



Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit Bewegung und Bildung – drinnen bewegt lernen



- Phänomenologie und Leiblichkeit des Herzens
- Die Bedeutung impliziten Wissens und Lernens
- Implizites Wissen in der Aufsuchenden Jugendarbeit
- Körper, Bewegung und Nachhaltigkeit
- Tanz als ästhetische Praxis
- Aktivierung von Großgruppen
- Beziehung in Bewegung
- Indoor Aktivitäten: Vom Spiel zum Lernszenario

Herausgeber:

Prof. Dr. Janne Fengler
 Prof. Dr. Michael Jagenlauf
 Prof. Dr. Werner Michl
 Dipl. Sozpäd. Holger Seidel

Redaktionsleitung:

Sibylle Schönert
 Alle Textbeiträge bitte an die E-Mail-Adresse
 redaktion@ziel.org!

Redaktion:

Prof. Dr. Michael Jagenlauf M.A., Klosterkamp
 43, 21337 Lüneburg, Tel.: 04131/5 63 43,
 Fax: 04131/8 36 65, E-Mail: Jagenlauf@
 t-online.de

Prof. Dr. Janne Fengler, Alanus Hochschule für
 Kunst und Gesellschaft, Fachbereich Bildungswissenschaft/ Institut für Kindheitspädagogik,
 Villestr. 3, 53347 Alfter, Tel.: 02222/9321-
 1511; E-Mail: Janne.Fengler@alanus.edu

Prof. Dr. Werner Michl M.A. (V.i.S.d.P.),
 Kellerbachstr. 7, 82335 Berg, Tel.: 08151/
 5 16 62, E-Mail: michl@hostmail.de

Holger Seidel, Gustav-Harms-Str. 30, 38122
 Braunschweig, Tel.: 0531/12 87 34 21, E-Mail:
 h.seidel@erlebnistage.de

**e&I – erleben und lernen;
 internationale Zeitschrift für
 handlungsorientiertes Lernen**

**vereinigt mit der ZfE – Zeitschrift für
 Erlebnispädagogik**, 1981 von Prof. Dr.
 phil. habil. PhDr. Jörg W. Ziegenspeck (Uni
 Lüneburg) begründet und von ihm und Prof.
 Dr. Torsten Fischer (Fachhochschule des Mit-
 telstands (FHM), Berlin) 30 Jahre lang betreut.

Herausgeber-Beirat:

Peter Alberter, Regensburg; Rainald Baig-
 Schneider, Wien; Dr. Barbara Bous, Mem-
 mingen; Kurt Daschner, München; Prof. Dr.
 Thomas Eberle, Glonn; Jürgen Einwanger,
 Innsbruck; Dr. Rüdiger Gilsdorf, Bad Kreuz-
 nach; Dr. Bettina Grote, Berlin; Bernd Heck-

mair, München; Dr. Jule Hildmann, Edinburgh;
 Manfred Huber, Gauting; Tobias Kamer, Bern;
 Prof. Dr. Jutta Kessler, Mainz; Prof. Dr. Ulrich
 Lakemann, Jena; Christine Mangold, Baad;
 Dr. Kilian Mehl, Bodnegg; Prof. Dr. Harald
 Michels, Düsseldorf; Dr. Albin Muff, Bam-
 berg; Prof. Dr. F. Hartmut Paffrath, Augsburg;
 Andrea Scholz, Chemnitz; Dr. Martin Scholz,
 Augsburg; Prof. Dr. Peter Schettgen, Augs-
 burg; Markus Streicher, Augsburg; Christiane
 Thiesen, Lindau; Prof. Dr. Wolfgang Wahl,
 Nürnberg; Stefan Westhauser, Kassel; Prof.
 Dr. Germo Zimmermann, Kassel; Rafaela
 Zwerger, Hinterzarten.

Erscheinungsweise und Bezugspreise:

6 Hefte: 15.2., 15.4., 15.7. (Doppelheft),
 15.10., 15.12. Jahresabonnement: € 64,-,
 Einzelhefte € 10,-/€ 20,-. Alle Preise zzgl.
 Versandkosten.

Das Jahresabonnement verlängert sich jewei-
 ls um ein Jahr, wenn es nicht 6 Wochen vor
 Jahresende schriftlich gekündigt wird. Wir
 bitten bei Auslandsüberweisungen für Abo-
 Zahlungen darauf zu achten, dass der genaue
 Rechnungsbetrag unserem Konto gutgeschrie-
 ben wird. Abgezogene Bankgebühren müssen
 wir der Rechnung wieder aufschlagen.

Verlag und Anzeigen:

ZIEL GmbH, Zeuggasse 7–9, 86150 Augsburg,
 Tel.: 0821/420 99 77, Fax 0821/420 99 78.
 E-Mail: anzeigen@ziel.org. Es gilt Anzeigen-
 Preisliste Nr. 13, gültig ab 01.01.2016

Layout, Satz und Grafik;

FRIENDS Menschen Marken Medien
 www.friends.ag

Druckerei und Lieferanschrift für

Beilagen: Westdeutsche Verlags- und
 Druckerei GmbH, Warenannahme Akzidenz,
 Kurhessenstraße 4–6, 64546 Mörfelden-
 Walldorf

Gendering

Geschlechtersensible Sprache ist uns ein
 Anliegen. Wir verwenden daher das sub-
 stantivierte Partizip, die Nennung beider
 Geschlechter oder das Gender-*

Abonent*innenbetreuung:

ZIEL GmbH, e&I – erleben und lernen,
 Zeuggasse 7–9, 86150 Augsburg, Tel.:
 0821/420 99 77, Fax 0821/420 99 78.
 E-Mail: e-und-l@ziel.org

Copyright © 2023, ZIEL GmbH, Augsburg:

Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen
 einzelnen Beiträge und Abbildungen sind ur-
 heberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der
 gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwer-
 tung ohne Einwilligung des Verlags strafbar.
 Erfüllungsort und Gerichtsstand: Augsburg.
 Beiträge, die mit Namen oder Initialen des
 Verfassers gekennzeichnet sind, stellen nicht
 in jedem Falle die Meinung der Redaktion
 oder des Herausgebers dar. Für unverlangt
 eingesandte Manuskripte kann keine Haftung
 übernommen werden.

