Teil wird die Fragestellung diskutiert und ich reflektiere meinen persönlichen Prozess in der Auseinandersetzung mit dieser Arbeit.

In dieser Arbeit soll es darum gehen, bereits angewandte Herangehensweisen in der Verknüpfung mit wissenschaftlicher Literatur zu fundieren. Der Austausch mit den Nachbarsdisziplinen findet am Rande ebenfalls statt, um bestehende Interventionen zu begründen und hilfreiche Methoden sowie theoretische Grundlagen abzuleiten.



## **2. Ein systemisch-konstruktivistisches Supervisionsverständnis**

In diesem Kapitel wird ein systemisches Supervisionsverständnis erläutert (Beantwortung von Unterfrage 1), auf die für diese Arbeit relevanten Grundannahmen und Grundhaltungen eingegangen und «das Verstehen» aus systemisch-konstruktivistischer Sicht beleuchtet (Beantwortung von Unterfrage 2).

### **2.1 Supervision – was ist das?**

«Systemische Supervision ist eine lösungsorientierte Beratungsform für Personen und Institutionen, die ressourcenorientiert professionelle Zusammenhänge thematisiert.» (Ebbecke Nohlen, 2013, S.24)

Beratung ist ein gemeinsamer Prozess zur Stärkung vorhandener Ressourcen und zur Entwicklung neuer Handlungsmöglichkeiten. In der Supervision sind die Supervisand\*innen Expert\*innen für sich selbst und für ihren Arbeitsbereich. Die systemische Supervisor\*in unterstützt sie in der Reflexion von Arbeitssituationen und bietet ihnen dafür einen klaren Rahmen zur Findung einer persönlichen neuen Perspektive. Supervision bietet einen möglichst neutralen Raum zum Innehalten, Nachdenken, Entdecken und Entwickeln von eigenen Ideen, neuen Möglichkeiten und anderen Blickwinkeln. Zugrundeliegende Haltungen und Werte der Supervisand\*innen können überprüft, differenziert und gestärkt werden. Dies kann sowohl fallbezogen als auch in einem Teamentwicklungsprozess unterstützend wirken. Die Supervisor\*in begleitet diesen persönlichen Prozess mit geeigneten Arbeitsmethoden und Interventionen. Neben Gespräch und Visualisierungen kann nach Bedarf auch eine spielerische und / oder körperbezogene Herangehensweise hilfreich sein. Es gibt kein richtig und falsch, vielmehr ein gemeinsames Erforschen der Ressourcen und Möglichkeiten. Gemeinsam wird nach eigenen Lösungen für die Supervisand\*in gesucht, damit ihre Freude am Berufsalltag wachsen kann und erhalten bleibt und sie sich in ihrer beruflichen Professionalität gestärkt fühlt.

(aus dem Supervisionskonzept von Katja Reichen, 2024)

## 2.2 Systemisch-konstruktivistische Grundannahmen

In einer konstruktivistischen Weltsicht wird davon ausgegangen, dass Theorien und Begriffe Konstruktionen über die Welt sind. So ist auch das systemische Denken im Konstruktivismus eine Interpretation der Welt, die einem Individuum hilfreich erscheint, um sich darin zurechtzufinden und Handlungsfähigkeit zu erlangen. Schwing und Fryszer (2018) beschreiben Sichtweisen wie eine Landkarte, welche die Landschaft abbildet. Der eingezeichnete Berg könnte auch ganz anders gezeichnet werden und sollte nicht mit dem tatsächlichen Berg verwechselt werden. Diese Landkarte wird so lange genutzt, wie sie als hilfreich empfunden wird. Dies geschieht im Wissen darum, dass es sich dabei nicht um die tatsächliche Landschaft handelt und jederzeit eine andere Karte beigezogen werden kann, um die aktuelle Sichtweise zu verändern (ebd. S.23). Für das beraterische Denken einer systemisch-konstruktivistischen Supervisor\*in ist dies ein zentraler Grundsatz, da aus dieser Weltsicht nicht in richtig und falsch unterschieden wird, sondern in hilfreich und weniger hilfreich. Damit Supervisor\*innen sich dennoch im Beratungsprozess zurechtfinden und eine gute Prozessrahmung anbieten können, orientieren sie sich an einigen Grundannahmen:

Ein *System* ist eine Gruppe von Elementen, welche sich aus ihrer Umwelt abgrenzen und untereinander in Beziehung stehen. Ein System ist also eine *Unterscheidung* zu seiner Umwelt (Drexler, 2015, S.21). Menschen sind komplexe Einheiten aus verschiedenen Systemtypen, im sozialen System ist die Kommunikation zentral. Systeme sind sowohl voneinander unabhängig und in sich geschlossen, als auch aufeinander bezogen. Menschen können aus dieser Sicht nicht gezielt beeinflusst, aber durch Interaktion mit ihrer Umwelt irritiert und angeregt werden. Die Sinne eines Menschen transportieren lediglich Informationen. Die Bedeutungsgebung einer Erfahrung ist eine subjektive Konstruktion. Das impliziert, dass es keine allgemeingültige Wirklichkeit gibt, jedoch Bewusstseinskonstruktionen einzelner Individuen. Die «Wahrheit» ist somit ebenfalls subjektiv und kann in einem kommunikativen Prozess ausgehandelt werden (ebd. S.21).

*Konstruktivismus* sagt also, dass alles ein gedankliches Konstrukt ist und auch ganz anders sein könnte. Zur Anregung des Denkens in verschiedenen Konstruktionen eignen sich

- hypothetische Fragen, um den Möglichkeitsraum zu erweitern,
- das Beschreiben aus mehreren Perspektiven, um zu verdeutlichen, dass An-

sichten an Standorte gebunden sind,

- das Umwerten von Wichtigkeiten und Details, um deutlich zu machen, dass Wertsysteme veränderbar sind,
- das Suchen nach alternativem Wissen, um neue Sichtweisen und alternative Umgänge zu ermöglichen,
- das Suchen nach dem Fehlenden, um Ansichten zu vervollständigen und neue Richtungen zu eröffnen,
- das Verdrehen von Ursache- und Wirkungszusammenhängen, um damit die Zirkularität von Begründungen erfahrbar zu machen.

(vgl. Bardmann, 2015, S.237)

Menschen sind prinzipiell autonome Wesen und lassen sich nicht von aussen steuern (Drexler, 2015, S.22). Die *Autopoiese-Theorie* bezeichnet die Selbststeuerung eines jeden Lebewesens und / oder (Sub-) Systems. Es gibt keine Möglichkeit, von aussen zielgerichtet auf diesen Steuerungsprozess zuzugreifen. Ein System lässt sich also nicht gezielt steuern, aber durch Wechselwirkungen irritieren und anregen. Diese Grundannahme unterstellt den Menschen *Autonomie*. Jedes Individuum bestimmt selbst nach seiner Eigenlogik, welche Ideen sinnvoll sind und welche nicht. Die Menschen sind die Expert\*innen für ihr Leben und ihre Entscheidungen (von Schlippe & Schweitzer, 2016, S.113).

Jedes System ist in einen ständig variierenden *Kontext* eingebunden. Die Bedeutung und der Sinn eines Phänomens werden erst in einem Situationszusammenhang ersichtlich und umgekehrt kann sich bei einem Perspektivenwechsel die Bedeutungsgebung verändern. Menschen verändern sich ständig, auch ihr Denken, Fühlen und Handeln kann je nach Kontext unterschiedlich sein (Schwing & Fryszer, 2018, S.325). Aus dieser Sichtweise kann jedes Verhalten als aktuelle Lösung der Situation interpretiert werden. In der Veränderung der Bedeutungsgebung liegen neue Lösungsmöglichkeiten.

Da ein System sich in der Unterscheidung zu seiner Umwelt definiert, braucht es eine Beobachter\*in, welche diese Unterscheidung tätigt (*Kybernetik I. Ordnung*). Es gibt kein System, welches nicht von einem Beobachtenden definiert wird. Die Beobachter\*in wird somit als Teil des Systems, welches sie beobachtet, verstanden. Sie «kann nicht von aussen objektiv wahrnehmen, sondern ist selber aktiv und interpretierend am Wahrnehmungsprozess beteiligt» (Drexler, 2015, S.21). In der Rolle als Systemische

Supervisor\*in ist es darum zentral, sich selber in dieser Beobachterposition zu beobachten (*Kybernetik II. Ordnung*) und darin in Wechselwirkungen zu gehen. In gleicher Weise ist auch die Supervisand\*in Teil ihres Klientensystems, über welches sie in der Supervision reflektieren möchte. Kybernetik I und II bezieht die beratende Person in den Prozess mit ein und ermöglicht den Blick, sich von aussen selbst zu beobachten. Die Supervisor\*in versucht, anschlussfähig zu sein und dennoch den Aussenblick auf sich und das Supervisionssystem zu bewahren.

Zusammenfassend sind folgende Grundannahmen in diesem Supervisionsverständnis zentral:

- Systeme sind Unterscheidungen zu ihrer Umwelt. Menschen können in dieser Sichtweise als Einheit verschiedener Subsysteme gesehen werden.
- Gedanken sind Konstruktionen. Der Konstruktivismus geht davon aus, dass alles auch ganz anders sein könnte.
- Menschen können nicht von aussen gesteuert werden. Autopoiese meint die Selbststeuerung eines jeden Individuums und / oder (Sub-) Systems, welche von aussen irritiert und zur Veränderung angeregt werden kann.
- Jedes Verhalten ist eine aktuelle Lösung. Der Kontextbezug berücksichtigt die Umstände und Perspektiven einer Person / eines Systems und nutzt die veränderte Bedeutungsgebung, die aus einem Perspektivenwechsel entstehen kann.
- Kybernetik I und II bezieht die beratende Person in den Prozess mit ein und ermöglicht dieser gleichzeitig, sich selbst von aussen zu beobachten.

### 2.3 Systemische Grundhaltungen in der Supervision

In der Supervision sollen in erster Linie für die Supervisand\*in passende Lösungen für eine konkrete Fragestellung gefunden werden. Die Systemische Supervision bevorzugt ein lösungsorientiertes Vorgehen, ohne die Würdigung des Problems zu vernachlässigen. Wie in Kapitel 2.1 erläutert, kann jedes Verhalten als aktuelle Lösung verstanden werden. Nach der gleichen Logik werden auch Probleme als aktuelle Lösungsversuche gesehen (Ebbecke-Nohlen, 2013, S.33). Es kann daher hilfreich sein, mit *Wertschätzung und Neugierde* für das Supervisanden- wie auch für das Klientensystem die guten

Gründe für die bisherigen Lösungsversuche herauszuarbeiten. Es wird davon ausgegangen, dass die zur Lösungsfindung nötigen *Ressourcen* im System vorhanden sind und bisher noch nicht genutzt wurden. Die Supervision ist aus dieser Sicht ein Suchprozesses für alternative Handlungsoptionen. Dieser Prozess findet in *zirkulären Rückkoppelungsschleifen* statt. Es werden zusammen mit den Supervisand\*innen verschiedene Handlungsoptionen und neue Sichtweisen erarbeitet (ebd. S.33). Dazu werden vielfältige *Hypothesen* generiert, überprüft und wieder verworfen. So können neue Sichtweisen und Möglichkeiten entstehen. In der Haltung der *Neutralität* entscheidet die Supervisand\*in für sich, welche Lösung für sie die passende ist (ebd. S.33). Sie entscheidet über weitere nächste Handlungsschritte.

In der Systemischen Supervision sind Haltungen und Handlungen so eng miteinander verbunden, dass sie eigentlich nur gemeinsam gedacht werden können. Aus der Haltung geht hervor, wie die Supervisor\*in den Supervisionsprozess gestaltet und steuert. In der Handlung wird die Haltung erst sichtbar und wirksam (Ebbecke-Nohlen, 2013, S.31).

Das meistgenutzte und bewährte Hilfsmittel, um subjektives Erleben zu teilen, ist die *Sprache* (Bardmann, 2015, S.229). Worte haben eine grosse Wirkung und sind in unserer westlichen Gesellschaft ein geläufiges und zentrales Kommunikationsmittel. Mit hypothetischen Formulierungen und offenen Fragen verflüssigen sich viele vermeintlich eingefahrene Muster und werden somit veränderbar.

