

# Heilkraft der Sprache und Kulturarbeit

Internetzeitschrift für Poesie- & Bibliothherapie,  
Kreatives Schreiben, Schreibwerkstätten, Biographiearbeit,  
Kreativitätstherapien, Kulturprojekte

(Peer Reviewed)

Begründet 2015 von *Ilse Orth* und *Hilarion Petzold* und  
herausgegeben mit *Elisabeth Klempnauer*, *Brigitte Leiser* und *Chae Yonsuk*

für das

„Deutsches Institut für Poesietherapie, Bibliothherapie, Sprachkultur  
und literarische Werkstätten“

an der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien  
und Kreativitätsförderung“ (EAG) in Verbindung mit der

„Deutschsprachigen Gesellschaft für Poesie- und Bibliothherapie“ (DGPB)

Thematische Felder:

Poesietherapie – Poesie – Poetologie

Bibliothherapie – Literatur

Kreatives Schreiben – Schreibwerkstätten

Biographiearbeit – Narratologie

Narrative Psychotherapie – Kulturarbeit

Intermethodische und Intermediale Arbeit

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen  
Heilkraft Sprache ISSN 2511-2767

Ausgabe 05/2020

„Leibgedächtnis und Sprache“ \*

*Kathrine Bader*, Mils \*\*

---

\* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. *Hilarion G. Petzold*, Prof. Dr. phil. *Johanna Sieper*, Mailto: [forschung@integrativ.eag-fpi.de](mailto:forschung@integrativ.eag-fpi.de), oder: [info@eag-fpi.de](mailto:info@eag-fpi.de), Information: <http://www.eag-fpi.com> ).

\*\* Teilnehmerin der Weiterbildung ‚Poesie- und Bibliothherapie, Kreatives Schreiben und Biographiearbeit im Integrativen Verfahren‘. Betreuer/Gutachter: *Bettina Mogorovic*, Prof. Dr. *Hilarion G. Petzold*.

## Inhaltsverzeichnis

Motivation für die Wahl des Themas .....	3
1. Aufbau und Ziel der Arbeit .....	3
2. Grundkonzepte der Integrativen Therapie.....	4
2.1 Der informierte Leib .....	4
2.2 Die Bedeutung von Sprache.....	6
3. Sprachliche Bilder .....	7
3.1 Sprache und Kultur.....	7
3.2 Metaphern .....	9
3.3 Somatismen .....	10
3.4 Mensch und Umwelt.....	11
4. Sprache, Denken und Handlung: die Bedeutung von Frames .....	11
5. „Mein Körper schreibt“ – ein Praxisbeispiel.....	14
5.1 Einleitung.....	14
5.2 Ziel des Workshops .....	14
5.3 Eine Auswahl an Schreibimpulsen .....	15
6. Kritische Anmerkung .....	20
7. Zusammenfassung / Summary .....	20
8. Literaturverzeichnis .....	21

## Motivation für die Wahl des Themas

Seit jeher an Sprache interessiert, wählte ich als Spätstudierende mit 39 Jahren den Studiengang Deutsche Philologie mit sprachwissenschaftlichem Schwerpunkt. Das Thema für meine Diplomarbeit lautete „Noch vor dem Wort war der Körper: Nomination mittels Körperteilbezeichnungen“, worin ich den engen Zusammenhang zwischen sprachlichen Äußerungen und dem menschlichen Körper darzustellen bestrebt war. Da mich dieses Thema bis heute fasziniert, lag es nahe, es auch als Ausgangspunkt für die vorliegende Abschlussarbeit der Zertifikatsstufe Biblio- und Poesietherapie zu wählen und es mit deren Leibkonzept zu verbinden.

In der Erwachsenenbildung tätig, drehen sich meine Dienstleistungen vor allem um den Bereich Sprache: Sie reichen vom Leiten kreativer Schreibgruppen bis hin zur Übersetzung in „Leichte Sprache“. In meine Tätigkeiten fließen auch meine Erfahrungen aus der Ausbildung zur Biografiearbeiterin ein, mit der die Biblio- und Poesietherapie etliche Berührungspunkte aufweist, sowie aus der Schreibpädagogik.

### 1. Aufbau und Ziel der Arbeit

Grundlegend für die Thematik sind sowohl der phänomenologisch-hermeneutische und neurobiologisch unterfangene „**Leibbegriff**“ der „Integrativen Therapie“ als auch die Idee der „**Wirkkraft von Sprache**“. „Leib, Sprache, Lebenswelt“ ist das Kernthema von *Ilse Orth* (2009, „Leib – Sprache – Gedächtnis – Kontextualisierung“) und *Hilarion Petzold* (2010f, „Sprache, Gemeinschaft, Leiblichkeit und Therapie“), das sie in die internationale lese- bzw. schreibtherapeutische Bewegung eingebracht haben und worauf sich die Originalität des integrativen Ansatzes in diesem Feld begründet. Deshalb gehe ich als Erstes auf diese Thematik ein (Kapitel 2). Im Weiteren widme ich mich sprachlichen Bildern, wobei ich besonderen Wert auf Metaphern und Somatismen lege, unter Einbezug des kulturellen Aspekts und der Beziehung zwischen Mensch und Umwelt (Kapitel 3). Im Zentrum des folgenden Kapitels 4 stehen Fragen des gedanklichen Bedeutungsrahmen (Wehling (2016)), die den engen Zusammenhang von Sprache, Denken und Handlung verdeutlichen. In Kapitel 5 stelle ich ein Beispiel aus einer Kreativen Schreibwerkstatt vor, welche im Februar 2019 stattfand, bevor eine kritische Anmerkung (Kapitel 6) die Arbeit abschließt.

Ziel dieser Arbeit ist es, einen Grundpfeiler der Poesie- und Bibliothherapie, nämlich das Leibgedächtnis, also die enge Verwobenheit von Leib – Sprache – Gedächtnis-Kontext, speziell unter linguistischem Blickwinkel zu betrachten.

## 2. Grundkonzepte der Integrativen Therapie

### 2.1 Der informierte Leib

Der Leibbegriff, basierend auf der Leibphilosophie *Gabriel Marcel*s und *Maurice Merleau-Ponty*s, aber auch auf neuropsychologischen Konzepten (*Lev Vygotskij*, *Alexander Lurija*)<sup>1</sup> ist grundlegend für die Integrative Therapie. In deren Sinn bezieht sich der Begriff „Leib“ auf mehr als den Körper, denn er schließt ebenso Seele und Geist mit ein, wodurch die bislang vorgenommene und jahrhundertelange<sup>2</sup> Dichotomie zwischen Körper und Geist aufgehoben wird<sup>3</sup>. Mehr noch: In der Integrativen Therapie wird das Individuum als „Körper-Seele-Geist-Welt-Wesen in Kontext und Kontinuum“<sup>4</sup> verstanden. Sie sieht den Menschen demnach in seiner Ganzheit in gesellschaftlichen und ökologischen Zusammenhängen und in seiner persönlichen Entwicklung, die nur innerhalb sozialer Beziehungen und mundaner Einbettung (embededness) erfolgen kann. Dies entspricht dem Prinzip der Mundanität, der Verbundenheit mit der Welt, in der Ökologie und Natur in Beziehung zueinander gesetzt werden<sup>5</sup>.

In seiner Leiblichkeit drückt sich das Individuum aus<sup>6</sup> und zeigt sich zugleich auch seine Zugehörigkeit zur Welt: Das „Leibselbst“, auf dem alle Lernvorgänge beruhen<sup>7</sup>, ist damit Grundlage der Persönlichkeit und der Identitätsentwicklung und die „Lebenswelt“ wiederum ist zugleich die Basis des „Leibselbsts“. Bestimmt von seinem jeweils gegebenen Umfeld leibt der Mensch schon intrauterin den Mikrokosmos der Gebärmutter ein, und dann, vom ersten Lebenstag nach der Geburt an, leibt er sich die Welt ein, die wiederum ständig auf ihn einwirkt:

---

<sup>1</sup> Vgl. *Petzold/Orth* (2017a): Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib“ öffnet seine Archive: „Komplexe Resonanzen“ aus der Lebensspanne des „body-mind-subjects“. In *Polyloge*: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf), S. 2

<sup>2</sup> Nebenbemerkung: Die vor allem durch die röm.-kath. Kirche propagierte und mit einer Körperfeindlichkeit verbundene Gleichsetzung von Mann=Geist und Frau=Körper ist teilweise bis heute wirkmächtig. Vgl. *Löw* zit. nach *Bader, Kathrine* (2003): Noch vor dem Wort war der Körper – Nomination mittels Körperteilbezeichnungen. Innsbruck: Diplomarbeit, S. 8

<sup>3</sup> Vgl. *Petzold/Orth* (2017a), S. 28

<sup>4</sup> Vgl. ebd., S. 4 und *Petzold* (2011c): Integrative Therapie als „angewandte Anthropologie“ in einer „transversalen Moderne“ – Menschenbild und Praxeologie. In *Polyloge*: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold\\_integrative\\_therapie\\_anthropologie\\_menschenbild\\_und\\_praxeologie-polyloge-02-2011\\_update\\_2006k.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_integrative_therapie_anthropologie_menschenbild_und_praxeologie-polyloge-02-2011_update_2006k.pdf), S. 78

<sup>5</sup> Vgl. *Petzold* (2018): Interozeptivität/Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib“ öffnet seine Archive: „Komplexe Resonanzen“ aus der Lebensspanne des „body-mind-world-subject“, Ausgabe 22. In *Polyloge*: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf), S. 2.

