

FPI-Publikationen – Wissenschaftliche Plattform “Polyloge“

Heilkraft der Sprache und Kulturarbeit

Internetzeitschrift für Poesie- & Bibliothherapie, Kreatives Schreiben, Schreibwerkstätten,
Biographiearbeit, Kreativitätstherapien [Musiktherapie], Kulturprojekte
(Peer Reviewed)

Begründet 2015 von *Ilse Orth* und *Hilarion G. Petzold*
herausgegeben mit *Elisabeth Klempnauer*, *Brigitte Leeser* und *Chae Yonsuk* für
„Deutsche 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 – Musiktherapie

Intermethodische und Intermediale Arbeit – Kulturarbeit

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

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

Ausgabe 11/2024

**Kleidung im Kontext integrativer Poesie- und Bibliothherapie
mit konkreten Vorschlägen für die poesie- und
bibliotherapeutische Praxis im Anhang**

Maike Maurin *

* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: *Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold*, *Dipl.-Sup. Ilse Orth*, *MSc*), Hückeswagen. Mail: forschung@integrativ.eag-fpi.de, oder: info@eag-fpi.de, Information: <http://www.eag-fpi.com>.

EAG Weiterbildung ‘Poesie- und Bibliothherapie, Kreatives Schreiben und Biographiearbeit im Integrativen Verfahren’.
Betreuerin/Gutachter: Bettina Mogorovic, MSc / Prof. Dr. Hilarion G. Petzold.

*Ich danke allen Freund*innen und Weggefährt*innen für die gemeinsame Zeit in Hückeswagen, besonders aber Petra von Rhein für die wunderbaren Gespräche über die Theorie und Praxis im Rahmen des Kolloquiums und dieser Arbeit.*

Ebenfalls bedanke ich mich bei meiner Freundin Dr. Kirsten Wagner für ihre Expertise als Kulturwissenschaftlerin, mit der ich besonders die phänomenologischen Aspekte so anregend diskutieren konnte.

Ich widme diese Arbeit meinem Sohn Léo, dem ich die Hinwendung zum Thema Mode und Kleidung und wertvolle Anregungen zu den Funktionen von Kleidung verdanke.

Maike Maurin

Kleidung im Kontext integrativer Poesie- und Bibliothherapie

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1. Poesie- und Bibliothherapie und Kleidung - Wo ist da der Zusammenhang?

2. Überlegungen zum Leibbegriff

2.1. Leib und Körper

2.2. Leib und Lebenswelt

2.3. Leib und zeitliches Kontinuum

2.4. Anthropologische Grundformel

2.5. Wahrnehmung des Leibes und der Lebenswelt

2.5.1. Eigenleibliches Spüren

2.5.2. Zwischenleibliches Spüren – Resonanz – Ko-respondenz – Kommunikation

3. Kleidung an der Leibgrenze

4. Heilende und beschädigende Wirkung von Kleidung

4.1. Disziplinierende und stützende Wirkung von Kleidung

4.2. Kleidung -weitere Wege der Heilung – Heil- und Wirkfaktoren

4.3. Enclothed Cognition -Leistungssteigerung durch Kleidung

5. Überlegungen zu Funktionen von Kleidung

5.1. Kleidung als Schutz vor Angriff und Kälte

5.2. Kleidung als Schmuck- und Selbstausdruck

5.2.1. Die Schmuckfunktion: Festtagskleidung und Alltagskleidung in der Lebensspanne

5.2.2. Die Selbstausdrucksfunktion der Kleidung und die „Fünf Säulen der Identität“

5.3. Kleidung als Schutz vor Beschämung

5.3.1. Körper-/Leibscham - Kleidung als Schutz vor „tausend erbarmungslosen Augen“

5.3.2. Schutz vor Grenzüberschreitung

6. Fazit

7. Zusammenfassung / Summary

8. Bibliografie

8.1. Auswahl von literarischen Texten für die IPBT- Praxis

8.2. Bibliografie zur Abschlussarbeit

9. Anhang mit konkreten Vorschlägen zur Arbeit in therapeutischen Schreibwerkstätten

Einleitung

Kleidung ist allgegenwärtig und doch überrascht das Thema zunächst in der Poesie- und Bibliothherapie, die die Heilkraft der Sprache nutzt, um heilend und fördernd auf die Psyche, die Persönlichkeit und die Gesundheit einzuwirken, weshalb zunächst der Zusammenhang einführend erklärt wird.¹

Im Allgemeinen wird Mode und damit auch Kleidung als Zeichensystem betrachtet und rückt so in den Kontext der Kommunikation. In dieser Arbeit nähere ich mich der Thematik mit den Mitteln der Phänomenologie als philosophische Grundlage der Integrativen Therapie, weshalb hier die Philosophen Plessner, Schmitz und Merleau-Ponty von besonderer Wichtigkeit sind und statt von Kommunikation von leiblichen Resonanzen zwischen Leibsubjekten ausgegangen wird. Daher wird das eigen- und zwischenleibliche Spüren besonders aufmerksam betrachtet, nachdem zuvor die Begriffe Körper und Leib voneinander abgegrenzt wurden. Zentral ist die Erkenntnis, dass Kleidung Teil des Leibes oder aber der Lebenswelt sein kann, je nach Wahrnehmung.

Kleidung an der Leibesgrenze ist der Ausgangspunkt für die heilende und schädigende Wirkung von Kleidung, da sie hier disziplinierend und auch Halt gebend wirken kann. Auch andere salutogene und auch pathogene Einflüsse resp. Informationen/Stimuli werden dargestellt. Heil- und Wirkfaktoren und die vier Wege der Heilung werden in Bezug zur Kleidung gesetzt und im Anschluss Überlegungen zu den Funktionen von Kleidung angestellt, die im Wesentlichen im Schutz vor Wetter, Gefahren und Beschämung einerseits und in der Selbstausdrucksfunktion andererseits liegen. Beim Schutz vor Scham geht es um die Angst vor der Betrachtung aufgrund von Leibscham und um die Angst vor Nähe und Grenzüberschreitung. Hier wird den Begriffen Rüstung und Fassung von Plessner nachgegangen, die im Gegensatz zur Affiliation in der therapeutischen Beziehung stehen, jedoch trotzdem ihre Berechtigung in der Integrativen Therapie haben können.

Die Identität oder auch die Identitätssehnsucht hängt wiederum mit der Funktion des Selbstaudrucks durch Kleidung zusammen, weshalb die Fünf Säulen der Identität unter dieser Perspektive beleuchtet werden. Der Selbstaudruck kann heilend oder

¹ Alle Aspekte werden hier einleitend ohne Quelle dargestellt, um eine größere Klarheit zu erzielen. Im Anschluss werden alle Begriffe aufgegriffen und es wird durchgehend genau zitiert.

positiv im Sinne einer Erlebnisaktivierung oder negativ im Sinne einer Verdinglichung, Selbstdisziplinierung oder Beschädigung gesehen werden.

Da das Leibsubjekt immer in Kontext und Kontinuum zu betrachten ist, geht es auch um die Beschäftigung mit Festen, die als Chronotopoi gedeutet werden können und wichtige Momente in der Lebensspanne darstellen, weshalb Kleidungsstücke mit Zeugenschaft und Aura das Leibarchiv stimulieren können und so Karios-Erfahrungen ermöglichen.

Abschließend werden auf der erarbeiteten Grundlage konkrete Vorschläge für Schreibwerkstätten unterbreitet, Heil- und Wirkfaktoren zugeordnet und durch eine Auswahl an geeigneten Texten zum Thema ergänzt.

1. Poesie- und Bibliothherapie und Kleidung - Wo ist da der Zusammenhang?

„Die IPBT ist eine Methode innerhalb des integrativen Verfahrens, die sich zur Behandlung von psychischen und psychosomatischen Störungen, zur Förderung der Gesundheit sowie zur Persönlichkeitsentwicklung der Heilkraft der (poetischen) Sprache bedient.“ (Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C. (2021), S. 106-107). Genutzt werden „kreatives Schreiben“ und die „Lektüre von literarischen Texten als Heilmittel“ (ebda.). Der Bezug zum Thema Kleidung kann hier problemlos im Lesen oder Schreiben von Texten hergestellt werden, in denen Kleidung eine Rolle spielt. Auch kann zu Kleidungsstücken erzählt werden oder Kleidung als Impuls genutzt werden, um ein Schreiben oder Erzählen anzuregen oder „intermedial“ weiterzuarbeiten. (ebda.). Doch greift der Ansatz zu kurz und bleibt an der Oberfläche, denn Kleidung ist mehr als eine „Inspirationsquelle“. Sie ist auch Teil des Leibes und hat eine Wirkung auf das Leibsubjekt und sein Erleben, ohne dass dies immer bewusst wird. Damit ist Kleidung auch Teil der „Biographie, [diese] ist die neurozerebrale Aufzeichnung von Entwicklung, die sich über die Lebensspanne hin von Babyzeiten bis ins hohe Senium vollzieht [...], im „Leibgedächtnis“ archiviert wird [...] und wesentlich von Sprache – verbaler und nonverbaler – bestimmt ist [...]“ (zit. nach Petzold, H.G. (2016), S. 7.) Kleidung hat also in der gesamten Lebensspanne einen Einfluss auf das Erleben und Wohlergehen. Darum ist es sinnvoll, die Wahrnehmung auf den heilenden und schädigenden Einfluss zu lenken, und zwar durch

intermediale Übungen, bei denen beispielsweise von der Wahrnehmung der Kleidung auf der Haut ausgegangen wird, die in einem Bild visualisiert und dann in einem Märchen versprachlicht werden könnten, ehe sie zu einem Gedicht verdichtet werden. Dabei ist jedoch immer zu bedenken, dass gerade im Zusammenhang mit der Körper-/Leibscham ein großes Vertrauen vorhanden sein muss, weshalb dies eher für Einzeltherapie als für Gruppentherapie geeignet ist. Überlegungen zur Wirkung von Kleidung auf die Stimmung sind hingegen niedrighschwelliger: Wie wirkt der Ausdruck meiner Stimmung („mood illustration“) (Karen, D., (2020), S. 138 f.) durch Kleidung auf mich und auf andere? Wie wirke ich in einem Kleidungsstück, dass der (schlechten) Stimmung durch Farben entgegenwirkt, was Karen als „mood enhancement“ bezeichnet (ebda. S. 140). Wie fühle ich mich in einem solchen Kleidungsstück? Hier könnten Bewegungsübungen eingesetzt werden, die in einem zweiten Schritt versprachlicht werden. Um bei der „mood illustration“ keine allzu große Tiefung herbeizuführen, wäre es sinnvoll, eher eine Außenperspektive zu wählen oder eine Geschichte in der 3. Person schreiben zu lassen, während beim „mood enhancement“ auch eine Identifikation sinnvoll wäre.

Kleidungsstücke als Zeugen des Lebensweges können Erinnerungen wieder aktivieren, die „Biografiearbeit im therapeutischen Gruppensetting erst ermöglichen. „[...] Zielsetzung ist, dass jeder der Beteiligten seine Lebensgeschichte, sein Leben, seine Persönlichkeit besser in der und durch Erzähl- und Gesprächsgemeinschaft mit dem Anderen [...] *wahrzunehmen*, zu *erfassen*, zu *verstehen* und zu *erklären* vermag [...] (ebda. S. 19, Hervorhebung vom Autor). Die therapeutische Gruppe in der Schreibwerkstatt ist also nicht nur Beiwerk, sondern Voraussetzung für die „Kokreativität“ (ebda, S.12) und ermöglicht außerdem „Solidaritätserfahrungen“ (Apfalter, I. et al. S. 125). Durch mitgebrachte Kleidungsstücke, aber auch durch Fotos derselben, können Erzählungen initiiert werden, durch die Haptik Erinnerungen aus dem Leibarchiv abgerufen werden und so ein hermeneutischer Prozess in Bezug auf den Lebensweg in Gang gebracht werden.

2. Überlegungen zum Leibbegriff

In welchem Verhältnis stehen nun Körper, Leib und Welt? Dies soll im Folgenden differenziert untersucht werden.

2.1. Leib und Körper

Seit dem Rationalismus wurde der Körper zunehmend als „Maschine“ wahrgenommen wurde, während der Leibbegriff aus der Alltagssprache zu verschwinden droht (vgl. *Bohlken, E., Thies, C.* (Hg.) (2009), S. 367-368). Dem setzt die Integrative Therapie einen wichtigen Impuls entgegen, wie im Folgenden deutlich werden sollte.

Die Phänomenologie (zusammen mit der Hermeneutik) als „Basis des Erkenntnisgewinns“ der Integrativen Therapie (*Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C.* (2021), S. 105) unterscheidet zwischen dem „Leib“ als „den mit Geist, Seele, Subjektivität belebten Körper eines lebendigen Organismus“ und dem „verdinglichten und objektivierten „Körper“. (ebda., S. 81). Eine solche Beschreibung kann eine Frage der Perspektive sein, aber auch das Ergebnis eines Entfremdungsprozesses, wie Lüscher anhand seiner Arbeit zur Fitness darlegt: „Eine reine Funktionalisierung und Instrumentalisierung des Körpers im Dienste der Fitness käme damit einer Verdinglichung und einer Entfremdung von der Leiblichkeit gleich.“ (*Böhme, G.* (2003), *Hofer-Moser, O.* (2018), zitiert nach *Lüscher, O.* (2023), S. 27). Das ist allerdings nicht zwingend so, denn Fitness hat durchaus salutogenetischen Charakter und kann mit den vier „Wegen der Heilung“ in Zusammenhang gebracht werden, wie Lüscher ausführlich in seiner Arbeit darlegt (vgl.: *Lüscher, O.*, (2023), S. 33-38) und wie später auch in dieser Arbeit gezeigt werden wird.

Die Definition des „Körpers“ entspricht zwar eher dem „„Dingkörper‘ (85 Kilopond Wasser und Mineralien, biomechanischer Apparat)“, aber auch dem ‚lebendige[n] Organismus (85 Kilogramm Biomasse, biophysisches System““ (zitiert nach *Petzold, H.G., Bolhaar, R.* (2008), S.6).

Mit *Helmuth Plessner* gesprochen: „Ein Mensch ist immer zugleich Leib [...] und hat diesen Leib als diesen Körper“. (Plessner, 1941, zitiert nach *Apfalter, I., Stefan, R., Höfer, C.* (2021), S. 81), womit „[...] der Leibbegriff den Begriff des Körpers übersteigt“. (*Orth, I.* (2015), S. 6).

Die *Integrative Therapie* geht noch darüber hinaus und postuliert „Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisse [...]“ und sieht damit den Körper als einen wichtigen Teil des Leibes (Petzold, H.G. (2009c), S. 4) sowie der ihn umgebenden sozialen und ökologischen Lebenswelt.

2.2. Leib und Lebenswelt

Wie hängen nun Leib und Lebenswelt zusammen?