Der Umgang mit Wörtern ist uns also vertraut und wir sind geübt darin, diesen für die kognitive Übersetzung von Erleben und Wissen zu nutzen.

Ein weiteres zentrales, ebenfalls geläufiges Hilfsmittel, um zwischen Systemen zu kommunizieren, ist die *Visualisierung*. Mit Bildern und Installationen wird das Gesagte sichtbar und somit veränderbar. Neue, auch emotionale, Zugänge öffnen sich.

In dieser Arbeit stehen die *körperbezogenen Zugänge* im Zentrum. Schwing und Fryszer (2018) gehen davon aus, dass emotionale, körperliche und kognitive Reaktionen Spiegelungen des Geschehens sind. Sie sind somit wichtige Mittel der Informationsgewinnung, welche in der systemischen Arbeitsweise verstanden und genutzt werden können (ebd. S.57). Die beiden Autoren weisen darauf hin, dass körperbezogene Interventionen ein grosses Mass an Selbsterfahrung der Beratenden voraussetzen, da in der Wahrnehmung der Beobachtenden sowohl das geschilderte Geschehen, als auch die aktiven Konstruktionen der wahrnehmenden Person gespiegelt sein können. Es ist von der Beobachter\*in abhängig, was sie als Beobachtungseinheit wahrnimmt

und was sie gleichzeitig als Differenz konstruiert (Barthelmess, 2016, S.77). Voraussetzung dazu ist, dass die Unterscheidung für die Beobachter\*in Sinn ergibt (ebd. S.78). Was und wie wir als Beratende wahrnehmen, beeinflusst unsere Interventions- und Handlungsmöglichkeiten.

Diese Unterteilung der Informationsverarbeitung findet sich auch in anderen Theorieansätzen. So bezieht sich beispielsweise Maja Storch (2022) im Embodiement-Ansatz auf die Multiple Code Theory von Wilma Bucci (S.146). Demnach unterscheiden Menschen zwischen symbolischen Informations-Codes (verbal über Worte und non-verbal über Bilder) und vorsymbolischen Informations-Codes (über den Körper).

Auch die systemische Aufstellungsarbeit kann als körper- und sprachbezogene Intervention betrachtet werden. Diana Drexler (2015) beschreibt Systemaufstellungen an der Schnittstelle von phänomenologischen und konstruktivistischen Methoden (ebd. S.17). Die Wahrnehmung mit allen Sinnen wird dabei durch systemisches Denken für den Beratungsprozess nutzbar gemacht (ebd. S.30).

Zusammenfassend sind folgende Grundhaltungen für dieses Supervisionsverständnis zentral:

- Wertschätzung und Neugierde sind die Basis jeder Beratung. Ressourcen und Gelingendes stehen im Zentrum, Problembeschreibungen werden als aktuelle Lösungsversuche gesehen.
- Jeder Mensch trägt die zur Lösung nötigen Ressourcen in sich. Sie können gemeinsam herausgearbeitet, benannt und gestärkt werden.
- Zirkularität fokussiert auf die Wechselwirkungen einzelner Elemente untereinander (in der Unterscheidung zur Linearität).
- Wahrnehmungsbasierte Hypothesen führen zu bestimmten Beratungsinterventionen. Sie werden stetig überprüft und angepasst.
- Neutralität vermeidet gängige Wertungsschemen und überlässt die Entscheidung für hilfreiche Lösungsstrategien und nächste Handlungsschritte der Supervisand\*in bzw. dem Klientensystem.
- In der Handlung wird die Haltung erst sichtbar. Sprache, Visualisierung und körperbezogenen Zugänge unterstützen den Erkundungsprozess.

Zur Differenzierung und Stärkung dieser Grundhaltungen und den damit verbundenen Handlungen sind selbstreflexive Strategien ratsam. Barthelmess (2016) benutzt als Selbstreflexionshilfe unter anderem das Brillenmodell. Eine Beobachtung ist demnach eine Anwendung einer Unterscheidung (Brille). Durch den Blick durch diese Brille konstruiert die Beobachter\*in ihre aktuelle Wirklichkeit. Diese Wirklichkeitskonstruktionen können auf drei Ebenen stattfinden: Unterscheidungen werden beschrieben, Unterscheidungen werden erklärt und Unterscheidungen werden bewertet (ebd. S.82). Durch das Austauschen dieser Brillen ergeben sich neue Sichtweisen und Perspektiven. Im Sinne der Kybernetik II ist es im professionellen Kontext bedeutsam, sich bewusst zu sein, mit welcher Brille eine Situation betrachtet wird. Das Ausprobieren neuer Brillen erweitert den Blick auf neue Lösungen.

Ein weiteres Element der Reflexion ist der Umgang mit Rollenklarheit. In der Supervision ist die Unterscheidung von Prozessberatung und Wissensberatung grundlegend. Barthelmess beschreibt diesbezüglich vier beraterische Haltungen: der Umgang mit Wissen, mit Verstehen, mit der Beziehung zum Klientensystem und mit dem Können des Klientensystems (S.33). In der systemischen Grundhaltung ist die Supervisor\*in in erster Linie Prozessbegleiter\*in (ebd. S.29). Daraus ergibt sich für die Prozessberatung die Haltung des Nichtwissens (Wirklichkeitskonstruktionen werden relativiert), des Nichtverstehens (das Selbstverstehen der Klient\*in wird angeregt), des Eingebundenseins (es gibt keinen «Widerstand») und des Vertrauens (sich am Prozess orientieren). Es geht jedoch auch darum, in passenden Momenten zusätzlich Wissensberatung mit anbieten zu können. Zum Beispiel, um zur Reflexion anregende Denkmodelle zur Verfügung zu stellen (ebd. S.32), oder wenn «selbstorganisiert neues, eigenes und adäquates Wissen im Klientensystem ermöglicht werden soll» (S.38). Dieses «Zur-Verfügung-Stellen von Wissen» sieht er als «Versuchsballon». Das Klientensystem entscheidet, was damit gemacht wird (S.38). Prozess- und Wissensberatung ist demnach ein «Sowohl-als-auch». Barthelmess nimmt das Bild des Jonglierens mit verschiedenen Hüten und stellt die Frage: «Als wer bin ich wann für wen was, und das wie genau?» (S.47). Der bewusste Umgang mit den «Beratungshüten» ermöglicht Rollenklarheit.

Ein Bewusstsein zum Umgang mit den eigenen Hypothesen eignet sich ebenfalls zur Selbstreflexion. Hypothesen sind aus konstruktivistischer Sicht Wirklichkeitskonstruktionen der hypothesenbildenden Person und haben mit deren Deutungsmustern zu tun (Barthelmess S.197). Sie können als roter Faden im Beratungsprozess hilfreich sein:

Die Supervisorin beobachtet die Supervisandin und nimmt sie wahr. Aus diesen Beobachtungen bildet sie aufgrund ihrer eigenen Denklöge eine Hypothese (sie deutet die Beobachtung) und interveniert entsprechend dieser Annahmen. Die Intervention führt zu neuen Beobachtungen. Wieder wird die Hypothese überprüft, neu angepasst oder neu gebildet. Es folgt eine entsprechende hypothesenbasierte Intervention. Dieser Prozess kann nach Barthelmess als Aneinanderreihung systemischer Schleifen betrachtet werden. Auch hierzu nimmt er das Bild vom «Versuchsballon» (S.198). Verfährt der Ballon (wenn die angebotene hypothesenbedingte Intervention passt) bei der Supervisand\*in durch eine (Re-)Aktion, ist die Hypothese hilfreich, andernfalls braucht es etwas Neues. Das Bilden und Verwerfen von Hypothesen wird immer zusammen gedacht und ist ein subjektiver Prozess der Berater\*in.

Zusammenfassend sind folgende Reflexionsansätze für dieses Supervisionsverständnis zentral:

- Beobachtungen, Erklärungen und Bewertungen sind Unterscheidungen. Sie können als Brillen betrachtet werden. Die beobachtende Person sollte sich bewusst sein, durch welche Brille sie beobachtet.
- Es wird zwischen Prozessberatung und Wissensberatung unterschieden. Die verschiedenen Rollen der Supervisor\*in können als Beratungshüte betrachtet werden. Der bewusste Umgang mit diesen Hüten ermöglicht Rollenklarheit.
- Beobachtungsbasierte Hypothesen führen zu bestimmten Interventionen. Hypothesen sind Wirklichkeitskonstruktionen der hypothesenbildenden Person und dienen als roter Faden in der Beratung. Sie sollen jederzeit verworfen und neu gebildet werden können.



## **2.4 Das Verstehen aus der systemisch-konstruktivistischen Perspektive**

«Im sozialen Konstruktivismus wird nicht das Denken in den Mittelpunkt gestellt, sondern das Kommunizieren darüber» (Ebbecke-Nohlen 2013, S.52).

Der Dialog nimmt in der Systemischen Supervision eine zentrale Rolle ein. Wahrheit und Wirklichkeit sind demnach «lokale und zeitlich begrenzte Übereinkünfte zwischen Personen» (ebd. S.52). Es ist im konstruktivistischen Denkmodell daher nicht grundsätzlich möglich, andere zu verstehen. Es geht vielmehr darum, «anschlussfähig» zu sein. Verstehen aus systemisch-konstruktivistischer Sicht kann als Bedeutungsgebung oder Sinnggebung bezeichnet werden. Die Supervisor\*in kann die Supervisand\*in nicht verstehen, sie kann ihrem Verhalten jedoch eine Bedeutung geben und ihr damit im besten Fall in der Klärung ihres Anliegens nützlich sein. Im vorherigen Kapitel wurde der Umgang mit Hypothesen beleuchtet: Die Supervisor\*in sucht durch Hypothesenbildung ein Denkmodell oder eine Theorie, womit ein Fall möglichst vielfältig beleuchtet werden kann. Da solche Sinnggebungen in erster Linie mit der Supervisor\*in als Person zu tun haben (Kybernetik I), versucht sie, sich fortlaufend bewusst zu sein, dass sie Teil dieses gerade stattfindenden Prozesses ist. Sie versucht sozusagen, sich von aussen zu beobachten im Wissen, dass alles ganz anders sein könnte und ihr inneres Erleben zu ihr gehört und nicht zur Supervisand\*in (Kybernetik II). Kybernetik erster Ordnung wird immer im Wissen darum genutzt, dass es eine Kybernetik zweiter Ordnung gibt. Die Supervisor\*in versucht also, die Supervisand\*in insofern zu verstehen, als dass sie ihrem Verhalten und Empfinden einen Sinn zuschreibt, im Wissen darum, dass sie es ist, die diese Bedeutung gibt. Sie stellt der Supervisand\*in ihre Hypothesen zur Verfügung. Verstehen ist aus systemisch-konstruktivistischer Sicht das gemeinsame Erkunden der «guten Gründe».

Barthelmess (2016) nennt im Umgang mit Verstehen die Expertise des Nichtverstehens (ebd. S.25). Verstehen ist lediglich ein «so tun als ob», da Menschen als in sich geschlossene Systeme füreinander nicht einsehbar sind. Das Bewusstsein, dass man als Supervisor\*in die Supervisand\*in nie ganz verstehen kann, hilft dabei, neugierig zu bleiben und davon auszugehen, dass für alle Anwesenden nicht alles verstanden werden kann. Durch Nachfragen kann Nichtverstehen nutzbar gemacht werden (ebd. S.25). Es entstehen so neue Erkenntnisse für die Supervisand\*in in Bezug auf ihr eingebrachtes Thema.

Damit Menschen einander verstehen, nutzen sie die Sprache. Aus sozialkonstruktivis-

tischer Perspektive ist die Sprache eine Handlung, die einem Zweck dient, nämlich der Gestaltung von Beziehungen untereinander und zur Welt (Bardmann, 2015, S.232). Verstehen wäre demnach Beziehungsgestaltung.