Zitiervorschlag: Michels, H., Fengler, J. &

Schönert, S. (Hrsg.).(2023). Körper-Wissen
 und reflexive Leiblichkeit (e&I – erleben und
 lernen 3&4, Themenheft 3). Augsburg: ZIEL-
 Verlag. | Michl, W. (Hrsg.) (2023). Bewegung
 und Bildung – drinnen bewegt lernen (e&I –
 erleben und lernen 3&4, Themenheft 4).
 Augsburg: ZIEL-Verlag

Fotos: Von den Autoren und Autorinnen
 (außer anders gekennzeichnet).
 Titelbild: Adobe Stock: Jürgen Fälchle

ISSN 0942-4857

Vertriebskennzeichen B 130 20

Beilagenhinweis: Der Abonnementauflage
 liegen Prospekte der HHV Versicherungsmakler
 und Metalog bei.

Wir bitten unsere Leserinnen und Leser um
 freundliche Beachtung.

Weitere zum Hefthema passende e&I-Titel:

Bestellung unter www.e-und-l.de



5/2020

Auf der Suche nach anderen Inhalten?
 e&I hat in über 25 Jahren so ziemlich jedes
 für die Erlebnispädagogik relevante Thema
 behandelt. Lass Dich überraschen, welche
 Artikel-Schätze wir haben!

Neugierig? Suche hier nach Themen:
www.e-und-l.de/suche



3&4/2022

6/2022

3&4/2014

Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit

Bewegung und Bildung – drinnen bewegt lernen



Wie immer bietet das Doppelheft zwei Schwerpunktthemen. „Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit“ lautet das erste Thema, das gemeinsam mit Harald Michels als Gastherausgeber entstanden ist. Wir bedanken uns ganz herzlich für die hervorragende Zusammenarbeit!

Dazu einige konzeptionelle Anmerkungen: Erlebnispädagogisches Arbeiten zeichnet sich durch die Reflexion der gewonnenen Erlebnisse aus, so dass aus Erlebnissen Erfahrungen werden. Wenn in diesem Heft von „reflexiver Leiblichkeit“ gesprochen wird, dann knüpft die Erlebnispädagogik dabei theoretisch und praktisch an Konzepte an, die Körper und Leib mit all ihren Erlebnis- und Erfahrungsmöglichkeiten thematisieren. Bereits in einem früheren Heft haben wir die Verknüpfung von Sportsozialarbeit und Erlebnispädagogik aufgegriffen. Nun stellen wir im Zusammenhang mit dieser Verbindung „Körperwissen und reflexive Leiblichkeit“ aus verschiedenen Blickwinkeln vor.

Harald Michels, Heiko Löwenstein, Wolfgang Ruf und Rainer Schliermann führen in die Materie ein und erklären zentrale Begriffe. Robert J. Kozlanič beschreibt in seinem Beitrag, wie auf der Grundlage „neuer Phänomenologie“ der leiblich spürende Mensch verstanden werden kann. Er appelliert an eine Erlebnispädagogik, die sich einer Kultivierung des Herzens annehmen sollte. Holger Jessel und Frank Nickel stellen dar, welche Bedeutung implizites Wissen für Professionalisierungsprozesse in der Sozialen Arbeit und der Psychomotorik haben kann. „Tacid knowlege“ ist ein Ansatz, der das Wissen und Können des Körpers als Einheit konstruiert. Rudolph Meyer teilt seine Erfahrungen im Kontext aufsuchender Jugendarbeit. Johannes Verch verknüpft Körper und Bewegung mit Aspekten der Nachhaltigen Entwicklung und beschreibt einen Ansatz der Differenzästhetik, der in diesem Zusammenhang auch in der Erlebnispädagogik genutzt werden kann. Tanzen ist eine besondere ästhetische und leibliche Erfahrung. Wie tanzpädagogische bzw. tanzkünstlerische Arbeit den Genuss von Kreativität und Körperbewusstheit (auch) in sozialpädagogischen Handlungsfeldern hilfreich sein kann, zeigt Nadja Raszewski am Beispiel der TanzTangente Berlin.

Das bewegte Lernen drinnen ist der zweite Schwerpunkt. Outward Bound hat vor vielen Jahren mit dem Motto geworben: „Die Natur ist der beste Lernraum, den wir gefunden haben.“ Allerdings findet das meiste Lernen drinnen statt – im Kindergarten (zu oft), in der Schule (wir warten auf einen „Erlebnistag“ pro Woche), in der Hochschule, in der Erwachsenenbildung. Dennoch ist der Alltag dieser Bildungsorte schon infiziert vom bewegten Lernen und von der Erlebnispädagogik. Eva Mauch, Michael Rehm, Martin Scholz, Monika Welsche, Jörg Wendorf, Kathrin Weiß eröffnen Erfahrungen und Erkenntnisse, bringen Information, Ideen und Inspirationen und regen dazu an, Bewegung und Bildung miteinander zu verbinden.