Der Leib ist „[...] als Bezugspunkt gedacht und gleichzeitig als Ausgangspunkt im Sinne einer Intention.“ (Petzold, H.G./Bolhaar, R. (2008), S. 16). Dieser ebenfalls aus der Phänomenologie stammende Gedanke wird auch in Merleau-Pontys Diktums des „[Z]ur-Welt-Sein[s]“ im Gegensatz zum „Für-sich-sein“ deutlich, den er ausführlich in seiner „Phänomenologie der Wahrnehmung“ in Bezug auf das „cogito“ [sic!], die „Zeitlichkeit“ und die „Freiheit“ darlegt (Merleau-Ponty, M. (1966), S. 419-515). Das führt uns u.a. zu Petzolds ontologischem „Koexistenz-Axiom“: „Sein ist Mitsein“ (Sieper, J. (2011), S. 4), welches in Verbindung mit dem afrikanischen Begriff des „Ubuntu“ gebracht werden könnte, der aus den Bantu-Sprachen Zulu und Xhosa stammt: „[...] Ubuntu bedeutet: gemeinsam zu Menschen werden, einander wechselseitig menschlich machen.“ (Diagne, S.B., (2023) im Interview mit von Thadden, E. am 12.11.2023).

In der Integrativen Therapie hat die Verschränkung von Leib und Lebenswelt eine Schlüsselfunktion:

„Die Integrative Therapie geht von zwei Grundkonzepten aus: dem **Leib**, der erfahrene Lebenswirklichkeit **verkörpert/verleiblicht** (*embodiment*) und der **Welt** als Quelle aller Lebenswirklichkeit, in der alles eingebettet ist (*embeddedness*). Aus dem Zusammenspiel von Leiblichkeit und Mundanität kann sich in Prozessen fortlaufender wechselseitiger Resonanzen von Mentalisierung und Embodiment der Mensch als personales Leib-Subjekt entwickeln.“ (Petzold, H.G, Orth, I. (2017a), S. 5, [Hervorhebungen im Original]).

Diese Vorstellung des Leibsubjektes, das sich die Welt einverleibt, hat Merleau-Ponty noch einmal radikalisiert und den Begriff des „Fleisches“ geprägt:

„In der Phänomenologie der Wahrnehmung sind Ich und Anderer in der Zwischenleiblichkeit, aufgrund ihrer strukturellen Identität in ihrem Zur-Welt-sein als grundsätzliche Offenheit immer schon miteinander verbunden. Dieser Identität wird nun ein Konzept vorangestellt, das die letzten Reste des Dualismus aus der Fremderfahrung zurücknimmt. Leib und Welt sind jetzt ein Fleisch.“ (Breil, P. (2019), S. 397-398, Hervorhebung von der Autorin).

Damit wird deutlich, dass das [lebendige] „Fleisch“ [im Französischen zu unterscheiden von „viande“, dem toten und essbaren Fleisch, Anm. der Verf.] die Welt in sich aufgenommen hat, sie sich einverleibt hat. Dieser Ansatz ist allerdings in Bezug auf das Thema Kleidung und Integrative Therapie schwer handhabbar. Geeigneter scheint mir der „komplexe [...] Leibbegriffs“ zu sein, den Petzold/Bolhaar in die Integrative Therapie einführen, da er konkrete Anknüpfungspunkte für die poesie- und bibliotherapeutische Arbeit bietet, denn jeder Aspekt kann mit konkreten Schreibimpulsen verknüpft werden.

Er definiert den „komplexen Leib“, „[...]“, der neben den genannten Termini auch die folgenden Konzepte umfasst: den ‚**Zeitleib**, **Leibgeschichte**‘, [...] den ‚**social body**‘ (Leib, der Rollen verkörpert, dem Rollen ‚auf den Leib geschrieben werden‘), [...], den ‚**Arbeitsleib**‘ [...], den ‚**Traumleib**‘ (imaginale Schönheit, Hässlichkeit, Idealkörper), seine semiotische Qualität als ‚**Sprachleib**‘. [Hervorhebung durch die Autoren] (Petzold, H.G., Bolhaar, R. (2008), S. 6).

Auf den „Zeitleib“ wird im folgenden Abschnitt eingegangen. Doch auch der „Arbeitsleib“ ist von Interesse: Welche Funktion hat Kleidung im Arbeitskontext? Dies wird im Zusammenhang mit dem Schutz vor Beschämung eingegangen. Der „Traumleib“ wird hier hingegen nur kurz erwähnt, obwohl Schönheit und das Wohlfühl im eigenen Leib eine ausführliche Besprechung verdienen würden. Den „Sprachleib“ finden wir beispielsweise in der Arbeit von E.A. Richter, die autobiografische Texte auf ihre Kleidung aufgebracht hat (Richter, E.A., (1895).

2.3. Leib und zeitliches Kontinuum

Der Mensch, eingebettet in den sozialen und ökologischen Kontext, verleibt sich Moment für Moment diesen Kontext ein und ist somit Teil desselben.

„Die ‚**Biosodie**‘, d.h. der in lebendigen Narrationen und Aktionen durchlaufene Lebensweg, vermittelt ‚Ereigniserfahrungen‘, wesentlich auch als Erfahrungen zwischenmenschlicher Beziehungen, des **polylogischen** Austauschs, von Gesprächen, die sich im **Leibgedächtnis** und im **sozialen Gedächtnis** von Gruppen/Polyaden niederschlagen als Aufzeichnung aus dem „Lebensverlauf“. Derart eingeleibte „**Biographie**“ begründet **Identität**.“ (zit. nach (Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.268, Hervorhebung v. Autorenteam).

Die mit einem Ereignis verbundenen Empfindungen, Ereignisse, Atmosphären, Bewegungen usw. werden im „Leibarchiv“ aufgezeichnet, zu welchem der informierte Leib im Laufe der „Lebensspanne“ (Petzold, H.G. (2016/1999b), S. 2) wird und insofern als „[als] gewordene Geschichte“ angesehen werden kann, wie Bourdieu es formulierte. (Lehnert, G. (2013/15), S. 58).

2.4. Anthropologische Grundformel

Da alle im Vorfeld genannten Aspekte auch in der „anthropologischen Grundformel“ subsummiert sind, erscheint mir diese insgesamt am geeignetsten, den Zusammenhang zwischen Leib und Kleidung zu untersuchen: „Der Mensch ist Körper-Seele-Wesen (=Leib-Subjekt) im sozialen und ökologischen Kontext im Zeitkontinuum“. (Petzold, H.G. (2003a), zitiert nach: Schweighofer, A. (21. Jh.) S.

In dieser kurzen Formel, die auf die dargestellten phänomenologischen und hermeneutischen Theorien aufbaut, ist alles Wesentliche enthalten, um die Relevanz der Kleidung zu untersuchen, die sowohl als Leib als auch „Welt“ bzw. ökologischer Kontext verstanden werden kann und zeitliche Aspekte in der Lebensspanne berücksichtigt werden können.

2.5. Wahrnehmung des Leibes und der Lebenswelt

Auch wenn Leib und Lebenswelt verschränkt sind, gibt es doch eine Grenze zur Außenwelt, die entweder von innen gespürt oder von außen wahrgenommen werden kann. Die Kleidung befindet sich an dieser Grenze.

2.5.1. Eigenleibliches Spüren

Die Wahrnehmung des Leibes als solches hat eine lange Geschichte. [Schon] „[i]n der Antike sprachen die Schüler des Aristippos von Kyrene von einem ‚inneren Gefühl‘, *tactus intimus*‘ in der Übersetzung Ciceros.“ Starobinsky sieht in der „Könästhesie“ wie er das Gefühl der inneren Körperwahrnehmung nennt, „[...] eine der Komponenten unserer zeitgenössischen ‚Sensibilität‘ [...], bei Philosophen, Schriftstellern wie in gewissen psychotherapeutischen Praktiken [...]“. (Vgl. (Starobinsky, J. (1991) S. 12-13).

In ihrer „Anthropologie des schöpferischen Menschen“ führen Petzold/Orth zum Wahrnehmen aus: „Das Wahrnehmungspotential des Körpers bezeichnen wir als den „*perzeptiven Leib*“, das Handlungspotential des Körpers als den „*expressiven Leib*“. Wahrgenommenes und Ausgedrücktes wird im „*memorativen Leib*“ [...] im

Leibgedächtnis niedergelegt, das die Chronik eines Lebens enthält. (*Orth, I., Petzold, H.G. (2015), S. 100*).

Mit dem perzeptiven Leib befasst sich darum auch Hermann Schmitz, wenn er den Blick auf konkrete Wahrnehmungsmomente, in denen der Leib wahrgenommen wird, lenkt. Er postuliert „Leibesinseln“, (*Schmitz, H. (2005), S. 144*).

Schmitz beschreibt das Beispiel des taktilen Eindrucks der Hautoberfläche, die eine im Bett liegende Person von der Kontaktstelle von Haut und Matratze hat, die sich aber auch problemlos auf die Wahrnehmung von Kleidung auf der Haut übertragen lässt. Sie werde

„als Schwarte, als Pappendeckel erlebt, nicht als Fläche‘ wahrgenommen. Der Anlaß zum Staunen über dieses Ergebnis verschwindet, wenn bedacht wird, daß die Haut im körperlichen Leibe nur als Leibesinsel gespürt werden kann und alle Leibesinseln einen mehr oder minder ausgeprägt protopathischen [=grobwahrnehmenden, Anmerkung der Verfasserin], wolkig-diffusen Charakter besitzen; [...]“. *Schmitz, H. (2005), S. 144*).

Hiermit steht er im Gegensatz zu der Vorstellung, dass der Leib als Ganzes wahrgenommen werde, wie Merleau-Ponty mit seinem „Körperschema-Konzept“ behauptet, bei dem der Leib als Gestalt verstanden wird:

„In gleicher Weise ist auch mein ganzer Körper für mich kein Gerüst räumlich zusammengestellter Organe. Ich habe ihn inne in einem unteilbaren Besitz, und die Lage eines jeden meiner Glieder weiß ich durch ein sie alles umfassendes *Körperschema*“, schreibt der Autor in seiner „Phänomenologie der Wahrnehmung“ (*Merleau-Ponty, M. (1966), S. 123*).[Hervorhebung vom Autor].

Das Erspüren stellt keinen Eigenwert dar, sondern ist heilend, denn es fördert die leibliche Bewusstheit und die Selbstregulation und ermöglicht so auch psychophysische Entspannung. Dies wird in der Integrativen Therapie als neunter Wirk- und Heilfaktor angesehen. (vgl. *Petzold, H.G., (2012h, S.14)*). Es trägt auch zum zwölften Wirkfaktor bei, der „Förderung eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens und positiver selbstreferentieller Gefühle und Kognitionen, d.h. „persönlicher Souveränität“ (ebda.), da ein solches Erleben die Wahrnehmung des Leibes voraussetzt.

2.5.2. Zwischenleibliches Spüren - Resonanz – Ko-respondenz -Kommunikation

In der Modetheorie wird Kleidung meist als Zeichensystem gelesen und ist damit ein Mittel der Kommunikation: „Mode ist ein besonders wichtiges, da omnipräsentes soziales Zeichensystem; [...]“ (*Lehnert, G., (2015/13) S. 17.*). Barthes hat die Semiotik im „*Système de la mode*“ (1967) ausführlich dargestellt und analysiert Mode später als „Kombination von Bild und Text (Ikonotext): Gemeint damit ist nicht mehr das Artefakt als solches, das Kleidungsstück, sondern die durch Zeichenkombination entstehende Idee, ein Signifikat, der [!] erst einmal keine materielle Entsprechung hat.“ (*Lehnert, G., (2015/13), S. 18.*) Man könne sich der Kommunikation nicht entziehen: „Sein [Watzlawicks, Anm.d. Verf.] berühmtes Axiom lautet: ‚Man kann nicht nicht kommunizieren.‘ [...] Das kann man – muss man – auch auf Kleidung beziehen. Modische Zeichen glaubt man meist bewusst einzusetzen, aber tatsächlich geschieht es häufig aufgrund eines impliziten – also nicht bewussten – Wissens, das Verhaltensweisen steuert.“ (ebda, S. 18).

Es erscheint daher interessant, sich dem Phänomen aus der Perspektive der Integrativen Therapie zu nähern, da diese die Leiblichkeit und die Prozesse zwischen Leibsubjekten genauer in den Blick nimmt, als die schematische Kommunikations- bzw. Zeichentheorie dies leistet, denn zwischen Leibsubjekten, die aufeinandertreffen, entwickelt sich ein „Beziehungsgeschehen auf der leiblichen Ebene als Zwischenleiblichkeit“ [...], welche „die Bedingung der Möglichkeit von Resonanz ist. Resonanz ist ein Mitschwingen oder gemeinsames Schwingen zwischen Leibsubjekten“ und ist auch „[...] die Basis für Ko-respondenz.“ (*Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C., (2021), S. 157.*) Diese findet wechselseitig auf verschiedenen Ebenen statt: „Ko-respondenz ist ein synergetischer Prozeß direkter und ganzheitlicher Begegnung und Auseinandersetzung zwischen Subjekten auf der Leib-, Gefühls-, und Vernunftebene über ein Thema unter Einbeziehung des jeweiligen Kontextes/Kontinuums“ (*Petzold, H.G. (2017??), S. 117.*)

3. Kleidung an der Leibgrenze

Die äußere Begrenzung des Leibes wird von anderen intuitiv erfasst und respektiert: „Der Umriß meines Leibes bildet eine Grenze, die von den gewöhnlichen Raumbeziehungen unüberschritten bleibt.“ (*Merlau-Ponty, M. (1966), S. 123.*)

Nur wo verläuft sie genau?

An der Grenze des Körpers befindet sich die Haut, die durch Kleidung eingehüllt sein kann, aber nicht muss. Dazu Bovenschen: „[...] zu fragen wäre beispielsweise, ob die grenzziehende Kleidung mehr zum Ich oder mehr zur Welt gehöre, [...]“

(*Bovenschen, S. (1997), S. 231*).

„Der unbekleidete Körper kann in keiner Weise, wie er imaginiert wurde und wird, als das invariante natürliche Substrat gelten. Eher ließe sich persiflierend behaupten, daß sich der Faltenwurf der ersten Haut dem der zweiten anschmiegt, daß die Konzeption des Nackten die eines Hautgewandes sei.“ (*Bovenschen, S. (1997), S. 233*).

Festzuhalten ist hier, dass die Bekleidung den Blick auf den unbekleideten Menschen überformt und die soziale Norm darstellt.