Zusammenfassend lässt sich Folgendes zum Verstehen aus der systemisch-konstruktivistischen Perspektive hervorheben:

- Auch das Verstehen ist ein Konstrukt und kann als lokale und zeitlich begrenzte Übereinkünfte zwischen Personen gesehen werden.
- Verstehen kann als Anschlussfähigkeit verstanden werden.
- Verstehen meint Bedeutungsgebung und Sinngebung.
- Verstehen in der Supervision ist das gemeinsame Erkunden der guten Gründe.
- Die Supervisorin lässt sich von der Expertise des Nicht-Verstehens leiten. Durch Nachfragen kann Nichtverstehen nutzbar gemacht werden.
- Verstehen ist Kommunikation und Beziehungsgestaltung.

### 3. Verstehende Zugänge in der Psychomotorik und ein systemischer Blick auf diese

In diesem Kapitel wird ein Grundverständnis psychomotorischen Arbeitens erläutert, auf die für diese Arbeit relevanten Grundhaltungen eingegangen und verstehende Zugänge beschrieben. Dabei wird die Psychomotorik mit einem systemisch-konstruktivistischen Blick betrachtet (Beantwortung von Unterfrage 3).

#### 3.1 Psychomotorik – was ist das?

Die Psychomotorik beschäftigt sich mit der Wechselbeziehung von Wahrnehmen, Fühlen, Denken, Bewegen und Verhalten. Psychomotoriker\*innen beobachten, wie sich diese Wechselbeziehungen auf der körperlichen Ebene ausdrücken und die Bewegungen und Beziehungen beeinflussen. Der Fokus liegt auf dem bewegten Körper, sowie auf den seelischen, sozialen und kulturellen Einflüssen, welche eine Person prägen. Durch die Stärkung vorhandener Ressourcen wird ein Gleichgewicht von Körper- und Gefühlsebene angestrebt (psychomotorik schweiz, 2024).

Systemischer Blick:

In der systemischen Denkweise sind Wechselwirkungen ein zentrales Element. Die kontextuellen Einflüsse prägen das Klientensystem. Ressourcenaktivierung ist eine Grundlage jeder Beratung.  
(vgl. Kapitel 2.2)

Psychomotorik steht also einerseits für das Zusammenwirken von körperlichem Ausdruck und geistig-seelischem Erleben. Psychomotorik bezeichnet aber auch pädagogisch-therapeutische Methoden, welche diese Verbindung nutzen (Fischer 2009). Es werden eine funktionale, eine kompetenztheoretische, eine sinnverstehende und eine ökologisch / systemische Perspektive unterschieden (Kuhlenkamp, 2022, S.34).

Die Psychomotorik (-therapie) richtet sich an alle Altersgruppen. In der Deutschschweiz sind Kinder und ihre Bezugspersonen das Hauptklientel von Psychomotoriktherapeut\*innen. Neben der Arbeit in der Therapiestunde oder im Klassenverband berät die Psychomotoriktherapeut\*in Eltern, Lehrpersonen und andere Bezugspersonen der Kinder. In den deutschsprachigen Standardwerken der Psychomotorik ist darum häufig

von Kindern die Rede. Zur besseren Lesbarkeit dieser Arbeit wurde der Begriff «Kind» durch «Mensch» ersetzt.

Die Psychomotorik im deutschsprachigen Raum hat sich in den 1960er Jahren aus vielen Wurzeln und im Gesamtkontext gesellschaftlicher Phänomene entwickelt. Prägend waren die sinnesphysiologische Erziehung (Itard, Séguin), die Arbeit von Maria Montessori, die rhythmische Gymnastik (Scheiblauber, Pfeffer) und, insbesondere in der Schweiz, die Heilpädagogik (Schneeberger, Kobi). Einzelne Personen und ihre Lehrmeinungen (Naville in der Schweiz, Kiphart in Deutschland) waren zentral für das junge Berufsfeld der Psychomotorik. Daraus haben sich inzwischen diverse Ansätze entwickelt. In neuerer Zeit haben beispielweise Erkenntnisse aus der Gesundheitsförderung und Resilienzforschung sowie eine systemische Perspektive das psychomotorische Verständnis erweitert (Kuhlenkamp, 2022, S.15).

Diese Arbeit bezieht sich auf die sinnverstehenden und systemischen Perspektiven der Psychomotorik. Die klassischen Interventionsmittel sind die Bewegung und, in der Therapie mit Kindern, das Spiel.

Im (Symbol-) Spiel und im Erkunden des eigenen Körpererlebens gestaltet der Mensch seine Wirklichkeit und zeigt seine aktuellen Lebens- und Entwicklungsthemen. Nach Aichinger (2012) sind Spiel und Bewegung Darstellung der Wirklichkeit, gerade so, wie der Mensch «sie gegenwärtig erlebt, erfährt, fühlt und interpretiert» (S.60). Die Aufgabe der Psychomotoriktherapeut\*in ist es, diesen Prozess zu begleiten und so zu intervenieren, dass neue Lösungsmöglichkeiten für problematisch empfundene Themen entstehen können. Dabei geht die Psychomotoriker\*in davon aus, dass Menschen ihre Wirklichkeit in Spiel und Bewegung nicht nur darstellen, sondern sie im Ausprobieren von Varianten gleichzeitig auch verändern. So erlebt sich der Mensch als aktiv gestaltendes Wesen und ist «Experte seiner Lebenssituation» (Aichinger, 2012, S.61). Um Menschen in diesem Prozess zu unterstützen ist es hilfreich, dem Geschehen eine Struktur zu geben und das symbolisch Dargestellte in seiner Bedeutung für die Klient\*in zu verstehen. Dies geschieht durch ein explorierendes Spiel- und Bewegungsverhalten der Psychomotoriktherapeut\*in. In Wechselwirkung mit der Reaktion der Klient\*in erkundet sie die guten Gründe für ihr Verhalten und bietet neue Handlungsoptionen an.

#### Systemischer Blick:

Die Wirklichkeitskonstruktionen finden über individuell bevorzugte Ausdrucksmittel statt, bei Erwachsenen meist über die Sprache und das Erleben, in der Arbeit mit Kindern im Spiel. Verändertes Erleben generiert neue Lösungsmöglichkeiten. Die Klient\*in ist Expert\*in ihrer Lebenssituation. Eine explorierende Haltung im Sinne der Hypothesenerkundung ermöglicht neue Sichtweisen und Handlungsoptionen.  
(vgl. Kapitel 2.3)

Seewald (2007) spricht davon, den Bewegungs- und Spielhandlungen eine Bedeutung zu geben und dieses Sinngestalten zu verstehen (S.13). Dabei ist es ihm wichtig, zwischen «Verstehen» und «Erklären» zu unterscheiden. Erklärende Methoden streben die Unabhängigkeit von der erklärenden Person an, während verstehende Methoden die Subjektivität des Gegenübers einbeziehen. Die Psychomotoriktherapeut\*in ist aus dieser Sichtweise Teil des Interpretationsprozesses. Damit diese Interpretationen nicht beliebig geschehen, bezieht sie sich auf Entwicklungstheorien und Erklärungsmodelle. Es geht darum, die Bedingungen, die zu den Interpretationen führen, möglichst offen zu legen (ebd. S.13, 14).

#### Systemischer Blick:

Die Therapeut\*in / Berater\*in ist Teil des Beratungssystems. Als professionelle Beobachter\*in hat sie ein Bewusstsein für «die Brille, durch welche sie schaut».  
(vgl. Kapitel 2.4)

### 3.2 Körper und Leib – Begriffsklärung

In der Alltagssprache wird hauptsächlich den Begriff «Körper» verwendet. In der deutschsprachigen Psychomotorik-Literatur wird häufig von Leiblichkeit gesprochen, wenn es um ein leibphänomenologisches Theorieverständnis geht (Kuhlenkamp, 2022, S.51). Die Unterscheidung von Körper und Leib ist Gegenstand der Phänomenologie, einer philosophischen Denkschule. Edmund Husserl gilt als der Begründer der modernen Phänomenologie. Neu an Husserls Denkweise war, dass er sich nicht ausschliess-

lich für die Objektivität von Erkenntnissen interessierte, sondern dafür, wie die Beziehung eines Subjekts mit der Welt erlebt wird. «Zentrale Aspekte dieser Erfahrung sind Raum, Zeitlichkeit, Leiblichkeit und intersubjektive Beziehungen.» (Dexler, 2015, S.23). Auch Maurice Merlau-Ponty hat die verstehenden Ansätze der Psychomotorik mit seiner Theorie der Phänomenologie der Wahrnehmung geprägt. «Die Leibphänomenologie beschäftigt sich mit der Wechselwirkung von Körper / Leib und Bewusstsein und der Bezogenheit des Individuums zu anderen Individuen (dialogisches Individuum).» (Kuhlenkamp 2022. S.51). Die Leibphänomenologie überwindet somit die Trennung von Körper und Geist.

Systemischer Blick:

In der systemischen Supervision begegnet uns die Phänomenologie unter anderem in der Arbeit mit Systemaufstellungen. Die phänomenologische Wahrnehmung geht über das Beobachten hinaus, es werden alle zur Verfügung stehenden Sinne einbezogen. Dies im Wissen darum, dass die Bedeutungen, die wir geben, nur Konstrukte sind. (vgl. Kapitel 2.2/2.3)

«Des Weiteren wird der Begriff Körperlichkeit (engl. Embodiement) in Publikationen verwendet für eine nicht leib-phänomenologisch basierte Betrachtung der Wechselwirkung psychischer und körperlicher Aspekte.» (Kuhlenkamp, 2022, S.54).

In dieser Arbeit wird hauptsächlich der Begriff «Körper» gewählt - nicht in seiner medizinisch-biologischen Bedeutung, sondern als Teil der Einheit von Körper, Seele und Geist. In gleicher Weise wird der Begriff «Körperverstehen» verwendet. Wird im Text auf die Originalliteratur verwiesen, wird der von der entsprechenden Autor\*in gewählte Begriff gebraucht.

### **3.3 Körper und Verstehen**

Seewald (2007) spricht dem Körper eine bedeutende Rolle im Verstehensprozess zu. Er geht von der «Phänomenologie der Leiblichkeit» aus (S.17) und versteht unter Leibbewusstsein „die Fähigkeit, einen permanenten subtilen inneren Dialog mit seiner leiblichen Gestimmtheit und Resonanz auf die Welt zu führen“ (ebd. S.18). Er gibt dem Körper die «Rolle eines inneren Dialogpartners und Beraters» für sich selbst (S.18).

Dies spiegelt sich in seinem Konzept der reflexiven Leiblichkeit, wo es genau um diesen inneren Dialog mit sich und dem eigenen Körper geht. Er geht davon aus, dass die Suche nach Sinn eine lebenslange Aufgabe eines jeden Menschen ist und die persönliche Identitätssuche stark mit der persönlichen Sinnfindung verknüpft ist. Diese Sinngebung erfolgt seiner Meinung nach über Symbolisierung durch verschiedene kreative Medien.

Systemischer Blick:

Verstehen ist aus systemisch-konstruktivistischer Sicht das gemeinsame Erkunden der guten Gründe. Zur Symbolisierung können Sprache, Bilder und der Körper genutzt werden. (vgl. Kapitel 2.3 / 2.4)

Der Körper ist für Seewald der «bewohnte und erlebte Leib» (ebd. S.20). Die Bewegung versteht er als «wichtigste Form der Weltzuwendung (...), denn in und durch Bewegung leiben wir uns die Welt ein». Er geht dabei von der Entwicklungsannahme aus, dass erst, was durch Bewegung erlebt wird, auch begreifbar wird. Auch Kühlenkamp (2022) hebt hervor, dass Emotionen immer in körperlicher Resonanz erlebt werden (S.53).