<sup>6</sup> Vgl. *Petzold* (2011c), S. 79

<sup>7</sup> Vgl. *Petzold/Orth* (2017a), S. 4

In den „Ökologisationsprozessen“<sup>8</sup> und den „Enkulturations- und Sozialisationsprozessen“, die ein Mensch durchläuft, wird Welt verkörpert, „eingeleibt“ (H.Schmitz), „inkarniert/embodyed“ (M. Merleau-Ponty), Welt, in die das Leibsubjekt „eingebettet“ ist, „embedded“, mit ihr unlösbar verbunden.<sup>9</sup>

Leib und Welt durchdringen sich also gegenseitig und stehen in gegenseitiger Abhängigkeit, da der Mensch nicht losgelöst von seiner Umwelt und seinen sozialen Beziehungen existieren kann, der „Mensch ist immer zugleich Mit-Mensch“<sup>10</sup>:

Sämtliche Lernprozesse gründen auf dem Soma, wobei Sprache sowohl der höchst persönliche Ausdruck eines Menschen als auch des Kollektivs ist, in das er eingebettet ist.<sup>11</sup> Im Leibgedächtnis festgehaltene Erfahrung ist die Grundlage des informierten Leibes.<sup>12</sup> Unser Gedächtnis ist von herausragender Bedeutung<sup>13</sup>, denn hier spielen neuronale, immunologische und genetische Faktoren zusammen<sup>14</sup>. Das Gedächtnis, das nur auf Basis von Körperlichkeit arbeiten kann, macht unsere Persönlichkeit und unsere Identität aus; durch den Verlust des autobiografischen Gedächtnisses ist daher das Identitätsgefühl im Schwinden.<sup>15</sup>

Der Leib ist „totales Sinnesorgan“ und wird durch seinen Grundantrieb der „explorativen Neugier“ beständig auf der Suche nach Information gehalten. Dadurch ist er durch die Sinne „informierter Leib“.<sup>16</sup> Das Gedächtnis jedoch, das auf dem Leib beruht, „manifestiert sich erst im sozialen Kontext: Es ist Voraussetzung und Mittel zur Kommunikation – mit uns selbst, mit anderen und über die Zeiten hinweg als Kultur.“<sup>17</sup>

---

<sup>8</sup> Der Begriff der „Ökologisation“, der Geformtheit durch mikroökologische und mesoökologische Umgebungseinflüsse wurde von Petzold (2006p, 11) eingeführt und hat eine immer größere Bedeutung gewonnen (Petzold, Ellerbrock, Hömberg 2018).

<sup>9</sup> Petzold (2010f): „Sprache, Gemeinschaft, Leiblichkeit und Therapie“ Materialien zu polylogischen Reflexionen, intertextuellen Collagierungen und melioristischer Kulturarbeit – Hermeneutica. In Polyloge: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold\\_2010f\\_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit\\_und\\_therapie\\_polyloge\\_7\\_2010.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_2010f_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit_und_therapie_polyloge_7_2010.pdf), S. 47

<sup>10</sup> Petzold, Hilarion G./Orth, Ilse (2018): POLYLOGE IN DER INTEGRATIVEN THERAPIE: „Mentalisierungen und Empathie“, „Verkörperungen und Interozeption“ – Grundkonzepte für „komplexes Lernen“ in einem intermethodischen Verfahren „ko-kreativen Denkens und Schreibens“. In: Petzold, H.G./Leeser, B./Klempnauer, E. (Hgg.) (2018): Wenn Sprache heilt. Handbuch für Poesie- und Bibliothherapie, Biographiearbeit und Kreatives Schreiben. Festschrift für Ilse Orth. Bielefeld: ATHEsis psyché, S. 938

<sup>11</sup> Vgl. Petzold, (2010f), S. 71

<sup>12</sup> Vgl. ebd., S. 44

<sup>13</sup> Vgl. Petzold, H.G. (2009c), Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisse in der Integrativen Therapie. Der „Informierte Leib“, das „psychophysische Problem“ und die Praxis. Psychologische Medizin 1 (Graz) 20-33. In Textarchiv: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_pdf-petzold-2009c-koerper-seele-geist-welt-verhaeltnisse-in-der-integrativen-therapie.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_pdf-petzold-2009c-koerper-seele-geist-welt-verhaeltnisse-in-der-integrativen-therapie.pdf), S. 9

<sup>14</sup> Vgl. Petzold, H. G./Orth-Petzold, Susanne/Orth, Ilse (2013): Freude am Lebendigen und weiser Umgang mit Natur. Die Frische, Kraft und Weisheit integrativer Garten- und Landschaftstherapie - „Green Meditation“, „Therapeutic Guerilla Gardening. In: Polyloge: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-orth-orth-2013a-freude-am-lebendigen-weiser-umgang-mit-natur-weisheit-polyloge-20-2013.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-orth-orth-2013a-freude-am-lebendigen-weiser-umgang-mit-natur-weisheit-polyloge-20-2013.pdf), S. 11

<sup>15</sup> Vgl. Korte, Martin (2017): Wir sind Gedächtnis. Wie unsere Erinnerungen bestimmen, wer wir sind., S. 15

<sup>16</sup> Vgl. Petzold H. G./Orth-Petzold, S/Orth, I. (2013): S. 24

<sup>17</sup> Korte, S. 28

Abseits theoretischer Konzepte kann der Konnex zwischen gespeicherter Information und Körperausdruck an alltagspraktischen Beispielen beobachtet werden: etwa am zustimmenden Nicken von ZuhörerInnen bei einem Vortrag, wenn sie mit dem Gesagten übereinstimmen oder am Gestikulieren von Personen, die ein Telefonat mit einem „unsichtbaren“ Gegenüber führen. Oder bei der Änderung in der Körperhaltung einer Freundin, als sie während eines Besuchs einen „amtlichen“ Telefonanruf erhielt und sich ihr Körper unbewusst straffte.

## 2.2 Die Bedeutung von Sprache

Im Integrativen Ansatz spielt das Leibsubjekt mit dem Umfeld zusammen und ist von Sprache durchdrungen.<sup>18</sup> Daher ist es nur konsequent, im Folgenden auf die Sprache und ihre Effekte einzugehen.

„Ohne Sprache wäre das Individuum in seiner Subjektivität gefangen, im Wesen anti-sozial, nicht-kommunikativ, es würde ein Nicht-Individuum sein (Losev 1990, 49). Das Individuum ist in der Sprache als Sprechender einzigartig, dennoch ist es ein eingebundenes Individuum, weil es über die Sprache an der Sozialität und der benannten Welt partizipiert.“<sup>19</sup>

Sprache wirkt auf die Ausbildung cerebraler Strukturen zurück, sie schafft eine kollektive „Sprachkultur“, existiert aber zugleich als lebendige Kommunikation.<sup>20</sup> Durch Sprache werden im Gehirn Bilder aktiviert, die mit den bisherigen Wissens- und Körpererfahrungen in Verbindung stehen.<sup>21</sup> Sprache beruht darauf, dass der Leib wahrnehmen, im Gedächtnis speichern kann und zu Handlung und Kommunikation fähig ist.<sup>22</sup>

Die heilende Kraft der Sprache wurde bereits in der Antike genutzt<sup>23</sup>; ihre magische Wirkung wird in den althochdeutschen „Merseburger Zaubersprüchen“ beschworen und auch in der Neuzeit zeugen Aphorismen bekannter Denker von der Wirkmächtigkeit der Sprache:

- Wovon man nicht laut spricht, das ist nicht da.  
(Friedrich Nietzsche)
- Die Grenzen meiner Sprache sind die Grenzen meiner Welt.  
(Ludwig Wittgenstein)
- Es wird immer alles gleich ein wenig anders, wenn man es ausspricht.  
(Hermann Hesse)

Die Basis von sprachlichem Ausdruck und damit von Welterfassung bildet der informierte Leib. Wir begreifen die Welt durch Sprache, welche wiederum Einfluss nimmt

---

<sup>18</sup> Vgl. Petzold/Orth (2017a), S. 6

<sup>19</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 72

<sup>20</sup> Vgl. ebd.

