

Masterarbeit
Studiengang Sexologie II ISP Uster

Zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts Sexologie

Des FB Soziale Arbeit.Medien.Medien.Kultur der Hochschule Merseburg
und
des Instituts für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP Uster

Sexocorporel und Soziale Arbeit

**Die Bedeutung von Körperwissen durch Sexocorporel für die geschlechterreflexive
Beratung in der Sozialen Arbeit**

Vorgelegt von

Katrin Lukas

Martikeldnummer: 22848



Erstgutachter_in: Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voß

Zweitgutachter_in: Esther Stahl

Abgabedatum

15.12.2019

Abstract

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit geschlechterreflexiver Beratung in der Sozialen Arbeit und geht der Frage nach, wie das Körperwissen durch Sexocorporel die Handlungskompetenzen der Professionellen erweitert und gelingende Beratung ermöglicht. Im Beratungssetting sind die Fachkräfte mit dem eigenen (Geschlechts-)Körper und dessen Handeln, Denken, Fühlen und Erleben konfrontiert und treffen zudem auf den (Geschlechts-)Körper der beratungsaufsuchenden Person. Damit gestaltet das Handeln, Denken, Fühlen und Erleben der Körper die Beratungsinteraktion und wirkt sich auf die Beratungsbeziehung aus. Deshalb soll in dieser Arbeit das Wissen über den Körper als Beratungsressource untersucht werden. Das Körperwissen kann als *Wissen des Körpers* verstanden werden und wird mit Bezug auf Bourdieus Habitus-Konzept und der Embodiment-Theorie vorgestellt. Dieses Körperwissen spielt in der geschlechterreflexiven Beratung eine Rolle für Klient_in und Fachkraft. Die aus dem Körperwissen resultierenden Fähigkeiten unterstützen das beratungsaufsuchende Individuum das Leben innerhalb der Geschlechter- und Machtverhältnisse zu bewältigen, zu gestalten und zu verändern. Für die Professionellen der Sozialen Arbeit kann dieses Körperwissen in der Beratungspraxis bewusst für den Prozess, die Interaktion und die Arbeitsbeziehung eingesetzt werden. Das sexologische Modell Sexocorporel besteht aus Methoden um das Körperwissen zu erweitern und kann gewinnbringend ins professionelle Handeln einbezogen werden. So können mit dem Sexocorporel-Konzept wichtige Variablen einer Beratungsbeziehung vertieft werden, der Beratungsprozess als Erkenntnis- und Lernprozess bewusst gestaltet und die Handlungskompetenzen der Fachkräfte erweitert werden. Dies kann gelingen indem die körperliche Ebene eine zentrale Ebene in der Beratung wird. Dadurch werden Chancen und Potenziale für die Beratung und hier besonders für die geschlechterreflexive Beratung in der Sozialen Arbeit eröffnet.

Inhaltsverzeichnis

ABSTRACT	2
INHALTSVERZEICHNIS.....	3
ABBILDUNGSVERZEICHNIS	5
TABELLENVERZEICHNIS	5
VORWORT	6
1. EINLEITUNG.....	7
1.1 Problem- und Fragestellung.....	9
1.2 Aufbau und Methode	12
1.3 Zielsetzung	14
2. GESCHLECHTERREFLEXIVE BERATUNG IN DER SOZIALEN ARBEIT	15
2.1 Beratung in der Sozialen Arbeit.....	15
2.2 Handlungskompetenzen in der Beratung.....	22
2.3 Fokus: Geschlechterreflexive Beratung.....	26
2.4 Zusammenfassung	31
2.5 Fazit	32
3. KÖRPERSOZIOLOGIE.....	34
3.1 Historische Betrachtungen vom Körper	34
3.2 Körper im Habitus-Konzept von Bourdieu.....	38
3.1 Embodiment: Self-Perception-Theorie.....	42
3.2 Körperwahrnehmung	44
3.3 Körper in der Kommunikation.....	53
3.4 Fokus: Geschlechterwissen	56
3.5 Zusammenfassung	61
3.6 Fazit	63
4. SEXOCORPOREL: MODELL SEXUELLER GESUNDHEIT	66