Wir hoffen, dass die Beiträge genussvoll gelesen werden und das spürende Herz in der Erlebnispädagogik gestärkt wird.

Harald Michels und der Herausgeberkreis

Werner Gill Janne Feyler Holger Seil
 Michael Jankausky Stoyke Seif

akzent

Seite 4	Neue Herausgeberinnen
Seite 5	Harald Michels, Wolfgang Ruf, Heiko Löwenstein und Rainer Schliermann Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit
Seite 10	Robert J. Kozlanič Phänomenologie und Leiblichkeit des Herzens
Seite 15	Holger Jessel und Frank Nickel Die Bedeutung impliziten Wissens und Lernens
Seite 19	Rudolph Meyer Implizites Wissen in der Aufsuchenden Jugendarbeit
Seite 22	Johannes Verch Körper, Bewegung und Nachhaltigkeit
Seite 24	Nadja Raszewski Tanz als ästhetische Praxis

Seite 26	Jörg Wendorf Aktivierung von Großgruppen
Seite 30	Mone Welsche Beziehung in Bewegung
Seite 33	Michael Rehm Indoor Aktivitäten: Vom Spiel zum Lernszenario oder zur Projektsimulation
Seite 37	Eva Mauch und Martin Scholz Drinnen spielen!
Seite 40	Kathrin Weiß Escape!

vip

Seite 44	interview: Susanne Hauck / Werner Michl „Einfach mal im Sommer nachts in der Wiese schlafen“
Seite 46	impuls: Rainald Baig-Schneider Der Begriff Erlebnispädagogik

praxis – Nachlese Kongress 2023

Seite 50	Preise erleben und lernen
Seite 51	Barbara Bous: Umbruch und Aufbruch
Seite 56	5x5 Speakers Corner

service

Seite 64	Rezensionen
Seite 67	Kleinanzeigen

Neue Herausgeberinnen

e&l

Wir begrüßen zwei neue Herausgeberinnen, die e&l ab sofort mit Engagement und Expertise bereichern. **Herzlich willkommen!**



Rafaela Zwerger

Aktuelle berufliche Tätigkeit

Diplom Sozialpädagogin, Erlebnispädagogin, Systemische Beraterin. Angestellt bei der Firma Zwerger & Raab in Hinterzarten: im Lehrteam für Aus- und Weiterbildung von Erlebnispädagog*innen, Seminare für Azubis, erlebnispädagogische Tage mit Schulklassen und Teams, Wildniskurse. Lehrauftrag für Erlebnispädagogik an der Katholischen Hochschule Freiburg.

Kleiner Stellenanteil in der Jugendhilfe in einer traumapädagogisch ausgerichteten vollstationären Wohngruppe für erlebnisorientierte Wochenenden mit Jugendlichen.

Kleiner Stellenanteil in der Jugendhilfe in einer traumapädagogisch ausgerichteten vollstationären Wohngruppe für erlebnisorientierte Wochenenden mit Jugendlichen.

Was reizt mich an der Erlebnispädagogik?

Menschen dabei begleiten zu können, individuelle Schritte in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu gehen – häufig mit der Unterstützung durch eine Gruppe. Dabei kreativ zu werden, die „Räume“ für eine solche Entwicklung zu gestalten und Herausforderungen in machbare Schritte zu zerlegen.

Viel Zeit in und mit der Natur verbringen zu können und die Wirkung von Naturräumen und Naturphänomenen beobachten und nutzen zu können.

Im Team zu arbeiten und mich dabei immer auch selbst wieder ein Stück weiterzuentwickeln.

Was reizt mich an der Arbeit im Redaktionsteam?

Was wünsche ich der e&l?

Als einzige deutschsprachige Fachzeitschrift in der Szene hat die Zeitschrift erleben & lernen einen hohen Wirkungsgrad. In der vergleichsweise kleinen Community von Erlebnispädagog*innen im deutschsprachigen Raum gibt es die Möglichkeit der direkten Mitgestaltung und die Chance, Stimmungen direkt aufzunehmen sowie Themen zu platzieren und in die Diskussion zu bringen.

Außerdem ist mein Wunsch, dass Theorie und Praxis voneinander profitieren und dass das, was die vielen erlebnispädagogisch arbeitenden Menschen leisten, immer wieder sichtbar gemacht wird.



Dr. Barbara Bous

Aktuelle berufliche Tätigkeit

Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Augsburg, Lehrstuhl für Pädagogik, im Bereich Erlebnispädagogik; Mitglied im Vorstand Bundesverband Individual- und Erlebnispädagogik e.V. (be),

in der Leitung der Fachgruppen Erlebnistherapie und Aus- und Weiterbildung; freiberufliche Trainerin; Mitglied e&l Kongressteam und Team der Wissenschaftlichen Tagung für Erlebnispädagogik.

Was reizt mich an Erlebnispädagogik?

Vieles, vor allem die Einfachheit und Wirksamkeit in der Natur. Erlebnispädagogik ist für mich das, was viele Menschen brauchen, Echtheit, Unmittelbarkeit, Selbsterfahrung und vor allem Begegnung.

Deshalb reizt es mich, in der Erlebnispädagogik wirksam zu werden, zu lehren, Erfahrungsräume zu gestalten und Menschen zu begleiten. Ich möchte die Theorie und Forschung in erlebnispädagogischen und handlungsorientierten Räumen befeuern, darüber berichten und die Praxis damit stärken.

Was reizt mich an der Arbeit im Redaktionsteam?

Was wünsche ich der e&l?

