

FPI-Publikationen – Wissenschaftliche Plattform

POLYLOGE

Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“
(peer reviewed)

Materialien aus der „Europäischen Akademie für
biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien
und Kreativitätsförderung“

2001 gegründet und herausgegeben von Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold,
Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen, Donau-Universität Krems, Institut St.
Denis, Paris, emer. Freie Universität Amsterdam

In Verbindung mit:

Dr. med. **Dietrich Eck**, Dipl. Psych., Hamburg, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,
Hückeswagen

Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Liliana Igrić**, Universität Zagreb

Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Nitza Katz-Bernstein**, Universität Dortmund

Prof. Dr. med. (emer.) **Anton Leitner**, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Donau-Uni. Krems

Dipl.-Päd. **Bruno Metzmacher**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Lic. phil. **Lotti Müller**, MSc., Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale
Gesundheit, Rorschach

Dipl.-Sup. **Ilse Orth**, MSc., Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

(Prof. Dr. phil. **Johanna Sieper** † 26.9.2020, Institut St. Denis, Paris, Europäische Akademie für biopsychosoziale
Gesundheit, Hückeswagen)

1972 – 2022 > 50 Jahre FPI und 40 Jahre EAG > Integrative Therapie, Agogik, Kulturarbeit
und Öko-care

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.

Polyloge ISSN 2511-2732

Ausgabe 06/2026

Therapiegestütztes meditatives Bogenschießen in der
Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie -
Leiblichkeit, Handlung und ökologische Einbettung

*Heinz P. Binder**, Graz**

* Dr. Heinz P. Binder, Graz, <heinz.binder@a1.net>; Konzeptberatung Hilarion G. Petzold

** Aus der „Akademie der Steirischen Gesellschaft für Lebens- und Sozialberatung“, Graz.

Inhalt:

- 1. Einleitung**
 - 2. Integrative Therapie und Integrative Bewegungs- und Leibtherapie als Bezugsrahmen**
 - 3. Leib, Bewegung und Wahrnehmung – leibphänomenologische Grundlagen**
 - 4. Handlung, Materialität und Bewegung**
 - 5. Natur, Raum und ökologische Einbettung**
 - 6. Die drei Arbeitskreise des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens**
 - 7. Bewegungs- und leibtherapeutische Dimensionen des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens (TMB)**
 - 8. Diskussion und Ausblick**
- Zusammenfassung/Summary**
- Literatur**

1. Einleitung

Die „Integrative Bewegungs- und Leibtherapie“ (IBT; *Petzold* 1974k, 1988n) versteht Bewegung als leiblich situierte Erfahrung, in der Wahrnehmung, Affekt, Handlung und Sinnbildung in einem wechselseitigen Zusammenhang stehen. Therapeutische Prozesse vollziehen sich dabei nicht ausschließlich auf der Ebene sprachlicher Reflexion, sondern im konkreten leiblichen Geschehen von Bewegung, Handlung und Beziehung innerhalb spezifischer Situationen.

Vor diesem Hintergrund gewinnen praxisorientierte Ansätze an Bedeutung, die Bewegung nicht abstrahieren, sondern in erfahrbaren Handlungszusammenhängen verankern. Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) ist ein solcher Ansatz. Es verbindet strukturierte Bewegung, Atem und Handlung mit der bewussten Einbeziehung von Materialität und Umwelt und eröffnet damit einen bewegungstherapeutischen Erfahrungsraum im Sinne integrativer Therapieansätze.

Der hier dargestellte Zugang ist aus einer längerfristigen bewegungs- und handlungsorientierten Praxis hervorgegangen und wurde schrittweise im Dialog mit integrativ-therapeutischen Konzepten theoretisch reflektiert.

Im TMB wird die zentrale Handlung nicht als zielgerichtetes Schießen verstanden, sondern als rhythmisch strukturierter Prozess des Pfeilewerfens. Im Mittelpunkt steht nicht der Treffer, sondern die Qualität des Handlungsvollzugs: Stand, Haltung, Atem, Spannung, Ausrichtung und Loslassen werden als leiblich erfahrbare Dimensionen therapeutischer Erfahrung gestaltet. Der Bogen dient dabei nicht als sportliches Gerät, sondern als bewegungstherapeutisches Medium, das Widerstand, Rückmeldung und haptische Resonanz in den Prozess integriert.

Der vorliegende Beitrag zielt darauf ab, das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen theoretisch einzuordnen, seine bewegungstherapeutischen Dimensionen herauszuarbeiten und seine Anschlussfähigkeit an die Integrative Bewegungstherapie zu klären. Neben dem integrativen Bezugsrahmen werden leibphänomenologische sowie handlungs-, material- und ökologische Perspektiven herangezogen. Im Zentrum stehen drei praxisbasierte Arbeitskreise – Atemkreis, Bogenkreis und spatialer Sinnerklärungskreis –, die als strukturierende Erfahrungsräume bewegungstherapeutischer Prozesse beschrieben werden.

Der Artikel gliedert sich in eine Darstellung des integrativen Bezugsrahmens, eine theoretische Vertiefung zu Leiblichkeit, Handlung und Materialität, die Beschreibung der drei

Arbeitskreise des TMB sowie eine abschließende Diskussion prozessrelevanter bewegungstherapeutischer Dimensionen und perspektivischer Weiterführungen.

2. Integrative Therapie und Integrative Bewegungstherapie als Bezugsrahmen

Die *Integrative Therapie* nach *Hilarion G. Petzold* versteht psychotherapeutische Prozesse als leiblich situierte, mehrdimensionale und kontext/kontinuumgebundene Geschehnisse, in denen Wahrnehmung, Bewegung, Handlung, Beziehung und spatiotemporaler Rahmen untrennbar miteinander verschränkt sind. Der Mensch wird nicht als isoliertes Subjekt begriffen, sondern als verkörpertes, sozial und ökologisch eingebettetes Wesen, dessen Erleben und Entwicklung sich stets im Zusammenhang konkreter Lebenswelten vollziehen (vgl. *Petzold* 1998f, S. 92–95; 2006a, S. 21–24; *Petzold, Sieper* 2012).

Zentral für diesen Ansatz ist die Annahme, dass Entwicklung, Heilung und Sinnbildung nicht ausschließlich über sprachliche Reflexion erfolgen, sondern wesentlich durch Erfahrung, Handlung und Gestaltung vermittelt sind und auch in einer sinnlich reichen Sprache und intermedialen Ausdrucksmöglichkeiten – (Bild, Skulpturen, Gesang, Poesie, Instrumentenspiel) – kokreativ gestaltet werden (*Orth* 2025; *Petzold; Orth* 1990a).

Therapie wird entsprechend als verkörperter Erfahrungs- und Beziehungsprozess verstanden, der sich im konkreten Vollzug entfaltet. Leibliche, kreative und handlungsorientierte Medien sind daher integraler Bestandteil integrativer therapeutischer Arbeit.

Die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie (IBT) stellt innerhalb dieses Ansatzes keine ergänzende Methode dar, sondern eine konsequente Ausfaltung des integrativen Menschenbildes. Bewegung wird hier nicht funktional oder korrektiv verstanden, sondern als Ausdruck, Regulation und Erkenntnisform des leiblichen Selbst. Bewegungstherapeutische Prozesse zielen nicht nur auf motorische Optimierung, sondern mit aufgrund des “komplexen Bewegungsbegriffs“ der Integrativen Therapie (*Petzold* 1989h) auf die Förderung von Wahrnehmung, Affektregulation, Beziehung und Selbstwirksamkeit (vgl. *Petzold* 1988n/2006a).

Leitend für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie sind dabei folgende Grundannahmen: Der Leib ist Träger von Erfahrung, Erinnerung und Bedeutung; Bewegung ist dialogisch/polylogisch und resonanzfähig; Handlung strukturiert Wahrnehmung und Selbstbezug; Raum, Kontext, Kontinuum und Umwelt/Mitwelt wirken prozessgestaltend mit.

Bewegung wird somit als situatives, relationales und sinnstiftendes Geschehen verstanden, das stets in Wechselwirkung mit inneren und äußeren Bedingungen steht.

Vor diesem Hintergrund lässt sich das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) als bewegungs- und leibtherapeutischer Ansatz verorten, der aus einer kontinuierlichen Praxisentwicklung hervorgegangen ist und zentrale Anliegen der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie in einer spezifischen Handlungspraxis bündelt. Bogenschießen wird im TMB nicht als sportliche Technik oder leistungsorientierte Zielhandlung verstanden, sondern als strukturierte Bewegungs- und Handlungserfahrung, in der Stand, Haltung, Atem, Spannung, Ausrichtung und Loslassen in einen leiblich erfahrbaren Zusammenhang treten.

Der therapeutische Prozess vollzieht sich dabei nicht nur oder primär in der nachträglichen Deutung, sondern im bewegten Handlungsvollzug selbst. Wahrnehmung, Bewegung und Handlung stehen in einem prozessualen Zusammenhang, in dem sich symbolische Bedeutungsbezüge aus der leiblichen Erfahrung heraus entwickeln und einen Erfahrungsrahmen bilden, in dem der Leib als orientierender Bezugspunkt in Erscheinung tritt.

Damit entspricht TMB dem integrativen Anspruch, Therapie als verkörperten Erfahrungsprozess zu gestalten, in dem leibliche Präsenz, Handlung und Sinnbildung miteinander verschränkt sind.