4.1	Der Körper als Spiegel.....	68
4.2	Körper und Erleben.....	68
4.3	Emotionen im Sococorporel-Konzept	70
4.4	Kognitionen im Sexocorporel-Konzept	71
4.5	Fokus: Geschlechtskörper im Sexocorporel-Konzept	72
4.6	Zusammenfassung	77
4.7	Fazit	79
5.	ZUSAMMENFÜHRUNG: KÖRPERWISSEN IN DER GESCHLECHTERREFLEXIVEN BERATUNG.....	81
5.1	Erkenntnisse.....	81
5.1	Reflexionen und Ausblick.....	90
5.2	Potenziale	91
	NACHWORT	93
	LITERATUR.....	94

Abbildungsverzeichnis

<i>Abbildung 1.</i> Skizze einer optimalen Beratung	20
<i>Abbildung 2.</i> Beziehungsdimensionen von Beratung	23
<i>Abbildung 3.</i> Kriterien für die geschlechterreflexive Beratung	30
<i>Abbildung 4.</i> Körper und Habitus	41
<i>Abbildung 5.</i> Self-Perception-Theorie	43
<i>Abbildung 6.</i> Wahrnehmung leiblicher Regungen I	45
<i>Abbildung 7.</i> Wahrnehmung leiblicher Regungen II	46
<i>Abbildung 8.</i> Körperlich-sinnliche Wahrnehmung	48
<i>Abbildung 9.</i> Wahrnehmung des Körperhabens I	50
<i>Abbildung 10.</i> Wahrnehmung des Körperhabens II	52
<i>Abbildung 11.</i> Aspekte von Stimme und Körperausdruck	55
<i>Abbildung 12.</i> Geschlechterwissen	61
<i>Abbildung 13.</i> Überblick Körperwissen	64
<i>Abbildung 14.</i> Komponenten der Sexualität nach Sexocorporel	67
<i>Abbildung 15.</i> Die Einflussfaktoren auf das Erleben	69
<i>Abbildung 16.</i> Sexodynamische Komponente: Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit	73
<i>Abbildung 17.</i> Kontinuum des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit	74
<i>Abbildung 18.</i> Drei Säulen (Beine) des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit	75
<i>Abbildung 19.</i> Körperwissen als lebenslanger Lernprozess	79

Tabellenverzeichnis

<i>Tabelle 1.</i> Aufbau der Masterthesis	13
---	----

Vorwort

Ansätze von geschlechterreflexiver Beratung in der Sozialen Arbeit sind marginal. Heute sind sie vor allem im Bereich der Opferhilfeberatungsstellen und im Bereich Sexualität-, Schwangerschaft-, und Familienberatung zu finden. Diese sind aus der feministischen Beratung der 70er Jahre entstanden, in welcher eine anwaltschaftliche und solidarische Grundhaltung gegenüber dem Subjekt *Frau* innerhalb der patriarchalen und kapitalistischen Geschlechterverhältnisse im Fokus stand. Die feministische Beratung hat sich durch Einflüsse des Konstruktivismus und der Systemischen Beratung zu einer reflexiven Beratung entwickelt, in welcher die Verstrickung der Subjekte in die Verhältnisse und der Alltag in Systemen heute Grundannahmen sind. Diese Verstrickung verläuft auf verschiedenen Ebenen, so auch über den Körper, der geschlechtsspezifisch handelt, denkt, fühlt und erlebt. Um die Sozialitäten von Körper und Leib zu untersuchen, eignet sich die Perspektive der Körpersoziologie. Das Wissen, das im Laufe des Lebens über den eigenen Körper entsteht, kann auch in der Sozialen Arbeit eingesetzt und gefördert werden. So spielt das Körperwissen in der Beratung immer eine Rolle und kann mit dem Sexocorporel-Konzept erweitert und so bewusst zu Methode werden. Das Denken, Fühlen, Handeln und Erleben, welches sich über den Körper ausdrückt, stehen darin im Vordergrund. Der Körper ist für uns ein Spiegel der inneren Prozesse. Diese Elemente sind meiner Meinung nach für eine gelingende Beratung gerade auch in der geschlechterreflexiven Beratung im Bereich der Sozialen Arbeit von Bedeutung.