Ich halte die e&l als Fachzeitschrift für handlungsorientiertes Lernen für sehr bedeutungsvoll und möchte dies unterstützen. Die e&l kann die Impulse und Themen der Theorie und Praxis schnell und wirkungsvoll an die Handelnden weitertragen und so die Entwicklung der Erlebnispädagogik unterstützen. Deshalb wünsche ich der e&l weiterhin viele gute Beiträge, inspirierende Themen und viele Leser:innen, die handlungsorientiertes Lernen verbreiten.

Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit

von Harald Michels, Wolfgang Ruf, Heiko Löwenstein und Rainer Schliermann

Mit diesem Grundlagenbeitrag möchten wir einige zentrale Begriffe beschreiben, die den Zugang zum Thema Körper-Wissen und reflexive Leiblichkeit erleichtern und zugleich die Relevanz für das Anwendungsfeld in der Sozialen Arbeit, mit dem Schwerpunkt Bewegung und Sport, verdeutlichen.



Der Körper ist in allen Aktivitäten des Menschen gegenwärtig, auch wenn die Wahrnehmung nicht darauf ausgerichtet ist, den Körper zu spüren. Im Verlaufe der Körpersozialisation eignet sich der Körper nicht nur biologisch-physiologische Fähigkeiten, wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Flexibilität und Koordination an, sondern er erwirbt auch ein ihm eigenes Wissen. Dieses Körper-Wissen wirkt sich darauf aus, wie einzelne Situationen wahrgenommen werden, wie sich Dispositionen von Situationen „anfühlen“, ob sie als angenehm oder unangenehm wahrgenommen werden und mit welchen Denk-, Wahrnehmungs- und Handlungsmustern Individuen sich in Situationen verhalten. Damit verweist „Körper-Wissen“ auf ein (objektives) Wissen über den Körper und zugleich auf ein (subjektives) Wissen des Körpers. Beide sind habituell verankert.

Leibsein und Körperhaben

Körpersein geht immer mit leiblich-affektiven Erfahrungen einher. Diese Aussage unterstellt einen Unterschied zwischen Körperhaben und Körpersein, sowie einen Unterschied zwischen Körper und Leib. Gugutzer (2013, 152 ff) erläutert diese „Zweiheit des Körpers“ nach phänomenologischen Ausführungen als „Einheit von spürbarem Leibsein und gegenständlichem Körperhaben“. Mit Leib ist damit immer der lebendige, spürende Körper gemeint, während Körper auch unbelebt sein können. Mit der Leibperspektive wird die subjektive Dimension der eigenen

Wahrnehmung des Körpers eingenommen, wobei der eigene Körper auch eine objektive Dimension besitzt, z. B. objektive Merkmale wie Kopf, Beine und Arme. Zudem kann der Körper als Objekt auch von anderen von außen wahrgenommen werden, der „eigene Leib hingegen (kann/ Erg. d. V.) nur von innen wahrgenommen werden“ (ebd., 152 f.). Innen- und Außenperspektive der leiblichen Erfahrung und des Körpers sind miteinander verbunden, sie konstruieren unser Denken über unseren Körper (Körperkonzept als Bestandteil unseres Selbstkonzepts) und beeinflussen unser Wahrnehmen, Denken, Fühlen und Handeln.

Sinnliche Wahrnehmung und Körperwissen

Die Wahrnehmungspsychologie (vgl. Schönhammer, 2009) widmet sich ausführlich den physiologischen und psychischen Prozessen der Wahrnehmungsverarbeitung unseres Körpers. Dieser Prozess wird durch die verschiedenen Sinnesmodalitäten (z. B. taktile, auditive, visuelle Wahrnehmung) begrenzt, die durch die Beschaffenheit unserer Wahrnehmungssensoren sowie der weiterverarbeitenden Prozesse, beispielsweise der elektrischen Impulse und chemischen Botenstoffe, beeinflusst werden. Dieser höchst komplizierte Verarbeitungsprozess bedingt die Aneignung von Gedächtnis und Wissen (Bauer, 2018). Beides manifestiert sich in einem lebenslangen und individuellen Prozess und beeinflusst die Identität und Handlungsweisen eines jeden Menschen.

Dieses Wissen ist einerseits ein rationales Wissen, beispielsweise über Daten, Fakten, Zusammenhänge, andererseits eignet sich jeder Mensch ein körperliches Wissen an, lernt so die Welt zu „begreifen“. Die (neue) Phänomenologie (vgl. Kozljanič, in diesem Heft) versucht das körperliche Wissen als Spüren des Leibes um weitere Dimensionen zu erweitern. So werden sogenannte „Leibinseln“ identifiziert, die das Spüren des Leibes in lokalisierbaren Regionen beschreiben. „Gibson macht klar, dass wir nicht nur sehen, um uns bewegen zu können, sondern tatsächlich auch mit den Beinen – und was die Augen sonst noch beweglich macht – sehen“ (Schönhammer, 2009, 14).