Durch „Gewebetechnik“ („tissue engineering“) können seit einiger Zeit Haut aus lebendigen Hautzellen gezüchtet werden. (*Lupton, E. (2006): Zitiert nach Seltmann, G. /Lippert, W. (Hg.) (2006), S. 127*). „Skin“ ist aber auch der Name von digitalen Benutzeroberflächen (vgl. ebda. S.124) und wird auch in anderen Bereichen wie Design und Architektur verwendet, wenn zwischen „Nutzer und Produkt“ (vgl. 134) vermittelt wird. „Neuartige Materialien reagieren auf Licht, Wärme, Berührung, und mechanische Belastung“ (ebda., S.125). Und so scheint es m.E. nur eine Frage der Zeit zu sein, bis auch Kleidung und Haut fusionieren. „Die Grenzen zwischen Körper und Produkt, dem Selbst und den Anderen, Natur und Technologie fallen zusammen (ebda, S. 135)“, so die Thesen von Ellen Lupton in ihrem Aufsatz über die „Second Skin – Neues organisches Design“ (ebda, S. 122).

Haut kann auch die Ausdrucksfunktion von Kleidung übernehmen: „Etwas vormals Unsichtbares wurde durch Tätowierungen an der Grenze Haut sichtbar gemacht.“ (*Häusle-Paulmichel, G. (2018), S. 90*). Und was für den tätowierten Leib gilt, von dem die Autorin spricht, das trifft auch auf den bekleideten Leib zu: „‘Der tätowierte Leib‘ ist informierter und informierender Leib zugleich – er ist eine ‚Botschaft von mir über mich und an andere‘ wie jede kreativ-mediale Gestaltung. Er ist auf dieser Dimension ‚expressiver Leib‘, Ausdruck des ‚phantasmatischen Leibes‘“ (*Petzold, H.G. (2014), S.1, zitiert nach Häusle-Paulmichel, G. 2018, S. 17*). Betrachtet man das Verhältnis von Kleidung und Leib aus der Sicht der Modetheorie, wird deutlich, dass der von G. Lehnert postulierte Begriff „Modenkörper“ durchaus Aspekte aufweist, die sich auch in der Integrativen Therapie finden lassen. Unter einem „Modenkörper“ versteht die

Kulturwissenschaftlerin die Verschmelzung von Körper und Kleidung: „In der Amalgamierung von lebendem Körper und leblosem Kleid entsteht ein Drittes, das mehr ist als die Summe seiner Teile: Modekörper [sic! Anm. d. Verf.]. Körper und Kleid sind auf den verschiedensten Ebenen von Fühlen, Sehen, Wahrnehmen und Handeln miteinander verbunden.“ (*Lehnert, G. (2015/13), S. 51*). Damit macht sie deutlich, dass der Begriff über das rein Physische, also den „Körper“ hinausgeht, das Konzept aber hauptsächlich vom Visuellen ausgeht: „Darüber hinaus speichert das kulturelle Gedächtnis Bilder von Modekörpern früherer Zeiten und bringt sie mit der gegenwärtigen Seherfahrung in Verbindung. So werden visuelle Wahrnehmung und Auffassungen von Identität und Geschlecht, von Schönheit, Hässlichkeit, Angemessenheit oder Abweichung in hohem Maße von der Kleidermode geprägt und ständig verändert.“ (*Lehnert, G. (2015/13), S. 51*).

4. Heilende und beschädigende Wirkung von Kleidung

4.1. Disziplinierende und stützende Wirkung von Kleidung

Die haptische, also aktive Wahrnehmung durch Berührung und die taktile Wahrnehmung durch das Erspüren (<https://lexikon.stangl.eu/16251/haptik>), ermöglicht einen Blick auf die unmittelbare Wirkung von Kleidung auf das Wohlbefinden des Leibesubjektes. Annette Höhmann-Kost beschäftigte sich im Rahmen einer Arbeit zur Supervision 2003 mit der Kleidung und sie hat sie als „kreatives Medium“ bzw. „Materialmedium“ (*Höhmann-Kost, A. (2003), S. 4*) in die Poesietherapie eingeführt. spricht die visuelle und taktile bzw. haptische Wahrnehmung über die Hautrezeptoren an: „Er [der Träger der Kleidung, Anm. der Verf.] spürt die Qualität des Materials, auch das Gewicht und ob die Kleidung beengend ist oder viel Bewegungsfreiheit zulässt. [...] Die sinnenhafte Wahrnehmung der Kleidung an seinem Körper dr[ingt] [...] aber nicht in sein Bewusstsein.“ (*Höhmann-Kost, A., (2003), S. 9*).

Sabine Trosse unterscheidet einen „motorischen und einen haptischen/taktilen Part“. „Der motorische betrifft die Schnittformen und die Beschaffenheit der Stoffe, die auf die Wahrnehmung wirken. Die haptische Wahrnehmung werde durch die Stoffe selbst geprägt, was sich dann auf das „individuelle Selbstgefühl“ auswirke.“ (zit. nach *Lehnert, G. (2025/13), S. 51-52*), welches sie in einen größeren Kontext stellt:

„Darüber hinaus sind es die Formen der Kleidung, die Körper zu bestimmten Bewegungen nötigen, andere verbieten, die befreien oder einengen, schützen oder exponieren. Diese Thematik hängt zusammen mit der Disziplinierung der Körper, die Norbert Elias im Prozess der Zivilisation als untrennbar mit der psychischen Zivilisierung beschrieben hat.“ (Lehnert, G., (2015/13), S. 52).

Kleidung unterlag lange Zeit einer strengen Reglementierung. In Kleiderordnungen wurden Gruppenzugehörigkeiten und Hierarchien hergestellt und für andere ablesbar gemacht. Der expressive Leib unterlag mehr oder weniger dem Diktat der Konvention. Kleidung ist also ein Zeichensystem „sozialer Differenzierungsprozesse“ (Bovenschen, S. (1997), S.236), was auch heute noch gilt, wobei der Einzelne heute allerdings stärker über seine Gruppenzugehörigkeit entscheiden kann.

Das Thema „Disziplinierung“ greift auch Ilse Orth in ihrem Aufsatz über den „domestizierte[n] Körper“ und die „beschädigte [...] Leiblichkeit“ auf. Der „Leib ist der ultimative Ort der Gewalt bzw. der Gewaltausübung“, so zitiert Orth Foucault (Foucault, M. (1978), zitiert nach Orth, I. (2015), S.10). Dieser beschäftigt sich mit Fragen der Macht und „analysiert in seinen theoretischen Schriften den gesellschaftlich geformten, zugerichteten und zwanghaften Körper.“ (Foucault, M., 1977, zitiert nach Schumacher Chilla (2013/2012), was Orth angesichts fehlender „Lebendigkeit, Expansivität, Kreativität“ zur Forderung nach einem „neuen Freiraum [...], in den er Mensch hineinwachsen“ könne, führt. (Orth, I., (2015), S. 10). Sie wünscht sich weiterhin, dass der Mensch zu einem „kreativen ‚flow‘ (Csikszentmihalyi (1985)“ finde und „verdrängte Anteile der Biographie [...] über ein Aufschließen des *memorativen Leibes* wieder verfügbar und [...] für den Lebensvollzug des Subjekts fruchtbar gemacht werde [...]“ (ebda, S. 19, Hervorhebung von der Autorin).

Hierbei geht es selbstverständlich nicht nur um eine Disziplinierung durch eine beengende Kleidung, sondern um Machtverhältnisse im Allgemeinen, die auf das Leibsubjekt einwirken und einverleibt bzw. internalisiert werden und seinen „Habitus“ mitprägen, wie Bourdieu es nennt. Der Habitus umfasst verschiedene Dimensionen, u.a. die körperliche, die kognitive und die ästhetische, weshalb sich durchaus ein Zusammenhang mit Kleidung herstellen lässt, wie im folgenden Zitat deutlich werden sollte:

„Er [Bourdieu, Anm. d. Verf.] stellt in soziologischen Analysen die Inkorporierungsstrategien dar, mit denen Macht qua Körperlichkeit subtil in die Subjekte selbst implantiert wird. Der zentrale Begriff des „Habitus“ wirkt neben dem „sens pratique“ (Handlungssinn) als Leitmedium dieses unmerklichen Transfers in die Körper, die im sozialen Raum über Fragen des Geschmacks und Stils mit ihren Sinnen entscheiden.“ (Schumacher-Chilla, D. (2013/2012), S. 1).

Es gibt auch die Möglichkeit, Kleidung als Halt wahrzunehmen:

„Wir sind gewöhnt an lästige harte Nähte und dicke Knöpfe an der Taille, an niederähnliche Taschen für alles, [...] Wenn die die Jeans habitualisiert worden ist, fühlt man sich, wenn man sie trägt, im eigenen Körper so sicher, wie sich eine Frau des 19. Jahrhunderts in Korsett und ausladendem Kleid gefühlt haben mag oder ein Mann in seinem korrekten Anzug.“ (Lehnert, G. (2015/13), S. 62).

Die Psychologieprofessorin am Fashion Institute of Technology in New York Dwann Karen führt die positive Wirkung von Kleidung auf die hierdurch bewirkte Ausschüttung von Neurotransmittern zurück und spricht etwas populärwissenschaftlich von „Dopamin[...] - Dressing“:

Auch Schnitte und Muster können helfen, manchmal auch schon Accessoires. Die Art, Dopamin zu aktivieren, ist sehr individuell. Wir alle sind täglich mit Kleidung konfrontiert – wenn wir lernen würden, wie man mit Mode umgeht und so die Psyche beeinflusst, würden wir alle mental sicher weniger Höhen und Tiefen erleben. (Karen, D., (2022), S.1).

Dass dies im therapeutischen Kontext eine wichtige Funktion haben kann, liegt auf der Hand: Wer sich haltlos fühlt, wer Schwierigkeiten mit An- und Abgrenzung hat, für den kann es hilfreich sein, die Grenze konkret wahrzunehmen, gestützt und in einer Form gehalten zu sein; wer um die Wirkung bestimmter Passformen weiß, kann sie gezielt einsetzen. Karen referiert den Fall einer Ärztin, die als Patientin zu ihr in die Beratung gekommen sei, die berichtet, sie trage tagelang denselben Pyjama: „Wenn man sich aber ohnehin schlecht fühlt, kann ein Schlafanzug diese Gefühle verstärken.“ (ebda.) Der mangelnde Halt, den ein weit geschnittener Schlafanzug verschafft, mag hier der Grund sein. In einem „Körperbild“ könnten „Negativerfahrungen“, „Defiziterfahrungen“ aber auch „Positiverfahrungen“ gut visualisiert werden. (vgl: Petzold, H.G., Orth, I. (2017a), S. 7.

4.2. Kleidung – weitere Wege der Heilung, Heil- und Wirkfaktoren

Juliana Scott ((2018), S. 45-46) hebt die Rolle der Kleidung für unser psychisches Wohlbefinden hervor und verweist auf die positiven Auswirkungen, die das Tragen bestimmter Kleidungsstücke auf das Selbstwertgefühl und die Gefühlslage haben könnten. Dies wird durch D. Karen unterstrichen. Ihr Forschungsgebiet ist recht neu und die New York Times bezeichnet sie ironisch als „dress doctor“. (Karen, D., (2022), S.1). In einem Interview stellt sie die Wirkungsweise so dar:

„Wenn ich also an einem Tag niedergeschlagen bin und dann farbige Klamotten oder auch nur ein farbiges Accessoire anziehe, kann das dazu führen, dass im Gehirn – ähnlich wie beim Sport oder beim Spaziergang in der Sonne – mehr Dopamin ausgeschüttet wird und ich mich glücklicher fühle.“

Auch die Integrative Therapie nutzt die Heilkraft der Farben. Schon 1977 und 1987 werden Farben als „Medien“ intermedialer Prozesse genannt (Petzold, H.G., 1977c/2012; 1987b/2017). S. 195), weshalb hier nur exemplarisch eine Farbe erwähnt werden soll, nämlich das Grün, „viriditas“, das in der Waldtherapie von zentraler Bedeutung ist, wenngleich auch nicht der einzige Wirkfaktor, der dort zum Tragen kommt. (Leeser, B. (2011), S.3). Zu bedenken ist immer, dass Farben bestimmte symbolische Bedeutungen haben, diese aber kulturell unterschiedlich belegt sind. Grün wird in China beispielsweise auch mit dem Jadestein assoziiert und darum mit „wealth, power and status“ verbunden (vgl.: Karen, D., (2020), S. 164). Karen rät zu Grün, wenn es darum geht, Stärke und Prestige zu vermitteln: „In my opinion, green means go whether you’re driving or dressing (ebda., Hervorhebung durch die Autorin).

Doch individuell kann es große Unterschiede in der Wirkung geben, beispielsweise wenn bestimmte Farben mit positiven oder negativen Ereignissen verbunden werden.

Somit wird deutlich, dass auch die Kleidung, sei es durch ihre Passform, sei es durch Farben oder durch Materialien, Heilung befördern kann. „Dressing up is self-care“, formuliert Dwann Karen ((2020), S. 127). Sie unterscheidet zwei Arten des Umgangs mit Kleidung. Bei der ersten Art geht es um die Aufrechterhaltung des inneren Gleichgewichts, bei der zweiten Art um die Verbesserung der Stimmung. Beide haben ihre Berechtigung in der Therapie, da zunächst wahrgenommen werden muss, welche Stimmung vorliegt, bevor sie geändert werden kann.

„**Mood Illustration Dress** means dressing to match your mood, to maintain your equilibrium, to not push yourself, to stay even keeled, to perpetue your current emotional state.

Mood Enhancement Dress means dressing to change your mood for better.“ (Karen, D., (2020), S. 136; Hervorhebung durch die Autorin)

Sie gibt vier Ratschläge, um Farbe in die Kleidung einzuführen.

Color me happy. Color inspires emotional reactions [...] **Rut alert.** [...] Are you dressing in dark colors to mourn a loss, afraid of getting catcalled in red? Reconsider your motivations when it comes to color. [...] **A little dab will do.** To incorporate more color into your wardrobe, start with accessories. [...] **Lighten up.** [...] Karen, D. (2020), S. 173., Hervorhebung durch die Autorin).

Kleidung kann die Heilung oder zumindest eine Verbesserung also unterstützen.

Dies soll genauer erläutert werden. Hierzu werden die Heil- und Wirkfaktoren sowie die vier Wege der Heilung auf die Thematik bezogen. Einige Heil- und Wirkfaktoren wurden den jeweils dargestellten inhaltlichen Aspekten des Textes zugeordnet und sind dort nachzulesen.