Systemischer Blick:

In der Handlung werden die Haltung und das Erleben sichtbar.  
Körperbezogene Zugänge unterstützen den Erkundungsprozess. (vgl. Kapitel 2.3)

### **3.4 (Prä-) Reflektives Verstehen**

Aus einer «leibphänomenologisch verstehenden Perspektive» (Richter, 2012) ist es möglich, im Kontakt mit anderen Menschen körperlich mitzuschwingen, ohne diesem Erleben einen Sinn oder eine Bedeutung zu geben (S.70). In der Reflexion dieser körperlichen Resonanz entsteht ein reflexives Verstehen. Dieses reflexive Verstehen entsteht durch den Einbezug von Verstehenshilfen in Form von Erklärungen (z. B. Entwicklungstheorien, Lebenszyklusmodellen, Mentalisierungstheorien usw.). Es ge-

schiebt nachträglich. Reflexives Verstehen meint jedoch nicht, dass einfach rückblickend Erklärungen für das Erleben eingeführt werden, um dem Ganzen eine Logik zu geben. Verstehen meint, im psychomotorischen Kontext, immer den Prozess (ebd. S.70). Das Erklären in der Reflexion ist Teil dieses Prozesses. Verstehen findet in zwischenmenschlichen Begegnungen statt und ist somit auf die Menschen als Interpreten des Geschehens angewiesen. Körperliches Verstehen meint eine «umfassende Qualität an Empfindungen und Eindrücken, wenn das Gefühl entsteht, etwas verstanden zu haben» (Richter 2012, S.71).

Im konkreten Moment des Mitschwingens kann ein Erleben von Verstehen entstehen, das keiner «Reflexion bedürfen würde – es passiert einfach, ohne dass es erklärt werden muss» (ebd. S.70). Diesen Sinn, der einfach da ist, ohne bewusste Analyse, nennt Seewald (2007) «leibliches Verstehen in Form eines präreflexiven Aktes» (S.96). Es wird dabei auf Befindlichkeitsunterscheidungen geachtet, diese wertfreien Differenzierungen sind erlebbar und erfahrbar. Etwas fühlt sich stimmig an, ohne dass es kognitiv analysiert wurde. Das kognitive Verstehen geschieht in einem nächsten Schritt, welcher, wie oben beschrieben, zum Verstehensprozess dazugehört.

Neurobiologische Zugänge, auf welche sich die Psychomotorik bezieht, erklären dieses Phänomen durch die unterschiedlichen Tempi der Impulsverarbeitung im Gehirn und im Körper. Da der Körper evolutionsbedingt Eindrücke blitzschnell verarbeiten muss, ist er dem Kopf in der Regel einen Schritt voraus. Das Konstrukt des präreflexiven Verstehens kann für die Supervisor\*in also hilfreich sein, wenn sie im Prozess schnelle Entscheidungen trifft. Sie kann darauf vertrauen, dass ihr Körper Informationen verarbeitet, welche noch nicht in ihrem aktiven Denken angekommen sind.

#### Systemsicher Blick:

Sowohl konstruktivistische als auch phänomenologische Ansätze gehen davon aus, dass wir die Wirklichkeit nicht direkt erkennen können. Sie ermahnen beide zur Urteilsenthaltbarkeit / Neutralität und zur Offenheit für alles, was sich in Interaktionen zeigt (Drexler, 2015, S.27). Supervisand\*innen und Supervisor\*in stellen ihre Wahrnehmungen zur Verfügung und versuchen dabei, möglichst offen zu sein. Die Sinngebung erfolgt in Form von Hypothesenbildung und kann jederzeit wieder verworfen werden. (vgl. Kapitel 2.4)



### 3.5 Zwischenleiblicher Resonanzraum

In der Resonanztheorie nach Hartmut Rosa wird davon ausgegangen, dass immer, wenn sich zwei Menschen begegnen, eine systemische Interaktion geschieht. Sie sind in diesem Moment körperlich miteinander verbunden und es wird ein präverbales und präreflexives Verstehen hergestellt (Jessel, 2023, S.183). Fuchs (2021) bezeichnet dieses Wechselspiel von Ausdruck, Eindruck und Reaktion als zwischenleibliche Resonanz. Diese kann als Grundlage für ein implizites Beziehungswissen gesehen werden. Er geht davon aus, dass Menschen ein körperliches Wissen haben, wie gelingende Kontakte zu anderen gestaltet werden können. Die daraus entstehenden Beziehungsstile prägen unseren Beziehungsraum (Fuchs in Jessel, 2023, S.184). Diese «leiblichen, affektiven und intuitiven Formen der Beziehung» geschehen vor der verbalen Kommunikation (Fuchs, 2021, S.210). Die zwischenleiblichen Aspekte der Kommunikation erachtet Fuchs als grundlegend für die Gestaltung psychomotorischer Dialoge. Kuhlentkamp nennt in diesem Zusammenhang auch den Begriff «Bezogenheit» (2022, S.52). Bernard Aucouturier spricht vom «tonischen Dialog» (1998).

Aus neurobiologischer Sicht kann dieses Phänomen mit der Wirkung der Spiegelneurone erklärt werden (Bauer, 2016). «Die Spiegelaktivität von Nervenzellen für die Vorstellung von Empfindungen erzeugt im Beobachter ein intuitives, unmittelbares Verstehen der Empfindungen der wahrgenommenen Person.» (S.48). Das Gehirn vervollständigt die wahrgenommene Handlungssequenz zum Ablauf einer vollständigen Handlung. Diese Vorhersage bezieht auch Gefühle mit ein. «Bereits ein kurzer Eindruck einer Person kann ausreichen, um eine intuitive Ahnung zu erzeugen, wie die körperlichen Empfindungen der beobachteten Person im kurzfristigen weiteren Verlauf aussehen werden.» (ebd. S.49). Durch diese intuitive Vorstellung von Handlungsabsichten stellt sich beim Beobachtenden die Frage, wie sich das jetzt und im weiteren Geschehen anfühlen würde. «Dies geschieht automatisch, es ist ein *implizit* ablaufender, präreflektiver Vorgang, der keiner willentlichen Anstrengung und keines bewussten Nachdenkens bedarf.» (ebd. S.49). Dies erklärt die intuitive Wahrnehmung, wie sich ein von uns beobachteter Mensch mit grosser Wahrscheinlichkeit wohl gerade fühlt.

## Systemischer Blick

In der Arbeit mit Systemaufstellungen wird ein inneres Bild von Beziehungen in eine räumliche Darstellung übersetzt (Drexler 2015, S.66). Repräsentierende können stellvertretend etwas spüren, benennen oder tun, was die Supervisand\*in noch nicht spüren kann oder erst dadurch, dass es gezeigt oder gesagt wird.

### 3.6 Das Körperverstehen als verbindende Komponente

«Als Quintessenz des Verstehens in hermeneutischer Tradition können die Zirkularität und Kontextgebundenheit einerseits sowie die Vorläufigkeit und Unabschliessbarkeit andererseits gesehen werden. Verstehen ist auf Nicht-Verstehen angewiesen.» (Seewald, 2007, S.27). Dieses Zitat von Seewald passt ebenso in die systemisch-konstruktivistische Denkweise. Psychomotorisches Denken, in dieser Arbeit mit dem gezielten Blick des körperverstehenden Denkens, ist auch systemisches Denken. Die Einheit von Körper und Geist wird als internes System betrachtet, gleichzeitig wird auch die gegenseitige Resonanz zwischen den agierenden Personen einbezogen. Grundlegend ist das Verständnis, dass sich der Mensch im Kontakt mit seinem Gegenüber entwickelt. Dazu wird der Körper als verstehender Zugang aktiv genutzt. Der Einbezug dieser zirkulären Wechselwirkungen entspricht der systemischen Denkweise. Aus der phänomenologischen Perspektive bietet sich für einen systemischen Blick die Arbeit mit Systemaufstellungen an. Die von Drexler beschriebene Haltung in Systemaufstellungen zeigt Parallelen zur Denkweise des Verstehenden Ansatzes. Beide haben die gleichen phänomenologischen Wurzeln.

Aus den vorangehenden Überlegungen lassen sich folgende Erkenntnisse zum Körperverstehen als eine verbindende Komponente von systemisch-konstruktivistischem und psychomotorischem Ansatz ableiten:

- Der Körper hilft beim Verstehen von sich selbst und sich in Bezug zur Welt (reflexive Leiblichkeit). Dieser innere Dialog mit sich und dem eigenen Körper kann systemisch im Erkundungsprozess und zur Erweiterung der Hypothesenvielfalt genutzt werden. Die «Intelligenz des Körpers» wird zur Verstehensbildung genutzt.
- Im Kontakt mit anderen Menschen ist es möglich, körperlich mitzuschwingen (körperliche Resonanz). Es gibt phänomenologische und neurobiologische Erklärungsmodelle dafür. In der Reflexion dieser Resonanzen kann körperliches Verstehen entstehen (reflexives Verstehen). Diese Resonanzen können systemisch zur Sinngebung und Hypothesenbildung zur Verfügung gestellt werden.
- Im konkreten Moment des Mitschwingens kann ein Erleben von Verstehen entstehen (präreflexives Verstehen). Dieses kann aus systemischer Sicht als Konstrukt zu Verfügung gestellt werden und der Supervisor\*in zur Prozesssteuerung hilfreich sein.
- Die Resonanztheorie geht davon aus, dass immer, wenn sich zwei Menschen begegnen, eine systemische Interaktion geschieht. Dieses Wechselspiel von Ausdruck, Eindruck und Reaktion wird als zwischenleibliche Resonanz bezeichnet und äussert sich in einem körperlichen Wissen über gelingende Beziehungsgestaltung, welche der verbalen Kommunikation vorausgeht. Zwischenleibliche Resonanz ermöglicht uns intuitive Wahrnehmung darüber, wie sich unser Gegenüber mit grosser Wahrscheinlichkeit gerade fühlt. Systemisch kann dies zum Beispiel in der Arbeit mit Repräsentanten genutzt werden. Dies immer in der Annahme, dass alles nur Konstrukte sind.

## 4. Psychomotorik und Körperverstehen in der Systemischen Supervision

In diesem Kapitel werden die aus Kapitel 2 und 3 gewonnenen Erkenntnisse für die Supervisionspraxis anhand von drei Fallvignetten beleuchtet (Beantwortung von Unterfrage 4). Eine Sammlung von Fragen zur Unterstützung eines körperverstehenden Supervisionsprozesses findet sich im Anhang dieser Arbeit.

### 4.1 Fallvignette 1 – Bodenanker

Die Supervisandin arbeitet als Sozialarbeiterin in einer pädagogischen Institution. Sie besucht die Supervision auf Eigeninitiative im Einzelsetting. Sie meldet sich jeweils bei Bedarf, es finden ungefähr drei Termine à 90 Minuten jährlich statt. Ihre heutige Fragestellung bezieht sich auf den Umgang mit ihrem Vorgesetzten. Sie berichtet von ihrem jährlichen Mitarbeitergespräch, welches bei ihr einen unguten «Nachgeschmack» hinterlassen habe. Sie fühle sich von ihrem Chef nicht gehört und wünsche sich mehr Wertschätzung. Nach einer ersten Schilderung der Situation gibt sie ihrem Thema den Titel «MAG» (Mitarbeitergespräch).

Eine erste Fragestellung lautet: «Was nun?»

Im nächsten Schritt schildert sie den Ablauf des Gespräches detaillierter. Dabei fällt auf, dass sie die guten Gründe ihres Vorgesetzten betont und die Auswirkungen auf sich selber bereits positiv umdeutet (Reframing). In der körperlichen Resonanz zu ihr spüre ich eine Ungeduld im Bauch, meine Körperspannung erhöht sich. Dies deute ich für mich als Ärger. Dieses Gefühl stelle ich ihr als Hypothese zur Verfügung, indem ich verbalisiere: «Könnte es sein, dass hinter deiner positiven Bedeutungsgebung ein Ärger verborgen liegt?»

Die Supervisandin bejaht die Frage. Ihre Stimme wird anschliessend lauter und der körperliche Ausdruck energievoller. Ihre Worte wählt sie nach wie vor mit Bedacht und sie umrahmt das Geschehen mit verständnisvollen Erklärungen für das Verhalten ihres Vorgesetzten. Auch diese Beobachtung stelle ich verbalisierend zur Verfügung. Daraufhin erklärt die Supervisandin, dass sie «diesen Scheiss» nicht mit sich herumtragen möchte. Sie sei doch nicht der Abfalleimer ihres Chefs. Diese Metapher und ihre Wortwahl (Idiolekt) greife ich auf und schlage vor, «den Scheiss» symbolisch in den

Abfall zu werfen.