<sup>21</sup> vgl. Wehling, Elisabeth (2016): Politisches Framing. Wie eine Nation sich ihr Denken einredet – und daraus Politik macht, S. 18

<sup>22</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 47

<sup>23</sup> vgl. Orth, Ilse (11-2009): Leib – Sprache – Gedächtnis – Kontextualisierung. In Polyloge: [http://www.fpi-publikation/de/images/stories/downloads/polyloge/orth\\_leibsprache\\_polyloge\\_11-2009.pdf](http://www.fpi-publikation/de/images/stories/downloads/polyloge/orth_leibsprache_polyloge_11-2009.pdf), S.2

auf unser Denken, unsere Wahrnehmung und unser Handeln<sup>24</sup>. Sie ist außerdem – oder eben gerade deshalb – entscheidend für den Aufbau des autobiografischen Gedächtnisses.<sup>25</sup>

Der Gebrauch von Sprache zeigt sich auf mehreren Ebenen: auf individueller – indem sie unsere Persönlichkeit konstituiert; auf zwischenmenschlicher – indem Informationen weitergegeben und Aktionen aufeinander abgestimmt werden; auf globaler Ebene – indem wir durch sie unsere Umwelt formen. Mittels Sprache strukturieren wir uns also die Welt und orientieren uns in ihr.<sup>26</sup>

Der Drang nach Benennung<sup>27</sup> ist ein ureigenes menschliches Bedürfnis, wie sich zum Beispiel in der Tatsache ausdrückt, dass jeder kleinste geografische Ort eine Bezeichnung hat. Wurde ein Baby geboren, ist neben der Frage nach Geschlecht und Gesundheit eine der ersten Fragen die nach seinem Namen. Oder: Allein der Benennung von Krankheitssymptomen als ein spezifisches Leiden wohnt eine Erleichterungsfunktion inne, weil damit die Hoffnung auf ihre Bewältigung einhergeht.

### 3. Sprachliche Bilder

#### 3.1 Sprache und Kultur

Durch Sprache wird Kultur sowohl ausgedrückt als auch vermittelt, ja sie ist grundlegend für die menschliche Kultur<sup>28</sup>: „Sie hat Rückwirkung auf die Ausbildung cerebraler Strukturen und ist als die Synergie von kollektiven Prozessen der ‚Kulturarbeit‘ zu sehen.“<sup>29</sup> Eine wesentliche Voraussetzung für Kultur ist die Fähigkeit zum autobiografischen Gedächtnis, welches sich aber erst äußern kann, wenn Lebenserfahrungen und -erlebnisse sprachlich ausgedrückt werden können.<sup>30</sup>

Doch unsere Erinnerungen sind veränderlich, denn sie bewegen sich innerhalb von Kontext und Kontinuum<sup>31</sup>, genauso wie die Sprache selbst sich entwickelt und aktualisiert<sup>32</sup>, was Deutscher auf sprachökonomische Bestrebungen, den Wunsch nach Originalität und Analogiebildung zurückführt<sup>33</sup>, die der schöpferischen Kraft des Leibsubjekts zu verdanken ist, welche in Prozessen der Mentalisierung Gemeinschaften und deren Sprachen weiter ausdifferenziert<sup>34</sup> „[...] erst unsere Erfahrungen

---

<sup>24</sup> Vgl. Wehling, S. 58

<sup>25</sup> Vgl. Korte, S. 47

<sup>26</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 41f

<sup>27</sup> Vgl. Petzold, H. G. (2016i): Die „Neuen Naturtherapien“, engagiertes „Green Care“, waldtherapeutische Praxis. In: Niels Altner (2016): Rieche das Feuer, spür den Wind. Wie Achtsamsein in der Natur uns und die lebendige Welt stärkt. In Textarchiv: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_petzold-2016i-die-neuen-naturtherapien-engagiertes-green-care-waldtherapeutische-praxis.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_petzold-2016i-die-neuen-naturtherapien-engagiertes-green-care-waldtherapeutische-praxis.pdf), S. 256

<sup>28</sup> Vgl. ebd., S. 45

<sup>29</sup> Vgl. Petzold (2010f), S.71

<sup>30</sup> Vgl. ebd., S. 72 und Korte, S. 47

<sup>31</sup> Vgl. Korte, S. 63

<sup>32</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 41f

<sup>33</sup> Vgl. Deutscher, Guy (2008): Du Jane, ich Goethe. Eine Geschichte der Sprache, S. 149

<sup>34</sup> Vgl. Petzold, S. 41f

der Vergangenheit versetzen uns in die Lage, die Gegenwart vorwegzunehmen und die Zukunft zu imaginieren.<sup>35</sup>

In den 1930er Jahren stellte der Linguist *Edward Sapir* nach der Erforschung verschiedener Indianersprachen die These auf, dass die Muttersprache unmittelbaren Einfluss auf Weltwahrnehmung und Denken habe, was sein Schüler *Whorf* noch weiterführte. Zwar sei diese sog. Sapir-Whorf-Hypothese inzwischen revidiert, weil sie sich nur auf unterschiedliche grammatische Organisation bezogen habe, Deutscher räumt jedoch ein, dass von klein auf erlernte „Sprechgewohnheiten“ folgenreiche „geistige Gewohnheiten“ nach sich ziehen können.<sup>36</sup> Dies demonstriert er am Beispiel des Guugu Yimithirr, der Sprache eines Aboriginesstammes, in der seine SprecherInnen räumliche Bezüge ausschließlich durch die Angabe der entsprechenden Himmelsrichtung herzustellen gezwungen sind („geozentrische Koordination“). Was wiederum zeigt, dass die weit üblichere, auf den eigenen Körper bezogene „egozentrische Koordination“, kulturbezogen, und keineswegs naturgegeben ist, wie man leichtfertig annehmen könnte.<sup>37</sup>

Universeller ist demgegenüber die Koppelung von Raum und Zeit.<sup>38</sup> Im Begreifen von Zeit liegt Vergangenes *hinter*, Zukünftiges *vor* uns<sup>39</sup>: „Unser Gehirn lernt, Räumlichkeit und Zeit aufgrund körperlicher Erfahrungen automatisch miteinander zu assoziieren.“<sup>40</sup> Dies drückt sich auch in der stark auf den Körper ausgerichteten Gebärdensprache aus, deren Gesten nach vorn ausgerichtet sind, wenn sie Zukünftiges benennen, hingegen nach hinten, wenn sie Vergangenes bezeichnen. Nichtsdestoweniger gibt es Sprachen, die kein grammatisches Futur kennen.<sup>41</sup> Andererseits weist etwa die Sprache der Matses, eines Indianerstammes im Amazonasgebiet, ein ausgeklügeltes System auf, das dazu zwingt, präzise anzugeben, vor einem wie langen Zeitpunkt ein Ereignis stattgefunden hat und wie authentisch die Quelle dazu ist.<sup>42</sup>

Teils werden für verschiedene Begriffe dieselben Bezeichnungen verwendet – beispielsweise im Hawaiianischen für Arm, Hand und Finger<sup>43</sup> oder in Afghanistan für Finger und Zehen, wie ich aus meiner Tätigkeit als Deutschtrainerin weiß, teils kennen unterschiedliche Sprachen für denselben abstrakten Begriff verschiedene Bezeichnungen, wie etwa die semantische Differenz von *Geist* und engl. *mind*<sup>44</sup>.