Beim ersten Weg der Heilung, die Bewusstseinsarbeit, geht es darum, sich selbst zu verstehen und einen Sinn in der eigenen Biographie zu erkennen. Dies kann durch Wahrnehmung des „unmittelbaren Erleben[s]“ (Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C. (2021), S. 149) geschehen, aber auch durch einen exzentrischen Blick auf das Leben in Form einer Analyse (Petzold, H.G. (2012h), S. 29). Es ist also denkbar, Übungen vorzuschlagen, bei denen reflektiert wird, wie die Kleidung an der Leibgrenze wahrgenommen wird, wovor sie das Leibsobjekt schützt oder worin sie es unterstützt. Auch kann reflektiert werden, welche Veränderungen sich in der Wahl der Kleidungsstücke im Laufe des Lebens zeigen, sodass deutlich wird, welche Prioritäten gesetzt wurden, welche sozialen Rollen im Vordergrund standen, welche Resonanzen erinnert werden. Auch der zweite Weg der Heilung, die „Nach- und Neusozialisation“ (Petzold, H.G. (2012h), S. 29) kann auf Kleidung bezogen werden. Hier geht es darum, „Grundvertrauen, Selbstwert und emotionale Regulation“ zu befördern (ebda.). Dies kann durch wärmende, umhüllende, schmückende Kleidungsstücke aus entsprechenden natürlichen Materialien wie Wolle, Seide oder Baumwolle unterstützt werden. Aber auch die Schnitte können hier eine Rolle spielen, wenn es darum geht, Halt zu geben, um emotionale Regulierung herzustellen. Dies wurde bereits dargelegt. Der dritte Weg der Heilung, die „Erlebnis-

und Ressourcenaktivierung“ (ebda.), bei der das Leibsubjekt sich selbst zum Projekt macht, ist leicht mit der Kleidung in Verbindung zu bringen: Sei es, dass dadurch, dass die Kleiderwahl in besonderer Weise reflektiert wird und ein Probehandeln ermöglicht („Wie fühle ich mich in diesem Anzug?“, „Welche Handlungsspielräume eröffnet er?“), sei es, dass Kleidungsstücke entworfen werden, bei denen souveräne Gestaltung nach eigenen Leitlinien deutlich werden kann. Dies kann als künstlerischer Entwurf vorgenommen oder in einem Text fiktionalisiert werden. Auch der vierte Weg der Heilung hat Bezüge zur Kleidung: Hier geht es um eine „exzentrische Überschau und [...] Solidaritätserfahrungen (Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C. (2021), S. 150). Der Blick wird also auf das Netzwerk gelenkt. Hier kann nun retrospektiv gearbeitet werden, indem ein bestimmter Moment des Lebens reflektiert wird: „Mit wem fühlte ich mich durch Kleidung verbunden?“, „Wer hat den gleichen Stil gehabt wie ich?“. Doch kann auch die Gegenwart reflektiert werden: „Welchem Stil fühle ich mich zugehörig? Wovon möchte ich mich abgrenzen?“, „Was impliziert mein Kleidungsstil?“

Auch die Heil- und Wirkfaktoren sind unschwer auf die Kleidung zu beziehen. Einige sollen hervorgehoben werden, andere wurden schon an anderer Stelle dieser Arbeit genannt.

Sinnvoll scheint der Bezug auf den dritten Faktor, „Hilfen bei der realitätsgerechten praktischen Lebensbewältigung“ und auch auf den sechsten Faktor („Förderung von kommunikativer Kompetenz und Beziehungsfähigkeit“). (Petzold, H.G. (2012h), S.14). Hier wäre zu reflektieren, ob die Kleidungsauswahl den Anforderungen der Situation entspricht und ob sich der Teilnehmende ggf. durch inadäquate Kleidungswahl Wege versperrt, die er oder sie gerne gehen würde, womit eine Beratung einhergehen könnte, welche Kleidung eine Haltung, eine Handlungsabsicht unterstützen oder auch verhindern könnte.

Beim neunten Faktor geht es die „Förderung kreativer Erlebnismöglichkeiten“ (ebda.). Dies kann für die Dramatisierung von Texten genutzt werden, indem Kostüme genutzt werden oder es kann umgekehrt von Kleidungsstücken oder Texten über Kleidung aus kreativ gearbeitet werden.

Zuletzt soll der elfte Faktor aufgegriffen werden: die „Förderung positiver persönlicher Wertbezüge, [die] Konsolidierung der existentiellen Dimension“ (ebda.). Kleidung drückt selbstverständlich auch eigene Werte wie etwa Freiheitsliebe oder

Heimatverbundenheit aus, was zu An- und Abgrenzung durch die Wahrnehmung der anderen führen kann. Interessant für die poesietherapeutische Arbeit ist vor allem, den durch Kleidung gezeigten Werten nachzuspüren und die Dimension zu erfassen, die sie im Leben des Trägers oder der Trägerin haben. Dies kann besonders gut durch bibliotherapeutische Impulse erfolgen, die den Zusammenhang von Kleidung, Identität und Rolle beinhalten.

4.3. En clothed Cognition: Leistungssteigerung durch Kleidung

Denken und Leistung wird durch Kleidung beeinflusst, so lautet eine zentrale These der sogenannten „En clothed Cognition“-Theorie. (*Adam, H., Galinsky, A. (2012 a), S. 918-925*). Dies wird u.a. aus einem Experiment abgeleitet, bei dem Teilnehmer*innen selbst weiße Kittel trugen, die ihnen wahlweise als Arzt- oder Malerkittel überreicht wurden. Diejenigen, denen das Kleidungsstück als Arztkittel übergeben wurde, zeigten höhere Konzentration und Leistungsfähigkeit als jene aus der „Malerkittel-Gruppe“. Auch Jarrett (2012) behauptet: „Clothes can have profound and systematic psychological and behavioral consequences for their wearers“ (*Jarrett, C., (2012), S.1*). Dies wird m.E. im Bildungssektor noch nicht ausreichend berücksichtigt.

5. Überlegungen zu Funktionen von Kleidung

5.1. Kleidung als Schutz vor Angriff und Kälte

Der Kleidung kommt für einen „Dingkörper“ und auch für einen „lebendigen Organismus“ (zitiert nach *Petzold, H.G., Bolhaar, R. (2008), S.6*) eine Schutzfunktion vor Verletzungen und Angriffen sowie in Bezug auf die Wärmeregulierung zu, wenn man seelische oder geistige Aspekte außer Acht lässt. Sie wäre, so gesehen, eine Hülle. Das mag vor 170 000 Jahren so gewesen sein. Auf diesen Zeitpunkt kann man heute durch DNA-Sequenzierung die Entstehung der Kleiderlaus datieren und durch dasselbe Verfahren nachweisen, dass Vorfahren der Menschen, „humans“, schon vor ca. einer Millionen Jahren die Körperbehaarung verloren haben und sich erst zu schützen begannen, als sie von Afrika in den kälteren Norden zogen. Kleidung war damit ein wesentlicher Überlebensfaktor (*Toups, M.A., Kitchen, A. Light, J.E., Reed, D.L. (2018), S. 1*).

5.2. Kleidung als Schmuck und Selbstausdruck

Schon 30.000 Jahre alte, „nachweislich von Menschen verwendete Textilfasern“ aus dem Kaukasus wurden gefärbt. (*Kvadadze, E. et al. (2009), S. 1359*). Somit ist schon hier die „Schmuckfunktion“ von Kleidung erkennbar, die Flügel bereits 1930 zusammen mit der „Schutzfunktion“ und der „Schamfunktion“ nannte. (vgl.: *Lehnert, G. (2014), S. 113*).

5.2.1. Die Schmuckfunktion: Festtagskleidung und Alltagskleidung in der Lebensspanne

Im Laufe eines Lebens werden viele Feste gefeiert, die als „**Chronotopos**“ konzeptualisiert werden können, als

„[...] unlösbar spatiotemporale Verbindung von **Raum, Zeit** und **Sinn/Bedeutung** [...]: **Raum** in seiner Horizonthaftigkeit, **Zeit** in ihrer extendierten Dimensionalität (Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft), **Sinn/Bedeutung** (in aller Vielfalt von kulturellen und zeitbestimmten Bedeutungsmöglichkeiten) und [...] „**Leib**“ bzw. „**Leib-Subjekt**“ (*Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.266-267, Hervorhebung v. Autorenteam*).

Zu den Festen schmückt man sich auch mittels besonderer Kleidungsstücke und gegebenenfalls auch mit Accessoires heraus. Exemplarisch seien hier das Taufkleid, das Abi-Ball-Kleid oder das Hochzeitskleid genannt. Diese haben daher als Medium der therapeutischen Schreibwerkstatt eine besondere Qualität, da sie Zeugen dieses Chronotopos‘ sind und den Moment stofflich verkörpern und damit den Sinnen zugänglich sind und damit direkten Zugang zum Leibarchiv ermöglichen und damit sehr fruchtbar für die therapeutische Arbeit sein können und zu „**Karios-Erfahrungen**“ verhelfen können, also zu Erfahrungen „vitaler Evidenz“, [...]“ (zit. nach (*Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.275, Hervorhebung v. Autorenteam*)).

„Ein Festtag [...] ist ein Moment des Innehaltens, der Selbstvergewisserung und der Identifikation mit der vorfindlichen Position (*Derrida 1986*) im Strom der verfließenden Zeit. Feste ermöglichen ein Zurückblicken auf Vergangenes, um sich zu besinnen und um zu erinnern, um das, was geworden ist, *hier und heute* in den Blick zu nehmen.“ (*Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.258, Hervorhebung vom Autorenteam*).

Für Ausstellungsstücke eines Museums wie auch für Kleidungsstücke, die wir realiter aufbewahren, obwohl wir sie nicht mehr tragen, gilt: „[...] – [D]as Materiale wird zum

Bedeutungsträger, der etwas über den Menschen und das Wissen aussagt und beide zugleich formiert.“ (te Heesen, A. Lutz, P. (2005), S. 14). Die Kleidungsstücke vermitteln Zeugenschaft, die ihnen „zuschrieben“ wird. Sie werden zu „Semioforen“, so der Begriff Pomians, (Pomian, K., (1998), zit. nach Geimer, P. (2005), S. 110) und haben eine „Aura“, so der Begriff Walter Benjamins: „Die Echtheit eines Werkes war für Benjamin bekanntlich an sein „Hier und Jetzt“ gebunden, an sein einmaliges Vorhandensein an einem bestimmten Ort.“ (Benjamin, W., zit. nach Geimer, P., 2005, S. 111). Die Aura fällt wieder weg, wenn die Zeugenschaft angezweifelt oder widerlegt wird. Geimer stellt sich die Frage, ob es sinnvoll ist, „[...] die fragilen Reste zu anthropomorphisieren und -etwa im Museum – dem stummen Zeug eine *menschliche* Stimme zu verleihen.“ (Geimer, P. (2005), S.117, Hervorhebung vom Autor). Aus Sicht der Poesietherapie kann es durchaus sinnvoll sein, die Dinge zum Sprechen zu bringen, sie in einem kreativen Schreibakt ihre Geschichte erzählen zu lassen. Doch genauso sinnvoll erscheint es, einen exzentrischen Blick auf sie zu werfen und sich mit Momenten zu beschäftigen, an denen sie getragen wurden und sich einzufühlen in das Leibsubjekt, das man zu jenem Zeitpunkt war und Verbindungen zu dem Leibsubjekt, das man nun geworden ist, herzustellen. Es bietet sich ein „Lebenspanaroma [...] eine Lebenswegdarstellung“ an (Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.290, Hervorhebung v. Autorenteam und auch Petzold, H.G./Orth, I. (2017a), S.21) mittels Kleidungsstücken an, um den Blick auf die Chronotopoi des Lebens zu lenken und zu einer neuen Positionsbestimmung zu kommen (vgl. (Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S. 304), Hervorhebung v. Autorenteam).

Das Vergangene („Erfahrungen, [...] Gefahren [...], Widerfahrnisse [...]“ (ebda, S. 264, Hervorhebung vom Autorenteam) kann auch bewertet werden, um Schlüsse für die Zukunft daraus zu ziehen, sodass im Laufe des Lebens eine „**Chronosophie**, ein über die gegenwärtige Bewusstheit („**awareness**“) hinausgehendes, „mehrperspektivisches Bewusstsein“, als **consciousness**“ in dem Vergangenheitseinflüsse und Zukunftsvisionen geöffnet sind, ein „**komplexes Bewusstsein**“ [...]“ (zit. nach (Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a), S.272) Hervorhebung v. Autorenteam).

Dies entspricht dem ersten Wirk- und Heilfaktor, dem „einfühlenden Verstehen“ (Petzold, H.G. (2012h), S.14), wenn es gemeinsam mit der Therapeutin oder der Kursleitung geschieht, die sich hier in Resonanzprozessen annähert. Auch der

zehnte Heil- und Wirkfaktor ist wirksam, denn hier geht es um die „Erarbeitung positiver Zukunftsperspektiven und Erwartungshorizonte“ (ebda.).

Natürlich ist es reizvoll, authentische Kleidungsstücke mit einer „Aura“ zu nutzen, doch ist nicht davon auszugehen, dass jede Teilnehmerin einen solchen Fundus zur Verfügung hat, denn normalerweise werden Kleidungsstücke nach einer gewissen Zeit entsorgt und nur manchmal einzelne Kleidungsstücke wie ein Relikt aufbewahrt, was umso mehr für Alltagskleidung gilt. Diese ist jedoch genauso interessant für poesietherapeutische Arbeit, solange der Träger oder die Trägerin eine Zuschreibung vornehmen kann und die Kleidung somit mit einer persönlichen Bedeutung resp. Bedeutsamkeit versieht. Es muss also in der poesietherapeutischen Schreibwerkstatt auch die Möglichkeit ins Auge gefasst werden, Fotos, Erinnerungen und Texte zu nutzen, um das Kleidungsstück mit einer Zeugenschaft zu ersetzen.

Erwähnenswert ist in diesem Zusammenhang eine Ausstellung namens „Kleider. Geschichten. Der textile Nachlass von Arno und Alice Schmidt“, die 2024 stattfindet. Der Schriftsteller und seine Frau haben ihre gesamte Kleidung „über die Jahrzehnte hinweg penibel verwahrt und aufgehoben. Der Nachlass vereint mehr als 1.000 Objekte aus sechs Jahrzehnten und dokumentiert eindrucksvoll deutsche Alltagsgeschichte des 20. Jahrhunderts.“

[\(https://www.timbayern.de/ausstellungen/kleider-geschichten-der-textile-nachlass-von-arno-und-alice-schmidt/\)](https://www.timbayern.de/ausstellungen/kleider-geschichten-der-textile-nachlass-von-arno-und-alice-schmidt/).

5.2.2. Die Selbstaussdrucksfunktion der Kleidung und die „Fünf Säulen der Identität“

Kleidung hat eine Ausdrucksfunktion und kann daher auch als vierter Wirk- und Heilfaktor angesehen werden, der in der „Förderung emotionalen Ausdrucks und volitiver Entscheidungskraft“ besteht. (Petzold, H.G. (2012h), S. 14), denn durch die Wahl von Kleidungsstücken können Aspekte der Persönlichkeit, und damit auch der Identität des Trägers oder die Trägerin in Resonanzprozessen in den sozialen Kontext und zu ihm zurückwirken. Identität ist neben dem Selbst und dem Ich eine der Elemente Integrativer Persönlichkeitstheorie (vgl.: Höhmann-Kost, A., Siegele, F. (2004), S.4). Sie bildet sich durch Selbst- und Fremdattribuierungsprozesse, wie Petzold bereits 1984 dargelegt hat. Dabei wird zwischen persönlicher und sozialer

Identität unterschieden und betont, dass sich diese „stetig im Wandel“ befinde (vgl.: *Höhmman-Kost, A., Siegele, F. (2004), S. 8*).