TMB versteht sich in diesem Sinne nicht als Ergänzung zur Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie, sondern als eine ihrer möglichen praxisbezogenen Ausformungen in einem spezifischen Handlungsfeld.

3. Leib, Bewegung und Wahrnehmung – leibphänomenologische Grundlagen

Die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie stützt sich in ihrem Verständnis von Leiblichkeit wesentlich auf leibphänomenologische Konzepte, wie sie insbesondere von *Maurice Merleau-Ponty* entwickelt wurden und auf neurobiologische und neuromotorische Grundlagen, wie sie in den russischen Neurowissenschaften von *Nikolai A. Bernstein* und *Alexander R. Lurija* erarbeitet worden sind und von Petzold in die IBT aufgenommen wurden (*Lurija 1972, Petzold, Michailowa 2008; Petzold, Sieper 2008a*).

In dieser Perspektive ist der Leib nicht Objekt unter Objekten, sondern Medium des Weltbezugs. Wahrnehmung vollzieht sich nicht als innerpsychischer Vorgang, sondern als leibliches Geschehen, das sich im Vollzug von Bewegung entfaltet.

Merleau-Ponty beschreibt den Leib als ein „Ich-kann“, durch das sich Raum, Richtung und Bedeutung erschließen. Wahrnehmen, Bewegen und Handeln sind dabei nicht voneinander zu trennen, sondern bilden eine unauflösliche Einheit. Der Leib ist nicht etwas, das der Mensch hat, sondern etwas, das er ist, so *Gabriel Marcel* (1935). Diese Sichtweise bildet eine zentrale theoretische Grundlage für bewegungs- und leibtherapeutische Ansätze, in denen Erfahrung nicht primär reflektiert, sondern verkörpert gelebt wird (vgl. *Merleau-Ponty* 1966, S. 137–145), wobei solches „embodiment“ natürlich auch „Mentalisierungen“ mit sich bringt (*Petzold, Orth* 2017a, b).

Für die *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie* bedeutet dies, dass Bewegung nicht als äußere Ausführung innerer Prozesse verstanden wird, sondern als konstitutiver Bestandteil von Wahrnehmung, Handlung und Sinnbildung. Der Leib orientiert sich im sozialen und ökologischen Raum, bevor Bedeutungen sprachlich gefasst werden. Die Versprachlichung soll aber bewusst gemacht werden, weil „Leib und Sprache“ (*Orth, Petzold* 2008) in der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie (IBT) zur Vertiefung der Reflexion und zur Komplexität persönlicher Sinnggebung maßgeblich beitragen (*Petzold* 2001k).

Haltung, Spannung, Atem und Richtung sind nicht bloße Vorbereitung oder Technik, sondern leibliche Wahrnehmungsereignisse, in denen sich Selbst- und Weltbezug zugleich vollziehen.

Diese Perspektive wird in neueren leibtheoretischen Ansätzen weitergeführt, insbesondere in den Arbeiten von *Thomas Fuchs*. *Fuchs* beschreibt Leiblichkeit als resonantes Beziehungsgeschehen, in dem sich Selbst, Andere und Umwelt in einem fortlaufenden Abstimmungsprozess begegnen. Regulation erfolgt dabei nicht primär über kognitive Kontrolle, sondern über leibliche Resonanz, rhythmische Prozesse und affektive Abstimmung (vgl. *Fuchs* 2017: 43–46; 2018: 113–120).

Für die *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie* ist diese Sichtweise von besonderer Bedeutung, da sie Präsenz, Affektregulation und Selbstwahrnehmung als präreflexive, leiblich vermittelte Prozesse begreift. Der Leib fungiert als sensibler Resonanzraum, in dem sich innere Zustände und äußere Bedingungen wechselseitig beeinflussen. Bewegung wird damit zu einem zentralen Medium der Selbstregulation und Orientierung. Dabei werden in der *Integrativen Therapie* zugleich aber Prozesse der Reflexion und Metareflexion angeregt

und meditative Auslotungen empfohlen (Green Meditation), um Dimensionen „kritischer Kulturarbeit“ zu eröffnen, in die in unserer prekären Moderne therapeutische und agogische Maßnahmen eingebettet werden müssen (Petzold, Orth 2021a; Petzold, Orth, Sieper 2013a).

Im Kontext des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens wird diese leibphänomenologische Haltung praktisch erfahrbar. Stand, Atem, Ausrichtung und Spannung sind nicht Mittel zum Zweck, sondern Ausdruck eines leiblichen Zur-Welt-Seins (*être-au-monde*). Die Ausrichtung auf ein Ziel erfolgt nicht ausschließlich visuell oder intentional, sondern als ganzheitliches Geschehen, in dem Gleichgewicht, Muskeltonus, Atemrhythmus und Raumwahrnehmung miteinander verschränkt sind.

Der Leib wird in seiner Eigenbewegung wahrgenommen. Diese Form der Präsenz steht im Zusammenhang mit Aufmerksamkeit und Affekt und eröffnet einen Erfahrungsraum, in dem Handlung nicht nur aus Kontrolle, sondern aus leiblicher Stimmigkeit entsteht. Damit fügt sich das TMB nahtlos in ein bewegungs- und leibtherapeutisches Verständnis ein, das Leiblichkeit, Wahrnehmung und Bewegung als untrennbare Grundlagen therapeutischer Erfahrung begreift.

Die hier skizzierten leibphänomenologischen Überlegungen bilden den theoretischen Hintergrund für die später beschriebenen handlungsbezogenen Praxisformate, ohne selbst bereits eine konkrete Handlungsszene oder einen spezifischen Erfahrungsraum zu thematisieren.

4. Handlung, Materialität und Bewegung

Die *Integrative Therapie* betont seit ihren Anfängen mit ihrem komplexen metahermeneutischen Ansatz, dass therapeutische Prozesse nicht ausschließlich im sprachlichen Austausch stattfinden, sondern sich in einem untrennbaren Zusammenspiel von Leib, Sprache, Kognition, Emotion und Handlung vollziehen (vgl. Petzold 2010f, 2017f). Handlung, Gestaltung und die Begegnung mit Dingen sind dabei nicht vorsprachliche oder nicht-kognitive Bereiche, sondern stets von kognitiven, affektiven und volitionalen Momenten durchzogen. In jeder benennbaren Emotion ist unabänderlich ein kognitives Moment enthalten, ebenso wie jedes Handeln und jede Bewegung durch motorische Kognitionen geleitet wird, wie sie in der neuromotorischen Forschung beschrieben wurden (vgl. Bernstein 1967, S. 86–90).

Vor diesem Hintergrund versteht die Integrative Therapie Leiblichkeit nicht als bloß körperliche Basis psychischer Prozesse, sondern als „informierten Leib“, in dem neurozerebrale, affektive, kognitive, motorische und relationale Prozesse verschränkt sind und sich im situativen Vollzug gegenseitig modulieren (vgl. *Petzold & Sieper* 2012a). Die Bedeutung komplexer materieller und neurozerebraler Prozesse im Konnektom wird dabei ausdrücklich auch für das Funktionieren emergenter, transmaterieller Prozesse – emotionaler, volitionaler und kognitiver Art – hervorgehoben. Diese Perspektive ist in der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie seit langem grundlegend und zeigt sich exemplarisch in praxeologischen Formaten wie dem Walk & Talk, in dem Bewegung, Wahrnehmung, Sprache, Umweltbezug und Reflexion untrennbar miteinander verbunden sind (vgl. *Petzold* 2023c).

Vor diesem Hintergrund werden Handlung, Materialität und Bewegung im bewegungs- und leibtherapeutischen Kontext der Integrativen Therapie nicht als Gegenpole zur Sprache verstanden, sondern als gleichwertige Träger von Bedeutung, die einer differenzierten, sinnhaften Versprachlichung bedürfen. Diese wird in der Integrativen Therapie unter anderem durch den bewussten Einbezug poetischer, narrativer und bibliotherapeutischer Verfahren kultiviert und stellt eine zentrale Qualität der therapeutischen Arbeit dar (vgl. *Petzold & Orth* 1985; *Petzold, Leiser & Klempnauer* 2018).

Materialien und Objekte fungieren dabei nicht als neutrale Hilfsmittel, sondern als prozessgestaltende Medien, die Wahrnehmung, Bewegung und Bedeutungsbildung strukturieren (vgl. *Petzold* 1998f, S. 213–218).

Für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie ist diese Perspektive besonders relevant, da Bewegung stets in Auseinandersetzung mit Widerständen, Oberflächen, Gewichten und räumlichen Gegebenheiten stattfindet. Bewegung wird damit als leiblich situierte Handlung verstanden, die in konkreten Umwelten verankert ist (vgl. *Petzold* 1989h, 1998f, S. 213–228;).

Im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen (TMB) wird diese Beziehung zu den Dingen in einer klar strukturierten Handlungspraxis verdichtet. Bogen, Pfeil, Sehne, Boden und Raum/Lokalität sind dabei nicht bloß Werkzeuge, sondern aktive Bezugspunkte, die Bewegung, Aufmerksamkeit und Selbstwahrnehmung mitgestalten.

4.1 Handlung als leiblich-situierter Prozess

In der *Integrativen Therapie* wird Handlung als leiblich, sozial, ökologisch und situativ eingebetteter Prozess verstanden. Handlungen sind nicht nur Ausdruck innerer Zustände, sondern sind an der Formung von Wahrnehmung, Affekt und Selbstbezug beteiligt (vgl. *Petzold* 1998f, S. 213–228). Für die Integrative Bewegungstherapie bedeutet dies, Bewegung als Teil einer sinnhaften Handlungseinheit zu begreifen. Die Handlung des Bogenschießens im TMB ist klar gegliedert und zugleich offen für individuelle Ausformungen. Aufnehmen, Spannen, Halten und Loslassen verbinden leibliche Spannung, zeitliche Struktur und intentionale Ausrichtung.