---

<sup>35</sup> Korte, S. 303

<sup>36</sup> Deutscher, Guy (2011): Im Spiegel der Sprache, S. 149f

<sup>37</sup> Vgl. Deutscher (2011), 185ff

<sup>38</sup> Vgl. Petzold (2009c), S. 2

<sup>39</sup> Vgl. Wehling., S. 39 und vgl. Deutscher (2008), S. 155

<sup>40</sup> Wehling, S. 39

<sup>41</sup> Vgl. Deutscher (2011), S. 14

<sup>42</sup> Vgl. ebd., S. 167ff

<sup>43</sup> Vgl. ebd., S. 25

<sup>44</sup> Vgl. ebd., S. 26



Kulturelle Unterschiede machen sich auch in den Genusssystemen von Sprachen bemerkbar<sup>45</sup> oder in der unterschiedlich ausdifferenzierten Benennung von Farben, wobei sich dies jedoch nicht auf eine Unfähigkeit zur Wahrnehmung verschiedener Farbtöne zurückführen ließe.<sup>46</sup>

Wie Sprache bis in grammatische Strukturen hinein unser Denken prägt, zeigen die Ergebnisse folgender Studie: Je nachdem, welches Genus die Bezeichnungen „Brücke“ und „Schlüssel“ haben, werden sie mit männlichen oder weiblichen Eigenschaften in Verbindung gebracht.<sup>47</sup> Genuskategorien nehmen demnach Einfluss auf die Assoziationen von Sprecherinnen und Sprechern<sup>48</sup>.

### 3.2 Metaphern

Bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts wurde der Begriff Metapher fast ausschließlich im Sinn eines sprachlichen Bildes auf literarische Redefiguren bezogen, wie beispielsweise „Abend des Lebens“ für ‚Alter‘. Die Metapher nach antiker Auffassung beruht auf Bildhaftigkeit, Symbolcharakter und Analogie. Ein Paradigmenwechsel vollzog sich erst mit den Arbeiten von Lakoff und Johnson, die das Prinzip der Metapher in der Alltagssprache nachwiesen.<sup>49</sup> In jedem Fall übertragen Metaphern ein Bild von einem Quellbereich auf einen Zielbereich<sup>50</sup>.

Einem ständig wachsenden Bedarf an der Benennung von neuen Fakten, Errungenschaften, Entwicklungen und Ideen entsprechend, werden „althergebrachte“ Bezeichnungen auf Neues übertragen, wobei die Richtung stets von konkret nach abstrakt verläuft<sup>51</sup>: „Je abstrakter ein Gegenstand ist, desto wichtiger ist diese Fähigkeit zur Konkretisierung über Metaphern“<sup>52</sup>, da sie abstrakte Ideen anschaulich machen<sup>53</sup>. Da politische Ideen immer abstrakte Inhalte transportieren, kommen sie ohne Metaphern nicht aus: „Unser Gehirn schreibt der Welt in weitreichendem Umfang über Metaphern ihre Bedeutung zu.“<sup>54</sup>

Mit Wittgenstein können wir feststellen: „Sprache wird [so] zu einer Verlängerung des Körpers“<sup>55</sup>, indem über sie abstrakte Ideen mit Körpererfahrungen verknüpft werden.<sup>56</sup> Das wird durch folgende Bezeichnungen unterstrichen, die auf Sinneseindrücken referieren: *aufhören*, etwas *einsehen*, einen *Riecher* für etwas haben – oder körperliche Handlungen: etwas *besitzen*, etwas *vorschlagen*, jemandem etwas über-

---

<sup>45</sup> Vgl. ebd., S. 229

<sup>46</sup> Vgl. ebd., S. 27

<sup>47</sup> Vgl. Wehling, S. 58f und Deutscher (2011), S. 159

<sup>48</sup> Vgl. Deutscher (2011), S. 226

<sup>49</sup> Vgl. Bader, S. 114

<sup>50</sup> Vgl. Wehling, S. 70

<sup>51</sup> Vgl. Bader, S. 115 und Deutscher (2008), S. 147

<sup>52</sup> Moser (2000) zit. nach Bader, S. 115

<sup>53</sup> Vgl. Wehling, S. 68

<sup>54</sup> ebd., S. 74

<sup>55</sup> zit. nach Gebauer (1999), zit. nach Bader, S. 13

<sup>56</sup> Vgl. Wehling, S. 68 und vgl. Deutscher (2008), S. 136f

*tragen, etwas aushalten, berücksichtigen, einwerfen etc.* Bezogen auf das Leibgedächtnis sind besonders jene Idiome interessant, die gedankliche Vorgänge benennen: *begreifen, verstehen, sich etwas vorstellen, etwas behaupten*.<sup>57</sup>

Ohne Metaphern könnten wir gewisse Angelegenheiten gar nicht ausdrücken, aber sie prägen über die Sprache hinaus ebenso unsere Vorstellungswelt.<sup>58</sup> Wie in Kapitel 4 noch dargestellt wird, sind sie mit ganzen Konzepten verbunden<sup>59</sup>, wobei Ideen wie Objekte behandelt<sup>60</sup> bzw. personalisiert werden, etwa wenn wir sagen: die Zeit *vergeht*, sie *läuft* uns davon oder sie bleibt *stehen*.

Anknüpfend an Abschnitt 3.1 soll an dieser Stelle nicht unerwähnt bleiben, dass auch der Leib selbst verschiedenen Denkkonzepten unterworfen ist: der Leib als Tempel, Festung, Fabrik oder Maschine. Umgekehrt existiert die Vorstellung des Staates als Körper oder Organismus.<sup>61</sup>

### 3.3 Somatismen

Somatismen<sup>62</sup> sind jene Sonderform von Redewendungen, die auf Körperteilbezeichnungen referieren. Als „Leibwesen“ versteht es sich von selbst, dass der Mensch eine Unzahl an derartigen Bildungen hervorgebracht hat, die jede erdenkliche Klasse von Bezeichnungen bedienen.

Das Spektrum reicht von Maß- (eine *Hand* breit), Richtungs- (der *Nase* lang) über Intensitäts- (ganz *Ohr* sein) oder Wertebezeichnungen (*Rückgrat* beweisen) – bis zum Ausdruck von menschlichen Fähigkeiten/ Eigenschaften (leicht über die *Lippen* gehen; nicht/auf den *Kopf* gefallen sein) und Emotionen (von ganzem *Herzen*), um nur einige wenige zu nennen, wobei anzumerken ist, dass die Bezeichnungen Hand, als das menschliche Universalwerkzeug, und Herz hier besonders aktiv sind.

Auch der Bereich Kognition (Erkenntnis, Gedächtnis, Erinnerung, Beobachtung) spielt in den Somatismen eine große Rolle. In diesem Bereich überwiegen Bildungen mit Bezeichnungen für Sinnesorgane, für den Kopf und wiederum für die Hand: sich etwas hinter die *Ohren* schreiben, *augenfällig* sein, sich etwas durch den *Kopf* gehen lassen, auf der *Hand* liegen, etwas in *petto* (ital. für Brust) haben. Bemerkenswert ist außerdem, dass nur mehr in einzelnen Ausdrücken, wie etwas *beherzigen* oder engl. learn by *heart*, die noch im Orient vertretene Symbolik des Herzens als Sitz des Verstandes anstelle des Gefühls spürbar ist.<sup>63</sup>

Im Übrigen beeinflusst der wissenschaftliche Fortschritt, wie der einzelne Mensch, aber auch die Gesellschaft, den Leib und leibliche Prozesse wahrnehmen. Dies

---

<sup>57</sup> Vgl. Bader, S. 123ff

<sup>58</sup> Vgl. Deutscher (2008), S. 136

<sup>59</sup> Vgl. Wehling, S. 69

<sup>60</sup> Vgl. ebd., S 71

<sup>61</sup> Vgl. Bader, S. 16

<sup>62</sup> Vgl. ebd., S. 56ff

<sup>63</sup> Vgl. ebd., S. 19

drückt sich beispielsweise darin aus, dass das *Herzeleid* gegenüber dem *Herzleiden* sozusagen „aus der Mode gekommen“ ist.<sup>64</sup>

In Somatismen lassen sich auch stilistische Markierungen ausmachen, wobei an dieser Stelle besonders der Tabubereich Tod hervorgehoben werden soll, der im Speziellen durch verhüllende Redewendungen auffällt: *ableben*, die *Augen* für immer schließen, den Weg allen *Fleisches* gehen – aber auch: ins Gras *beißen*. An dieser Stelle sei auch der verhüllende Ausdruck für Teufel nicht unerwähnt bleiben: der *Leibhaftige*.

### 3.4 Mensch und Umwelt

Der menschliche Leib als Ausgangspunkt für die Weltwahrnehmung zeigt sich in der sprachlichen Verwobenheit von Körper-Tier-Pflanze-Umwelt. Bereits Goethe merkte an, dass ein Kind beides brauche: „*Wurzeln* und *Flügel*“.