Die Leiblichkeit wird in der Integrativen Therapie als die erste von fünf Säulen der Identität angesehen (*Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C. (2021) S. 59*, sowie *Höhmman-Kost, A., Siegele, F. (2004), S. 10*) und spielt in der „Identitätsarbeit“ (*Petzold 2012q; Petzold, Brück, Mathias-Wiedemann 2024*) eine hervorragende Rolle.

Die ausführliche Beschäftigung des Zusammenhangs von Kleidung und Körper/Leiblichkeit gezeigt haben: Kleidung kann vom Leibsobjekt zwar in seltenen Fällen als Hülle wahrgenommen werden, ist aber insgesamt als Teil des Leibes zu verstehen; das soziale Umfeld wird die Kleidung in den allermeisten Fällen als Identitätsausdruck des Trägers oder der Trägerin wahrnehmen. Daraus lässt sich auch schlussfolgern, dass Kleidung einen immensen Einfluss auf die „Identitätssicherheit“ hat. „Identitätssicherheit entsteht nur da, wo Resonanz zustande kommt, wo ich mich wahrgenommen fühle, als derjenige, der ich bin, bzw. als der, wie ich mich selbst erlebe.“ (*Höhmman-Kost et al. 2004, S.10*). Leiblichkeit umfasst die „Gesundheit, Sexualität, Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen, ‚sich in der eigenen Haut wohlfühlen‘, körperliche Leistungsfähigkeit.“ (ebda., S.10). Gerade die Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen und das Sichwohlfühlen werden durch Kleidungswahl stark beeinflusst, wie bereits zum Thema Schmuck- und Schamfunktion der Kleidung dargelegt wurde.

Auch die zweite Säule der Identität, das soziale Netzwerk, ist im Zusammenhang mit Kleidung relevant: Hier ist der Begriff „Habitus“, den Bourdieu geprägt hat, interessant: Er definiert ihn als „Leib gewordene Geschichte“. Lehnert führt dazu Folgendes aus: „Habitus ist ein dynamisches Geschehen der Vermittlung gesellschaftlicher Normen mit der Rezeption und Anverwandlung durch einzelne Subjekte.“ (*Lehnert, G. (2015/13), S. 58*) Das Leibsobjekt wird sich also mit Kleidungsnormen bzw. Dresscodes auseinandersetzen und verstehen, welche Kleidung zu welchem Anlass, in welcher Rolle angemessen sind. Ob es sich dann an diese Normen hält oder sie missachtet und sich somit abgrenzt, ist eine Entscheidung, die Auswirkungen auf seine soziale Stellung hat. Die Normen sind wiederum kulturell geprägt. Die soziale Gruppe wiederum kann also bereits durch die Unterwerfung oder die Ablehnung der Kleidungsnorm eine Bewertung oder eine Fremdattribuierung vornehmen, die weitreichende Konsequenzen für das Leibsobjekt

haben kann, sei es in Nahraumbeziehungen oder in einem Arbeitsverhältnis, welches schon in Richtung der dritten Säule der Identität weist: „Arbeit/Freizeit/Leistung“. „Welche Kleidung trage ich in meiner Freizeit, welche bei der Arbeit?“ Wird Wert auf soziale Distanz gelegt, fungiert die formale Kleidung als „Rüstung“ oder „Fassung“, wie in dieser Arbeit nachzulesen ist. Nahraumbeziehungen werden eher durch Freizeitkleidung und informelle Kleidung gefördert.

Die fünfte Säule der Identität ist die materielle Sicherheit. Sie entscheidet stark über ein Sicherheitsgefühl im Leben. Dies umfasst verschiedene Aspekte. Finanzielle Sicherheit ermöglicht einen großen Handlungsspielraum, auch für die Auswahl der Kleidung, die an individuelle Bedürfnisse und Präferenzen angepasst werden kann. In einer finanziell prekären Lage hingegen existieren diese Bedürfnisse und Präferenzen weiterhin, können aber nicht erfüllt werden, sodass die Kleidung möglicherweise weder ausreichend Schutz vor Kälte oder Wärme bietet, noch dem persönlichen Schmuck, Ausdruck oder Schutz vor Scham dient. Damit verschlechtert sich die Situation des betroffenen Leibsujetts noch weiter, was negative Auswirkungen auf sein Selbstwertgefühl, sein soziales Umfeld haben wird und insofern einen besonders starken Einfluss auf die Identität hat.

Auch die fünfte Säule der Identität, bei der es um Werte geht, kann mit der Kleidung assoziiert werden: Mit dem Kauf nachhaltiger, ökologischer und fair erzeugter Kleidung zeige ich andere Werte als mit dem Erwerb von Shein-Kleidungsstücken oder von vergleichbar arbeitenden Onlineportalen. Dass die Modeindustrie sowohl in der Produktion als auch in der Entsorgung eine der dreckigsten ist, ist schon lange kein Geheimnis mehr (*Nowotny, M. (2020), S. 1-3*). Insofern ist die Wahl des Kleidungsstücks immer auch eine ethische Entscheidung, die allerdings stark von den finanziellen Mitteln beeinflusst wird.

Auch ein bestimmter Kleidungsstil oder eine Uniform kann meine Werte nach außen zeigen: Ich gebe mich als Professor oder als Fan von Holstein Kiel zu erkennen, wenn ich die entsprechenden Kleidungsstücke wähle und wünsche mir von meiner Umwelt eine Anerkennung meiner Identität, die auch durch meine Gruppenzugehörigkeit und meinen Status gekennzeichnet ist. Auch kann ich beides miteinander verbinden oder zeigen, wie ich eine bestimmte Rolle definiere. Diese Gedanken laufen im Allgemeinen unbewusst oder vorbewusst ab. Es gibt allerdings auch die Möglichkeit, gezielte Botschaften zu formulieren, sei es als T-Shirt-Aufdruck,

sei es als personalisierte „Pagne“, einem für bestimmte Anlässe gedruckten Stoff, wie dies u.a. in Afrika hergestellt wird, um zum Beispiel einen Wahlkampf zu unterstützen oder die Verbundenheit mit einem Familienmitglied anlässlich eines Geburtstages öffentlich sichtbar zu machen.¹

(https://www.uniwx.com/en/customization?product_list_order=price).

In der Sammlung Prinzhorn in Heidelberg findet sich ein für die Poesietherapie sehr interessantes Stück von Agnes Emma Richter, nämlich ein mit autobiografischen Texten besticktes Jäckchen. Sie war Näherin und es ist davon auszugehen, dass sie nicht nur die Stickereien, sondern auch das Jäckchen selbst gemacht hat. (Richter, A.E. (1895). In: Sammlung Prinzhorn, Universitätsklinikum Heidelberg, Inv.Nr. 743).

5.3. Kleidung als Schutz vor Beschämung

5.3.1. Körper-/Leibscham: Kleidung als Schutz vor „tausend erbarmungslosen Augen“

In ihrem Werk „Der Wert der Scham“ zeigen Vanderheyden und Mayer auf, dass Scham auftritt, wenn man den „Normen und Erwartungen“ anderer Menschen nicht gerecht werde:

„Sich zu schämen, bedeutet, sich im Widerspruch mit dem eigenen sozialen Umfeld zu erleben. – Scham motiviert zu Anpassungsleistungen, die dazu beitragen, Beziehungen mit anderen zu wahren oder wieder herzustellen. Dies führt zu Ambivalenzen: In dem Maße, in dem Scham sozialen Zusammenhalt befördert, stellt sie auch ein Mittel sozialer Kontrolle dar. Einerseits eröffnet sie Möglichkeiten zur Selbsterkenntnis und Reflexion, andererseits befördert sie Grübeln und Selbstabwertung. (Vanderheyden, E., Mayer, C.-H. (2017), S. V.)

Da die Integrative Therapie und auch jede Schreibwerkstatt eine insgesamt salutogene Ausrichtung haben sollte (Lorenz 2004), soll hier der Frage nachgegangen werden, welchen positiven Einfluss Kleidung haben kann, wenn jemand „die lähmende Last von tausend erbarmungslosen Augen [...]“ auf sich fühlt (Wurmser, L. (2015), S. 165, zit. nach Vanderheyden, E., Mayer, C.-H. (2017), S. 6, Hervorhebung von den Herausgeberinnen). Laut Statistik liegt die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper bei Erwachsenen 2024 bei 18% Prozent (Menschen, die „weniger bis gar nicht“ mit ihrem Körper zufrieden sind, also ein Schamgefühl haben könnten.) (zit. nach:

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/4688/umfrage/zufriedenheit-mit-eigenem-koerper/>) Tatsächlich geht das Wort Scham etymologisch „auf das indoeuropäische Wort „skam“ und sogar auf die vor-teutonische Wurzel „skem“ zurück, die beide „bedecken“ oder „sich bedecken“ bedeuten“ (zit. nach *Vanderheyden, E., Mayer, C.-H. (2017)*, S. 9). Insofern ist der Schutz vor Scham durch das Bedecken durch Kleidung schon im Wort angelegt. Dies gilt in besonderem Maße für die folgenden Arten von Scham, die Marks 2007 unterschieden hat: Als Erstes nennt er die „Assimilationsscham“, „die auf dem Versagen beruht, nicht den aktuellen Normen und Erwartungen zu entsprechen“ (zit. nach *Vanderheyden, E., Mayer, C.-H. (2017)*, S. 21) und damit der eingangs gegebenen Definition von Scham entspricht. Hier kann Kleidung helfen, eine Anpassungsleistung zu erbringen, indem die Normen und Erwartungen in Bezug auf Kleidung analysiert und der eigene Stil an diese angepasst wird. Eine andere Möglichkeit ist, dies gerade nicht zu tun, sich von den Erwartungen abzugrenzen und so die Zugehörigkeit zu einer Gruppe zu ermöglichen, die den eigenen Normen entspricht, auch in Bezug auf den Kleidungsstil. Beides kann in der Schreibwerkstatt oder auch der Therapie erkundet werden. Auch die „Körperscham“ bietet einen Ansatzpunkt für die Arbeit mit Kleidung. Laut Marks kann sie sich „auf den eigenen Körper, das Aussehen oder die persönlichen Eigenschaften beziehen“ (ebda.). Hier geht es also eigentlich um „Leibscham“, wenn man die zuvor dargelegte Terminologie ernstnimmt. *Harden, Butler und Scheetz (1998)*, vgl. S. 108-110) zeigen auch wissenschaftlich auf, dass Frauen, die weniger zufrieden mit ihrem Körper sind, Kleidung wählen, die ihren Körper verbirgt.

Relevante Fragen sind also: Gibt es Bereiche oder Körperteile an mir, die mir nicht gefallen, habe ich die Möglichkeit, sie durch Kleidung zu kaschieren. Gibt es persönliche Eigenschaften, die ich durch Kleidung versteckt werden sollen? Auch dies bietet Ansatzpunkte für die poesietherapeutische Arbeit, die darin münden müsste, das eigene Aussehen, die persönlichen Eigenschaften zu akzeptieren oder zumindest wahrzunehmen, dass hier einen exzentrischen Blick von außen auf mich selbst werfe und mich verurteile.

Durch das eigenleibliche Spüren, das Formulieren oder Hören eines Textes und das Teilen in der Gruppe kann eine Solidaritätserfahrung initiiert werden, die heilend sein kann und uns dem Ziel näherbringt, das Marks schon 2010 formulierte, nämlich vor „[...] überflüssiger, vermeidbarer Scham zu bewahren, d.h. einen ‚Raum‘ zu schaffen, in dem das Individuum Anerkennung, Schutz, Zugehörigkeit und Integrität gewinnt.

Nur so können Lernen, Entwicklung und Wachstum erreicht werden“ (zit. nach *Vanderheyden, E. und Mayer, C.-H.*, 2017, S. 23-24).

5.3.2 Schutz vor Grenzüberschreitung

Im Zusammenhang von Scham und Kleidung scheinen weiterhin zwei Konzepte interessant: Schmitz' Konzept der „Fassung“ und Plessners Konzept der „Rüstung“. Beide dienen der Abgrenzung und „Stabilisierung“ des bedrohten Leibsobjekt im sozialen Kontext (*Großheim, M.* (2022), S. 82-117):

„Es geht um das Interesse an einer anderen Art von Sicherheit, die Plessner die „innere Sicherheit“ nennt. Wie zentral diese Stabilität für den Menschen ist, lässt sich daran erkennen, dass Plessner zufolge Bereitschaft, Entschlusskraft und Wagemut, Elastizität, Anpassungsfreudigkeit und Tatendrang von „innerer Sicherheit“ abhängen“ (*Plessner, H.* (1981), S. 23, zit. nach *Großheim, M.* (2022), S. 90).

„Plessner wünscht „[...] Sicherheit vor der eigenen Beschämung, vor der Verletzung durch den Anderen, und diese Sicherheit verschafft nun gerade die Maske oder Rolle, die zwischen den Menschen steht und für die nötige Distanz sorgt.“ (*Großheim, M.*, (2022), S. 87). Zugespitzt formuliert: „Das Individuum muß zuerst sich eine Form geben, in der es unangreifbar wird, eine Rüstung gleichsam, mit der es den Kampfplatz der Öffentlichkeit betritt“ (*Plessner, H.* (1981) S. 82, zit. nach *Großheim, M.*, S. 87).

Wer bewusst seine Berufsrolle als einen solchen Panzer benutzt, wird eventuelle Angriffe der Öffentlichkeit auf die Berufsrolle beziehen und nicht auf seine Persönlichkeit. Die gesellschaftliche Rolle dient dazu, Anderen den Zugang zur eigenen Privatsphäre zu erschweren und diese dadurch zu bewahren. (*Großheim, M.*, (2022), S. 87-88).

Diese Form könne beispielsweise durch die Verwendung der Höflichkeitsform erreicht werden (vgl. ebda. S. 87). Wichtig sei hierbei die „Gegenseitigkeit“: „Ich will dem Anderen nicht unbedingt mein Herz öffnen, er soll es mir gegenüber auch nicht leichtun. Zu vermeiden ist beides, eigenes Verletztwerden und Zudringlichkeit des Anderen“, da man hierbei dem „Risiko der Lächerlichkeit“ ausgesetzt sei, [...] der „ironische Zerstörerblick“ (ebda, S. 79) wartet überall auf den, der sich naiv und arglos präsentiert. Deshalb ist es sinnvoll, im Ausdruck die Form zu wahren.“ (*Großheim, M.* (2022), S. 88-89).