Sie notiert ihren Ärger und die zugrundeliegenden Verletzungen auf Papierkarten und wirft diese energisch und mit lauter verbaler Begleitung in den Abfallkorb, welchen wir prominent in der Raummitte platziert haben. Nach einer kurzen anfänglichen Zurückhaltung scheint ihr das Geschehen zunehmend Spass zu machen. Ihre Körperhaltung entspannt sich, Augen und Mund lächeln, die Formulierungen auf den Karten werden gegen Ende von humorvollen Ausdrücken begleitet. Als «aller Scheiss» im Abfall liegt, hält die Supervisandin inne und strahlt. Auf die Frage, wie sie sich nun fühle, antwortet sie, es fühle sich viel leichter an. Ich lasse sie dieser Leichtigkeit einen Moment nachspüren und komme auf ihre Fragestellung zurück, welche lautet: «Was nun?»

Im weiteren Verlauf konkretisiert sich ihre Fragestellung: «Soll ich mit meinem Vorgesetzten nochmals das Gespräch suchen oder die Angelegenheit auf sich beruhen lassen?»

Die Supervisandin prüft für sich im gedanklich-verbalen Austausch beide Varianten. Einerseits fühle sie sich gerade sehr erleichtert und befreit und wolle dem Ganzen nicht mehr Gewicht geben, als unbedingt nötig. Andererseits habe sie den Eindruck, dass man das doch nicht einfach so stehen lassen könne und dem Chef zurückmelden müsse, was sein Verhalten in ihr ausgelöst habe. Sie scheue sich aber davor, sich ihm gegenüber in ihrer Verletzlichkeit zu zeigen. Beim gemeinsamen Erkunden dieser Ambivalenz habe ich den Eindruck, die Supervisandin sei nun wieder sehr «im Kopf». Ich beobachte eine hohe Körperspannung, hochgezogene Schultern, ihre Stimme klingt gepresst. Ich spüre ihre Ambivalenz in meiner körperlichen Resonanz als zwei sehr unterschiedliche körperliche Empfindungen, das Hin-und-Her ist spürbar. Darum schlage ich als körperbezogene Intervention die Arbeit mit Bodenankern vor. So kann sie die beiden Positionen körperlich erfahren und den damit verbundenen Empfindungen klarer nachspüren.

Sie platziert je eine Moosgummimatte als Position für das «Gespräch suchen» und «kein Gespräch suchen» auf dem Boden. Dazu aufgefordert, eine Position auszuprobieren, wählt sie «ein Gespräch suchen». Ich ermuntere sie, ihren Gefühlen und Körperreaktionen auf dieser Position still für sich nachzuspüren. Die Supervisandin schliesst die Augen und steht mit hochgezogenen Schultern und viel Spannung im oberen Rumpfbereich auf der Matte. Als sie die Augen öffnet biete ich ihr an, die zweite Position auszuprobieren. Sie geht ruhig auf die andere Matte und schliesst wieder die

Augen. Ihr Körper entspannt sich sichtlich, Mundwinkel und Augenbrauen liegen weich im Gesicht, die Schulterblätter ruhen. Nach einem tiefen Seufzer öffnet sie die Augen und sagt: «Okay, der Fall ist ja wohl klar». Mein Angebot eine dritte Position zu erkunden oder nochmals zur ersten zurückzukehren, lehnt sie ab. Für sie sei die Antwort bereits deutlich geworden. Sie habe das Gespräch nun für sich reflektiert und es sei gut so. Es brauche keine Nachbesprechung oder Rückmeldung an ihren Vorgesetzten.

**Reflexion:**

Nach dem Formulieren des Anliegens und der Fragestellung zeigt sich beim Erkunden des Themas, dass die Supervisandin bereits viel über das Gespräch nachgedacht hat. Sie deutet die Situation positiv um. Diese Strategie scheint für sie vorübergehend hilfreich gewesen zu sein. Nun kommt sie mit der Frage «Was nun?» in die Supervision. Während sie erzählt, spüre ich meinen körperlichen Resonanzen auf ihr Erzählen nach und nehme sie als Ärger wahr. Gemäss den Ausführungen zum zwischenleiblichen Resonanzraum in Kapitel 3.5 und nach einer kurzen Überprüfung meiner eigenen Befindlichkeit gehe ich davon aus, dass dieses Gefühl zur Supervisandin gehört, nicht zu mir. Ich verbalisiere meine Resonanz und stelle somit ein benanntes Gefühl zur Verfügung. Dies deute ich rückblickend als wirkungsvolle Intervention. Die Supervisandin kann daraufhin ihren eigenen Ärger zum Ausdruck bringen. Das Thema hinter dem Thema (sich ungerecht behandelt fühlen) ist «auf dem Tisch» und kann so betrachtet werden. Die Supervisandin wählt die Metapher des Abfalleimers, welche ich aufgreife und durch die reale Umsetzung verstärke. Der Ärger ist für die Supervisandin durch die Handlung konkret erlebbar geworden. Da in der Psychomotorik davon ausgegangen wird, dass Handlungen sinnvolle (Re-) Aktionen des Individuums sind, erforscht die Supervisandin durch die Handlung sich selber und ihre, dem Handlungsimpuls zugrundeliegenden, Gefühle. Durch die Bewegung werden diese zugrundeliegenden Gefühle für sie körperlich begreifbar. Ich habe in diesem Moment die Hypothese, dass die Supervisandin sich durch das zurechtlegende Reframing zuvor von ihren Gefühlen distanziert hatte, bevor diese ausreichend gewürdigt werden konnten. Nun kann sie den Verletzungen und dem Ärger durch die Handlung Raum geben. Durch die Bewegung des Werfens von Papier in den Abfalleimer und die ausdrucksstarke verbale Begleitung dazu verdeutlicht sie ihre Selbstbestimmtheit. Mit der psychomotorischen Brille deute ich ihr Erleben als handlungsbestimmt und selbstwirksam (im Gegenpol zum ausgeliefert und verletzt Sein). Für mich als ihr Gegenüber ist ihre Körpersprache energievoll, der Ärger wandelt sie zunehmend in etwas Lustvolles. Das Zusammenspiel des Ärgers mit dem Handlungsimpuls des Werfens und Schimpfens scheint für sie hilfreich zu

sein. Ihr Körpererleben verändert sich, sie fühlt sich auf Nachfrage leichter. Als körperverstehende Intervention stelle ich ihr in diesem Moment das Nachspüren und Verbalisieren ihres veränderten Körpererlebens zu Verfügung. Nach Seewald führt sie in diesem Moment einen inneren Dialog mit ihrer körperlichen Gestimmtheit und nutzt so ihren Körper in Resonanz zu ihrer Umwelt. Sie erkundet ihr Thema, indem sie ihre körperlichen Reaktionen befragt, ihnen Bedeutung verleiht und sie somit versteht.

Mit diesem veränderten Körpererleben der Supervisandin komme ich auf die ursprüngliche Fragestellung zurück um zu überprüfen, ob sie sich bereits beantworten lässt. Für die Supervisandin konkretisiert sich die Frage. Sie lautet nicht mehr allgemein «Wie weiter?», sondern konkret: «Soll ich mit meinem Vorgesetzten ein klärendes Gespräch suchen oder nicht?». Diese Konkretisierung der Fragestellung verstehe ich in Wechselwirkung mit der Konkretisierung ihrer Gefühle. Durch diese Brille betrachtet gehe ich davon aus, dass die Supervisandin durch den Dialog mit ihrer körperlichen Gestimmtheit sich selber und ihre guten Gründe für diese Gefühle besser verstehen konnte und ihr Blick auf ihr Thema dadurch klarer, bzw. konkreter wurde.

Beim Erkunden der konkretisierten Fragestellung gemeinsam mit der Supervisandin wird eine Ambivalenz deutlich: Beide Varianten haben für sie Vor- und Nachteile, eine Entscheidung fällt ihr schwer. Die Arbeit mit Bodenankern im Ambivalenzcoaching ist eine bewährte systemische Methode, welche ich ihr in diesem Moment anbiete. Auch psychomotorisch ist das dialogische Erkunden der eigenen (körperlichen) Befindlichkeit in verschiedenen Positionen eine wirkungszuschreibende Intervention und dient dem Selbstverstehen.

Die Supervisandin nimmt das Angebot an und entscheidet sich, mit der Position «das Gespräch suchen» zu beginnen. Ihre Körperhaltung verändert sich beim Nachspüren auf dieser Position. Auf mich wirkt ihre Körpersprache angespannt. Meine körperliche Resonanz dazu ist ein Unwohlsein. Beim Ausprobieren der anderen Position «kein Gespräch suchen» entspannt sich die Supervisandin sichtlich: Ihr Körper wirkt locker. Ich fühle mich beim Beobachten ebenfalls locker, mein Tonus ist entspannt, meine Resonanz ist Zufriedenheit. Mit einer neurobiologischen Brille begründe ich dieses Empfinden durch die Aktivität der Spiegelneurone und der damit verbundenen Aktivierung der entsprechenden Gefühle. Diese Information nutze ich mit psychomotorischem Blick in diesem Moment zur Verstehensbildung, indem ich den körperlichen Beobachtungen und ihren Resonanzen in mir einen verstehenden Sinn zuschreibe. Ich schlies-

se aus meiner Beobachtung auf das innere Wohlbefinden der Supervisandin. Ich gehe von der Wechselwirkung von Gefühlswelt und Körpererleben aus.

Ich lasse die Supervisandin die Positionen für sich in Stille ausprobieren, um ihrem Erleben mehr Raum zu geben und nicht gleich wieder «im Kopf» zu sein. Das ermöglicht mir, sie in Ruhe zu beobachten und meinen Resonanzen dazu nachzuspüren. Zu diesem Zeitpunkt überprüfe ich mit der Supervisandin das weitere Vorgehen. Noch bevor ich ihr weitere Vorschläge unterbreiten kann (ich könnte ihr meine Beobachtungen zur Verfügung stellen, sie könnte beide Positionen erneut prüfen, sie könnte eine dritte Position dazunehmen, sie könnte die Positionen aus der Metaebene betrachten, ...), verbalisiert sie, dass sie sich entschieden hat: Die zweite Position habe sich für deutlich besser angefühlt. Die Supervisandin entscheidet, dass die Frage für sie beantwortet ist.

## **4.2 Fallvignette 2 – Körperskulptur**

Eine Gruppe von sechs Psychomotoriktherapeutinnen besucht 5x jährlich à 3 Stunden die Supervision für Fallbesprechungen. Es werden jeweils Fälle aus ihrem Therapiealltag oder andere arbeitsrelevante Fragestellungen bearbeitet. An diesem Morgen stellt eine Supervisandin einen Fall vor. Es geht dabei um ein Therapiekind, bei welchem sie nicht sicher ist, ob Psychomotorik die passende Therapieform ist oder ob für die Familie ein anderes (Therapie-) Setting sinnvoller wäre.

So lautet auch ihre Fragestellung: Soll die Psychomotoriktherapie weitergeführt werden? Braucht es etwas anderes?

Bereits in der Kurzbeschreibung des Falles bemerke ich bei der Supervisandin einen grossen Rededrang, sie erzählt von vielen Personen und Gegebenheiten im Umfeld des Kindes. Ich schlage ihr darum vor, das System des Kindes während des Erzählens sichtbar zu machen. Sie wählt dafür farbige Holzspielfiguren. Zur Erweiterung der Perspektivenvielfalt und zur Erleichterung des aktiven Zuhörens gebe ich der Gruppe den Auftrag, aus einer bestimmten Perspektive auf die Fragestellung zuzuhören. Die Supervisandin wünscht sich auf Nachfrage einen Blick aus der Sicht des Kindes, aus der Sicht der Mutter, aus der Sicht der Lehrperson und aus der Perspektive der Psychomotoriktherapeutin (= Supervisandin). Eine Person sammelt auf meine Anregung hin die Ressourcen der Supervisandin (damit sie ihr später zur Verfügung gestellt werden



können).