Therapeutisch bedeutsam ist die rhythmische Wiederholbarkeit dieser Handlung, eine „übungsorientierte“ Praxis nach dem Motto „use it, enjoy it, and improve it“ (*Orth* 2025). Wiederholung erzeugt Sicherheit, während feine Unterschiede zwischen den Durchgängen Wahrnehmung und Differenzierung fördern. was primär im leiblichen Vollzug erfahrbar wird.

4.2 Materialität und die Begegnung mit den Dingen

Integrative Ansätze weisen früh darauf hin, dass die Begegnung mit Materialien, mit den „Dingen“ (*Petzold* 1992a, 1082) therapeutische Prozesse spezifisch unterstützt. Dinge bieten Widerstand, geben Rückmeldung und sprechen den Leib unmittelbar an, ohne den Umweg über sprachliche Deutung (vgl. *Petzold* 1998f, S. 213–228), aber mit den Möglichkeiten poetisch-literarischer und intermedialer Ausgestaltung (*Petzold* 2010f; *Orth, Petzold* 1990c).

Eine anschlussfähige theoretische Perspektive bietet die von *Lambros Malafouris* entwickelte Material Engagement Theory, nach dem Wahrnehmen, Denken und Handeln im Zusammenspiel von Körper, Material und Umwelt entstehen (vgl. *Malafouris* 2013, S. 22–25; ders. 2025; ders., *Fuchs et al* 2025).

5. Natur, Raum und ökologische Einbettung

Die *Integrative Therapie* betont seit ihren Anfängen, dass therapeutische Prozesse nicht losgelöst von ihren ökologischen, räumlichen und lebensweltlichen Bedingungen verstanden werden können. Der Mensch wird als leibliches Wesen begriffen, das stets in Beziehung zu Umwelt/Mitwelt, zur Natur und sozialen Räumen steht. Natur ist in diesem Verständnis keine bloße Kulisse, sondern ein mitwirkender Erfahrungsraum, der Wahrnehmung,

Affektregulation und Sinnbildung beeinflusst (vgl. *Petzold* 1998f, S. 119–132; *Petzold, Ellerbrock, Hömberg* 2018).

Für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie bedeutet dies, dass Bewegung immer in konkreten räumlichen und atmosphärischen Kontexten stattfindet. Bodenbeschaffenheit, Weite, Geräusche und Witterung wirken prozessgestaltend mit und beeinflussen leibliche Orientierung, Spannung und Präsenz.

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) greift diese ökologische Grundhaltung auf und verbindet sie mit einer handlungsorientierten Praxis im Naturraum. Bewegung, Wahrnehmung und Handlung werden dabei nicht vom Umfeld abstrahiert, sondern bewusst in ihrer Beziehung zur natürlichen Umgebung erlebt.

5.1 Ökologische Einbettung in der Integrativen Therapie

Die *Integrative Therapie* versteht den Menschen als Teil eines ökologischen Beziehungsgefüges, in dem innere Prozesse und äußere Bedingungen untrennbar miteinander verbunden sind. Therapeutische Veränderung vollzieht sich daher nicht ausschließlich intrapsychisch, sondern immer auch im Kontakt mit realen Umwelten, Orten und Lebenszusammenhängen (vgl. *Petzold* 2002j, 2026c).

Für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie ist Bewegung im Naturraum folglich kein Zusatz, sondern ein integraler Bestandteil eines ökologisch erweiterten Therapieprozesses.

5.2 Green Meditation® – rezeptive Naturerfahrung

Ein etabliertes Referenzmodell dieser ökologischen Grundhaltung ist die von *Petzold, Orth* und *Sieper* entwickelte Green Meditation® (*Petzold, Orth* 2021a). Sie nutzt Naturerfahrung als rezeptive Praxis, in der Wahrnehmung, Verlangsamung und leibliche Sammlung im Vordergrund stehen. Die Aufmerksamkeit richtet sich auf Sinneseindrücke, atmosphärische Qualitäten und das eigene leibliche Erleben im Naturraum (vgl. *Petzold* 2004c, S. 45–52).

Für die Integrative Bewegungstherapie bietet die Green Meditation® ein theoretisches und praktisches Bezugssystem dafür, wie ökologische Einbettung therapeutisch bedeutsam werden kann, ohne Natur zu instrumentalisieren.

5.3 Handlung und Bewegung im Naturraum

Während die Green Meditation® primär rezeptiv angelegt ist, erweitert das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen die ökologische Perspektive um eine explizite handlungs- und bewegungsorientierte Dimension. Präsenz entsteht hier nicht allein durch Wahrnehmung, sondern durch verkörpertes und intermedial gestaltendes Tun im Naturraum (*Orth, Petzold 2021a*).

Im TMB werden Stand, Ausrichtung, Atem und Bewegung in Beziehung zu Boden, Weite Umgebung und Zeitverlauf erlebt. Handlung wird dabei situativ abgestimmt und nicht kontrollierend durchgesetzt. Auf diese Weise entsteht ein Erfahrungsraum, in dem sich leibliche Orientierung, Aufmerksamkeit und Spannungsregulation im Zusammenspiel von Bewegung und Umwelt differenzieren.

5.4 Naturbezogene Erfahrungsräume und leibliche Orientierung

Naturbezogene Bewegungserfahrungen sind in regulative Zusammenhänge eingebettet, ohne als aktiv intervenierende Maßnahmen verstanden zu werden. Rhythmische Reize, veränderte Wahrnehmungsbedingungen und räumliche Weite strukturieren den spatiotemporalen Erfahrungsraum und verändern die Bedingungen leiblicher Wahrnehmung und Orientierung.

Im TMB wird dieser Zusammenhang im Rahmen strukturierter Handlungsvollzüge erfahrbar. Selbstwirksamkeit wird dabei nicht als Kontrolle über die Umwelt verstanden, sondern als Erfahrung gelingender Orientierung und stimmigen Handelns im Naturraum. Diese Erfahrungen sind leiblich situiert und entfalten sich präreflexiv, das heißt im Vollzug von Bewegung, Wahrnehmung und Handlung, ohne primär über kognitive Prozesse vermittelt zu werden (vgl. *Merleau-Ponty 1966, S. 93–96*).

5.5 Einordnung in die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen lässt sich als handlungsorientierte Erweiterung naturbezogener Ansätze der Integrativen Therapie verstehen. Es verbindet ökologische Einbettung mit Bewegung, Materialität und Handlung und verankert TMB als eigenständige, ökologisch situierte Praxis im Diskurs der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie.

Wie sich diese handlungs- und materialtheoretischen Grundlagen in einem konkret gerahmten Praxisraum leiblich-szenisch entfalten, wird in der Beschreibung der Arbeitskreise des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens ausgeführt.

6. Die drei Arbeitskreise des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens

Strukturierung bewegungs- und leiborientierter therapeutischer Erfahrung

Theoretische Rahmung der drei Arbeitskreise

Die drei Arbeitskreise des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens – Atemkreis, Bogenkreis und spatiale Sinnerklärungskreis – sind im Sinne der *Integrativen Therapie* als konkret eingerichtete Handlungsszenen zu verstehen, innerhalb derer Sinn, Orientierung und Regulation nicht vorgängig festliegen, sondern im leiblich-szenischen Vollzug der Handlung selbst entstehen. Die Kreise sind dabei nicht als äußere Rahmungen oder methodische Abfolgen zu verstehen, sondern als räumlich und zeitlich organisierte Handlungsszenen, in denen Wahrnehmung, leibliche Bewegung, Materialbezug, sprachliche Artikulation und Prozessverlauf im Vollzug miteinander verschränkt sind.

Diese Auffassung knüpft grundlegend an die phänomenologische Tradition an. Bereits *Edmund Husserl* zeigte mit seiner Analyse der Intentionalität, dass Bewusstsein stets als gerichtetes In-der-Welt-Sein zu verstehen ist und Sinn sich nicht aus isolierten inneren Akten ergibt, sondern aus dem Vollzug gelebter Erfahrung. Wahrnehmen, Bewegen und Ausrichten sind dabei keine nachgeordneten Prozesse, sondern konstitutive Bedingungen von Erfahrung.

In der Leibphänomenologie von *Merleau-Ponty* wird diese Perspektive weitergeführt und radikalisiert. Der Leib erscheint hier nicht als Objekt unter Objekten, sondern als Medium der Weltbeziehung, in dem Wahrnehmung, Handlung und Bedeutung untrennbar ineinandergreifen. Sinn entsteht nicht durch reflexive Zuschreibung, sondern im präreflexiven Vollzug leiblicher Handlung, im Zusammenspiel von Haltung, Bewegung, Raum und situativer Einbettung.

Auf dieser phänomenologischen Grundlage entfaltet *Petzold* sein handlungstheoretisches Verständnis der *Integrativen Therapie*. Psychisches Geschehen wird nicht vor oder außerhalb der Handlung verortet, sondern im Handlungsvollzug selbst, im Zusammenspiel von Leib, Wahrnehmung, Handlung, Situation und Zeit (vgl. *Petzold* 1988n/1996a, Bd. I, S. 109–118; 2017f, S. 213–219). Handlung erscheint dabei nicht als Ausdruck innerer Zustände, sondern

als leiblich-szenischer Prozess, in dem Wahrnehmen, Spüren, Bewegen, Entscheiden und sprachliches Artikulieren gleichzeitig erfolgen und sich wechselseitig regulieren (vgl. *Petzold* 1993c, S. 52–60; 2010f, S. 89–94).