Bezogen auf die Wahrnehmung bleibt der Körper über weite Strecken unseres Daseins im Hintergrund. Er wird nicht aufmerksam wahrgenommen (Schönhammer, 2009, 19). Körper und Leib werden bewusst wahrgenommen, wenn unsere Empfindungen mit besonderen Anstrengungen oder starken Gefühlen verbunden sind. Dies merken wir beispielsweise beim Sport, wenn der pochende Herzschlag beim Laufen zu spüren ist, oder wenn wir in stressigen Situationen ein flaes Gefühl im Bauch haben und uns bei Ärgerissen sprichwörtlich „etwas auf den Magen geschlagen“ ist. Auch Angst, Freude, Schreck, Hunger, Wut, Trauer, Nervosität, Lust, Begierde etc. sind Beispiele leiblich-affektiver Erfahrung (Gugutzer, 2013, 107). Zudem wird Körper in Situationen/Handlungen wahrgenommen, bei denen es um den Körper selber und seine Lust geht, z. B. vom Entspannen im Bad über Sport bis hin zur

Sexualität. Diese Möglichkeiten können gezielt im Sport und in der Erlebnispädagogik genutzt werden, wenn es darum geht, beispielsweise praktische Übungen/Verfahrensweisen anzuwenden, die der Körperwahrnehmung und dem Spüren des Leibes dienen. Die leibliche Erfahrung wird „naturgemäß“ in vielen erlebnispädagogischen Settings angeregt.

Eigenqualität der sinnlichen/leiblichen Wahrnehmung

Bereits Alexander Gottlieb Baumgarten (1714 – 1762) hat mit seiner „Aesthetica“ (1783) Ästhetik u. a. als „Wissenschaft der sinnlichen Erkenntnis“ und als „Kunst des der Vernunft analogen Denkens“ beschrieben (Majetschak, 2010, 19 ff). Mit der Aufklärung, verbunden mit dem cartesianischen Weltbild, wurde das religiöse Weltbild abgelöst. Rationalismus und das logische Denken wurden zum modernen Fortschrittspostulat. Mit seiner Sichtweise konstruierte Baumgarten eine Theorie, in der er die Eigensinnlichkeit der ästhetischen Erkenntnis neben der rationalen Erkenntnis herausarbeitete.

Auch wenn Details seiner Theorie aus heutiger Sicht „diskussionswürdig“ erscheinen, so steht sein Beitrag für eine Perspektive, die die Wahrnehmungserfahrungen über die rationale Erkenntnis hinausgehend betont. „Wahrnehmung wird zu einer Erfahrung, die in eigener, vom logischen Denken unabhängiger Gesetzmäßigkeit funktioniert, zu einem Vermögen, das weit über eine Abbildfunktion hinausgeht“ (Seitz, 1996, 75). Das kognitive/rationale Wissen, welches nicht nur unsere Gesellschaft, sondern auch unser vernunftbegabtes Denken beeinflusst, ist nur ein Teil des Wissens, welches Menschen sich im Verlaufe ihres Lebens aneig-



nen. „In gewissem Sinne lässt sich davon sprechen, dass Körper als eigenständige Träger von Wissen fungieren, das nicht in kognitive Prozesse übersetzt ist, ja nicht übersetzt werden kann“ (Keller & Meuser, 2011, 10). Dies hat auch praktische Konsequenzen für die erlebnispädagogische Arbeit. Sinnliche/leibliche Erlebnisse sind oft wichtige Wirkungsdimensionen von erlebnispädagogischen Programmen. Das sinnliche Erleben beispielsweise von wahrgenommenen Anstrengungen bei einer Wanderung, der genussvolle Ausblick von einem erklimmenen Berg sind nur einige Beispiele. Diese sinnlich/leiblichen Wahrnehmungen können nur andeutungsweise in (angeleiteten) Reflexionen als „Annäherung“ reflektiert und z. B. sprachlich beschrieben werden. Bedeutsam ist, Reflexionen des Erlebens sind im Sinne des Konstruktivismus immer „Rekonstruktionen“ sinnlicher Erfahrungen und sind damit auch das Ergebnis eines vielschichtigen individuellen Konstruktionsprozesses. Eine „gute Reflexion“ (Friebe, 2018, 48) in der erlebnispädagogischen Arbeit weiß um diese Zusammenhänge.

Körperwissen und Handlung

Das soziale Handeln ist nicht in allen Situationen durch rationale Abwägungsprozesse gekennzeichnet. Ohne die Breite der sozialpsychologischen Handlungstheorien (vgl. Miebach, 2010) an dieser Stelle entfalten zu können, kann in Anlehnung an alltagstheoretische Handlungstheorien (z. B. Goffman, Schütz, Garfinkel) angenommen werden, dass unser Alltagshandeln weitgehend durch erworbene Handlungsrountinen beeinflusst ist. Diese Handlungsrountinen entlasten unsere Wahrnehmungs-, Denk- und Entscheidungsprozesse in alltäglichen Handlungen, und sie sind weitgehend unbewusste „Schemata“, die unser Handeln beeinflussen. Wahrnehmung ist ein aktiver körperlicher Verarbeitungsprozess, der u. a. mit bereits gemachten Erfahrungen (Wahrnehmungen), Emotionen, Interessen, Aufmerksamkeiten, Befindlichkeiten, Interpretations-, Deutungs- und Bewertungsprozessen auf unterschiedlichen Bewusstseinsebenen verknüpft ist und diese Rountinen/Muster entstehen lässt. Es kann nun angenommen werden, dass das unbewusste leibliche Wissen auf vielfältige Weise in die Konstruktion dieser Rountinen und Muster einbezogen wird. Oft wird ein Gefühl für eine richtige/angemessene Verhaltensweise entwickelt, ohne zu wissen, warum diese Verhaltensweise so gespürt oder bewertet wird. In Überlegungen zur Intuition (vgl. Thiele-Dohrmann, 1990; Mamin, 2020) könnten hier Ansätze zur Erklärung dieses Phänomens liegen. „Beispielsweise wird Intuition heute im deutschen Sprachraum oft mit dem ‚Bauchgefühl‘ in Verbindung gebracht, wodurch die Entgegensetzung ‚Intuition versus Vernunft‘ verstärkt wird“ (Mamin, 2020, 1).