Mir ist es ein Anliegen ein Dankeschön an meine Begleitperson Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss für seine bereichernde und kritische Aufmerksamkeit zu richten. Weiter möchte ich hier meinen Freund_innen Martina für ihre aufmunternde Unterstützung, Annina für ihre stärkenden Textnachrichten, Fumi für die liebevolle Betreuung unseres Kindes und Kai, der stets zu meiner Seite stand mit kritischen und motivierenden Handlungen, danken. Ebenfalls bedanke ich mich bei meinen Eltern und meinen Schwestern, die mir den Rücken gestärkt haben, sowie meiner grosszügigen Wohngemeinschaft, die so einige Male auf meine Anwesenheit verzichten musste.

Inspiziert zu diesem Thema haben mich meine Arbeit als Sozialarbeiterin in der Suchthilfe, mein feministisches Engagement im Vorstand in der *Frauenberatung: sexuelle Gewalt* und meine Tätigkeit als Sexologin und Sexualberaterin.

1. Einleitung

In der Sozialen Arbeit ist Beratung eine zentrale Handlungsart. Die geschlechterreflexive Beratung ist ein Beratungsansatz, welcher das soziale Geschlecht in den Fokus nimmt. Die Lebensgeschichten, -erfahrungen und die individuellen Problemlagen der Subjekte werden vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Geschlechterverhältnisse und deren Verbindung mit anderen Machtstrukturen (z. B. die sozialen Klassen oder die Ethnie) innerhalb der kapitalistischen Gesellschaft betrachtet und reflektiert. Die herrschenden Geschlechterverhältnisse spiegeln sich auch in den Körpern und im leiblichen Empfinden der Individuen. Dieser sogenannte vergeschlechtlichte Körper ist für die geschlechterreflexive Beratung interessant, weil er einerseits sich selbst im Alltagshandeln konstruiert und reproduziert - und andererseits besitzt er auch Potenzial zur Veränderung. Wenn Geschlecht konstruiert, tief in die Körper eingeschrieben und habituell verankert ist, gibt es auch Veränderungspotenzial durch eine Auseinandersetzung mit dem vergeschlechtlichten Handeln, Fühlen und Denken. So wird in verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen der Körper nicht mehr nur als Gegenstand des sozialen Handelns verstanden und betrachtet, sondern auch als Handlungssubjekt. Einige Geistes- Kultur- und Sozialwissenschaften haben ihr theoretisches Fundament überdacht und berücksichtigen den handelnden und fühlenden Körper in ihren Theorien (Abraham & Müller, 2010, S. 9). Was dieser Körper ist, wie er als Handlungssubjekt agiert und warum, sind in der Soziologie bearbeitete Fragen. Die besondere Verfasstheit des Körpers und dass er damit etwas *Eigenes* ins Spiel bringt (Meuser, 2002; zit. nach Abraham & Müller, 2010, S. 10), wird in den theoretischen Konzeptualisierungen von Sozialität zur Ausführung gebracht. So gibt es verschiedene Überlegungen, wie soziologisches Denken, welches sich stark auf der Ebene von Bewusstsein, Sprache, Wissen und Sinnkonstruktionen bewegt, durch leibphänomenologische Elemente erweitert werden könnte (Abraham & Müller, 2010, S. 10). Foucault (1976) mit seinen Untersuchungen zur Disziplinierung des Körpers als Folge und Voraussetzung von Macht und Bourdieu (1982) mit seinen Ausführungen zum habitualisierten klassenspezifischen und geschlechtsspezifischen Körper haben die Soziologie des Körpers entscheidend beeinflusst. Der Körper mit seinen leiblichen Erfahrungen kommt aber bei beiden kaum vor. Dieser ist aber gerade in der Frage der Geschlechtskörper und deren Reproduktion von Interesse. Ein Blick auf die Körpersoziologien des 20. Jahrhundert zeigt die Beschäftigung mit dem Körper und dem Leib. So bei Husserl (1952), der die Differenz von naturalistischen und personalistischen Einstellungen in Bezug auf den Körper hervorhebt. Schmitz (2011) macht eine systematische Unterscheidung zwischen dem Körper als Objekt und dem Leib als gelebtem Körper. Bei Lindemann (1992) kommt zu dem materiellen Körper eine *affektiv-leibliche*