Aus dem Bereich der Flora sind zum Beispiel folgende Begriffe entnommen: *Fortpflanzung*, *Defloration*, *Stammbaum* eines Menschen, welcher sich mitunter *aufbäumt* oder *Purzelbäume* schlägt bzw. in der *Blüte* seiner Jahre steht. Aufgrund von Beobachtungen aus dem Tierreich entstanden beispielsweise folgenden Redewendungen: *Wir spitzen die Ohren*, haben *Adleraugen* oder ein dickes *Fell*, sind fleißig wie die *Bienen*, fühlen uns wie ein *Fisch* im Wasser oder *beflügelt*, stehen in einer *Warteschlange* etc.

Aber der Übertragungsweg geht auch in die andere Richtung, also vom Menschen hin zu Erscheinungen der Natur, sprechen wir doch vom *Fuß* eines Berges, einem *Flussarm*, einem *Gebirgskopf*, einer *Gletscherzunge*, einem *Meeresbusen*, einem *Salatherz* etc. Bisweilen tritt die Bezeichnung eines Körperteils auch an die Stelle der Gesamtperson: arme *Haut*, pro *Kopf* und *Nase*, unter vier *Augen*, böse *Zungen*, *Volksmund*, *Oberhaupt* etc.

## 4. Sprache, Denken und Handlung: die Bedeutung von Frames

Unter „Frames“ versteht E. Wehling „gedankliche Bedeutungsrahmen“<sup>65</sup>. Diese spielen sowohl bei der Aufnahme von Informationen als auch bei der Sprachverarbeitung eine wesentliche Rolle. Darüber hinaus beeinflussen sie unser Handeln, unser Denken, ja unser gesamtes Weltbild. Frames werden im Gehirn durch Sprache aktiviert, sie sind sozusagen Bestandteil unseres Leibgedächtnisses, denn sie verbinden sich mit unseren Körpererfahrungen und mit unserem Weltwissen. Des Weiteren werden Informationen je schneller verarbeitet, desto besser sie in einen Frame passen. Außerdem verfestigt er sich desto stärker im Gehirn, umso häufiger er wahrgenommen wird bzw. je häufiger im Gehirn verankerte Bilder aktiviert werden, was Wehling mit

---

<sup>64</sup> Vgl. ebd., S. 9

<sup>65</sup> Wehling, S. 17 und S. 28

„Hebbian Learning“ (nach seinem Entdecker Donald Hebb) erklärt, bei dem verschiedene Schaltkreise im Gehirn verknüpft werden.<sup>66</sup>

Hierbei spielt Erfahrungswissen bzw. „Weltwissen“ eine bedeutende Rolle<sup>67</sup>. Wir speichern unsere Lernerfahrungen als Informationen ab, die bei Bedarf aktiviert und aufgerufen werden können.<sup>68</sup> Durch Worte wird der „Gedächtnisspeicher des Leibes“ geöffnet<sup>69</sup>, „ploppen“ Frames auf, die weit über den eigentlichen Wortinhalt hinausreichen. Mit dem Wort „Affe“ beispielsweise werden durch unser Erfahrungswissen sofort Bilder wie: „Rudel, Fell, lausen, kreischen, klettern, anklammern“ etc. assoziiert. Passen Informationen hingegen nicht in einen Frame, werden sie schwerer verarbeitet<sup>70</sup>. Ist ein Wort bereits vertraut, desto leichter wird es verstanden.

Nach Wehling erfassen wir verbale Aussagen, die sich auf Bewegungsabläufe, aber auch auf Emotionen, Gerüche, Geschmackserfahrungen etc. beziehen, indem wir sie – völlig unbewusst – im Geiste nachvollziehen und die geistigen Bilder abrufen.<sup>71</sup> Dieses Zusammenwirken nennt Lakoff „Embodied Cognition“<sup>72</sup>, was dem „Embodiment“ in der Integrativen Therapie entspricht.

Für dieses Zusammenwirken von Sprache und Handlung führt die Autorin zahlreiche empirische Experimente an. An dieser Stelle sei eines genannt, welches das Zusammenwirken von Sprache und Körper besonders eindrücklich zeigt: Ließ man Testpersonen einen Text lesen, in welchem Wörter vorkamen, die eine alte Person suggerierten, wie „faltig, Rente, vergesslich, grau ...“, jedoch kein einziges Mal das Wort „alt“ selbst nannten, bewegten sich diese Personen im Anschluss langsamer zum Ausgang als die Vergleichsgruppe, welche einen in dieser Hinsicht neutralen Text zu lesen bekam.<sup>73</sup> Dies beruht auf der Tatsache, dass mittels Sprache Bewegungsabläufe und gleichzeitig Sinneserfahrungen und Gefühle abgerufen werden.<sup>74</sup>

Dass Entscheidungen – entgegen der allgemeinen Meinung – nicht aufgrund von Fakten getroffen werden, beweist Wehling<sup>75</sup> durch eine Studie, bei der zwei Vergleichsgruppen gebeten wurden, sich aufgrund einer Information für oder gegen eine Operation zu entscheiden. Die Information unterschied sich allein dadurch, dass im einen Fall eine 90-prozentige Überlebenschance, im zweiten Fall ein 10-prozentiges Sterberisiko angegeben wurde. Diese zweite Gruppe entschied sich gegen die Operation, was sich leicht durch die Wirkung der beiden Frames „Überleben“ bzw. „Sterben“ erklären lässt. Dies weist darauf hin, dass reine Tatsachen ohne die Verknüpfung mit Deutungsmustern nicht greifen, was ein weiterer Versuch zeigt: Zwei Testgruppen wird ein Text zur Problematik Kriminalitätsbekämpfung in einem fiktiven Ort

---

<sup>66</sup> Vgl. Wehling, S. 57f

<sup>67</sup> Vgl. Bader, S.116 und Wehling, S. 30

<sup>68</sup> Vgl. Petzold/Orth (2017a), S. 10

<sup>69</sup> ebd., S. 16

<sup>70</sup> Vgl. Wehling, S. 34

<sup>71</sup> Vgl. Petzold/Orth (2017a), S. 11, vgl. Wehling, S. 25 und vgl. Korte, S. 99

<sup>72</sup> Vgl. Wehling, S. 21

<sup>73</sup> Vgl. Wehling, S. 37f

<sup>74</sup> Vgl. ebd., S. 22

<sup>75</sup> Vgl. ebd., S. 45f

vorgelegt. Im ersten Text wird der Frame „Virus“, im zweiten der eines „Raubtiers“ verwendet, während die statistischen Zahlenwerte unverändert bleiben. Je nachdem fordern die Testpersonen präventive Sozialmaßnahmen bzw. harte Gefängnisstrafen.<sup>76</sup>

Der springende Punkt dabei ist, dass Frames über den individuellen Rahmen hinausgehen, da sie auch gesellschaftlich relevant sind. Ihnen kommt eine politische Dimension zu, indem das Suggestieren von Frames im politischen Kontext manipulativ eingesetzt werden kann, denn wie diese – indem sie auf Metaphern beruhen – sind sie „ideologisch selektiv“<sup>77</sup>, betonen also nur einen Aspekt einer Sache, während sie einen anderen außer Acht lassen. Mit dem Gebrauch und der Verbreitung von Frames, die negativ besetzte Bilder evozieren, können somit Narrative entstehen, die eine maligne Wirkung entfalten. So ist es möglich, dass eine destruktive „dehumanisierte“ Sprache entsteht<sup>78</sup>.