Nachdem die zuhörenden Rollen verteilt sind, erzählt die Supervisandin von ihrem Fall und stellt dazu die Figuren auf ein begrenzendes Tuch. Sie sitzt dabei auf einem Sitzkissen am Boden, ihre Sitzhaltung wirkt entspannt. Sie wählt die Figuren ruhig und setzt sie in Position zueinander. Manchmal verschiebt sie eine Figur, wenn eine andere dazukommt.

Nachdem der Fall aus Sicht der Supervisandin für den Moment dargestellt ist, betrachten wir das mit den Figuren visualisierte System. Die Gruppe stellt auf Aufforderung Fragen zur Verständnisklärung. Dabei fällt auf, dass besonders viele Fragen zur Eltern-Kind-Beziehung gestellt werden, auch von den Teilnehmerinnen, die nicht aus dieser Perspektive zuhören. Nach einer Rückmeldungs- und Hypothesenrunde der Supervisionsgruppe aus den jeweiligen Perspektiven wirkt die Supervisandin, nachdem sie zuvor in entspannter Körperhaltung erzählt hatte, auf mich gestresster. Sie sucht nach Wörtern und ihre Körperhaltung wirkt unsicher. Die erweiterte Perspektivenvielfalt scheint für Verwirrung zu sorgen. Die Eltern-Kind-Beziehung im Klientensystem steht als grosses Thema im Raum. Ich stelle diese Beobachtung verbal zu Verfügung, die Supervisandin stimmt dem zu und seufzt: «Jetzt weiss ich gar nicht mehr, was das soll.»

Zur Prozessregulation (konkretisieren, nachdem zuvor durch die Hypothesenvielfalt die Möglichkeiten geöffnet wurden) und um der Supervisandin einen anderen Zugang als den verbalen anzubieten, frage ich sie, ob sie uns das Kind und seine Eltern in Form einer Körperskulptur einmal «zeigen» möchte. Sie wählt (im Einverständnis der betreffenden Supervisandinnen) für Kind, Mutter und Vater je eine Person aus der Gruppe, positioniert sie zueinander und formt ihre Körperhaltungen. Ich begleite sie dabei, stelle Fragen, gehe mit ihr auf eine Metaposition, bis sie mit ihrer Skulptur zufrieden ist. Ich frage die Supervisandin, ob sie die darstellenden Personen nach ihrem Befinden befragen möchte. Dies tut sie. Die Stellvertreterinnen beschreiben ihr körperliches Erleben und stellen die damit verbundenen Gefühle zur Verfügung.

Die Skulptur wird wieder aufgelöst und alle Beteiligten schütteln ihre Rollen ab. Nun interessiert mich die Frage nach der Unterscheidung: Was hat sich für die Supervisandin im Vergleich zu vorher verändert? Für sie sei deutlich geworden, dass die aktuellen familieninternen Themen (von welchen sie bereits wusste, welche sie aber nicht «vor

Augen hatte») für das Interventionsspektrum einer Psychomotoriktherapie «zu gross» sind. Die Fragestellung lässt sich für sie nun klar beantworten. Sie möchte die bereits empfohlene psychologische Begleitung der Familie noch einmal nahelegen und mit dem Kind den Therapieabschluss planen.

**Reflexion:**

Die Supervisandin macht das System des Kindes während des Erzählens mit farbigen Figuren sichtbar. Visualisierungen können aus systemischer und psychomotorischer Perspektive im Erkundungs- und Verstehensprozess hilfreich sein. Laut Aichinger entsteht so eine Darstellung der Wirklichkeit, so wie sie in diesem Moment erlebt, gefühlt und interpretiert wird.

Für die Gruppe gebe ich zur Erweiterung der Perspektivenvielfalt und zur Erleichterung des aktiven Zuhörens den Auftrag, aus einer bestimmten Perspektive auf die Fragestellung zuzuhören. Für die Supervisandin ist die Auswahl der unterschiedlichen Perspektiven ebenfalls eine strukturierende Intervention und generiert Informationen zu ihrer Priorisierung. Aus körperverstehender Perspektive nutzten die beteiligten Supervisorinnen mit dieser Methode ihre jeweiligen reflexiven körperlichen Resonanzen. Sie gehen, in Bezug zur gewählten Perspektive (z. B. die Sicht der Mutter), in einen inneren Dialog mit sich und ihren verstehenden Zugängen. Dieses fokussierte Zuhören aus einer bestimmten inneren Position heraus ermöglicht einen (körper-) verstehenden Zugang. Die daraus entstandenen Hypothesen stellt die Gruppe durch Fragen und Rückmeldungen an die Supervisandin dieser und der Gruppe zur Verfügung.

Ich nutze darauf meinen eigenen körperverstehenden Resonanzraum in Bezug auf die körperlichen Reaktionen der Supervisandin zur Prozessregulation. In einem ersten Schritt beobachte ich ihre körperlichen und verbalen Reaktionen. Ich deute sie in innerer (Körper-) Resonanz als Verwirrung. Diese Beobachtung und Interpretation stelle ich ihr verbal zur Verfügung. Mit den Reflexionsmetaphern von Barthelmess könnte dies ein Versuchsballon sein. Ich überprüfe, ob die Supervisandin mein Konstrukt als hilfreich erachtet, oder ob wir gemeinsam einen anderen Weg suchen. Ihre Aussage, sie wisse gar nicht mehr, was das solle, bestätigt meine Hypothese und gibt mir wichtige Hinweise zum aktuellen Prozess. Eine konkretisierende Intervention scheint angebracht zu sein. Da die Gruppe ihre körperverstehende Resonanz zuvor aktiv genutzt hatte, ist es für mich in diesem Moment naheliegend, diese Form der Körperarbeit zu konkretisieren. Dem Vorschlag, eine Körperskulptur zu formen, stimmt die Supervisandin zu.

Diese Form des supervisorischen Arbeitens siedle ich in der Nähe von Aufstellungsarbeiten an, wie Diana Drexler (2015) sie beschreibt. Es ist bei dieser Art der Körperarbeit explizit nötig, die Zustimmung der beteiligten Personen zum Mitmachen zu erfragen. Es dürfen (wie bei allen anderen Methoden auch) immer alle «Nein» sagen.

In der klassischen Aufstellungsarbeit würde die Supervisandin für sich ebenfalls einen Stellvertreter stellen, es ginge um die «Suche nach einem besseren Platz». In unserem Beispiel dient die Körperskulptur als Informationsquelle, nachdem der Supervisionsprozess in der verbalen Arbeit ins Stocken geriet. Bereits beim Formen der Skulptur wirkt die Supervisandin wieder neugierig und handlungsfähig und geht damit die Antwort auf ihre Fragestellung aktiv an. Diese Intervention entspricht dem psychomotorischen Handlungsprinzip der Erlebnisorientierung (vgl. Kühlenkamp S.121). Die Supervisandin wandelt ihr inneres Bild in ein äusseres, räumliches Körperbild um, welches gemeinsam, in einem ersten Schritt ohne Worte und den damit verbunden kognitiven Leistungen, erforscht werden kann. Dabei sind beim Betrachten der Skulptur ihre Spiegelneuronen aktiv, eine zwischenleibliche Resonanz entsteht. Die Supervisandin erhält für sich dadurch neue Informationen über ihre eigenen Interpretationen und Hypothesen zu ihrem dargestellten Klientensystem.

Als zusätzliche Informationsquelle wurden die stellvertretenden Personen zu ihrem Befinden befragt. Es geht dabei nicht darum, ob die dargestellten Klient\*innen wirklich so denken würden, sondern um das Erleben der fallbringenden Supervisandin. Es sind ihre inneren Bilder und ihre Erklärungsmodelle, welche auf diese körperverstehende Weise betrachtet werden. Seewald (2007) erachtet diese Form der Körperarbeit als hilfreich, damit «jemand hinterher klarer sieht und spürt, was er möchte, was ihm gut tut, welche Alternativen bestehen und gewählt bzw. nicht gewählt werden (...)» (S.97). Die Supervisandin hat durch die nonverbale Intervention und die darauffolgende Verbalisierung der Körperresonanz für sich selber und ihr inneres Erleben klärende Informationen erhalten. Sie konnte im Anschluss die Fragestellung für sich beantworten.

### 4.3 Fallvignette 3 – Zeitreise

Ein Gruppe von acht Psychomotoriktherapeutinnen trifft sich 5x pro Jahr à 3 Stunden für Supervision. Es finden vor allem Fallbesprechungen statt, bei Bedarf werden auch andere berufsrelevante Themen besprochen. In der Befindlichkeitsrunde zu Beginn erzählt die Gruppe, dass sie nach den Sommerferien vor grösseren strukturellen und personellen Veränderungen in ihrem Arbeitskanton stehe. Eine Supervisandin wünscht, dieses Thema in der Supervision gemeinsam zu bearbeiten. Die Gruppe ist damit einverstanden.

Sie gibt dem Thema den Titel «Veränderung nach den Sommerferien». Ich lasse sie das Thema nochmals zusammenfassend erzählen. Nun ergänzen die anderen Gruppenmitglieder ihre Sichtweisen. Ein Gruppennarrativ entsteht. Es zeigt sich in dieser «Erzählrunde», dass dieser Veränderungsprozess bereits seit einer Weile am Laufen ist. Die Supervisandinnen erzählen mit Vorfreude auf das Neue und mit Besorgnis, ob der Wechsel gut gelingen werde. Die neuen Rahmenbedingungen werden als gegeben akzeptiert, es ist kein Widerstand (mehr) spürbar.

Es gibt auf mein Nachfragen keine «Frage des Tages», welche beantwortet werden könnte. Es sei mehr der Wunsch der Supervisandin, mit den anderen gemeinsam in diese Veränderung zu gehen. Ich erkunde mit Fragen diesen Wunsch, worauf die Supervisandin äussert: «Mein Wunsch wäre, dass es bereits Herbstferien ist und wir alle das Ganze super gemeistert haben.»

Ich verstehe das Anliegen der Supervisandin als Wunsch nach einem gemeinsamen Erleben. Ich möchte der Gruppe darum ermöglichen, im miteinander Kontakt zu sein und diesen körperlich zu erleben. Ich schlage vor, gemeinsam auf eine Zeitreise zu gehen. Die Gruppe geht zusammen von einem Ende des Raumes zu einem definierten Zielpunkt. Ich begleite das Tun verbal: «Ihr startet heute, an diesem Tag im Mai und marschiert gemeinsam durch den Schuljahresschluss vor den Sommerferien. Ihr verabschiedet euch von xy (hier zähle ich im Detail auf, was die Supervisionsgruppe zuvor geäussert hat). Nach diesem würdigenden Abschied genießt ihr eure Sommerferien und startet frisch erholt ins neue Schuljahr. Gut vorbereitet auf xy (hier zähle ich wieder detailliert auf, was zuvor geäussert wurde), begegnet ihr euch im August wieder...». Nun beschreibe ich den Neustart mit vielen kleinen Details und lasse die Gruppe, die inzwischen an ihrem Zielpunkt angekommen ist, mitphantasieren. Ermuntert durch

mein «Geplauder» benennen sie die gelingenden Faktoren und erläutern immer differenzierter, warum alles wie am Schnürchen läuft. Sie stehen näher zusammen, einige berühren sich. Die Äusserungen der Supervisandinnen sind humorvoll, kleine Stolpersteine werden genannt, und auch, wie sie gemeistert wurden. Die Stimmung ist fröhlich, ein Gefühl der Zusammengehörigkeit ist für mich in der Resonanz spürbar: Ich spüre mich leicht und energievoll. Die körperliche Nähe der Gruppe spüre ich als Wohlbefinden und Geborgenheit.

Diese Beobachtungen stelle ich der Gruppe zur Verfügung und lasse sie einen Moment in diesem «Zukunftsbild» verweilen.

Zurück im hier und jetzt sitzen alle wieder an ihren Plätzen. Alle erzählen kurz, wie sie die Zeitreise erlebt haben und was sie für sich daraus mitnehmen können. Die Supervisandin, welche das Thema gebracht hat, ist zuversichtlich und fühlt sich gestärkt, die Veränderung gemeinsam mit den anderen zu meistern.