Sprache kommt in diesem Verständnis keine vorgängige erklärende Funktion zu, sondern eine integrierende und rückbindende Rolle. Sie begleitet den Handlungsvollzug, indem sie leibliche Erfahrung aufnimmt, differenziert und in den fortlaufenden Prozess rückführt, ohne ihn zu ersetzen oder zu dominieren. Sprache ist damit Teil des Handlungsgeschehens, nicht dessen Voraussetzung.

Vor diesem Hintergrund lassen sich die drei Arbeitskreise als praxeologisch strukturierte Erfahrungsräume beschreiben, in denen sich phänomenologische Grundannahmen, leibtheoretische Konzepte und integrativ-therapeutische Handlungstheorie konkretisieren. Sinn, Ausrichtung und Regulation entstehen in allen drei Kreisen nicht durch Erklärung oder Deutung, sondern durch vollzogene Praxis – durch das zeitlich gegliederte Zusammenspiel von Leibhaltung, Spannung, Aufmerksamkeit, Materialkontakt, Bewegung und gegebenenfalls sprachlicher Artikulation.

Die drei Arbeitskreise des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens

Dieses Kapitel 6 beschreibt mit Atemkreis, Bogenkreis und spatalem Sinnerklärungskreis die zentralen Erfahrungsräume des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens. In ihnen werden leibliche Regulation, räumliche Orientierung und gerichteter Handlungsvollzug so aufeinander bezogen, dass das Pfeilewerfen Erfahrung bündelt und ordnet – als therapeutisch geführter Handlungsvollzug, nicht als technische Übung.

Die drei Arbeitskreise sind nicht als lineare Abfolge oder methodische Stufen angelegt. Sie bilden ineinander verschränkte Handlungsrahmen, deren jeweilige Akzentuierung sich situativ verändert. Gemeinsam ist ihnen, dass therapeutische Prozesse nicht erklärend, sondern im leiblich-szenischen Vollzug strukturiert werden.

In der Praxis werden die Arbeitskreise als räumlich gestaltete Handlungsräume bewusst gerahmt. Die konkrete Form dieser Rahmung ist situationsabhängig und dient nicht symbolischen Zwecken, sondern der leiblichen Orientierung und funktionalen Strukturierung des jeweiligen Handlungsvollzugs.

6.1 Der Atemkreis – Regulation und leibliche Präsenz

Theoretische Rahmung

Der Atemkreis ist im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen als regulativer Handlungsraum konzipiert, in dem leibliche Präsenz, Selbstwahrnehmung und Spannungsregulation im situativen Vollzug erfahrbar werden. Er markiert keine vorgängige Stufe, sondern eine leibliche Akzentuierung, deren Qualitäten in den weiteren Arbeitskreisen aufgenommen und weitergeführt werden können.

Atem erscheint dabei nicht als Technik oder isolierte Funktion, sondern als leiblich eingebetteter Regulationsprozess, in dem Wahrnehmung, Tonus, Affekt und Aufmerksamkeit miteinander verschränkt sind. In diesem Verständnis folgt der Atemkreis dem handlungstheoretischen Ansatz der Integrativen Therapie, wie er von Petzold formuliert wurde: Regulation wird nicht als willentliche Kontrolle verstanden, sondern als prozessuale Selbststeuerung, die sich im Zusammenspiel von Wahrnehmung, Bewegung, Atemrhythmus und Situation vollzieht (vgl. *Petzold* 2012; 2017f).

In dieser Konzeption bestehen zugleich Bezüge zu der in der *Integrativen Therapie* entwickelten Integrativen Somatotherapie, insbesondere zu Formen der Leib-, Bewegungs- und Atemtherapie, wie sie von Petzold, Berger u. a. ausgearbeitet wurden. Atem wird hier nicht als isoliertes Interventionsmittel verstanden, sondern als integraler Bestandteil leiblicher Selbstregulation im Handlungsvollzug. Atemliche Prozesse sind dabei stets mit Bewegung, Haltung, Tonusregulation, affektiver Tönung und situativer Einbettung verschränkt. Entsprechend wird Atemarbeit nicht als eigenständige Technik, sondern als in Handlung und Situation eingebetteter Regulationsprozess aufgefasst, der Wahrnehmung differenziert, Präsenz stabilisiert und Selbststeuerung ermöglicht (vgl. *Petzold & Berger* 1977; 1980; *Petzold* 1988n/1996a; *Petzold, Sieper & Orth* 2000/2002).

Die im Atemkreis eingesetzten Bewegungs- und Wahrnehmungsvollzüge dienen der Differenzierung leiblicher Erfahrung. Veränderungen von Spannung, Präsenz und Orientierung werden im Vollzug erfahrbar, ohne korrigiert oder bewertet zu werden. Bezüge zu meditativen Bewegungssystemen wie dem Qigong sind dabei funktional zu verstehen: Sie liefern erprobte leibliche Formen, werden jedoch nicht als eigenständige Methode, sondern als integrierte Handlungsvollzüge innerhalb eines psychotherapeutischen Rahmens eingesetzt.

Handlungsvollzug im Atemkreis

Praxeologische Ausführung

Der Atemkreis ist der Ort, an dem sich die Vorübung für den Bogenkreis vollzieht. Die Übungen erfolgen ohne Material und zielen darauf, jene leiblichen Qualitäten auszubilden, die für den späteren Umgang mit Pfeil und Bogen erforderlich sind. Bezüge zu meditativen Bewegungssystemen wie dem Qigong sind im Atemkreis funktional zu verstehen. Aus der eigenen sozialisierten Praxis heraus kommen dabei Formen des stillen Qigong nach *Prof. Dzong* zum Einsatz, die nicht als eigenständige Praxis, sondern als leibliche Regulationsangebote in den therapeutischen Prozess eingebettet werden. Atem- und Bewegungsformen dienen hierbei der Differenzierung von Wahrnehmung, Tonus und Aufmerksamkeit und werden praxeologisch in einen psychotherapeutischen Handlungsrahmen integriert.

Zu Beginn des Atemkreises nimmt die ausführende Person eine aufgerichtete, stabile Grundhaltung ein, wie sie im Qigongstand praktiziert wird. Dieses Ankommen im Stand dient nicht der formalen Haltungsschulung, sondern der Ausbildung eines Hellwachzustands: einer regulierbaren, wachen Präsenz, in der der Leib weder in Spannung noch in Zerstreung gebunden ist. Der Atemrhythmus stellt sich von selbst ein und bildet den zeitlichen Hintergrund dieser wachen Bereitschaft.

Aus dieser Präsenz heraus richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Leibesmitte. Die Hände werden übereinandergelegt und ruhen auf dem Körper, während der Atem wahrgenommen wird, ohne ihn zu steuern oder zu verändern. In diesem Vollzug verdichtet sich Wahrnehmung zu einer Bündelung der Aufmerksamkeit. Atem, Tonus und leibliches Spüren treten in eine geordnete Beziehung, die zeitliche Sammlung ermöglicht.

Im weiteren Verlauf werden Arme und Hände wahrnehmungsgeleitet bewegt. Die Bewegung dient der leibnahen Lenkung der Achtsamkeit, durch die Unterschiede von Spannung, Lösung, Übergang und Kontakt im Vollzug erfahrbar werden. Regulation geschieht nicht korrigierend, sondern durch differenzierendes Spüren und situatives Ausgleichen von Tonusveränderungen.

Im Zusammenspiel von Stand, Atemwahrnehmung und Bewegung verdichtet sich die leibliche Präsenz zu einer hellwachen Bereitschaft, die nicht auf Handlung drängt, aber handlungsfähig macht. Diese Bereitschaft markiert keinen Abschluss des Atemkreises, sondern einen Übergang. Die im Atemkreis ausgebildeten Qualitäten von Präsenz,

Aufmerksamkeit und achtsam geführter Wahrnehmung bilden die leibliche Voraussetzung für den Bogenkreis, in dem diese Grunddynamik in einen gerichteten Handlungsvollzug überführt wird.

Während der Atemkreis somit einen leiblich-zeitlichen Erfahrungsraum eröffnet, in dem Regulation und Präsenz ohne Zielhandlung entstehen, führt der Bogenkreis diese Präsenz in eine konkrete, materialgestützte Handlung über. Aus der Vorübung wird Ausführung, ohne dass die regulative Grundlage verlassen wird.

6.2 Der Bogenkreis – gerichtetes Handeln in leiblich-materieller Situation

Theoretische Rahmung

Der Bogenkreis ist im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen als konkret eingerichtete Handlungsszene zu verstehen, in der leibliche Präsenz, Ausrichtung und Spannung in einen gerichteten Handlungsvollzug überführt werden. Während der Atemkreis der Ausbildung regulativer Präsenz dient, stellt der Bogenkreis den Raum dar, in dem diese Präsenz unter materialgestützten Bedingungen handlungswirksam wird.