Wie Frames auf unser Sozialverhalten Einfluss nehmen können, veranschaulicht folgender Forschungsversuch: Testpersonen wird zuerst eine Liste von Begriffen vorgelegt, die entweder Freundlichkeit oder Abweisung ausdrücken, bevor sie das Sozialverhalten von ihnen unbekannt Personen auf Fotos beurteilen sollen. In Korrelation zu den Worten wurden dieselben Personen als herzlich und wohlwollend bzw. als mürrisch und unhöflich eingeschätzt.<sup>79</sup>

Wie interpretativ und bewertend Frames sind, zeigte etwa der Sprachgebrauch im Kontext der Fluchtbewegungen 2015, als diese als „Flüchtlingswelle“ oder „Flüchtlingsstrom“ und die MigrantInnen als „Schamrotzer“ oder „Parasiten“ bezeichnet wurden. Dadurch werden Frames aufgerufen, die Geflüchtete als Bedrohung und Naturkatastrophe bzw. als krankmachende Fremdkörper dargestellt, denen man hilflos ausgeliefert ist.<sup>80</sup> Die Autorin weist in diesem Zusammenhang auf die Bedeutung hin, bei Ablehnung gewisser Frames diese nicht einfach zu verneinen, sondern durch positiv besetzte Begriffe der eigenen Weltsicht zu ersetzen, weil andernfalls genau jene abgelehnten Ideologien verfestigt werden.<sup>81</sup>

---

<sup>76</sup> Vgl. ebd., S. 49ff

<sup>77</sup> Vgl. ebd., S. 42f und vgl. Bader, S. 118

<sup>78</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 32

<sup>79</sup> Vgl. Wehling, S. 33

<sup>80</sup> Vgl. ebd., S. 163ff

<sup>81</sup> Vgl. ebd., S. 52

## 5. „Mein Körper schreibt“ – ein Praxisbeispiel

### 5.1 Einleitung

2010 schloss ich den Lehrgang Schreibpädagogik, veranstaltet vom Berufsverband Österreichischer SchreibpädagogInnen in Wien ab. Dieser Lehrgang zielt darauf ab, „die Weiterentwicklung von literarischer, kommunikativer, methodischer und didaktischer Kompetenz sowie die Fähigkeit, Gruppen und Einzelpersonen in ihrem schöpferischen Prozess zu begleiten, zu fördern und Schreibgruppen und -workshops zu leiten“<sup>82</sup>.

Im Februar 2019 war ich als Referentin eingeladen, im Rahmen des Lehrgangs selbst einen Workshop durchzuführen. Da der Ausschreibungstext bereits sehr früh im Vorfeld – bevor ich mich für ein Thema für die vorliegende Arbeit entschied – festgelegt werden musste, wählte ich für den Workshop den Titel „Mein Körper schreibt“, nicht etwa „Mein Leib schreibt.“ Nichtsdestoweniger sollen in diesem Abschnitt der Ablauf und die Erfahrungen aus diesem Schreibworkshop vorgestellt werden.

Der Workshop „Mein Körper schreibt“ wurde im Rahmen des Lehrgangs Schreibpädagogik, angeboten und über die Homepage des Verbands publik gemacht. Für den Lehrgang müssen sechs festgelegte Kurse und zehn aus einem Pool an Workshop-Angeboten je nach Interesse frei zu wählende Workshops absolviert werden. Die Workshops können auch unabhängig vom Lehrgang besucht werden.

Zum 14-stündigen, auf zwei Tage aufgeteilten Workshop „Mein Körper schreibt“ meldeten sich sieben Frauen an, von denen vier den Lehrgang besuchten. Von den Übrigen besuchte eine Frau zum ersten Mal überhaupt eine Schreibwerkstatt.

### 5.2 Ziel des Workshops

In der Schreibpädagogik geht es in erster Linie um die Entwicklung des eigenen Schreibens, was durch Kennenlernen und Ausprobieren verschiedenster Textsorten und Schreibstile geschieht. Textfeedback und Textanalyse zu den eigenen Texten besitzen dabei einen großen Stellenwert. Der Schreibprozess wird auf Basis einer konkreten Schreibaufgabe angeregt und innerhalb eines Zeitrahmens von 30 bis etwa 45 Minuten werden Texte erstellt, die im Anschluss in der Gruppe vorgelesen werden (Integrationsphase). Die Teilnehmenden äußern sich im Anschluss dazu, welche Gefühle, also welche Resonanz der Text bei ihnen ausgelöst hat, was wiederum bei den Urheberinnen der Texte zu Erkenntnis führen kann (Neuorientierung). Dieses Gruppengeschehen entspricht dem integrativen Prinzip der „Ko-Kreativität“<sup>83</sup>, woraus sich in Konvivialität eine Atmosphäre des wechselseitigen Mitgefühls und Vertrauens entwickeln kann<sup>84</sup>.

---

<sup>82</sup> <https://www.bös.at/lehrgang-schreibpaedagogik/>

<sup>83</sup> Vgl. ebd., S. 23

<sup>84</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 101

Im Ausschreibungstext für den Workshop hieß es, dass er die Möglichkeit biete, sich auf unterschiedliche Weise schreibend dem Thema Körper anzunähern, sich wohlwollend und/oder kritisch mit der eigenen Leiblichkeit auseinanderzusetzen und möglicherweise eine neue Sichtweise auf den eigenen Körper zu gewinnen. Daher ist es nicht verwunderlich, wenn mehrfach persönlich-autobiografische Texte entstanden, weshalb das eigentliche Textfeedback in den Hintergrund trat.

Meine Intention war es auch, sich dem „leiblichen Thema“ mit unterschiedlichen kreativen Methoden und auf verschiedenen Sinnesebenen anzunähern. Der Workshop diente nicht in erster Linie einem therapeutischen Zweck, wenngleich Schreiben immer auch diese Wirkung hervorrufen kann. Jedenfalls können dadurch kreative Potenziale, wie sie laut anthropologischem Weltbild in jedem Menschen angelegt sind, genutzt werden. Das Wecken bzw. Nutzen der eigenen kreativen Möglichkeiten und der Austausch in der Gruppe entsprechen den WEGEN der Heilung<sup>85</sup>, es regt „eigenleibliches Spüren“<sup>86</sup> und Selbstversprachlichung an<sup>87</sup>.

Der Schreibworkshop sollte dazu anregen, die (sprach-)schöpferischen Potenziale<sup>88</sup> zu nutzen und „Möglichkeitsräume“ zu öffnen<sup>89</sup>. Die „poietische Gestaltung“<sup>90</sup> birgt gleichzeitig ein „Handeln in Worten mit Worten und durch Worte“<sup>91</sup> sowie „Sinnerfassungskapazität, Sinnverarbeitungs- und Sinnschöpfungskapazität“<sup>92</sup>.

### 5.3 Eine Auswahl an Schreibimpulsen

Um auf das Thema einzustimmen (Initialphase) ließ ich die Teilnehmerinnen nach einer Reihum-Vorstellung sich dazu äußern, was sie an ihrem Körper anziehend finden. Dies entspricht dem ressourcenorientierten Ansatz, wie ich ihn in der Biografiearbeit kennenlernte.

Um die sinnliche Komponente des Themas gleich spürbar zu machen und eine erste Kontaktaufnahme zwischen den Teilnehmerinnen und dadurch ein „gutes zwischenmenschliches Milieu“<sup>93</sup> herzustellen, wählte ich als Einstiegsschreibimpuls das „**Naseninterview**“ aus den „33 Schreibnächten“<sup>94</sup>. Damit leitete ich die Aktionsphase ein.

Anleitung: *Wähle eine andere Teilnehmerin für ein Nasen-Interview aus. Notiere zuvor ca. 5 Minuten lang Fragen, die du der anderen Nase stellen möchtest (Zum Beispiel: Was ist Ihr Lieblingsgeruch?). Nach etwa zehn Minuten Interview erfolgt ein Rollentausch. Schreibe dann mit Hilfe der Antworten ein Porträt über die fremde Nase.*

---

<sup>85</sup> Vgl. ebd., S. 26f und Petzold (2012h): S. 25ff

<sup>86</sup> Petzold (2017a), S. 9

<sup>87</sup> Petzold (2010f), S. 46

<sup>88</sup> Vgl. Petzold. (2010f), S. 75

<sup>89</sup> Vgl. Petzold (2012h), S. 13

<sup>90</sup> Vgl. Petzold/Orth-Petzold/Orth. (2013), S. 24

<sup>91</sup> Petzold (2010f), S. 72

<sup>92</sup> ebd., S. 66

<sup>93</sup> ebd., S. 100

<sup>94</sup> Girgensohn, Katrin/Jakob, Ramona: 66 Schreibnächte, Schneider Verlag 2010, S. 123

Anhand eines **Clusters**<sup>95</sup> mit dem Kernwort „**Leib**“ wurden assoziative Gedankenketten zu diesem Begriff geweckt.