Auch Schmitz' spricht von der Notwendigkeit, sich vor Beschämung zu schützen, die „Fassung“ nicht zu verlieren, worunter er ein „zu mir passendes, durch mich selbst geprägte[s] von Deutungsspielräumen möglichst befreites Bild“, ein Entwurf, den ich „nicht verlieren“ möchte, versteht. (*Großheim, M., (2022) S. 82-83*). Allerdings sieht er selbst, dass dies auch zu einer zu starken Abgrenzung führen könne: „Wer eine zu starre Fassung besitzt, hat vielleicht Schwierigkeiten, sich anderen Menschen zu öffnen, preiszugeben.“ (ebda.). Schmitz benennt vier Funktionen der Fassung: „1. Stabilisierung in der Dimension von personaler Emanzipation und personaler Regression; 2. Stabilisierung in den Grauzonen zwischen persönlicher Eigenwelt und persönlicher Fremdwelt; 3. Kompensation der Überlegenheit des Menschen beim Zugang zur Persönlichkeit; 4. Organ der Sensibilität in der Einverleibung.“ (Schmitz, unveröffentlichtes Vortragsmanuskript, zit. nach *Großheim, M. (2022), S. 102*). Dies führt Großheim am Beispiel einer „professionelle[n] Lehrhaltung“ aus. Die unter 1. genannte Stabilisierung diene dazu, beispielsweise „Enttäuschung“ oder „Freude“ im Unterricht „routiniert abzufangen“, um eine „unbelastete Atmosphäre“ zu gewährleisten. Zu 2. zeigt er auf, dass das Individuum sich durch die Fassung leichter zurückziehen könne (vgl. ebda., S. 103). Zu 3. führt er die Fassung des „Kumpel-Typ[s]“ auf, der „keinerlei Distanzsignale“ sende und z.B. im Gegensatz zur „reserviert[en], anspruchsvoll[en], aber fair[en]“ Fassung stehe. Die Fassungen würden zu einer „Eindeutigkeit“ führen, die die „Überlegenheit des Mitmenschen beim Zugang zur eigenen Persönlichkeit kompensier[e]“ (ebda. S. 104).

Das Konzept Schmitz' ist für unsere Belange passender, da es schon im Ansatz nicht so starr wirkt wie jenes der „Rüstung“ von Plessner. Zudem impliziert es keine Diskrepanz von Rolle und Identität, wie dies z.B. beim Konzept des „Homo sociologicus“ von Dahrendorf der Fall ist: Hier „ist der Mensch in der entfremdeten Gestalt eines Trägers von Positionen und eines Spielers von Rolle. [Ralf Dahrendorf, 1958] [...]“ (*Großheim, M., (2022), S. 87*).

Allerdings ist im Zusammenhang von Therapie und Schreibwerkstatt durchaus zu bedenken, dass ein Misstrauen oder auch eine Angst vor der Grenzüberschreitung durch den Mitmenschen, welche sowohl Plessner als Schmitz voraussetzen, problematisch sind. Eine vertrauensvolle Beziehung, ein vertrauensvolles Verhältnis von „Konvivialität“, wie es in der Integrativen Therapie und auch in der Schreibwerkstatt angestrebt wird, scheint bei beiden Philosophen unmöglich. Allerdings unterscheidet Schmitz im Weiteren zwischen dem „Sensible[n]“ und dem

„Empfindliche[n]“: „Der Empfindliche ist außerstande, die Grenzen seines eigenen Leidens zu überschreiten und reagiert [...] durch den Rückzug von der Welt, während der Sensible Aufschluss über das Befinden seines Partners gewinnt und sein eigenes Verhalten entsprechend darauf abstimmen kann. [...]. „Die Sensibilität der Fassung wird aufgeschlossen durch die Bereitschaft, sie mehr oder weniger zu riskieren und erschüttern zu lassen, ohne gleich die Fassung zu verlieren.“ (Schmitz, H. (2003), S. 172f.), zit. nach Großheim, M. (2022), S. 105). „Die leicht gelockerte Fassung wird ‚zum Vehikel vorgreifenden Verständnisses in leiblicher Kommunikation (Schmitz, 2005, S. 149), ebda.). Eine solche „elastische[...] Anpassung“, wie Großheim dies nennt, scheint am besten geeignet, in der Therapie einer Konvivialität nahe zu kommen, in der es ja immer in „Angrenzungen“ zu einem „Aushandeln von Grenzen und Positionen“ kommen muss (Petzold, Müller 2007, S. 29).

Meines Erachtens sollte im therapeutischen Setting, sowohl in der Praxis als auch in der Schreibwerkstatt, darauf geachtet werden, dass die Kleidung Seriosität und Kompetenz signalisiert, z.B. die Fach- und Sozialkompetenz, mit einer möglichen Scham der Patient*innen umzugehen, die sich aus mitgeteilten biografischen Inhalten ergeben kann. Dies kann durch förmliche Kleidung unterstützt werden. Andererseits ist es auch wichtig, Offenheit auszustrahlen, um eine solche Erzählung überhaupt zu ermöglichen. Hier wären Kleidungsstücke sinnvoll, die etwas über den Träger, die Trägerin verraten, die seine Identität ausdrücken und damit eine sensible, flexible, leibliche Kommunikation, wie sie soeben beschrieben wurde, ermöglichen.

Auch in der therapeutischen Schreibwerkstatt ist es sinnvoll, vorsichtig zu agieren, die Kompetenz gerade am Anfang eines Gruppenprozesses eher zu betonen als die Offenheit für sensible Inhalte, um eine vorschnelle Tiefung zu vermeiden, für die die Gruppe noch nicht bereit ist oder die sie nicht auffangen kann. Um es anschaulicher zu machen: Die Leiterin einer Schreibwerkstatt, die beim ersten Treffen eher förmliche Kleidung wie beispielsweise ein Kostüm trägt, signalisiert eher Distanz als Nähe. Sie entspricht möglicherweise der beschriebenen Fassung von Schmitz und wirkt eher „reserviert, anspruchsvoll, aber fair“ (vgl. Großheim, M., (2022), S. 104), was ihre Intention eines vorsichtigen Kennenlernens unter Umständen besser unterstützt, als wenn sie in Kapuzenpulli erscheint, und dem „Kumpel-Typ“ entspricht, um beim zitierten Beispiel zu bleiben: Sie hat durch die gewonnene Distanz gezielter die Möglichkeit, den Gruppenprozess zu steuern. Dies wird auch durch die

Forschung bestätigt, die formelle Kleidung mit Kompetenz und Professionalität, aber auch mit Rationalität, Distanz und weniger Zugänglichkeit gleichsetzt und Freizeitkleidung mit Nähe und Vertrautheit. (vgl. *Kodžoman, D., 2019, S. 90-103*).

6. Fazit:

Die Arbeit hat sich intensiv mit dem leiblichen Aspekt von Kleidung beschäftigt und aufgezeigt, dass es hier ein großes therapeutisches Potential im Umgang mit Scham sowie mit An- und Abgrenzung liegt, was für die therapeutische Beziehung grundlegend ist. Auch die stützende bzw. haltende oder disziplinierende Wirkung von Heilung durch Farbwahl und Passung wurde besprochen. Spätestens hier sollte klar geworden sein, dass die poesietherapeutische Arbeit mit Kleidung problemlos mit den Heil- und Wirkfaktoren, aber auch mit den vier Wegen der Heilung in Zusammenhang gebracht werden kann. Kleidung kann, genau wie Fitness, zur „persönlichen Souveränität“ beitragen (vgl. (Lüscher, O., (2023), S. 25; Petzold, Orth 2014), aber eben auch zur „Verdinglichung“ (ebda, S. 27) beitragen.

Insgesamt gibt es also Anlass, dieses Feld zu beackern, sodass zu hoffen ist, dass die Erkenntnisse auf fruchtbaren Boden fallen.

Dies gilt ebenso für den **nun folgenden praktischen Teil**, der einen ersten Eindruck vermitteln sollte, wie mit Kleidung in der poesie- und bibliothherapeutischen Schreibwerkstatt gearbeitet werden kann.

7. Zusammenfassung / Summary

Zusammenfassung: Kleidung im Kontext integrativer Poesie- und Bibliothherapie mit konkreten Vorschlägen für die poesie- und bibliothherapeutische Praxis

Kleidung wird hier phänomenologisch in den Blick genommen: Sie befindet sich an der Grenze des Leibsobjekts und seinem sozialen und ökologischen Kontext, ist also Teil des Leibes und der Lebenswelt. Die Zuordnung hängt von der eigenleiblichen, aber auch der zwischenleiblichen Wahrnehmung ab. Kleidung hat verschiedene Funktionen, schützt uns u.a. vor Scham und Beschämung oder Grenzüberschreitung, ermöglicht aber auch Affiliation und Ausdruck von Identität. Sie kann salutogen oder

pathogen wirken und wird darum auch im Zusammenhang mit den „Fünf Säulen der Identität“, den „Heil- und Wirkfaktoren“ und wird als „Zeuge“ in der Lebensspanne betrachtet. Im Anhang befinden sich konkrete poesietherapeutische Vorschläge.

Schlüsselwörter: Kleidung, Phänomenologie, Leibgrenze, Scham, Disziplinierung, Identität, Wege der Heilung

Summary: Clothing in the context of integrative poetry therapy and bibliotherapy - With concrete suggestions for the poetry- and bibliotherapeutic practice

Clothing is being analysed phenomenologically here: clothing as the interface between one's "body" and one's social and ecological context. Thus, clothing becomes an integral part of one's body, or else of one's personal environment. The exact attribution depends on an individual's perception of self. Clothing has different functions: amongst other things, it protects us from feelings of shame and from being shamed, and acts as a barrier against boundary crossing. It also allows us affiliation and expressing our identity. Clothing acts in a salutogene or else a pathogene way, which is why it is studied here in the context of the "five pillars of identity", the "healing- and effect factors", and is considered as "witness" of lifespans. The appendix lists specific poetry-therapeutic suggestions.

Keywords: Clothing, Phenomenology, Bodyborder, Shame, Discipline, Identity, Ways of Healing

résumé

Le vêtement dans le contexte de la thérapie biblio-poétique avec de propositions concrètes en annexe.

Le vêtement est étudié sous un angle phénoménologique : Il se trouve à la lisière de la chair et du contexte social et écologique d'un sujet incarné. Le classement dépend de l'auto-perception, mais aussi de la perception intersubjective. Le vêtement a plusieurs fonctions ; il nous protège entre autres de la honte provoquée par autrui ou par nous nous-mêmes ; il rend possible l'affiliation ou l'expression de l'identité. Il peut être aperçu comme salutogène ou bien pathogène, c'est pourquoi il est

considéré aussi dans le contexte du concept des « cinq colonnes de l'identité », des « facteurs salutogènes et stimulants » ainsi que du témoignage dans la durée de la vie. L'annexe contient des propositions concrètes.

Mots-clés : Vêtement- phénoménologie – lisière de la chair – honte – maîtrise - identité – voies de la guérison

8. Bibliografie

8.1. Auswahl von literarischen Texten zum Thema Kleidung für die integrative Poesie- und Bibliothherapie

Märchen:

-Aschenputtel: <https://www.projekt-gutenberg.org/grimm/maerchen/chap016.html>

-Des Kaisers neue Kleider: <https://www.projekt-gutenberg.org/andersen/maerchen/chap070.html>

-Astrid Lindgren (1954): „Mio, mein Mio“. Hamburg: Verlagsgruppe Oetinger

Gedichte und Zitate:

„Rücksprache mit der Hose“

https://www.aphorismen.de/suche?f_rubrik=Gedichte&f_thema=Kleidung

-J.W.v. Goethe: Faust I, Schöningh-Schulbuch-Verlag, ISBN: 978-3-14-022591, V. 1118-1125

-Christiane Grosz: „Absage“. In: Gnüg, H. (Hg.): Nichts ist versprochen. Liebesgedichte der Gegenwart. Stuttgart: Reclam, S. 118

Kästner, Erich: Zur Fotografie eines Konfirmanden. <https://www.deutschelyrik.de/zur-fotografie-eines-konfirmanden.html>

Roman:

Frisch, M. (1964): Mein Name sei Gantenbein. Berlin: Suhrkamp Verlag.

8.2. Bibliografie zur Abschlussarbeit

- Adam, H., Galinsky, A.D.* (2012a): Enclothed cognition. *Journal of Experimental Social.* Vol 48. Issue 4, S. 918-925 (<https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.02.008>).
- Apfalter, I., Stefan, R., Höfner, C.* (2021): *Grundbegriffe der Integrativen Therapie.* Ein Nachschlagewerk. Wien: Facultas Universitätsverlag.
- Barthes, R.* (1967): *Système de la mode.* Paris: Éditions du Seuil. Dt. (1985): *Die Sprache der Mode.* Aus dem Französischen von Horst Brühmann, Frankfurt: Suhrkamp.
- Bohlken, E., Thies, C.* (Hrsg.) (2009): *Handbuch Anthropologie. Der Mensch zwischen Natur, Kultur und Technik.* Stuttgart, Weimar: Metzler Verlag.
- Bosch, A., Fischer, J., Gugutzer, R.* (Hg.) (2022): *Körper – Leib – Sozialität : Philosophische Anthropologie und Leibphänomenologie: Helmuth Plessner und Hermann Schmitz im Dialog.* Heidelberg: Springer.
- Bovenschen, S.* (1997): *Kleidung.* In: *Wulf, C.* (Hg.) *Vom Menschen. Handbuch Historische Anthropologie.* Weinheim, Basel: Beltz Verlag (S. 231-242).
- Breil, P.* (2019). *Haltung. Ein Entwurf mit Merleau-Ponty.* In: *Brinkmann, M. Türstig, J.; Weber-Spanknebel, M.* (Hg.): *Leib – Leiblichkeit – Embodiment. Pädagogische Perspektive auf eine Phänomenologie des Leibes.* Wiesbaden: Springer VS, S. 389-404.
- Brinkmann, M., Türstig, J., Weber-Spanknebel, M.* (Hg.) (2019) *Leib. Leiblichkeit – Embodiment: Pädagogische Perspektiven auf eine Phänomenologie des Leibes.* Heidelberg: Springer.
- Diagne, S. B.* im Interview mit *Thadden, E.v.,* (2023): Was ist afrikanische Philosophie? - Ein Gespräch mit dem senegalesischen Philosophen Souleymane Bachir Diagne. *ZEIT Nr. 47/2023.* In: <https://www.zeit.de/2023/47/souleymane-bachir-diagne-afrika-philosophie/komplettansicht>
- Dwann, K.* (2020): *Dress your best life: Harness the Power of Clothes to Transform Your Confidence.* London: Penguin.
- Dwann, K.* (2020b): *Dress your best life: Harness the Power of Clothes To Transform Your Confidence.* Penguin UK), S. 1. In:

<https://www.zeit.de/campus/2022/05/dopamine-dressing-dawnn-karen-modetrend-interview>.

Frisch, M. (1964): Mein Name sei Gantenbein. Berlin: Suhrkamp Verlag.