Mit dem in der Erlebnispädagogik als Paradigma gehandelten „Komfortzonen-Modell“ (vgl. Paffrath, 2013, 59 ff) sind diese Überlegungen direkt verbunden. Als Komfortzone wird gerade dieser Bereich der Denk-, Wahrnehmungs- und Handlungsmuster gedacht, den es durch Erlebnisse (und deren Reflexion) in der „Lernzone“ zu erweitern gilt. Diese einfache Darstellung des Modells unterstellt nicht nur, dass Denk-, Wahrnehmungs- und Handlungsmuster erweitert werden sollten, sondern wertet indirekt die unbewussten Anteile von Handlungsroutinen ab. Dabei können gleichzeitig Anteile des körperlich-leiblichen Wissens diskreditiert werden oder unbeachtet bleiben. Wie eine reflexive Leiblichkeit aus dieser Problematik möglicherweise hinausführen kann, wird im Folgenden erörtert.

Einverleibtes Wissen und körperliche Agency

Wissen und Handeln des Körpers sind nicht nur Ergebnis der einseitigen Einschreibung von sozialer Struktur. Im praktischen Vollzug von körperlichem Wissen greifen menschliche Akteur*innen ganz selbstverständlich auch ihrerseits wieder in diese sozialen Strukturen ein, die dann reproduziert und umgestaltet werden. Beispielsweise wäre das sogenannte manspreading, also das breitbeinige Sitzen von Männern in der Öffentlichkeit, sowohl (vorreflexiver) Ausdruck einer milieu- und geschlechtsspezifischen Sozialisation – hier etwa: von prekärer Männlichkeit –, als auch eine Möglichkeit des Akteurs, trotz (oder gerade angesichts) der sozialen Randständigkeit, Dominanz im sozialen Raum körperlich zu beanspruchen. Im Sozialen kann das andere (männliche wie weibliche) Akteur*innen einschüchtern,

so dass sich archaische Männlichkeit reproduziert, aber eben auch Widerstände und Umgestaltungen von sozialen Regeln provozieren. Pierre Bourdieu gelingt es mit seinem Konzept von Praktiken „sowohl die praktischen Handlungsvollzüge als auch die begleitenden subjektiven Vorstellungen als Elemente des Habitus zu betrachten und das milieuspezifische Zusammenspiel von gesellschaftlicher (Handlungs-)Macht und agentiver subjektiver Selbstkonstruktion“ (Helfferrich, 2017, 271) zu erfassen. Unter Habitus ist einverleibtes Wissen zu verstehen: Es wird durch Praxis erworben und stellt ein System inkorporierter Verhaltensdispositionen dar, über deren Vollzug auch wieder in das Soziale strukturierend eingegriffen wird (Bourdieu & Wacquant, 1996, 154).

Neben den in der Vergangenheit bewährten Routinen und der Reproduktion von (Körper-) Wissen sind für den Erhalt und die Veränderung von sozialen Strukturen aber auch neuartige Handlungsentwürfe und wie sie angesichts der gegenwärtigen Gegebenheiten und aktuellen Konsequenzen bewertet werden, in den Blick zu nehmen (Emirbayer & Mische, 2017, 139). Dieser Dreiklang von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft wird insbesondere in aktuellen Agency-Ansätzen thematisiert. Für die Bedeutung von körperlicher Erfahrung und körperlichem Wissen ist hier insbesondere erhellend, wie dabei auf klassische Konzepte des US-amerikanischen Pragmatismus Bezug genommen wird (Löwenstein, Steffens & Kunsmann 2020, 128 ff). Bei einer körperlichen Kontakterfahrung kann in der Regel mit großer Handlungssicherheit auf Wahrnehmung und Gefühl unmittelbar reagiert werden. Bezogen auf das oben genannte Beispiel des manspreadings wird diese Routine etwa bestätigt oder

verstärkt, sollte die Sitznachbarin Platz machen und sich dadurch der wechselseitige Druck der in Kontakt stehenden Beine reduzieren.

Sollte die Sitznachbarin aber das Bein energisch wegstoßen und womöglich noch gereizt mit der Frage reagieren, ob man „sich nicht gleich quer auf beide Sitze legen“ wolle, tritt das ein, was George Herbert Mead (1969, 2) als Distanzerfahrung bezeichnet hat: Ein Beibehalten des manspreadings wird unwahrscheinlich, ist zumindest nicht selbstverständlich und ohne Alternative. Der Akteur betrachtet angesichts der Irritation von Selbstverständlichkeit die bisherige Routine mit Distanz, er ist herausgefordert, darüber und über andere Möglichkeiten nachzudenken, sich angemessen zu verhalten – z. B. sich höflich zu entschuldigen oder aber zu bagatellisieren und sich zu rechtfertigen –, und dabei die Perspektive anderer – z. B. der Sitznachbarin oder aufmerksam gewordener Dritter – einzubeziehen. Daher wird in pragmatistischer Tradition auch nicht unterschieden zwischen einem „geistigen“ Denken und einem „körperlichen“ Tun (Dewey, 1949, 188). Das Tun und die im Tun gesammelten Erfahrungen sind überhaupt erst Voraussetzung dafür, um über sich und die Welt (in der man handelt) nachzudenken. Damit sind leibliche Aspekte von Reflexivität angesprochen, die mittels der Phänomenologie vertieft betrachtet werden können.