Anleitung: *Erstelle ca. 10 Minuten ein Cluster zum Kernwort Leib. Erzeuge dabei Assoziationsketten, schreibe alles in „Blasen“ auf, was dir einfällt.*

*Such dir nun eine „Blase“ (oder auch mehrere) aus und verfasse dazu einen Text.*

Die Schreibergebnisse diesbezüglich waren besonders interessant, da der Begriff „Leib“ durchgehend negativ besetzt wurde, weil er im Besonderen mit der Leibfeindlichkeit der Kirche bzw. dem, wie sich in letzter Zeit offenbart hat, weit verbreiteten Kindesmissbrauch in der Katholischen Kirche in Verbindung gebracht wurde, also ein *Narrativ*, ein Muster des Denkens und Fühlens, mit Negativkonnotationen aufgebaut worden war. Hier stellt sich die Frage, ob sich in dem „Bündel persönlicher *Narrationen*“, die sich aus den vorhandenen *Narrativen* in „kollektiven mentalen Repräsentationen“ (Moscovici 2000) des gegebenen Kulturraumes durch Enkulturation und Sozialisation als je eigene herausgebildet haben oder aus einer „Semiosphäre“ (Lotman 1990, 2010), der man angehört, aufgegriffen wurden, sich also *dysfunktionale Narrative* finden, maligne gar (z. B. Vorurteile, Rassismen, Sexismen usw.)? Solche müssen natürlich aufgedeckt, bearbeitet, revidiert werden, um neuen, positiven Narrativen (der Konvivialität, des Respekts, der Gerechtigkeit usw.) Platz zu machen.<sup>96</sup>

Ein weiterer Impuls war das Zeichnen eines „**Selbstporträts**“<sup>97</sup>, eine sehr lustvolle Übung, bei der keinerlei Zeichentalent vonnöten ist, und die Möglichkeit bietet, sich von sich selbst zu distanzieren. Dies geschah bei einer Teilnehmerin, indem sie das entstandene Porträt als männlich interpretierte.

Anleitung: *Nimm ein weißes DIN A4-Blatt und lege es an dein Gesicht. Nimm nun einen Filzstift und male von der Rückseite des Papiers aus (also quasi blind) die Konturen deines Gesichts mit Augen, Nase und Mund nach. Wenn du möchtest, kannst du noch Haare und Ohren dazu malen und das Bild noch ein wenig verzieren.*

*Betrachte das so entstandene Porträt. Schreibe einen Text über die Person, die du auf dem Bild siehst.*

---

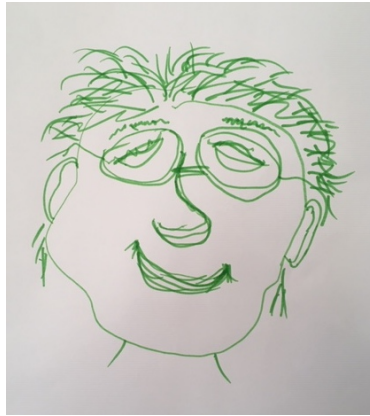
<sup>95</sup> eine bewährte Methode nach: Rico, Gabriele (2009): *Garantiert Schreiben Lernen*, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt

<sup>96</sup> Vgl. Petzold (2010f), S. 81. *Narrationen* sind Erzählflüsse im Vollzug. Ihnen liegen *Narrative*, Sozialisations-/Enkulturationsvermittelte Strukturmuster, Bedeutungsgehalte, Sinnzuweisungen zugrunde, die *Narrative* genannt werden, die von leichten Strukturgebungen bis zu fixierenden Mustern gehen können und damit dysfunktional werden, weil sie die Narrationsdynamik behindern (ebenda S. 33, 81f.)

<sup>97</sup> Kennengelernt in einem Biografiearbeit-Seminar bei Hubert Klingenberg



Hier drei Ergebnisbeispiele:



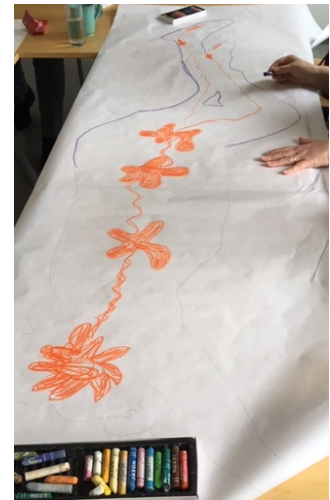
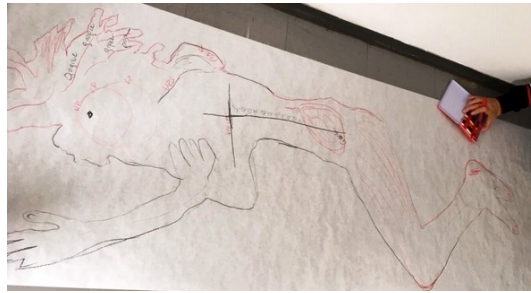
Als „kreative Prozesstechnik“ wählte ich eine Variante der „Körperbilder/Body Charts“<sup>98</sup>, welche leibliche Disharmonien deutlich zu machen vermag.

Anleitung: *Nimm zwei große Bögen Packpapier und klebe sie zusammen, sodass du liegend darauf Platz hast. Lege dich auf das Blatt, die Stellung kannst du frei wählen. Bitte eine zweite Person, den Umriss deines Körpers auf das Papier zu zeichnen. Wähle nun zwei verschiedene Farben und male das entstandene Bild deines Körpers damit an bzw. aus. Lass das Bild auf dich wirken und schreibe dann einen Text dazu. Du kannst ihn auch als Dialog zwischen den beiden Farben gestalten.*

Hier drei Ergebnisbeispiele:

---

<sup>98</sup> Petzold (2017a), S. 5



Als Ausgangspunkt zu einem eigenen Text diene folgendes Gedicht von *Elfriede Gerst*<sup>99</sup>, welches die Diskrepanz zwischen „ein Körper sein“ und „einen Körper haben“ zum Ausdruck bringt und das zwiespältige Verhältnis der Dichterin zu ihrem Körper widerspiegelt.

---

<sup>99</sup> \* 1932 in Wien, +2009 ebd.

### **täglich diesen deppen von körper**

täglich diesen deppen von körper  
striegeln cremen füttern bemuttern  
auch wer kein kind sein will  
hat diesen kerl diese kerlin  
zeitlebens am hals  
mal will er drogen  
mal diaten  
bin ich sein arzt  
seine krankenschwester  
therapeut  
ruhig jetzt schlaf  
lass mich träumen

Zum Abschluss des ersten Tages wurde „**getönt**“:

Anleitung: *Wir stellen uns im Kreis auf, schließen die Augen, finden eine angenehme Stellung mit gutem Kontakt zum Boden; Knie, Schultern und Bauch sind locker. Eine beginnt, einen Vokal (A – E – I – O – U) zu tönen, eine oder mehrere stimmen in denselben Vokal ein oder wählen einen anderen Vokal. Lautstärke und Intensität der Töne werden dabei variiert.  
Irgendwann lassen wir die Töne langsam verebben.  
Wo in deinem Körper hast du die einzelnen Vokale gespürt?  
Schreibe einen Text über deine Erfahrungen beim Tönen.*

Den Auftakt für den folgenden Morgen bildete die **Meditation „4 Himmelsrichtungen“**<sup>100</sup>, bei welcher zu rhythmischer Trommelmusik der gesamte Körper bewegt wird.

*Schreibe über deine Erfahrung während der Meditation. Wie hast du deinen Körper/ deine Bewegungen empfunden? Hast du dir Raum genommen? Hast du deinen Atem gespürt? War es angenehm oder hast du dich unwohl gefühlt?*

---

<sup>100</sup> Anleitung: [http://ein-klang.net/info\\_scripte/4\\_Himmelsrichtungen.pdf](http://ein-klang.net/info_scripte/4_Himmelsrichtungen.pdf)

## 6. Kritische Anmerkung

Da ich in meinen letzten Berufsjahren Gelegenheit hatte, mit Menschen mit Einschränkungen – in der Hauptsache in Form von Sinneseinschränkungen, aber auch von Lernschwierigkeiten – zu arbeiten, erhebt sich für mich die Frage, inwieweit der Einsatz sinnlicher Erfahrungen und sprachlicher Mittel an seine Grenzen stößt. Wahrscheinlich ist es dann besonders wichtig, auf individuelle Potenziale einzugehen und Sinnesvielfalt in erhöhtem Maß einzusetzen.

Wie im Workshop „Mein Körper schreibt“ zu Tage trat, ist der Begriff „Leib“ großteils negativ besetzt, weil er vor allem mit der Institution Kirche in Verbindung gebracht wird. Es bleibt offen, ob der Workshop dieselbe positive Resonanz hervorgerufen hätte, wäre sein Titel „Mein Leib schreibt“ gewesen.