Geimer, P.: Über Reste (2005): In: *te Heesen, A./Lutz, P.* (Hg.) (2005): Dingwelten. Das Museum als Erkenntnisort. Köln, Weimar, Wien: Böhlau Verlag. S. 109-118.

Goethe, J. W. v. (1806/2013): Faust I. Braunschweig, Paderborn, Darmstadt: Bildungshaus Schulbuchverlage.

Grimm, W.; Grimm J. (1937): Märchen. Mit 100 Aquarellen von Ruth Koser-Michaels Berlin, Darmstadt, Wien: C.A. Koch's Verlag Nachf.

Großheim, M. (2022): Rolle, Maske, Fassung. Strategien zur Stabilisierung der Person bei Plessner und Schmitz. In: *Bosch, A., Fischer, J., Gugutzer, R.* (Hg.) (2022): Körper – Leib – Sozialität: Philosophische Anthropologie und Leibphänomenologie: Helmuth Plessner und Hermann Schmitz im Dialog. Heidelberg: Springer. S. 82-117.

Haptik. Online-Lexikon für Psychologie und Pädagogik: In: <https://lexikon.stangl.eu/16251/haptik>

Harden, A. J., Butler, S., Scheetz, M. (1998): Body Perceptions of Bulimic and Nonbulimic Groups, Perceptual and Motor Skills. 87 (1)

doi: 10.2466/pms.1998.87.1.108

Häusle-Paulmichel, G. (2018): Der tätowierte Leib. Einschreibungen in menschliche Körper zwischen Identitätssucht, Therapie und Kunst. Wiesbaden: Springer.

Höhmman-Kost, A. (2003): Materialmedien in der Integrativen Supervision. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Höhmman-Kost, A., Siegele, F. (2004): Integrative Persönlichkeitstheorie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Huse, B. (2006): Kleidung und Körper international: Ein Perspektivenwechsel. Journal-ethnologie.de In:

(https://www.journaletnologie.de/Schwerpunktthemen/Schwerpunktthemen_2006/Hautzeichen_Koerperbilder/Kleidung_und_Koerper_international_Ein_Perspektivenwechsel/index.html)

Jarrett, C. (2012): Introducing "enclothed cognition" – how what we wear affects how we think. The British Psychological Society. In: <https://www.bps.org.uk/research-digest/introducing-enclothed-cognition-how-what-we-wear-affects-how-we-think>

Keller, G. (1874/1999): *Kleider machen Leute*. Paderborn: Schöningh.

König, R., Thurn, H.P., Alemann, H.v. (Hg.) (2022): *Menschheit auf dem Laufsteg. Die Mode im Zivilisationsprozeß*. Opladen: Leske + Budrich.

König, O. (1997): Haut. In: *Wulf, C.* (Hg.) (1997) *Vom Menschen. Handbuch Historische Anthropologie*. Weinheim, Basel: Beltz Verlag (S.436-443).

Kvavadze, E. et al (2009): 30,000-Year-Old Wild Flax Fibers. In: *Science*. 325, (11. September 2009). S.1359 doi:10.1126/science.1175404. Zitiert nach: https://de.wikipedia.org/wiki/Textilie#cite_note-16

Kodžoman, D. (2019): *The psychology of clothing. Textile and Leather Review*, 2 (2). S 90-103. <https://doi.org/10.31881/tlr.2019.22>

Leeser, B. (2011): Poetik der Walderfahrung. Quelle der Kraft, der Heilung und der Schönheit. In: *FPI-Publikationen*, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Leeser, B. (2018): Worte werden Bilder – Bilder werden Worte. Poesietherapie in der klinischen Behandlung von Depressionen und Erschöpfungskrankheiten. In: *Petzold, H.P., Leeser, B., Klempnauer, E.* (Hgg.) (2018): *Wenn Sprache heilt. Handbuch für Poesie- und Bibliothherapie und Kreatives Schreiben. Festschrift für Ilse Orth*. Bielefeld: Aisthesis Verlag. S. 371-400

Lehnert, G. (2013). *Mode. Theorie, Geschichte und Ästhetik einer kulturellen Praxis*. Bielefeld: Transkript. 2. Aufl. (2015)

Lehnert, G. (2014): *Modetheorie. Klassische Texte aus vier Jahrhunderten*. Bielefeld: Transkript.

Lupton, E. (2006): Second Skin: Neues organisches Design. In: *Gerhard Seltmann/Werner Lippert* (Hg.) (2006) *Entry Paradise. Neue Welten des Designs*. Basel. S. 122-135.

Losche, I. (2007): *Wann ist Mode? Strukturen, Strategien und Innovationen*. Berlin. Dietrich Reimer Verlag

Lorenz, M. (2000): Leibhaftige Vergangenheit. Einführung in die Körpergeschichte. Tübingen: Edition Diskord

Louis, E. (2021): Combats et métamorphoses d'une femme. Paris: Editions du Seuil.
Dt.: Die Freiheit einer Frau. Frankfurt a.M.: Fischer Verlag (2021)

Lüscher, O. (2023): FITNESS – Integrative Perspektiven auf eine Körperkultur zwischen Empowerment und Verdinglichung. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Mahlstedt, A. (2019): (Auto-)biografisches Schreiben als Weg der Heilung und Förderung. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Meier-Holzknicht, A. (2021): Die Welt sieht dunkel aus und ich fühle mich nicht. Embodiment und leibliche Erfahrung während depressiver Phasen und deren Bedeutung in der Integrativen Humantherapie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Merleau-Ponty, M. (1965) Phänomenologie der Wahrnehmung. Aus dem Französischen: Phénoménologie de la Perception. Berlin: Walter de Gruyter, 6. Auflage.

Messerschmid, A. (2012) Foucault. In: *Dollinger, B.* (Hg.) (2008) Klassiker der Pädagogik. Die Bildung der modernen Gesellschaft. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. 2. Aufl., S.289-310

Mentges, G. (2005): Kulturanthropologie des Textilen. Berlin: Edition Ebersbach

Nowotny, M. (2020). Studie Mode wird immer größeres Umweltproblem In: <https://science.orf.at/stories/3200522/>

Orth, I. (2009) Leib -Sprache- Gedächtnis – Kontextualisierung. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Orth, I. (2015): Der „domestizierte Körper“ – Die Behandlung „beschädigter Leiblichkeit“ in der Integrativen Therapie In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper

Orth, I., Petzold, H.G. (2015/1993c): Zur Anthropologie des schöpferischen Menschen'. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G.(1977c/2012): Die Rolle der Medien in der integrativen Pädagogik. In: *Petzold, H.G., Brown, G., 1977. (Hrsg.) Gestaltpädagogik. Konzepte der integrativen Erziehung.* München: Pfeiffer, S. 101-123 <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/19-2012-petzold-h-g-1977c-2012-die-medien-in-der-integrativen-paedagogik-und-therapie.html>

Petzold, H.G. (2006/1999q). Das Selbst als Künstler und als Kunstwerk – rezeptive Kunsttherapie und die heilende Kraft „ästhetischer Erfahrung“ – ein Interview. In: In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G. (2006/update von 2002j): Der ‚informierte Leib‘ – ‚embodied and embedded‘ als Grundlage der Integrativen Leibtherapie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G. (2009c): Körper-Seele-Geist- Welt-Verhältnisse in der Integrativen Therapie. Der „Informierte Leib“, das psychophysische Problem“ und die Praxis“. In: In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G.:(2012h): Integrative Therapie – Transversalität zwischen Innovation und Vertiefung. Die ‚Vier Wege der Heilung und Förderung‘ und ‚14 Wirkfaktoren‘ als Prinzipien gesundheitsbewusster und entwicklungsfördernder Lebensführung. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G: (2016/1999b): Psychotherapie in der Lebensspanne. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper

Petzold, H.G. (2016): Narrative Biographiearbeit und Biographiearbeit in der Integrativen Therapie, Integrativen Poesie- und Bibliothherapie und in Schreibwerkstätten mit „kreativem Schreiben“,. Materialien zur Vor- und Nachbereitung biographischen Arbeitens“. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G.: (2017/1987): Gong-Singen, Gong-Bilder und Resonanzbewegung als „Sound-Healing“ – Intermediale Prozesse in der Integrativen Therapie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G.: (2017): Das Ko-respondenzmodell als Grundlage Integrativer Therapie, Agogik, Supervision und Kulturarbeit (1978c, 1991e/2017). In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G., Orth, I. (2017a): Interozeptivität/Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib öffnet seine Archive: Komplexe Resonanzen „aus der Lebensspanne des „body-mind-world subject“. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G.:(2020/2012q): „Transversale Identität und Identitätsarbeit“ - Die Integrative Identitätstheorie als Grundlage für eine entwicklungspsychologisch und sozialisationstheoretisch begründete Persönlichkeitstheorie und Psychotherapie – Perspektiven „klinischer Sozialpsychologie“ -1. Teil, Seite 407-504 und 2. Teil, Seite 505 – 603- In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G. Bolhaar, R. (2008): Leibtheorien und „Informierter Leib“ – ein „komplexer Leibbegriff“ und seine Bedeutung für die Integrative Supervision und Therapie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G., Brück, A., Mathias-Wiedemann, U. (2024): Bemerkungen zu IDENTITÄT und IDENTITÄTSARBEIT in sozioökologischen Räumen – eine Ko-respondenz zu Implikaten „ökologischer Intensivierung“ der menschlichen Lebensführung, zu Re-Ökologisierung und zu nachhaltiger Zukunftsorientierung. Materialien aus der EAG. Hückeswagen: Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit.

Petzold, H.G., Müller, M. (2007): Modalitäten der Relationalität – Affiliation, Reaktanz, Übertragung, Beziehung, Bindung – in einer „klinischen Sozialpsychologie“ für die Integrative Supervision und Therapie. Revid. von *Petzold, Müller, M.* (2005), in: *Petzold, H.G.*, Integrative Supervision, 2. Aufl. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. 2007a, 367-431. <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-mueller-m-2005-2007-modalitaeten-der-relationalitaet.html>

Petzold, H. G., Orth, I. (2014): Wege zum „Inneren Ort persönlicher Souveränität“ - "Fundierte Kollegialität" in Beratung, Coaching, Supervision und Therapie. In:

www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm Supervision: Theorie – Praxis – Forschung. Eine interdisziplinäre Internet-Zeitschrift – Jg. 2014. <http://www.fpi-publikation.de/supervision/alle-ausgaben/06-2014-petzold-h-g-orth-i-1998-2014-wege-zum-inneren-ort-persoenlicher-souveraenitaet.html>

Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2008a): Der lebendige „Leib in Bewegung“ auf dem WEG des Lebens – Chronotopos. Über Positionen, Feste, Entwicklungen in vielfältigen Lebensprozessen. In: Integrative Therapie, 34. Jg. 2008/Heft 3. Zitiert nach In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J. (2014d): „14+3“. Einflussfaktoren und Heilprozesse im Entwicklungsgeschehen: Belastungs, Schutz- und Resilienzfaktoren – Die 17 Wirk- und Heilfaktoren in den Prozessen der Integrativen Therapie. -A preliminary report 2014).

Richter, A.E., (1895) In: Sammlung Prinzhorn, Universitätsklinikum Heidelberg, Inv.Nr. 74. Zitiert nach: <https://www.sammlung-prinzhorn.de/sammlung/kuentlerinnen-der-sammlung-prinzhorn/richter-agnes>

Seltmann, G., Lippert, W. (2006): Entry Paradise. Neue Welten des Designs. Basel. Birkhäuser.

Sieper, J. (2011): Integrative Therapie als „Life Span Development Therapy“ und „klinische Entwicklungspsychologie der Bezogenheit“ mit Säuglingen, Kindern, Adoleszenten, Erwachsenen, alten Menschen. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Schmidt, A. (2024): Ausstellung zum textilen Nachlass: <https://www.timbayern.de/ausstellungen/kleider-geschichten-der-textile-nachlass-von-arno-und-alice-schmidt/>

Schmitz, H. (2005): Der Leib. System der Philosophie II, Teil 1. Studienausgabe. Bonn: Bouvier Verlag.

Schuhmacher-Chilla, D. (2012/2013): *Körper- Leiblichkeit*: Kulturelle Bildung online. [Körper – Leiblichkeit | kubi-online](#)

Schweighofer, A. (Jahr unbekannt): Kleines Wörterbuch der Integrativen Therapie. In: FPI-Publikationen, Düsseldorf/Hückeswagen: Verlag Petzold und Sieper.

Starobinsky, J. (1991): Kleine Geschichte des Körpergefühls. Frankfurt a. M.: Fischer Wissenschaft.

Statista, (2024):

<https://de.statist.com/statistik/daten/studie/4688/umfrage/zufriedenheit-mit-eigenem-koerper/>)

Te Heesen, A. Lutz, P. (Hg.) (2005): Dingwelten: Das Museum als Erkenntnisort. Köln, Weimar, Wien: Böhlau-Verlag.

W. Tschacher, M. Storch (2012): Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie. München: CIP-Medien. Bd.17/2 259 - S. 267.

Toups, M.A., Kitchen, A., Light, J.E., Reed, D.L. (2010): Origin of Clothing Lice Indicates Early Clothing Use by Anatomically Modern Humans in Africa. In: Molecular Biology and Evolution, 2010; 28 (1): 29 DOI: 10.1093/molbev/msq234, zitiert nach <https://www.sciencedaily.com/releases/2011/01/110106164616.htm>

https://www.uniwx.com/en/customization?product_list_order=price

Vanderheiden, E., Mayer, C.-H. (Hg.) (2023) Der Wert der Scham. Die Erforschung einer Gesundheitsressource in kulturellen Kontexten. Heidelberg: Springer.

9.Anhang

Vorschläge für die Arbeit mit Kleidung in integrativer poesie- und bibliotherapeutische Schreibwerkstätten und/oder der Integrativen Einzeltherapie von Maike Maurin

Alles kann, nichts muss...