Reflexive Leiblichkeit

Leibphänomenologisch lassen sich in der Sozialen Arbeit Momente einer reflexiven Leiblichkeit identifizieren. Durch Leiblichkeit und deren Reflexion können Differenzierungserfahrungen gemacht werden. Dieses Wechselspiel setzt sich



zusammen aus leiblicher Erfahrung und kognitiver Reflexion (Gugutzer, 2002, 296). Dabei ist Leiblichkeit in Bezug zur Welt immer auf Kontakt, Austausch und damit Wechselseitigkeit und Dialog hin angelegt (Wendler, 2015, 93).

In der Bewegungspraxis müssen solche Vorgänge erlebbar und erfahrbar gemacht werden. Das kann in verschiedenen Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit und des Sports passieren, wie zum Beispiel des Schulsports oder der Schulsozialarbeit. Gerade für Kinder und Jugendliche, die im Dialog zur Umwelt über digitale Medien stehen, sind leibliche Erfahrungen, die das eigene Körperbild und die eigene Körperwahrnehmungen beeinflussen, wichtig. Besonders Jugendliche setzen sich über den Körper mit der eigenen Identität auseinander. Und der Körper fungiert als Medium der sozialen Positionierung (Burghard, 2017, 565).

Die Körperwahrnehmungen und das eigene Körperbild können auf der Verhältnisebene und Verhaltensebene verbessert werden:

Auf der Verhaltensebene

- Ermöglichung der Körperwahrnehmung durch leiborientierte Übungen, Aktionen, Spiele
- Verknüpfung der erlebten Leiblichkeit mit Reflexionsprozessen über Körpererlebnisse
- Transfer der erlebten Erfahrungen auf alltäglichen Umgang mit dem eigenen Körper
- Erkennen der eigenen (alltäglichen) Wahrnehmungsmuster / Wahrnehmungsstrukturen (Habitus)

Auf der Verhältnisebene

- Thematisierung der Umgebungsstrukturen, die leibliche Erfahrungen ermöglichen bzw. begrenzen
- Bewusstmachung/ Reflexion über den Zusammenhang eigener Wahrnehmungs-/ Handlungsprozesse

Habitualisiertes Verhalten in der Bewegungspraxis

Beispiel Flag Football

Flag Football ist eine Ballsportart, die aus dem American Football entstanden ist. Der wesentliche Unterschied zum American Football ist, dass die Defense den/ die ballführende(n) Spieler*in der Offense stoppt, indem sie ihm ein Flag aus dem Gürtel zieht, statt ihn körperlich zu tackeln wie im American Football. Nach dem spieleröffnenden Pass zum Quarterback kann dieser den Ball nur seit- oder rückwärts einmal direkt an eine Läufer*in („Running Back“) übergeben/ werfen. Der bzw. die Running Back versucht nun, einen möglichst großen Raumgewinn zu erzielen. Habitualisiert ist in den meisten europäischen Sportsportarten das Vorwärtspassen, um meist einen Ball in einem Ziel „unterzubringen“. Wird nun durch die Flag Football-Regel das Passen nach vorne „verboten“, macht sich dies im Spiel als ungewohnte Bewegungspraxis bemerkbar. Das „inkorporierte Wissen muss umgeschrieben“ werden. Dieses Erlebnis kann in der Reflexion als ein Beispiel der Sozialisation des Körperwissens genutzt und bewusst gemacht werden.

Beispiel Wettbewerb

Bereits 2016 entstand nach einem Beitrag von Michels (2016) in dieser Zeitschrift ein Diskurs darüber, ob der Wettbewerb in der erlebnispädagogischen Praxis seinen Platz haben sollte. David Kremer (2016) kritisierte diesen Standpunkt und argumentierte, dass Wettbewerb die (Erlebnis-) Pädagogik verdirbt. Aus seiner Sicht wäre der Wettbewerb aus der erlebnispädagogischen Sicht zu vermeiden, die kooperativen Potenziale sollten in den Mittelpunkt gestellt werden. Vor dem Hintergrund des in diesem Heft beschriebenen einverleibten Wissens ist es allerdings unvermeidlich, dass selbst in kooperativen Spielen und Übungen der Erlebnispädagogik sich konkurrenzorientierte Denk- und Verhaltensmuster zeigen. Diese sind durch die Körper- und Leibsozialisation in unserer Wettbewerbsgesellschaft „eingeschrieben“. Somit wird – quasi durch die Hintertür – der Wettbewerb oft ein unvermeidliches Thema in der erlebnispädagogischen Praxis. Die Verknüpfung von Aktion und Reflexion in der Erlebnispädagogik macht das Erkennen der eigenen (alltäglichen) Wahrnehmungs- und Handlungsmuster (Habitus) möglich.



Literatur

Bauer, J. (2018). Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern (8. Auflage). Frankfurt a.M.: Piper

Baumgarten, A. G. (1988). Theoretische Ästhetik. Die grundlegenden Abschnitte aus der „Aesthetica“ (1750/58), Lat.dt., übers. und hrsg. von Hans Rudolf Schweizer, Hamburg (2. Auflage) zitiert nach Majetschak S. (2010), Ästhetik zur Einführung (2. unveränderte Auflage). Dresden: Junius Verlag.

Bourdieu, P. (2010). Ökonomisches Kapital – Kulturelles Kapital – Soziales Kapital. In D. Kimmich, S. Schahadat & T. Hauschild (Hrsg.), Kulturtheorie. (271-287) Bielefeld: transcript.

Bourdieu, P. & Wacquant, L. J. D. (Hrsg.) (1996). Reflexive Anthropologie. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

Burghard, A. B. (2017). Körperlichkeit und Leiblichkeit. In K. Böllert (Hrsg.), Kompendium Kinder- und Jugendhilfe (553-578). Wiesbaden: Springer.