Im Sinne der *Integrativen Therapie* entsteht Sinn auch hier nicht vorgängig und nicht durch Deutung, sondern im Vollzug der Handlung selbst, im Zusammenspiel von Leib, Wahrnehmung, Handlung, Materialität und Situation (vgl. *Petzold* 1988n/1996a; 2017f). Pfeil und Bogen fungieren dabei nicht als Symbole oder Projektionsflächen, sondern als widerständige Handlungspartner, die Orientierung, Spannung und Regulation im Vollzug erfahrbar machen.

Der Einsatz von Material markiert keine methodische Zäsur, sondern eine Steigerung der Anforderung: Die im Atemkreis ausgebildete Hellwachheit, Aufmerksamkeitsbündelung und achtsam geführte Wahrnehmung werden im Bogenkreis unter Bedingungen von Ausrichtung, Spannung und Lösung überprüfbar und differenzierbar.

Handlungsvollzug im Bogenkreis

Praxeologische Ausführung

Der Handlungsvollzug im Bogenkreis entfaltet sich als eigenständige, materialgestützte Handlungsszene, in der leibliche Präsenz, Ausrichtung und Spannung im Vollzug wirksam

werden. Zu Beginn wählt die ausführende Person eine stabile Position im Kreis und findet aus dem Stand heraus in eine wache, regulierbare Präsenz. Dieser Hellwachzustand ist nicht als offene Sammlung, sondern als handlungsbereite Wachheit ausgebildet, die auf Ausführung ausgerichtet ist, ohne in Übererregung oder Spannung zu kippen.

Mit dem Aufnehmen von Pfeil und Bogen verdichtet sich diese Präsenz zu einer Bündelung der Aufmerksamkeit. Wahrnehmung, Haltung und räumliche Orientierung ordnen sich entlang einer klaren Handlungslinie. Das Einnocken des Pfeils, die Ausrichtung des Bogens und die Orientierung auf eine im Raum festgelegte Zielzone strukturieren den Vollzug, ohne ihn zu beschleunigen oder zu verengen. Aufmerksamkeit wird gesammelt, nicht fokussiert im Sinne von Kontrolle.

Im weiteren Verlauf wird die Wahrnehmung achtsam gelenkt. Die Aufmerksamkeit richtet sich auf leiblich spürbare Kontakt- und Kraftverhältnisse: auf Druck und Zug zwischen Bogen- und Zughand, auf Tonusveränderungen, auf Übergänge zwischen Vorspannung, gehaltener Spannung und Lösung. Diese Achtsamkeitslenkung dient der Regulation im Vollzug. Unterschiede von Stabilität, Übersteuerung oder Nachlassen werden unmittelbar erfahrbar und können leiblich ausgeglichen werden, ohne explizite Korrektur.

Im Moment des Release geht die gehaltene Spannung in eine gerichtete Lösung über. Der Pfeilflug markiert dabei keinen Abschluss, sondern einen Übergang, in dem sich der Handlungsvollzug fortsetzt. Aufmerksamkeit und Achtsamkeit bleiben im Nachhalten präsent, sodass die Handlung leiblich integriert ausklingt. Der Hellwachzustand bleibt erhalten und bildet die Grundlage für Wiederholung, Variation oder Übergang in einen anderen Arbeitskreis.

Der Bogenkreis ist damit kein Übungsraum für Zielerreichung, sondern ein Erfahrungsraum für gerichtetes Handeln unter Spannung. Pfeil und Bogen machen leibliche Regulation, Impulskontrolle und Ausrichtung im Vollzug sichtbar, ohne dass diese erklärt oder bewertet werden müssten. Handlung wird hier nicht als Ausdruck innerer Zustände verstanden, sondern als leiblich-szenischer Prozess, in dem Wahrnehmen, Spüren, Entscheiden und Ausführen untrennbar verschränkt sind.

In dieser Funktion bildet der Bogenkreis die Brücke zwischen regulativer Präsenz und räumlich-situativer Orientierung. Aus der Vorübung des Atemkreises wird Ausführung; aus der Ausführung kann im spatialen Sinnerklärungskreis Orientierung im Raum und im situativen Zusammenhang hervorgehen.

6.3 Der spatiale Sinnerklärungskreis – leibliche Orientierung im Raum

Methodische Rahmung

Der spatiale Sinnerklärungskreis ist im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen als strukturierte, räumlich und zeitlich gerahmte Handlungsszene zu verstehen, in der Orientierung und Sinn nicht erklärt, sondern im leiblich-situativen Vollzug hervorgebracht werden. Im Anschluss an das handlungstheoretische Verständnis der *Integrativen Therapie* nach *Hilarion G. Petzold* entsteht psychisches Geschehen hier nicht primär im Diskurs, sondern im Zusammenspiel von Leib, Wahrnehmung, Handlung, Situation und Zeit (vgl. *Petzold* 1988n/1996a; 2017f).

Der spatiale Sinnerklärungskreis bildet einen konkret eingerichteten Handlungsrahmen, der Orientierung nicht vorgibt, sondern im Tun erfahrbar werden lässt. Sinn erscheint in diesem Rahmen nicht als nachträgliche Interpretation, sondern als im Handlungsvollzug sich zeigende Ordnung von Wahrnehmen, Entscheiden und Handeln. Damit folgt der Ansatz dem metahermeneutischen Grundverständnis der Integrativen Therapie, wonach Sinn sich nicht symbolisch „entziffern“ lässt, sondern sich in der praktischen Bewährung von Handlung zeigt.

Der Einsatz von Raum und Materialität stellt dabei keine symbolische Bühne dar, sondern eine ökologisch eingebettete Situation, in der leibliche Orientierung unter Bedingungen von Nähe, Distanz, Widerständigkeit und Bewegung möglich wird. Objekte fungieren nicht als Bedeutungsträger, sondern als materielle Bezugspunkte, die Wahrnehmung und Handlung strukturieren.

Handlungsvollzug im spatialen Sinnerklärungskreis

Praxeologische Ausführung

Der Handlungsvollzug im spatialen Sinnerklärungskreis beginnt mit dem Ankommen im Raum. Die Teilnehmenden betreten den Kreis und beginnen, ihn langsam gehend zu umrunden. Dieses Abschreiten dient der Ausbildung eines Hellwachzustands, der sich als wache, offene Präsenz im Raum zeigt. Wahrnehmung ist nicht auf ein Ziel gerichtet, sondern bleibt offen für räumliche Bezüge, Bewegungsimpulse und leibliche Resonanzen. Der Leib orientiert sich, ohne bereits zu entscheiden.

Im weiteren Vollzug treten die Teilnehmenden in leiblichen Kontakt mit den im Kreis positionierten Objekten. Berühren, Umgehen, Nachzeichnen von Konturen, Annähern oder Distanzieren, Verweilen im Stand, Sitzen oder Anlehnen sind gleichwertige Formen dieses Kontakts. In diesen Vollzügen verdichtet sich Wahrnehmung zu einer Bündelung der Aufmerksamkeit. Aufmerksamkeit sammelt sich nicht auf Bedeutungen, sondern auf das konkrete Erleben von Materialität, Widerstand, Nähe und Abstand. Orientierung entsteht präreflexiv im Zusammenspiel von Leib, Raum und Objekt.

Aus dieser gebündelten Aufmerksamkeit heraus erfolgt eine achtsame Lenkung der Wahrnehmung. Die Achtsamkeit richtet sich auf das, was sich im leiblichen Erleben als tragfähig, klärend oder bestärkend zeigt: auf Resonanzen, auf Impulse, auf Tendenzen von Ausrichtung oder Abgrenzung. Diese Lenkung geschieht nicht normierend oder interpretierend, sondern unterstützend. Sinn bildet sich hier als situative Orientierung, die nicht erklärt, sondern verkörpert ist.

Sprachliche Interventionen begleiten diesen Prozess zurückhaltend und situationsnah. Fragen wie „*Was nehmen Sie wahr?*“ oder „*Wonach ist Ihnen hier?*“ zielen nicht auf Deutung oder Erklärung, sondern auf die Differenzierung leiblicher Erfahrung und ihre Rückbindung an den fortlaufenden Handlungsvollzug. Sprache fungiert dabei als integrierender Bestandteil der Szene, ohne den Vollzug zu ersetzen oder zu dominieren.

Der spatiale Sinnerklärungskreis ist somit kein Ort symbolischer Bedeutungszuschreibung, sondern ein Erfahrungsraum räumlicher und leiblicher Orientierung, in dem Entscheidungen, Haltungen und Verantwortungsübernahmen im Vollzug reifen können. Aus der gerichteten Handlung des Bogenkreises wird hier eine situativ offene Orientierung, die Handlungsmöglichkeiten erweitert, ohne sie festzulegen.

In dieser Funktion bildet der spatiale Sinnerklärungskreis die integrative Erweiterung von Atem- und Bogenkreis. Die im Atemkreis ausgebildete regulative Präsenz und der im Bogenkreis vollzogene gerichtete Handlungsvollzug werden hier in einen räumlich-situativen Zusammenhang gestellt, in dem Sinn als praktische Orientierungskompetenz erfahrbar und tragfähig wird.

6.4 Dynamik und Verschränkung der Arbeitskreise

Metatheoretische Rahmung

Das Zusammenspiel von Atemkreis, Bogenkreis und spatalem Sinnerklärungskreis ist im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen als nicht-lineares, dynamisches Gefüge zu verstehen. Die drei Arbeitskreise sind weder hierarchisch geordnet noch als methodische Stufen konzipiert, sondern markieren gleichwertige szenische Akzentuierungen eines zusammenhängenden leiblich-räumlich-zeitlichen Handlungsvollzugs. Damit folgt ihre Struktur dem handlungstheoretischen Grundverständnis der Integrativen Therapie, wonach therapeutische Prozesse situationsabhängig verlaufen und sich im Vollzug entfalten, statt festen Abfolgen zu folgen (vgl. *Petzold* 1988n/1996a; 2017f).