### **Reflexion:**

Das Thema Veränderung ist ein wiederkehrendes Thema in Supervisionen. Speziell an dieser Gruppe ist, dass sie nicht als Arbeitsteam zusammen unterwegs sind, sondern in den gleichen kantonalen Strukturen bei verschiedenen Arbeitgebern angestellt sind. Zum Zeitpunkt, als sie das Thema in die Supervision bringen, scheinen sie im Veränderungsprozess schon weit fortgeschritten zu sein. Die Veränderung als solche ist akzeptiert. Im Zentrum steht die Sorge um die emotionale Befindlichkeit einzelner und der Gruppe und der Respekt vor dem energetischen Aufwand, den die Veränderungen mit sich bringen.

Den Zukunftswunsch der Supervisandin, «wenn es doch schon vorbei wäre und alles gut ausgegangen wäre», verstehe ich als Kern dieses Anliegen. Um ein positives Ressourcenerleben zu fördern und um das Gefühl der Zusammengehörigkeit zu stärken, schlage ich eine gemeinsame Tätigkeit vor: zusammen durch den Raum gehen. Diese Intervention hat Parallelen zur Methode der Timeline. Die Variante der Zeitreise ermöglicht ein intensives gruppendynamisches Erleben. Ich begleite dieses Tun mit verbalen Äusserungen, um das mentale Erleben der Teilnehmenden zu verstärken. Aus einer psychomotorischen Sichtweise orientiere ich mich in diesem Moment an den psychomotorischen Handlungsprinzipien der Erlebnis- und Ressourcenorientierung. Wie in Kapitel 3.3 beschrieben, werden Emotionen immer in körperlicher Resonanz

erlebt und durch Handlung verstärkt.

Die Gruppe scheint auf ihrem symbolischen gemeinsamen Weg in die Zukunft in ein zuversichtliches Grundgefühl für sich als Gruppe zu finden. Die Ressourcen der Gruppe werden durch die vielen Schilderungen gelingender Situationen gestärkt. Das Körpererleben der einzelnen Gruppenmitglieder wird durch das gemeinsame Tun aufeinander eingestimmt. Auf mich wirkt die Gruppe in diesem Moment zufrieden und fröhlich – diese Gestimmtheit erkunde ich, wie in den anderen Beispielen bereits ausführlich beschrieben, durch meine eigene selbstreflexive körperliche Resonanz. Aus körperverstehender Perspektive kommt die Gruppe in eine zirkuläre körperverstehende Resonanz unter- und miteinander. Das Wechselspiel von Ausdruck, Eindruck und Reaktion nennt Fuchs den zwischenleiblichen Resonanzraum, welcher in der Interaktion aktiviert und belebt wird.

Das Teilen der gemachten Erfahrung zum Abschluss der Sequenz ermöglicht es, durch den verbalen Zugang das Geschehen kognitiv zu verankern und zu einem späteren Zeitpunkt aktiv abrufen zu können. Hier wäre es auch möglich gewesen, im Sinne der Embodiement-Theorie, das Erleben mit somatischen Markern zu verstärken und zu verankern (Storch, 2022).

## 5. Fachliche Erkenntnisse dieses Schreibprozesses

Nachdem die einzelnen Unterfragen in den jeweiligen Kapiteln beantwortet wurden, soll nun die leitende Fragestellung dieser Arbeit beleuchtet werden:

### **Wie können körperverstehende Zugänge aus der Psychomotorik in der Systemischen Supervision angewendet werden?**

«In einem professionellen Kommunikationssystem wie dem der Supervision stellen körperliche Erfahrungen Resonanz- und Spiegelphänomene dar. (...) Systemischer mit körperlichem Resonanzerleben umzugehen bedeutet für die Supervisor\*in, daraus Hypothesen zu entwickeln, die Wechselwirkungen und Kontextbezüge herstellen zu dem, womit im Supervisionssystem gerade gearbeitet wird.» (Kathol, 2018, S.255).

In den reflektierten Fällen wurde deutlich, wie das Psychomotorische im Systemischen integrierbar ist. In Bezug zum obigen Zitat von Kathol ist ein körperverstehender Zugang wie der der Psychomotorik für einen «systemischeren» Umgang mit körperlichem Resonanzerleben erweiternd und hilfreich. Eine zentrale Voraussetzung für einen körperverstehenden Zugang in der Supervision ist die Bewusstheit des eigenen Körpers, welcher immer auf den Prozess einwirkt, egal, ob er bewusst genutzt wird oder nicht. Eine körperverstehende Supervisionsintervention versucht, diese im Hintergrund immer ablaufenden körperlichen Prozesse systemisch nutzbar zu machen.

Dazu wurden in dieser Arbeit verschiedene Sichtweisen betrachtet:

die körperverstehenden Resonanzen der Supervisand\*in

- in Bezug zu ihrer selbstreflexiven Gestimmtheit
- in Bezug auf das Klientensystem

die körperverstehenden Resonanzen der Supervisionsgruppe

- in Bezug zur jeweiligen selbstreflexiven Gestimmtheit
- in Bezug auf die fallbringende Supervisand\*in, das Klientensystem, Teile des Klientensystems und / oder auf sich als Gruppe

die körperverstehenden Resonanzen der Supervisor\*in

- in Bezug zu ihrer selbstreflexiven Gestimmtheit
- in Bezug auf die Supervisand\*in, die Supervisionsgruppe und das Klientensystem

Insbesondere die Supervisor\*in sollte sich ihrer eigenen Befindlichkeit bewusst sein und sie bei Bedarf regulieren. Der eigene Erlebensprozess ermöglicht Informationen über das eigene Befinden und die nötigen Selbststeuerungsregulationen dazu. Dieser innere Prozess kann eine Form der Selbstfürsorge sein oder als Selbstmanagement betrachtet werden. Der Körper und seine Resonanzen sind in dieser Sichtweise ein Teil des Verstehensprozesses. Dies geschieht im selbstreflexiven Dialog der Supervisor\*in mit sich selber, in der Kommunikation zwischen Supervisand\*in und Supervisor\*in und als Reflexionsangebot an die Supervisand\*in zu ihrem eigenen Prozess oder als Mitglied der Gruppe.

Konkret kann der Supervisionsgruppe zum Beispiel während einer Fallbearbeitung der Auftrag gegeben werden, während des Beobachtens auf die Körperlichkeit der fallbringenden Supervisand\*in und die körpereigenen Resonanzen dazu zu achten. Beim strukturierten Zuhören kann die jeweilige Körperresonanz der einzelnen Supervisionsgruppen- oder Teammitglieder aktiv angefragt und genutzt werden. Oder es können in einem Reflecting Team auch die körperverstehenden Zugänge zur Hypothesenbildung und Rückmeldung verbalisiert werden.

Der innere Dialog sowohl der Supervisand\*innen als auch der Supervisor\*in mit sich und ihrer jeweiligen körperlichen Gestimmtheit generiert neue verstehende bzw. sinngebende Informationen. Dieses Verstehensmodell entspricht den reflexiven körperverstehenden Zugängen aus der Psychomotorik. Im Dialog mit sich und den anderen kann die jeweils eigene Befindlichkeit als mögliche Informationsquelle und Resonanz auf den Supervisionsprozess hinzugezogen werden. Der eigene Resonanzraum wird so als Informationsquelle zum Prozess genutzt.

Wie in allen systemischen Beratungsprozessen bestimmt die Person, die den Fall oder das Thema mitbringt, allein darüber, ob eine Intervention hilfreich ist oder nicht. Die Supervisor\*in kann darum immer nur im Austausch mit der Supervisand\*in den Prozess überprüfen, diese ist die wissende Expert\*in darüber. Die Supervisor\*in orientiert sich an ihrer eigenen Expertise des Nichtwissens.

Das Prinzip könnte stark vereinfacht lauten:

Beobachten - auf sich wirken lassen - zur Verfügung stellen

Dies immer im Bewusstsein um die eigene Befindlichkeit und im Wissen darum, dass alles nur Angebote an die Supervisand\*in sind und sie die Hoheit über ihren Fall hat.



Folgende supervisorische Handlungsprinzipien lassen sich daraus ableiten:

- Die Supervisor\*in nutzt ihren körperlichen Resonanzraum stetig als ihren inneren Dialog zur Selbstregulation. Sie reflektiert und versteht sich selber über ihre körperlichen Resonanzen.
- Die Supervisor\*in stellt ihre körperverstehenden Resonanzen der Supervisand\*in / Supervisionsgruppe / dem Supervisionsteam im Prozess zur Verfügung.
- Die Supervisor\*in bietet den Supervisand\*innen körperverstehende Interventionen und Reflexionszugänge an, damit diese für den Supervisionsprozess nutzbar gemacht werden können.

Es kann hilfreich sein, ist aber keine Voraussetzung, mit einem körperbezogenen Einstieg in die Supervision zu starten, um diesen Zugang aktiver zur Verfügung zu haben.

Der Einbezug des Körperverstehens in den Supervisionsprozess ermöglicht einen Zugang zur inneren Gefühlswelt und zu den Handlungsmöglichkeiten, die sich aus dieser Gefühlswelt ergeben. Manchmal wird ein Thema kognitiv «verstanden» und eingeordnet, die Supervisand\*in fühlt sich jedoch emotional noch nicht damit verbunden. Der körperverstehende Zugang kann in dieser Situation unterstützen, emotionale Zustände zu erforschen, erlebbar und erfahrbar zu machen, sowie diese zu regulieren. Dies eröffnet eine neue Qualität in selbstreflexivem Verstehen. Die Supervisand\*in kann über den Körper den Zugang zu ihrem inneren Erleben finden, und in reflexiver Wechselwirkung zwischen Erleben und Denken kognitives Verstehen emotional verankern. Dies geschieht aus psychomotorischem Verständnis im Dialog mit einem Gegenüber und mit sich selbst.

Auch aus erkenntnistheoretischer Perspektive lassen sich Gemeinsamkeiten aus der Psychomotoriktheorie und der systemischen Supervisionstheorie herleiten:

Das psychomotorische Verständnis von Jürgen Seewald bezieht sich auf die gleichen phänomenologischen Ursprünge wie die Theorien zur Aufstellungsarbeit im Verständnis von Diana Drexler.

Gunther Schmidt hat mit dem hypnosystemischen Ansatz dazu beigetragen, die Körperlichkeit in das systemische Denkmodell zu integrieren. Hier liessen sich ebenfalls

Parallelen zum Verstehenden Ansatz von Seewald herleiten, ebenso zur Handlungsorientierten Ansatz z. B. nach Renate Zimmer. Diesem Aspekt wird in dieser Arbeit nicht weiter nachgegangen.

Joseph Richter nimmt für seine Praxis systemisch-psychomotorischer Familienberatung die systemisch-konstruktivistische Theorie, die phänomenologische und verstehende Theorie als Fundament und macht Ableitungen für die Praxis daraus. Er bedient sich diverser Techniken aus der systemischen Therapie, der Psychomotorik und der Emotion-Focused Therapy. Dies auseinander zu dividieren ginge im Rahmen dieser Arbeit zu weit. Es wird am Beispiel von Richter deutlich, dass die Psychomotorik keine Ansprüche an alleinige Erklärungsmodelle hat, sondern sich immer schon bei den Theorien von Nachbarsdisziplinen bedient hat. Diesbezüglich besteht ebenfalls eine Gemeinsamkeit mit der Systemische Supervision.

Die körperorientierten Arbeitsweisen in der Supervision wie zum Beispiel die Arbeit mit Systemaufstellungen, das szenische Arbeiten oder der Einbezug des Unterbewussten (wie die Theorie-U oder das triadische Prinzip) werden von manchen Anwender\*innen als Methoden verstanden. Hier besteht ein Unterschied zur psychomotorischen Denkweise. Das Körperverstehen im psychomotorischen Verständnis ist eine grundsätzliche Haltung, die immer mit dabei ist. Das Körperwissen ist ein erweiterter Zugang, keine Methode und wird dementsprechend fortlaufend zur Prozesssteuerung genutzt. Körperverstehen kann als zusätzliche Komponente betrachtet werden, welche immer mitschwingt, manchmal durch gedankliche oder verbale Bewusstwerdung einbezogen wird, manchmal auch nicht. Der professionelle Umgang damit, sowohl aus psychomotorischer wie auch aus supervisorischer Sicht, bedingt, dass die Supervisor\*in sich dessen bewusst ist und sich und den Prozess diesbezüglich reflektiert. Dies ist eine körperlich-emotionsorientierte Herangehensweise, Gefühle und Empfindungen werden angesprochen, diese Gefühle und die Reflexion darüber sind handlungsleitend. Das Erlebensnetzwerk aller Beteiligten wird bewusst genutzt, ebenso das Körpergedächtnis und die interne Kommunikation damit.