## 7. Zusammenfassung / Summary

### **Zusammenfassung: „Leibgedächtnis und Sprache“**

Diese Arbeit stellt die unmittelbare Verbundenheit von Leib und Sprache aus linguistischer Sicht dar. Das eine ist nicht ohne das andere zu denken. Sprache findet immer innerhalb von Gemeinschaften statt und trägt zur kulturellen Weiterentwicklung bei. Im Leibgedächtnis gespeicherte Informationen können in kreativen Sprachprozessen schöpferisch verarbeitet werden, wie dies in Schreibwerkstätten genutzt wird.

Sprache beeinflusst unsere Wahrnehmung, unser Denken und unser Handeln nicht nur auf individueller Ebene, sondern kann im politischen Diskurs manipulativ eingesetzt werden, wenn sie unbewusste Bedeutungsrahmen eröffnen.

**Schlüsselwörter:** Leib, Gedächtnis, Sprache, Frames, Metaphern, Körperbilder

### **Summary: Body Mind and Language**

This journal shows the direct connection between Body Mind and language from a linguistic point of view. One cannot be thought of without the other. Language always takes place within communities and contributes to cultural development. Information stored in the body memory can be increased in creative language processes, such as those used in writing workshops.

Language influences our perception, our thinking and our actions not only on an individual level, but can also be used manipulatively in political discourse if it opens up unconscious frames of meaning.

**Keywords:** body, memory, language, frames, metaphors, body images

## 8. Literaturverzeichnis

- Bader, Kathrine* (2003): Noch vor dem Wort war der Körper – Nomination mittels Körperteilbezeichnungen. Innsbruck: Diplomarbeit
- Deutscher, Guy* (2008): Du Jane, ich Goethe. Eine Geschichte der Sprache. München: C.H.Beck
- Deutscher, Guy* (2011): Im Spiegel der Sprache. Warum die Welt in anderen Sprachen anders aussieht. München: C.H.Beck
- Korte, Martin* (2017): Wir sind Gedächtnis. Wie unsere Erinnerungen bestimmen, wer wir sind. München: Deutsche Verlags-Anstalt
- Lotman, Juri, M.* (1990): Über die Semiosphäre. In: *Zeitschrift für Semiotik*. 12, 287–305.
- Lotman, Juri M.*(2010): Die Innenwelt des Denkens. Berlin: Suhrkamp.
- Lurija, Alexander R.* (1992): Das Gehirn in Aktion. Einführung in die Neuropsychologie. Reinbek: Rowohlt. 6. Aufl. 2001.
- Moscovici, S.* (2000): Social Representations: Explorations in Social Psychology, New York: Polity Press.
- Orth, Ilse* (2009): Leib – Sprache – Gedächtnis – Kontextualisierung. In Polyloge: [http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/polyloge/orth\\_leibsprache\\_polyloge\\_11-2009.pdf](http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/polyloge/orth_leibsprache_polyloge_11-2009.pdf)
- Petzold, Hilarion G.* (10/2006;2002j, Update): Der „informierte Leib“ – „embodied and embedded“ als Grundlage der Integrativen Leibtherapie. In Polyloge: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-informierte-leib-embodied-and-embedded-grundlage-integrative-leibtherapie-polyloge-10-2006.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-informierte-leib-embodied-and-embedded-grundlage-integrative-leibtherapie-polyloge-10-2006.pdf)
- Petzold, Hilarion G.* (2006p): Ökosophie, Ökophilie, Ökopsychosomatik Materialien zu ökologischem Stress- und Heilungspotential Bei www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 16/2006 und *Integrative Therapie* 1 (2006) 62-99. <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-16-2006-petzold-hilarion-g.html>
- Petzold, Hilarion G.* (2009c): Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisse in der Integrativen Therapie. Der „Informierte Leib“, das „psychophysische Problem“ und die Praxis. *Psychologische Medizin* 1 (Graz) 20-33. In Textarchiv: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_pdf-petzold-2009c-koerper-seele-geist-welt-verhaeltnisse-in-der-integrativen-therapie.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_pdf-petzold-2009c-koerper-seele-geist-welt-verhaeltnisse-in-der-integrativen-therapie.pdf)
- Petzold, Hilarion G.* (2010f): „Sprache, Gemeinschaft, Leiblichkeit und Therapie“ Materialien zu polylogischen Reflexionen, intertextuellen Collagierungen und melioristischer Kulturarbeit – Hermeneutica. In Polyloge: [https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold\\_2010f\\_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit\\_und\\_therapie\\_polyloge\\_7\\_2010.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_2010f_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit_und_therapie_polyloge_7_2010.pdf)
- Petzold, Hilarion G.* (2011c): Integrative Therapie als „angewandte Anthropologie“ in einer „transversalen Moderne“ – Menschenbild und Praxeologie. In Polyloge:

[https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold\\_integrative\\_therapie\\_anthropologie\\_menschenbild\\_und\\_praxeologie-polyloge-02-2011\\_update\\_2006k.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_integrative_therapie_anthropologie_menschenbild_und_praxeologie-polyloge-02-2011_update_2006k.pdf)

*Petzold, Hilarion G.* (2012h): Integrative Therapie – Transversalität zwischen Innovation und Vertiefung. Die „Vier WEGE der Heilung und Förderung“ und die „14 Wirkfaktoren“ als Prinzipien gesundheitsbewusster und entwicklungsfördernder Lebensführung- Komplexe Humantherapie III. In Textarchiv, Jg. 2012. In Polyloge:

[https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold\\_petzold-2012h-integrative-therapietransversalitaet-innovation-vertiefung-vier-wege-14-wirkfaktoren.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=textarchiv-petzold_petzold-2012h-integrative-therapietransversalitaet-innovation-vertiefung-vier-wege-14-wirkfaktoren.pdf)

*Petzold, Hilarion G.* (2016i): Die „Neuen Naturtherapien“, engagiertes „Green Care“, waldtherapeutische Praxis. In: *Niels Altnier* (2016): Rieche das Feuer, spür den Wind. Wie Achtsamsein in der Natur uns und die lebendige Welt stärkt. In Textarchiv:

[https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold\\_2010f\\_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit\\_und\\_therapie\\_polyloge\\_7\\_2010.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_2010f_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit_und_therapie_polyloge_7_2010.pdf)

*Petzold, Hilarion G., Ellerbrock, Bettina, Hömberg, Ralf* (2018): Die neuen Naturtherapien. Handbuch der Garten-, Landschafts-, Waldtherapie und Tiergestützten Therapie, Green Care und Green Meditation. Bd. I. Bielefeld: Aisthesis.

*Petzold, Hilarion G./Orth, Ilse* (2017a): Interozeptivität/Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib“ öffnet seine Archive: „Komplexe Resonanzen“ aus der Lebensspanne des „body-mind-world-subject“ (Werkstattversion)

[https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-orth-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder-body-charts-polyloge-22-2018.pdf)

*Petzold, Hilarion G./Orth, Ilse* (2018): POLYLOGE IN DER INTEGRATIVEN THERAPIE: „Mentalisierungen und Empathie“, „Verkörperungen und Interozeption“ – Grundkonzepte für „komplexes Lernen“ in einem intermethodischen Verfahren „ko-kreativen Denkens und Schreibens“. In: Petzold, H.G./Leeser, B./Klempnauer, E. (Hgg.) (2018): Wenn Sprache heilt. Handbuch für Poesie- und Bibliothherapie, Biographiearbeit und Kreatives Schreiben. Festschrift für Ilse Orth. Bielefeld: ATHESES psyché

*Petzold, Hilarion G./ Orth-Petzold, Susanne/Orth, Ilse* (2013): Freude am Lebendigen und weiser Umgang mit Natur. Die Frische, Kraft und Weisheit integrativer Garten- und Landschaftstherapie - „Green Meditation“, „Therapeutic Guerilla Gardening. In: Polyloge:[https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge\\_petzold-orth-orth-2013a-freude-am-lebendigen-weiser-umgang-mit-natur-weisheit-polyloge-20-2013.pdf](https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-orth-orth-2013a-freude-am-lebendigen-weiser-umgang-mit-natur-weisheit-polyloge-20-2013.pdf)

*Vygotskij, Lev S.* (1934/2002): Denken und Sprechen. Weinheim und Basel: Beltz.

*Wehling, Elisabeth* (2016): Politisches Framing. Wie eine Nation sich ihr Denken einredet – und daraus Politik macht. Köln: Halem