Allen drei Arbeitskreisen liegt eine gemeinsame prozessuale Grundstruktur zugrunde, die sich im leiblich-szenischen Vollzug jeweils unterschiedlich realisiert. Diese Grundstruktur lässt sich als Trias beschreiben: die Ausbildung eines Hellwachzustands, die Bündelung der Aufmerksamkeit und die Lenkung der Achtsamkeit. Diese Momente sind nicht als Techniken oder methodische Schritte zu verstehen, sondern als Qualitäten von Präsenz und Handlung, die sich im Vollzug gegenseitig bedingen.

Der Hellwachzustand bezeichnet eine regulierbare leibliche Präsenz, in der der Leib weder in Übererregung noch in Zerstreung gebunden ist. Er stellt eine Form wacher Bereitschaft dar, die Offenheit für Wahrnehmung, Orientierung und Handlung ermöglicht, ohne auf unmittelbare Ausführung festgelegt zu sein. In diesem Zustand werden regulative Prozesse nicht willentlich hergestellt, sondern leiblich zugänglich.

Aus dieser Präsenz heraus verdichtet sich Aufmerksamkeit jeweils zu einer situativ strukturierten Bündelung. Aufmerksamkeit wird dabei nicht verengt, sondern gesammelt und ausgerichtet: im Atemkreis auf rhythmische Atembewegung und Tonusveränderungen, im Bogenkreis auf den klar gegliederten Handlungsvollzug mit Pfeil und Bogen, im spatalen Sinnerklärungskreis auf räumliche und materielle Bezugspunkte im Gehen, Verweilen und Berühren. Die Bündelung der Aufmerksamkeit ermöglicht Handlungsfähigkeit, ohne die Offenheit des Erlebens aufzuheben.

Innerhalb dieser gebündelten Aufmerksamkeit erfolgt eine Lenkung der Achtsamkeit. Achtsamkeit meint hier keine distanzierte Selbstbeobachtung, sondern eine leibnahe, differenzierende Wahrnehmungsführung, durch die Unterschiede von Spannung, Kontakt, Orientierung und Handlungstendenzen im Vollzug erfahrbar werden. Diese Lenkung wirkt

nicht normierend oder korrigierend, sondern regulierend, indem sie Differenzen sichtbar macht und situative Handlungsspielräume eröffnet.

Die drei Arbeitskreise unterscheiden sich nicht in dieser Grundlogik, sondern in der Weise, wie Raum, Materialität, Bewegung und zeitlicher Verlauf diese Trias organisieren. Der Atemkreis akzentuiert regulative Präsenz und zeitliche Sammlung, der Bogenkreis führt diese Präsenz in einen gerichteten Handlungsvollzug über, und der spatiale Sinnerklärungskreis erweitert den Vollzug um eine räumlich-situative Differenzierung von Orientierung und Entscheidung.

Sprache ist in allen drei Arbeitskreisen Bestandteil des Handlungsvollzugs, jedoch nicht als vorgängige Deutung oder erklärende Instanz. Sie fungiert als leiblich eingebettete Begleitung, die Wahrnehmung differenziert und an den fortlaufenden Prozess rückbindet, ohne den Handlungsvollzug zu ersetzen.

Vor diesem Hintergrund sind die drei Arbeitskreise nicht als unterschiedliche Methoden zu verstehen, sondern als verschiedene szenische Realisationen derselben handlungstheoretischen Logik. Regulation, Handlung und Sinnstrukturierung erscheinen nicht als getrennte Ebenen, sondern als unterschiedliche Akzentuierungen eines einheitlichen leiblich-szenischen Geschehens.

Die Struktur der drei Arbeitskreise versteht sich nicht als methodisches Stufenschema, sondern als orientierendes Strukturmodell, das aus der Reflexion konkreter Praxissituationen hervorgegangen ist. Sie ist anschlussfähig an das Verständnis von Bewegung und Leiblichkeit, wie es in der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie entwickelt wurde, in der Bewegung als sinnhafter Handlungsvollzug gefasst wird, in dem Wahrnehmung, Affekt, Handlung und Sprache miteinander verschränkt sind (*Petzold* 1988n/1996a; 2010f).

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen stellt vor diesem Hintergrund keine Sondermethode dar, sondern eine spezifische, handlungsorientierte Ausformung integrativer bewegungs- und leibtherapeutischer Praxis, in der Regulation, Handlung und Sinnstrukturierung situativ akzentuiert werden können, ohne den therapeutischen Prozess zu determinieren.

7. Bewegungs- und leibtherapeutische Dimensionen des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens (TMB)

Die im Folgenden beschriebenen Dimensionen ergeben sich aus der systematischen Betrachtung wiederkehrender Erfahrungsqualitäten im Handlungsvollzug und sind nicht als Wirkannahmen oder lineare Prozessmodelle zu verstehen.

In der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie werden zentrale prozessrelevante Dimensionen nicht als isolierte Mechanismen oder lineare Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge verstanden, sondern als prozessuale Zusammenhänge, die sich im leiblichen, situativen und relationalen Vollzug entfalten. Therapeutische Prozesse werden dabei nicht einzelnen Techniken zugeschrieben, sondern dem Zusammenspiel von Bewegung, Wahrnehmung, Handlung, Beziehung und Kontext/Kontinuum (vgl. *Petzold* 1998f, S. 91–104).

Vor diesem Hintergrund lassen sich im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen (TMB) mehrere bewegungs- und leibtherapeutische Dimensionen beschreiben, die im Folgenden systematisch dargestellt werden. Diese Dimensionen sind nicht exklusiv für TMB, sondern finden sich in unterschiedlichen Ansätzen der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie; TMB bietet hierfür jedoch eine spezifische Strukturierung und Verdichtung des Erfahrungsraums.

7.1 Leibliche Präsenz und Selbstwahrnehmung

Eine zentrale Dimension der Integrativen Bewegungstherapie ist die leibliche Präsenz. Darunter wird die Fähigkeit verstanden, den eigenen Leib im Hier - und - Heute des jeweils gegebenen Kontext/Kontinuums differenziert wahrzunehmen und als Quelle von Orientierung und Selbstbezug zu nutzen (vgl. *Petzold* 1998f, S. 213–228).

Im TMB wird leibliche Präsenz kontinuierlich über Stand, Atem, Spannung und Ausrichtung angesprochen. Die Bewegung verlangt Aufmerksamkeit für Gewicht, Bodenkontakt, Muskeltonus und Raumausdehnung, ohne diese Aspekte analytisch zu zerlegen. Wahrnehmung entsteht kontinuierlich und multisensorisch im bewegten Vollzug.

Aus leibphänomenologischer Perspektive kann dieser Prozess als präreflexive Form von Orientierung verstanden werden, in der der Leib nicht als Objekt der Wahrnehmung erscheint, sondern als deren tragender Vollzugszusammenhang fungiert (vgl. *Merleau-Ponty* 1966, S.

94–101; *Malafouris* 2026). Therapeutisch bedeutsam ist, dass Präsenz nicht eingefordert, sondern durch die Handlung selbst nahegelegt wird. Dies kann insbesondere bei Personen mit dissoziativen Tendenzen, ausgeprägter kognitiver Kontrolle oder eingeschränkter Körperwahrnehmung stabilisierende Qualitäten haben.

7.2 Tonus- und Affektregulation

In der Integrativen Bewegungstherapie wird Bewegung als wesentlicher Zugang zur Regulation von Spannung und Affekt verstanden. Veränderungen im Muskeltonus beeinflussen emotionale Zustände ebenso wie umgekehrt; Regulation wird dabei als Fähigkeit zur situativen Anpassung begriffen, nicht als Zustand dauerhafter Entspannung (vgl. *Petzold* 2006a, S. 17–29; ders, 1995).

Die rhythmische Abfolge im TMB – Aufnehmen, Spannen, Halten und Lösen, Release und Nachhalten – erzeugt einen klaren Spannungsbogen, der leiblich erlebt werden kann. Spannung wird nicht vermieden, sondern aufgebaut, gehalten und wieder gelöst. Diese Erfahrung steht im Zusammenhang mit der Fähigkeit, innere Erregung zu differenzieren und zu modulieren.

Aus leib- und neurophänomenologischer Perspektive kann dieser Prozess als verkörperte Selbstregulation beschrieben werden, bei der affektive Zustände über Bewegung und Rhythmus beeinflusst werden (vgl. *Fuchs* 2017, S. 89–96). Der Fokus liegt dabei nicht auf Entspannung im Sinne von Reduktion, sondern auf regulierter Spannung, was einem zentralen Anliegen der IBT entspricht.

7.3 Handlungssicherheit und Selbstwirksamkeit

Eine weitere zentrale Dimension im Therapiegestützten Meditativen Bogenschießen ist die Erfahrung von Handlungssicherheit. In der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie wird Selbstwirksamkeit nicht primär über Erfolg oder Zielerreichung definiert, sondern über die Erfahrung, einen stimmigen Handlungsprozess vollziehen zu können, auch unter wechselnden Bedingungen (vgl. *Petzold* 1998f, S. 91–104).