Vorschläge für die Arbeit mit Kleidung in poesie- und bibliothераpeutische Schreibwerkstätten und/oder der Integrativen Einzeltherapie von Maike Maurin

Thema: Kleidung an der Leibgrenze

Ziel:	Förderung leiblicher Bewusstheit (7. Heilfaktor), kreativer Erlebnismöglichkeiten (HF 9), eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (12. HF), Ermöglichung von Empowerment (14.HF) sowie synergetischer Multimodalität (17. HF).
Hinweis:	Da hier der Blick auf den Körper gelenkt wird, sollte die Problematik der Körperscham u.o. Leibschar in besonderer Weise mitgedacht werden, z.B. bei der Gruppenbildung und beim Sharing. Eine Vertrautheit (mit) der Gruppe ist hier von Vorteil.
Zeitlicher Umfang:	ein Vormittag/ Nachmittag + Erweiterungsmöglichkeit
Aspekte von Kleidung:	Schutz vor Kälte, Sonne, Beschämung, Nähe, Einengung/Disziplinierung vs. Stütze, Halt
Gruppengröße:	insgesamt bis zu 6 Personen, die einander vertrauen
Materialien:	Aquarellfarben oder Wasserfarben, Buntstifte, Stifte, großformatiges Papier

Zur Durchführung

Die gemeinsame Zeit könnte mit einer **Achtsamkeitsübung zum eigenleiblichen Spüren** begonnen werden. Hierbei sollte durch den Impuls die Aufmerksamkeit auf die Eindrücke gelenkt werden, die Kleidung auf das Wohlbefinden hat. Dies kann beim langsamen Gehen gut wahrgenommen werden können. Es ist darauf zu achten, dass die Übung nicht defizitorientiert angeleitet wird, da jeder Aspekt, beispielsweise eine Einengung, für die Trägerin, den Träger durchaus auch positiv sein kann, wenn dies als Stütze oder notwendige Begrenzung wahrgenommen wird. In einem zweiten Schritt wird **den Eindrücken nachgespürt**, um im Anschluss einen **Impuls zum Malen** mit Aquarellfarben zu geben. Diese zarten Farben erlauben in besonderer Weise auch Nuancen in der Darstellung von Leibesinseln, Sinneseindrücken oder Gefühlen, da sie Überlagerungen gut darstellen. Das **Sharing** sollte zu zweit mit einer selbst gewählten Person erfolgen, da anzunehmen ist, dass nicht nur Gefühle wie Selbstzufriedenheit, sondern auch Körper- oder Leibschar empfunden werden. Einen **Abschluss** könnte **das Formulieren eines Titels** für das Bild darstellen, der anschließend in der Gruppe vorgestellt wird.

Sollte es sich um einen mehrteiligen Workshop handeln, z.B. an ein Wochenende, wäre eine **Erweiterung** wie im Folgenden möglich. Anknüpfend an den zuvor formulierten Titel könnten die Teilnehmer*innen das vorherrschende Gefühl, das sie im Zusammenhang mit Kleidung in das Bewusstsein gedrungen ist, in einem **Gedicht**, beispielsweise in einer Ode, formuliert werden. Dieses ungereimte, pathetische Lobgedicht kann förderlich für die Akzeptanz des Gefühls sein, das durch Kleidung ausgelöst oder unterstützt wird. Das ist auch dann sinnvoll, wenn das Gefühl selbst eher negativ ist, da es zunächst erst einmal angenommen werden

muss, bevor es in einem nächsten Schritt verändert wird. **Ein bedeutsamer Vers daraus** könnte zum Abschluss im Plenum vorgelesen werden.

Vorschläge für poesie- und bibliothераpeutische Schreibwerkstätten von Maika Maurin

Thema: Kleidung und Identitätssicherheit

Ziel:	Förderung von Einsicht, Sinnerleben, Evidenzerfahrung (5. Heilfaktor), leiblicher Bewusstheit (7. HF), kreativer Erlebnismöglichkeiten (9. HF), eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (12. HF), Ermöglichung von Empowerment (14.HF) sowie synergetischer Multimodalität (17. HF).
Zeitlicher Umfang:	ein Vormittag oder Nachmittag
Aspekte von Kleidung:	Kleidung und die Säulen der Identität, Kleidung als Selbsta Ausdruck
Gruppengröße:	insgesamt bis zu 8-12 Personen, um jeden ungehindert zu Wort kommen zu lassen, ohne dass die Phasen zu anstrengend werden, Kleingruppenphase: zu zweit, Partner*innen werden selbst gewählt. Achten Sie auf ausgegrenzte Personen und erfragen Sie deren Bedürfnisse!
Materialien:	Schreibzeug und Papier (Teilnehmende) „Zur Fotografie eines Konfirmanden“ von Erich Kästner

Der **Einstieg** könnte mit dem folgenden **bibliografischen Impuls** erfolgen: Erich Kästner: „Zur Fotografie eines Konfirmanden“. Dieser greift anhand den wichtigen und Moment des Übergangs von der Kindheit ins Erwachsenenleben auf. Die Identitätsunsicherheit ist hier sehr greifbar. Im Folgenden schreiben die Teilnehmer*innen **in Resonanz einen Brief an einen wichtigen Menschen** oder an sich selbst, den sie dann in einer selbstgewählten Kleingruppe vorlesen. Nun ist die Gruppe aufgefordert, aus dem Gehörten **in nochmaliger Resonanz** im nächsten Schritt **ein gemeinsames Standbild zu formen**, das die inneren Vorgänge und/oder die Entwicklung durch körperliche Darstellung sichtbar macht. Die Großgruppe könnte bei der **Vorstellung der Standbilder** durch Berührung Kontakt mit einer oder mehreren Figuren aufnehmen und formulieren, was sie der Figur mit auf den Weg geben möchte. Sollte in einer größeren Gruppe gearbeitet werden, könnte auch eine **Stimmenskulptur** entstehen, bei der Gedanken durch stellvertretend für die Figur

gesprachen werden, hinter die man sich stellt. Dies kann gleichzeitig, im Wechsel oder nacheinander geschehen.²

Vorschläge für poesie- und bibliothераpeutische Schreibwerkstätten von Maika Maurin

Thema: Kleidung und Identitätssicherheit, Fremdwahrnehmung, Eigenwahrnehmung

Ziel	Förderung von Einsicht, Sinnerleben, Evidenzerfahrung (5. Heilfaktor), leiblicher Bewusstheit (7. HF), kreativer Erlebnismöglichkeiten (9. HF), eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (12. HF), Ermöglichung von Empowerment (14.HF) sowie synergetischer Multimodalität (17. HF).
Zeitlicher Umfang:	ein Vormittag oder Nachmittag
Aspekte von Kleidung:	Kleidung als Selbstausdruck, Resonanzen und soziales Umfeld
Gruppengröße:	insgesamt bis zu 8-12 Personen, um jeden ungehindert zu Wort kommen zu lassen, ohne dass die Phasen zu anstrengend werden
Materialien:	Schreibzeug und Papier (TN) , Kostüme, Accessoires Auszüge aus den ersten Seiten von „Kleider machen Leute“ von Gottfried Keller (Seite 1 bis 3)) Ausg. Einfach Deutsch (mit Materialien) oder hier: https://www.projekt-gutenberg.org/keller/kleider/kleider.html Jacques Prévert „Ich bin, wie ich bin“ Wise Guys: https://genius.com/Wise-guys-ich-bin-wie-ich-bin

Zur Durchführung:

Zunächst erhalten die Teilnehmenden Kronen, die sie aufsetzen und mit denen sie, nach einem **Bewegungsimpuls**, im Raum umhergehen. Dabei **begrüßen** sie die anderen TN. Es treffen also immer zwei „**Gleichrangige**“ aufeinander. Dies dient der Erlebnisaktivierung und der Einstimmung ins Thema. In einer zweiten Runde nimmt die Hälfte der TN die Krone ab, sodass nun ein „**Standesunterschied**“ besteht. In einem Blitzlicht berichten die TN kurz über für die Gefühle aus den Szenen.

² **Für die Kursleitung:** Zur Methodik von Standbildern und Stimmenskulpturen (pdf zum Download ganz oben auf der Seite!): <https://www.lehrerfreund.de/schule/1s/szenische-interpretation-methoden/2794>

Nun liest die Kursleitung den Ausschnitt bzw. Beginn der Novelle „Kleider machen Leute“ (S. 1 -3): „An einem unfreundlichen Novembertage [...] Gleich wird serviert werden, es ist eben gekocht!“, dem ein **Impuls zur Dramatisierung** in der Gruppe folgt, bei dem zunächst das Erleben des Schneiders Strapinski im Zentrum steht und von jedem TN in der entsprechenden Kostümierung erprobt wird. Zunächst erfolgt eine **Einfühlung** in die Figur, indem seine Bewegungen, seine Haltung, seine Art zu sprechen, anhand einer Vorstellung vor der Kleingruppe zusammen mit dem Satz: „Eigentlich bin ich kein Graf“ erprobt wird. Danach übernimmt ein TN weiterhin die Rolle Strapinskis, während die anderen TN die Rollen des „Waagwirts“, der „ruhigen Köchin“ und „Nettchens, Tochter eines Amtrats“ verkörpern, die in der Annahme, er sei ein Graf, sein Herz erobern möchte und überlegen, wie sie ihm begegnen wollen. Zu diesen Rollen erhalten sie von der Kursleitung die entsprechende Kostümierung. **Auf dieser Grundlage wird eine Szene entwickelt, die eine positive Lösung aufzeigt.** Die Szene wird **im Plenum vorgestellt.** Die TN **äußern sich zu ihrem Empfinden** in der jeweiligen Rolle. Zum **Abschluss wird ein Gedicht vorgelesen**, in dem Identitätssicherheit thematisiert wird z.B. von Jacques Prévert oder den Wise Guys. Dies dient der Stabilisierung.

Vorschläge für poesie- und bibliothераpeutische Schreibwerkstätten von Maïke Maurin

Thema: Kleidung als Selbsta Ausdruck, mood illustration dress

Ziel:	Förderung von einfühlendem Verstehen (Heilfaktor 1), emotionaler Annahme (HF 2), emotionalem Ausdruck (HF 4), kreativer Erlebnismöglichkeiten (HF 9), des Selbst- und Identitätserlebens (HF 12), Empowerment (HF 14) und synergetischer Multimodalität(HF 17)
Zeitlicher Umfang:	ein Vormittag oder Nachmittag
Aspekte von Kleidung:	Kleidung als Selbsta Ausdruck
Gruppengröße:	insgesamt bis zu 8-12 Personen, um jeden ungehindert zu Wort kommen zu lassen, ohne dass die Phasen zu anstrengend werden
Materialien:	Schreibzeug und Papier (TN) Abbildung der Arbeit von A.E. Richter (Jacke mit autobiografischen Texten verziert von Emma Agnes Richter, 1895) Sammlung Prinzhorn, Universitätsklinikum Heidelberg, Inv.Nr. 74. https://www.sammlung-prinzhorn.de/sammlung/kuentlerinnen-der-sammlung-prinzhorn/richter-agnes Großformatiges Papier, Bleistifte, Pinsel, Tuschkasten, Lackstifte

Zur Durchführung

Zunächst führen die Teilnehmer*innen (im Folgenden TN) eine **Atem- und Bewegungsübung** durch, die die Aufmerksamkeit auf die eigene Stimmung, das eigene Wohlbefinden lenkt. In einem zweiten Schritt werden **verschiedenfarbige Tücher zur Auswahl** gestellt, sodass jeder TN sich anhand der Farbe eines oder mehrere Tücher aussuchen kann, das/die seine Gestimmtheit an diesem Morgen/Nachmittag abbildet/abbilden. In einer kurzen Runde wird diese Gestimmtheit in der Gruppe geteilt. Auch Gründe dürfen genannt werden.

Anschluss wird die **Arbeit von E.A Richter vorgestellt**. Nun folgt ein **Impuls zum Zeichnen und Malen**, bei dem die **eigene Gestimmtheit und das eigene Bedürfnis, das durch die Kleidung gestillt werden soll**, in eine lebensgroße Skizze eines Kleidungsstückes einfließen sollen. Dies wird durch Form und Farbe deutlich gemacht und kann mit der eingangs gewählten Farbe in Verbindung stehen. Funktionen von Kleidung wie zum Beispiel der Schutz vor Kälte oder Beschämung, die Freude, sich zu schön zu machen, können genannt werden. Das Kleidungsstück wird selbst gezeichnet.

Im Anschluss folgt der **Schreibimpuls**, bei dem die TN aus einer Vielzahl von **Reizwörtern** (abstrakten und konkreten Begriffen) und von der Kursleiterin mitgebrachten **Objekten** auswählen können, die mit dem Thema Glück in Verbindung stehen. Diese können genutzt werden, um glückliche Momente in kurzen, autobiografischen Texten zu schildern, die zur Stimmung geführt haben oder die aus einer gedrückten Stimmung herausführen könnten. Auch freie Texte sind möglich. Aus diesen kurzen Texten wählt jeder TN wiederum **bedeutende Sätze aus**, die, in Anlehnung an die anfänglich vorgestellte Arbeit von E.A. Richter, **auf die Kleidungs-skizze geschrieben werden**. Hierbei können verschiedene Farben genutzt werden, die das Geschriebene durch die Farbmeteraphorik unterstreichen. Mit Lackstift in verschiedenen Farben (auch silber oder gold) wird eine gute Lesbarkeit sichergestellt. In einem **Gallerywalk** werden die TN zunächst eingeladen, sich alle Werke anzuschauen, um dann im Folgenden gezielt auf einen TN zuzugehen und mit ihm in einen **Austausch** zu gehen. Abschließend könnte folgendes Zitat aus dem „Faust I“ den Tag abrunden:

*O gibt Geister in der Luft, / Die zwischen Erd und Himmel herrschend weben, / So steigt nieder aus dem gold'nen Duft/Und führt mich weg zu neuem, buntem Leben!/Ja wäre nur ein Zaubermantel mein,/Und trüg er mich in fremde Länder!/Mir sollt er um die köstlichsten Gewänder, /Nicht feil um einen Königsmantel sein!
(V.1118-V.1125).*

Kleidung als Materialmedium der Zeugenschaft im Life Development Approach

Ziel:	Förderung kreativer Erlebnismöglichkeiten und Gestaltungskräfte (HF 9), Erarbeitung positiver Zukunftsperspektiven und Erwartungshorizonte (Heilfaktor 10), Konsolidierung der existentiellen Dimension (HF 11), Förderung eine prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (HF 12), Ermöglichen von Empowerment und Solidaritätserfahrungen (HF 14), synergetische Multimodalität (HF 17)
Zeitlicher Umfang:	ein Vormittag
Aspekte von Kleidung:	Kleidung mit „Aura der Zeugenschaft“, exzentrischer Blick auf den Chronotopos und den Lebensweg
Gruppengröße:	insgesamt bis zu 8-12 Personen, um jeden ungehindert zu Wort kommen zu lassen, ohne dass die Phasen zu anstrengend werden
Materialien:	mitgebrachte Kleidungsstücke, Schreib- und Malzeug, große Papierbögen

Zur Durchführung

Die **Ankündigung des Treffens** erfolgt mit der Aufforderung, **Kleidungsstücke** (oder Fotos, auf denen die Kleidungsstücke getragen werden) **mitzubringen**, in denen man sich selbst lebendig gefühlt hat oder der einen bedeutenden, großen Moment in der eigenen Entwicklung symbolisiert. Die TN bringen das Kleidungsstück mit und **erzählen** zunächst, was sie damit verbinden. Nun wird ein **Schreibimpuls** gegeben, bei dem die TN **ein Märchen schreiben**, das eine Entwicklung vom erzählten Moment bis heute aufgreift. Dieses wird in der **Kleingruppe vorgelesen**. Abschließend finden die TN einen Spruch, analog zur Aufschrift „7 auf einen Streich“ aus dem Märchen „Das tapfere Schneiderlein“, das zu ihrem Kleidungsstück passt und alles auf den Punkt bringt.