Caysa, V. / Schwarzwald, K. (Hrsg.) (2008). Experimente des Leibes. Berlin, Münster, Wien Zürich: Lit-Verlag.

Dewey, J. (1949). Demokratie und Erziehung. Eine Einleitung in die philosophische Pädagogik. Braunschweig, Berlin, Hamburg: Georg Westermann Verlag.

Emirbayer, M., & Mische, A. (2017). Was ist Agency? In H. Löwenstein & M. Emirbayer (Hrsg.), Netzwerke, Kultur und Agency. Problemlösungen in relationaler Methodologie und Sozialtheorie (138-209). Weinheim: Beltz-Juventa.

Friebe, J. (2021). Reflexion in der erlebnispädagogischen Praxis. In W. Michl & H. Seidel (Hrsg.), Handbuch Erlebnispädagogik (2. Auflage). (45-48) München: Ernst Reinhardt.

Gugutzer, R. (2002). Leib, Körper und Identität. Eine phänomenologisch soziologische Untersuchung zur personalen Identität. Springer: Wiesbaden.

Gugutzer, R. (2013). Soziologie des Körpers (4. unveränderte Auflage). Bielefeld: transcript.

Helfferich, C. (2017). Habitus und Agency. Anregungen zur Klärung offener Fragen. In H. Löwenstein & M. Emirbayer (Hrsg.), Netzwerke, Kultur und Agency. Problemlösungen in relationaler Methodologie und Sozialtheorie (270-285). Weinheim: Beltz-Juventa.

Keller, R. & Meuser, M. (2011). Körperwissen. Wiesbaden: VS-Verlag.

Kremer, D. (2016). Außer Konkurrenz. Warum der Wettbewerb die (Erlebnis-)Pädagogik verdirbt. In e&l – erleben und lernen (2016), Heft 3&4 (45-47).

Löwenstein, H., Steffens, B. & Kunsmann, J. (2020). Sportsozialarbeit. Konzepte, Strukturen, Praxis. Stuttgart: Kohlhammer.

Majetschak S. (2010). Ästhetik zur Einführung (2. unveränderte Auflage). Dresden: Junius Verlag.

Mamin, C. (2020). Intuition und Erkenntnis. Paderborn: Mentis.

Mead, G. H. (1969). Philosophie der Sozialität: Aufsätze zur Erkenntnisanthropologie. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

Miebach, B. (2010). Soziologische Handlungstheorien. Eine Einführung. (3. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Michels, H. (2016). Höher, weiter und schneller. Der Wettbewerb in der erlebnispädagogischen Praxis. In e&l – erleben und lernen (2016), Heft 2 (4-6).

Paffrath, F. H. (2013). Einführung in die Erlebnispädagogik. Augsburg: ZIEL-Verlag.

Schermer, F.J. (2013). Lernen und Gedächtnis (5. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.

Schönhammer, R. (2009). Einführung in die Wahrnehmungspsychologie. Sinne, Körper, Bewegung. Wien: facultas.

Schweppenhäuser, G. (2007). Ästhetik. Philosophische Grundlage und Schlüsselbegriffe. Frankfurt, New York: Campus.

Seitz, H. (1996). Räume im Dazwischen. Bewegung, Spiel und Inszenierung im Kontext ästhetischer Theorie und Praxis. Essen: Klartext.

Thiele-Dohrmann, K. (1990) Intuition. Göttlicher Funke oder unbewusster Datenspeicher. Hamburg: Kabel.

Wendler, M. (2015). Körper(lichkeit) in unterschiedlichen Fachdiskursen – ein Desiderat. In M. Wendler & U. Huster (Hrsg.), Der Körper als Ressource in der Sozialen Arbeit (81-102). Wiesbaden: Springer.

Bildnachweis

Alle Bilder Adobe Stock | S. 5: ink drop; S. 6 oben: VectorMine; S. 6 unten: Thomas Reimer; S. 7: Studio Romantic; S. 8: Joe

Autoren

Harald Michels, Dr. Sportwissenschaften, seit 2003 Professor für Bewegungs- und Erlebnispädagogik im Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften der Hochschule Düsseldorf. Leitung des Lizenzsystems „Bewegungspädagogik und Abenteuersport“ im BA Sozialarbeit/ Sozialpädagogik. Emeritiert ab 1. August 2023. Kontakt: harald.michels@hs-duesseldorf.de



Wolfgang Ruf ist seit 2019 Professor für sportorientierte Soziale Arbeit und leitet den Studiengang „Soziale Arbeit und Sport“ an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport. Kontakt: Wolfgang.Ruf@dhgs-hochschule.de



Heiko Löwenstein, Dr., seit 2019 Professor für Theorien, Konzepte und Methoden der Sozialen Arbeit mit Schwerpunkt Inklusion an der Katholischen Hochschule NRW, Abt. Köln, 2014–2019 Professor für Soziale Arbeit mit dem Schwerpunkt Sozialpädagogik an der Evangelischen Hochschule Freiburg. Kontakt: h.loewenstein@katho-nrw.de



Rainer Schliermann ist seit 2017 Professor für Erziehungswissenschaften & sozialwissenschaftliche Forschungsmethoden an der OTH Regensburg und war zuvor Vertretungsprofessor für Exercise Psychology an der Universität Leipzig sowie wissenschaftlicher Leiter am Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung & Sport (FIBS) an der Deutschen Sporthochschule Köln. Kontakt: rainer.schliermann@oth-regensburg.de