Im TMB ist der Handlungsvollzug klar strukturiert, wiederholbar und leiblich nachvollziehbar. Die Bewegungsabfolge folgt einer inneren Logik, die nicht mechanisch erlernt, sondern im Vollzug verkörpert wird. Dadurch kann sich Handlungssicherheit ausbilden, selbst dann, wenn der äußere Ausgang der Handlung – etwa der Treffer – variiert

oder ausbleibt. Sicherheit entsteht hier nicht aus Kontrolle des Ergebnisses, sondern aus Verlässlichkeit des eigenen leiblichen Handelns.

Diese Form der Selbstwirksamkeit ist besonders tragfähig, da sie nicht primär an externe Leistungsmaßstäbe oder soziale Bewertung gebunden ist. Sie gründet in der Erfahrung, den eigenen Leib als verlässliches Handlungssubjekt zu erleben und Handlungen im Vollzug regulieren zu können. Selbstwirksamkeit ist dabei jedoch nicht als bewertungsfreier Zustand zu verstehen. Wahrnehmung und Handlung sind stets mit kognitiven und affektiven Bewertungsprozessen verbunden. Integrative Konzepte einer *komplexen Achtsamkeit* betonen daher nicht die Aufhebung von Bewertung, sondern deren leiblich situierte Integration und Regulation im Handlungsvollzug (vgl. *Wölfle et al. 2023*).

Handlungssicherheit und Selbstwirksamkeit zeigen sich im TMB somit als prozessuale Qualitäten, die sich aus der wiederholten Erfahrung leiblich stimmiger Handlung ergeben. Sie entstehen nicht trotz, sondern mit bewertenden Prozessen, sofern diese nicht dominieren, sondern in den leiblichen Vollzug integriert bleiben. In diesem Sinn wird Selbstwirksamkeit im TMB nicht erzeugt, sondern im Handeln erfahrbar gemacht und im therapeutischen Gespräch reflektiert und gefestigt.

7.4 Rhythmus und zeitliche Struktur

Rhythmus stellt eine grundlegende Dimension bewegungstherapeutischer Prozesse dar. Wiederkehrende Bewegungsabläufe strukturieren Zeit, schaffen Vorhersagbarkeit und können zur affektiven Stabilisierung beitragen (vgl. *Petzold 2006a, S. 73–88*).

Im TMB ist der Rhythmus nicht extern vorgegeben, sondern entsteht im Zusammenspiel von Atem, Bewegung und Handlung im jeweiligen Kontext/Kontinuum und seinen Einflüssen. Die Wiederholung der Schussabfolge erzeugt einen eigenen Takt, der sich individuell ausformt und an die jeweilige Person anpasst. Sie folgt Petzolds Prinzip “use it, enjoy it and improve it” (*Orth 2025, 720f.*).

Dieser Rhythmus zeigt stabilisierende Qualitäten, ohne zu mechanisieren. Er unterstützt die Fähigkeit, im eigenen Tempo zu bleiben und Übergänge – etwa zwischen Spannung und Lösung – bewusst zu gestalten. Für die IBT ist dies bedeutsam, da zeitliche Strukturierung eng mit emotionaler Regulation verbunden ist.

7.5 Symbolische Verdichtung und Sinnbezug

Ein weiterer Erfahrungszusammenhang betrifft die symbolische Dimension von Bewegung. In der *Integrativen Therapie* wird davon ausgegangen, dass leibliche Handlungen Bedeutung tragen können, auch ohne explizit interpretiert oder gedeutet zu werden (vgl. *Petzold* 1998f, S. 213–228; ders, 2001k).

Im TMB können Bewegungen symbolische Qualitäten annehmen, etwa im Loslassen, im Ausrichten oder im Halten von Spannung. Diese Bedeutungen entstehen nicht durch Zuschreibung, sondern aus dem Erleben heraus. Die spatitemporale Sinnstrukturierung akzentuiert diese Dimension, ohne sie festzulegen.

Bewegung kann so zum Träger von Sinn werden, der individuell anschlussfähig bleibt. Dies unterstützt Prozesse der Sinnbildung und Kohärenz, wie sie in integrativen Ansätzen als gesundheitsrelevant beschrieben werden (vgl. *Aaron Antonovsky* 1997, S. 34–38).

7.6 Ökologische Einbettung und Resonanz

Ein charakteristisches Merkmal des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens (TMB) ist die bewusste Einbettung der Bewegung möglichst in einen natürlichen Erfahrungsraum. Bewegung wird dabei nicht als isolierte Technik verstanden, sondern als leiblich situierter Vollzug in Beziehung zur Umgebung.

In integrativen therapeutischen Ansätzen wird betont, dass menschliches Erleben stets in ökologische, soziale und materielle Kontexte eingebunden ist und durch diese mitgeprägt wird. Vor diesem Hintergrund kann Natur im TMB als ein nicht bewertender, resonanzoffener Erfahrungsrahmen verstanden werden, in dem Prozesse der Selbstwahrnehmung, Orientierung und Regulation zugänglich werden können (vgl. *Petzold* 2002j).

7.7 Zusammenfassende Einordnung

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die im TMB beschriebenen Dimensionen innerhalb der Logik der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie verortet sind. Das Verfahren verbindet bekannte bewegungs- und leibtherapeutische Erfahrungsdimensionen in einer spezifischen, material- und naturbezogenen Praxis. Entscheidend ist dabei nicht das Bogenschießen an sich, sondern die integrative Rahmung des Handlungsvollzugs.

8. Diskussion und Ausblick

8.1 Einordnung in die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) lässt sich als eine spezifische Ausprägung der Integrativen Bewegungs- Leibtherapie verstehen, die zentrale Grundannahmen der *Integrativen Therapie* in einer handlungs-, material- und naturbezogenen Praxis konkretisiert. TMB stellt keinen eigenständigen Therapieansatz neben der IBT dar, sondern entfaltet deren Prinzipien in einem klar strukturierten Bewegungs- und Erfahrungsfeld.

Charakteristisch für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie ist das Verständnis von Bewegung als leiblich-situierte Erfahrung, in der Wahrnehmung, Affekt, Beziehung und Sinnbildung untrennbar miteinander verbunden sind. Diese Perspektive wird im TMB durch die Verbindung von Atem, Bewegung, Handlung und ökologischer Einbettung unmittelbar erfahrbar. Der Bogen fungiert dabei nicht als sportliches Instrument, sondern als bewegungstherapeutisches Medium, das Handlung, Aufmerksamkeit und Selbstwahrnehmung strukturiert.

TMB erweitert die IBT insbesondere dort, wo strukturierte Handlung, rhythmische Wiederholung und Materialkontakt gezielt miteinander verbunden werden. Die drei Arbeitskreise – Atem-, Bogen- und spatiale Sinnerklärung – bieten eine bewegungs- und leibtherapeutisch anschlussfähige Struktur, die sowohl Stabilität als auch prozessorientierte Offenheit ermöglicht.

8.2 Indikationen und Grenzen

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen eignet sich insbesondere für Klient:innen, die

- von strukturierter Bewegung und rhythmischer Handlung profitieren,
- einen guten Zugang zu leiblicher Erfahrung haben oder diesen entwickeln möchten,
- Schwierigkeiten in der Affektregulation, im Spannungsmanagement oder in der Selbstwahrnehmung zeigen,
- durch naturbezogene Settings stabilisiert werden können.

Grenzen zeigen sich insbesondere dort, wo sich in der praktischen Anwendung Überforderung, sicherheitsrelevante Aspekte oder leistungsorientierte Dynamiken abzeichnen. Darüber hinaus erfordert TMB eine sorgfältige therapeutische Rahmung, insbesondere im Hinblick auf Sicherheit, Setting und Übertragungsdynamiken. Ohne integrativ-therapeutische Kompetenz besteht die Gefahr einer Reduktion auf Technik, Ritualisierung oder symbolische Überfrachtung.

8.3 Forschungsbedarf

Der vorliegende Beitrag versteht sich als theoretisch-konzeptionelle Positionsarbeit. Entsprechend besteht weiterer Forschungsbedarf, um die Anwendungsbereiche des TMB differenzierter zu untersuchen.

Sinnvoll erscheinen insbesondere:

- qualitative Prozessstudien zur leiblichen Erfahrung und Selbstregulation,
- bewegungsanalytische Fallstudien im Einzel- und Gruppensetting,
- Untersuchungen zur Rolle von Materialität und Haptik in bewegungstherapeutischen Prozessen,
- vergleichende Studien mit anderen bewegungs- und naturbezogenen IBT-Interventionen.

Forschung sollte dabei nicht nur auf die Ermittlung von Effektstärken ausgerichtet sein, sondern auf ein vertieftes Verständnis prozessualer Zusammenhänge fokussieren, wie sie für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie zentral sind. Methodisch bieten sich hierfür qualitative Designs, Mixed-Methods-Ansätze sowie phänomenologisch orientierte Zugänge an, die der Komplexität leiblich situierter Prozesse gerecht werden.

8.4 Ausbildungs- und Praxisperspektive

Für die praktische Anwendung des Therapiegestützten Meditativen Bogenschießens ist eine differenzierte fachliche Qualifikation erforderlich, die sich an der jeweiligen Praxisform orientiert. TMB kann nicht losgelöst von integrativ-bewegungstherapeutischen

Grundhaltungen vermittelt werden, erfordert jedoch je nach Kontext unterschiedliche Kompetenzen und Verantwortlichkeiten.