Es würde allerdings nicht der systemischen Haltung entsprechen, wenn die Supervisor\*in in jedem Prozess und jeder Fallbesprechung die körperlichen Resonanzen der Supervisand\*innen gezielt nutzen möchte. Dies soll unbedingt immer nur ein Angebot an die Supervisand\*innen sein und kann jederzeit abgelehnt werden. Körperverstehende Zugänge fördern eine emotionale und persönliche Auseinandersetzung mit einem Thema. Nicht immer ist es für den Prozess hilfreich, diesen emotionalen Zugang

zu (ver-) stärken. Kognitive «Übersetzungshilfen» wie das Sortieren eines Themas mit Moderationskarten oder anderen verbalen oder sichtbaren Hilfsmitteln können eine emotionale Distanz schaffen, wenn diese im Prozess erfordert ist. Ebenso braucht es Worte, um einen nächsten konkreten Schritt zu planen und damit neue Handlungsoptionen zu verdeutlichen. Die Stimmigkeit dieser kann wieder in körperlicher Resonanz überprüft werden.

Wie in allen supervisorischen Interventionen, geht es auch beim Körperverstehen darum, das (körperliche) Erleben in Worte zu übersetzen. Dazu sind (systemische) Fragen hilfreich. Eine Auswahl an unterstützenden Fragen für die Systemische Supervision findet sich im Anhang dieser Arbeit.

## 6. Persönliches Fazit

«Natürlich machen wir uns letztlich immer einen Reim auf das, was uns gerade widerfährt. Der «Reim» (im Sinne einer narrativen Wirklichkeit) ist jedoch subjektrelativ und abhängig von den Bedeutungsumgebungen des Beobachters.» (Drexler 2015, S.27).

Da ich Psychomotoriktherapeutin und Supervisorin bin, ist es naheliegend, dass ich mir meinen Reim auf das, was mir während Supervisionen begegnet, mit Erklärungsbrillen aus beiden Fachgebieten mache. Beim Reflektieren der Sequenzen aus systemischen und psychomotorischen Sichtweisen merke ich, wie meine systemischen Interventionen durch das psychomotorische Hintergrundwissen geprägt sind. Meine psychomotorischen Interventionen sind mit wachsendem systemischem Wissen ebenfalls systemischer geworden. Im Sinne der Kybernetik I und II bin ich als Supervisorin Teil des Supervisionssystems. Ich trage als Person meine Geschichte und mein ganzes «Gewordensein» mit in dieses System. Es macht meine fachliche Profession aus, mir dessen bewusst zu sein und gezielt damit zu intervenieren. So ist das Konkretisieren meiner Supervisionshaltung durch den Theoriebezug zur Psychomotoriktherapie eine Professionalisierung meiner Handlungsweise.

Durch die Recherche in der Fachliteratur und durch den Schreibprozess dieser Arbeit konnte ich mir die feinen Unterschiede und grundsätzlichen Gemeinsamkeiten dieser beiden Denkrichtungen klarer verdeutlichen:

- Das Zusammenführen von phänomenologischen Überlegungen und systemischer Denkschule von Diana Drexler war sehr hilfreich, um die Überlegungen von Seewald zum (zwischen-) leiblichen Verstehen zu konkretisieren.
- Mit einer systemisch-konstruktivistischen Sichtweise lassen sich psychomotorische Erklärungsmodelle als «Brillen» definieren. Sie können, wenn sie hilfreich sind genutzt oder bei Bedarf gewechselt werden.
- Aus systemischer Sicht können wir uns nicht im klassischen Sinne «verstehen». Wir können etwas aber eine Bedeutung geben und mit dieser Bedeutungsgebung ein Thema in Wechselwirkung miteinander erkunden. Dies entspricht wiederum dem dialogischen Prinzip der Psychomotorik.
- Eine wichtige Voraussetzung für Supervisionen allgemein und in der körperorientierten Supervision im Besonderen, ist die Regulierung der eigenen Befindlichkeit, ein stetiger Prozess der eigenen Selbstfürsorge. Dies ist ebenso ein Grundsatz der therapeutischen Tätigkeit.

- Erneut wurde für mich deutlich, dass die Körperhaltung symbolisch für eine innere Haltung stehen und somit ein relevanter Beobachtungs- und Wirkfaktor sein kann.

Die systemische Supervision bedient sich aus vielen benachbarten Fachrichtungen und nimmt sich davon, was hilfreich ist. Ebenso die Psychomotorik. Es wäre im Kontext dieser Fragestellung ebenfalls interessant, hypnosystemische Zugänge hinzuzuziehen oder die Bedeutung somatischer Marker hervorzuheben.

Es fiel mir schwer, während des Schreibprozesses bei den körperverstehenden Theorien zu bleiben und nicht zu anderen «Psychomotorik-Brillen» abzuschweifen. Es wäre spannend, andere psychomotorische Ansätze, Schwerpunkte oder Handlungsprinzipien auf ihre Anwendungsmöglichkeiten und Relevanz in der systemischen Supervision zu erkunden.

Beim Lesen der Fachliteratur, beim Schreiben dieses Textes und in der Reflexion der Supervisionssequenzen ist für mich deutlich geworden, dass die psychomotorischen Handlungsprinzipien in meiner Rolle als Supervisorin meine Interventionen mitbestimmen. Es ist wertvoll, mir wieder bewusst zu sein, dass die psychomotorische Haltung durch körperliches Empfinden geprägt ist, und dass dies nicht alltäglich ist, sondern eine Ressource, zum Beispiel in Systemischer Supervision. Mit den Supervisand\*innen im Supervisionsprozess Bewegung und Körper als Reflexions- und Resonanzraum einzubeziehen, hat eine ganz eigene Qualität. Supervisionsprozesse können dadurch sowohl psychomotorischer als auch systemischer gestaltet und betrachtet werden.

## 7. Literaturverzeichnis

- Aichinger, Alfons. (2012). *Einzel -und Familientherapie mit Kindern. Kinderpsychodrama. Band 3*. Wiesbaden: Springer VS.
- Bardmann, Theodor M. (2015). *Die Kunst des Unterscheidens. Eine Einführung ins wissenschaftliche Denken und Arbeiten für soziale Berufe*. Wiesbaden: Springer VS.
- Barthelmess, Manuel. (2016). *Die systemische Haltung: Was systemisches Arbeiten im Kern ausmacht*. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Bauer, Joachim. (2016). *Warum ich fühle, was du fühlst*. (27. Aufl.). München: Heyne Verlag.
- Drexler, Diana. (2015). *Einführung in die Praxis der Systemaufstellungen*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Ebbecke-Nohlen, Andrea. (2013). *Einführung in die Systemische Supervision*. (2. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Fischer, Klaus. (2009). *Einführung in die Psychomotorik*. (3., überarbeitete und erweiterte Aufl.) München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Fuchs, Thomas. (2021). *Das Gehirn – ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption*. (6. erweiterte und aktualisierte Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Jessel, Holger. (2023). *Motologie als Verkörperung des Sozialen und zwischenleiblicher Resonanzraum*, in *motorik*, 46.Jg., 161, DOI 10.2378/mot2023art31d, S. 180-186. Ernst Reinhardt Verlag.
- Kathol, Marius. (2018). *Körperzentrierte Systemische Supervision. Vom Erfahrungsraum zum Möglichkeitsraum*, in *Systema*, 32.Jg., ISSN 0934 7720, Weinheim: Institut für Familientherapie.
- Kühlenkamp, Stefanie. (2022). *Lehrbuch Psychomotorik*. (2. überarbeitete Aufl.) München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Lapierre, André & Aucouturier, Bernard. (1998). *Die Symbolik der Bewegung. Psychomotorik und kindliche Entwicklung*. München: Ernst Reinhardt Verlag
- psychomotorik schweiz, *Was ist Psychomotorik*. Zugriff am 04.07.2024 unter <https://psychomotorik-schweiz.ch/psychomotorik>
- Richter, Joseph & Eckert, Amara R. (Hrsg.). (2013). *Familie und Organisation in Psychomotorik und Motologie*. Marburg: Wissenschaftlicher Verlag für Psychomotorik und Motologie (wvpm).

- Richter, Joseph. (2012). *Spielend gelöst. Systemisch-psychomotorische Familienberatung: Theorie und Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Schwing, Rainer & Fryszer, Andreas. (2018). *Systemisches Handwerk. Werkzeug für die Praxis*. (7. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Seewald, Jürgen. (2007). *Der Verstehende Ansatz in Psychomotorik und Motologie*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Storch, Maja / Canteri, Benita / Hüther, Gerald / Tschacher, Wolfgang. *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen*. (4. überarbeitete Aufl.). Bern: Hogrefe AG.
- Von Schlippe, Artist & Schweitzer, Jochen. (2016). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I. Das Grundlagenwissen*. (3. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Zimmer, Renata. (2004). Kindzentrierte Psychomotorische Entwicklungsförderung. In Köckenberger, Helmut & Hammer, Richard (Hrsg.). *Psychomotorik. Ansätze und Arbeitsfelder. Ein Lehrbuch*. Dortmund: moderndes lernen.

## Anhang

### Fragen zur Unterstützung eines (körper-)verstehenden Supervisionsprozesses

- Ist die Kopfdiskussion noch hilfreich oder wollen wir eine körperlich-emotionale Ebene dazunehmen?
- Wie persönlich darf es werden?
- Wie bist du gerade bei dir selber / in deinem Körper zu Hause?
- Wie fühlt sich das an? Spürst du das irgendwie körperlich?
- Was bedeutet dieses Körperempfinden für dich?
- Wir schauen dir zu und geben dir Resonanz (z.B. beim Erspüren der Entscheidungspositionen). Was spürst du selbst? Wie geht es dir da? Wie fühlt sich das körperlich an?
- Ist es veränderbar? Ist es nicht veränderbar? Verändert es dein Denken? Verändert es dein Empfinden? Verändert es dein Handeln?
- Wovon kannst du loslassen, damit...?  
Womit kannst du dich verbinden, damit...?
- Ist es so besser? Ist es so schlechter? Ist es gleich?
- Welche Ressource von dir möchtest du dazu (z.B. zur Umsetzung der Lösung) nutzen? Wo spürst du diese Ressource? Welche Bewegung hilft dir, diese Ressource zu aktivieren?
- Ich sehe, dass.... und frage mich, ob...?
- Kannst du uns die Klient\*in körperlich näherbringen?
- Kannst du uns das (z.B. das Verhalten der Klient\*in) einmal zeigen?  
Wie ist es dir als ... (Klient\*in) ergangen?
- Wie wäre deine Körperhaltung, wenn du xy empfinden würdest? Was hat das jetzt mit deinem Anliegen zu tun?
- Wie würdest du dich denn gerne fühlen? Was könnte dazu hilfreich sein?
- Auf welche Beobachtung stützt du dich?
- Was ist deine Handlungs idee? Was möchtest du TUN?
- Wieviel Raum / Zeit / Energie gibst du dem Thema auf der Skala?
- Kannst du aus diesem Empfinden irgendwelche Schlussfolgerungen ziehen?  
Was will es dir sagen?
- Wo genau ist dieses Gefühl? Kennst du es? Wie bist du auch schon damit zurechtgekommen?
- Was passiert hier gerade? Wie passiert es? Wofür passiert es? Ist es bekannt / unbekannt?
- Sind wir dran an deinem Thema? Woran merkst du das?
- Wenn du das beobachtest, wie geht es die dabei?
- Was verstehen wir?
- ...und was noch?