Der Übungsweg eignet sich für Bildungs- und Selbsterfahrungssettings und kann im Rahmen bewegungs- und leiborientierter Übungsformate vermittelt werden. Im Vordergrund stehen hier das Erlernen grundlegender Bewegungs-, Atem- und Handlungsabläufe sowie die Entwicklung von Körperwahrnehmung, Rhythmus und Handlungssicherheit.

Der Bestärkungsweg ist dem Beratungsbereich zuzuordnen. Er setzt eine fundierte Ausbildung in psychosozialer Beratung voraus und nutzt das Bogenschießen in Bezug auf Selbstwirksamkeit, Regulation und leibliche Präsenz. Die Praxis ist ressourcenorientiert und stabilisierend angelegt, ohne den Anspruch einer psychotherapeutischen Behandlung zu erheben.

Der therapeutische Weg schließlich erfordert eine psychotherapeutische Qualifikation sowie die Einbettung des Bogenschießens in einen klar definierten therapeutischen Prozess. In diesem Kontext wird TMB als bewegungstherapeutisches Medium innerhalb einer integrativen Psychotherapie eingesetzt und entsprechend fachlich, ethisch und rechtlich gerahmt.

In der Praxis eignet sich TMB – je nach Weg – sowohl für Einzel- als auch für Gruppensettings, insbesondere im Rahmen längerfristiger Prozesse. Die drei Arbeitskreise ermöglichen eine flexible und zugleich verantwortungsvoll differenzierte Anwendung, ohne den integrativen Rahmen zu verlassen.

Langfristig kann TMB als Beitrag zur Weiterentwicklung der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie verstanden werden, indem es die Bedeutung von Handlung, Materialität und ökologischer Einbettung weiter profiliert und zugleich klare professionelle Zuordnungen wahrt.

8.5 Schlussbemerkung

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen ist kein methodischer Sonderweg, sondern eine konsequente Ausfaltung integrativer bewegungs- und leibtherapeutischer Prinzipien. Es verbindet Leiblichkeit, Bewegung, Handlung und Umwelt in einer Weise, die sowohl theoretisch anschlussfähig als auch praktisch tragfähig ist.

Der Beitrag versteht sich als Einladung zu einer fachlichen Auseinandersetzung mit handlungs- und materialbezogenen Praxisformaten innerhalb der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie und erhebt keinen Anspruch auf methodische Abgeschlossenheit.

Zusammenfassung: Therapiegestütztes meditatives Bogenschießen in der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie -- Leiblichkeit, Handlung und ökologische Einbettung

Das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) ist ein leib-, handlungs- und naturorientierter Ansatz, der im Kontext der Integrativen Therapie entwickelt wurde und sich insbesondere für die Integrative Bewegungs- und Leibtherapie (IBT) eignet. Der Beitrag beschreibt TMB als bewegungstherapeutische Praxis, in der Atem, Bewegung, Materialität und ökologische Einbettung zu einem strukturierten Erfahrungsraum verbunden werden. Theoretisch wird der Ansatz an zentrale Konzepte der Integrativen Therapie angebunden und durch leibphänomenologische sowie material- und handlungstheoretische Perspektiven ergänzt. Im Zentrum stehen drei praxisbasierte Arbeitskreise – Atem-, Bogen- und spatialer Sinnerklärungskreis –, die Wahrnehmung, Regulation, Handlungssicherheit und symbolische Erfahrung bündeln. Abschließend werden prozessrelevante bewegungstherapeutische Dimensionen sowie Grenzen und Perspektiven des Ansatzes diskutiert.

Schlüsselwörter: Therapiegestütztes Meditatives Bogenschießen (TMB), Integrative Bewegungs- und Leibtherapie, Leiblichkeit und Handlungsvollzug, Spatale Sinnerklärung, Ökologische Einbettung

Summary: Therapy-Supported Meditative Archery in Integrative Movement Therapy: Embodiment, Action, and Ecological Context

Therapy-supported meditative archery (TMB) is a body-, action-, and nature-oriented approach developed within the context of Integrative Therapy and particularly well-suited for integrative movement therapy (IBT). This article describes TMB as a movement therapy practice in which breath, movement, materiality, and ecological context are combined to form a structured experiential space. Theoretically, the approach is linked to central concepts of integrative therapy and supplemented by phenomenological, material-theoretical, and action-theoretical perspectives. At its core are three practice-based working circles—breath circle,

bow circle, and spatial sense-making circle—which integrate perception, regulation, confidence in action, and symbolic experience. Finally, process-relevant movement therapy dimensions, as well as the limitations and future prospects of the approach, are discussed.

Keywords: Therapy-Supported Meditative Archery (TMB), Integrative Movement Therapy, embodied action, spatial sense-making, ecological context

Literatur

Integrative Therapie und Integrative Bewegungs- und Leibtherapie (Grundlagen)

Petzold, H. G. (1988n/1996a/2020).

Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ein ganzheitlicher Weg leibbezogener Psychotherapie.

Integrative Therapie. Ausgewählte Werke, Bd. I, Teil 1–2.

Paderborn: Junfermann.

Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/e-books/>

Petzold, H. G., & Berger, R. (1977).

Leibtherapie – Bewegung – Ausdruck. Grundlagen integrativer Körperarbeit.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G., & Berger, R. (1980).

Integrative Körpertherapie in Praxis und Theorie.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (1993a/2003a).

Integrative Therapie. Ausgewählte Werke, Bd. II, 3: Klinische Praxeologie.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (1993c).

Handlungsorientierte Psychotherapie: Praxeologische Grundlagen der Integrativen Therapie.

In *Integrative Therapie. Ausgewählte Werke*, Bd. II/3.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (1998f).

Integrative Therapie. Modelle, Theorien, Methoden. Bd. I.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (2002j).

Integrative Therapie in Bewegung. Zur Bedeutung von Leiblichkeit, Handlung und Umwelt.

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (2006a).

Leiblichkeit, Bewegung und Therapie.

Paderborn: Junfermann.

Leibphänomenologie, Handlung und Bewegung

Merleau-Ponty, M. (1966).

Phänomenologie der Wahrnehmung.

Berlin: de Gruyter. (Originalausgabe 1945)

Marcel, G. (1935).

Être et avoir.

Paris: Alcan.

Bernstein, N. A. (1967).

The Co-ordination and Regulation of Movements.

Oxford: Pergamon Press.

Lurija, A. R. (1972/2001).

Das Gehirn in Aktion. Einführung in die Neuropsychologie.

Reinbek: Rowohlt.

Embodiment, Resonanz und ökologische Perspektiven

Fuchs, T. (2017).

Das Gehirn – ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption.

Stuttgart: Kohlhammer.

Fuchs, T. (2018).

Ecology of the Brain. The Phenomenology and Biology of the Embodied Mind.

Oxford: Oxford University Press.

Materialität, Handlung und Umwelt

Malafouris, L. (2013).

How Things Shape the Mind. A Theory of Material Engagement.

Cambridge, MA: MIT Press.

Malafouris, L. (2026)

People Are STRANGE: Material Engagement and the Creation of Self-Consciousness.

Cambridge, MA: MIT Press.

Malafouris, L., Fuchs, T., Gallese, V., & Röhricht, F. (2025).

Steps to an Environmental Health.

Phenomenology and the Cognitive Sciences.

<https://doi.org/10.1007/s11097-025-10096-1>

Ökologie, Natur und Green Meditation®

Petzold, H. G. (2004c).

Green Meditation®. Naturbezogene Wege integrativer Therapie.

In H. G. Petzold (Hrsg.), *Integrative Therapie in Natur und Umwelt* (S. 45–68).

Wiesbaden: VS Verlag.

Petzold, H. G. (2006g).

Ökologie und Therapie.

In *Integrative Therapie. Ausgewählte Werke.*

Paderborn: Junfermann.

Petzold, H. G. (2019d/2020c).

Notizen zur „Oikeiosis“, Selbst- und Naturfühlen.

Grüne Texte, 14/2019; *POLYLOGE*, 5/2020.

Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/>

Orth, I., & Petzold, H. G. (2021a).
NatureArts und ForestArt Therapy.
GREEN CARE, 2/2021; *POLYLOGE*, 20/2021.
Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/>

Kreative Medien, Sprache und intermediale Praxis

Orth, I., & Petzold, H. G. (1990c/2015).
Metamorphosen – Prozesse der Wandlung in der intermedialen Arbeit der Integrativen
Therapie.
In H. G. Petzold & I. Orth (Hrsg.), *Die neuen Kreativitätstherapien* (S. 721–773).
Paderborn: Junfermann; Bielefeld: Aisthesis.
Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/>

Orth, I., & Petzold, H. G. (2008).
Leib und Sprache. Über die Poiesis integrativer und kreativer Psychotherapie.
Integrative Therapie, 1, 99–132.
Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/>

Orth, I. (2025).
Freude am Schöpferischen, gelebte Ko-Kreativität.
In I. Orth & L. Müller (Hrsg.), *Integrative Therapie heute* (S. 703–738).
Bielefeld: Aisthesis.

Sinn, Salutogenese und ergänzende Perspektiven

Antonovsky, A. (1997).
Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.
Tübingen: dgvt.

Klatzky, R. L. (1998).
Allocentrische und egozentrische Raumrepräsentationen.
In R. G. Golledge (Hrsg.), *Wayfinding Behavior* (S. 1–17).
Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Wölfe, C. F., Petzold, H. G., & Mathias-Wiedemann, U. (2023).

Unterwegs zu „komplexer Achtsamkeit“.

POLYLOGE, 03/2023.

Online verfügbar über: <https://www.fpi-publikation.de/>