Dimension dazu. Der Körper mit dieser *affektiv-leiblichen* Dimension fungiert als Scharnier zwischen Gesellschaft und Individuum und als Träger von bedeutsamem Wissen.

Der Körper und seine Empfindungen sind in der Sozialen Arbeit täglichen anwesend und beeinflussen ganz entscheidend das Geschehen. Der Einsatz des Körpers in der Kommunikation und Interaktion und der Körper als fühlendes, denkendes und handelndes Subjekt, durch das wir in Kontakt mit der Welt treten (Wendler & Huster, 2015, S. 11), sind für die Soziale Arbeit und ihre Ziele relevant. Die Soziale Arbeit, die mit Menschen und ihren sozialen Problemen zu tun hat, interessiert sich aus dieser personalen und gesellschaftlichen Perspektive für den Körper und sein Wissen. Denn Soziale Arbeit als Profession und Disziplin ist mit den konkreten Körpern, den Systemen und ihren Problemen innerhalb einer Gesellschaft konfrontiert. Es verwundert von daher, dass der Körper von der Sozialen Arbeit noch nicht facettenreicher zur Kenntnis genommen wurde. Der Körper in der Sozialen Arbeit wird oft als gefährdender und schützenswerter Körper betrachtet, der mit Techniken der individuellen Selbstvergewisserung und Problemlösung behandelt wird (Wendler & Huster, 2015, S. 11). Dieses Missverhältnis entsteht laut Hünersdorf (2011) durch die Verdrängung des Körpers aus den theoretischen Diskursen der Sozialen Arbeit. Im *Handbuch Soziale Arbeit* von Otto und Thiersch (2011) kommt der Zusammenhang zwischen Körper, Leib und Sozialer Arbeit erstmalig auf den Tisch. Und Wendler und Huster (2015) stellen in ihrem Band *Der Körper als Ressource in der Sozialen Arbeit* Fragen nach der Wertigkeit von körperlich-leiblichen Bedürfnissen, nach der Verfügungsgewalt über den Körper und nach der Verantwortung für die existentielle Unversehrtheit. Die Soziale Arbeit hat mitunter die Aufgabe, Menschen zu schützen, zu begleiten und zu ermächtigen, zudem hat sie die Ziele, Teilhabe an gesellschaftlichen Ressourcen zu ermöglichen, Lösungen für soziale Probleme zu entwickeln und Menschen in ihrer Entwicklung und Autonomie zu fördern (avenir social, 2010, S. 6).

Im Modell Sexocorporel (ZISS, 2010) geht es um die Gestaltung des sexuellen Erlebens. Der Körper und seine Wahrnehmung stehen im Mittelpunkt und sind der Ausgangspunkt für Veränderung, bzw. Erweiterung des Vorhandenen. So haben im Sexocorporel-Konzept die drei Gesetzmässigkeiten des Körpers (Bewegung, Rhythmus, Raum) Einfluss auf die Wahrnehmung und das Lustempfinden einer Person. Sexocorporel hat zum Inhalt, das individuelle Körperwissen zu erweitern und damit das sexuelle Erleben mit sich selbst und das sexuelle Erleben in Beziehungen zu stärken. Dieser Inhalt, der die Fähigkeiten (Stärkung der Autonomie durch Kennenlernen der eigenen Lust, Kennenlernen des eigenen Körpers, Aneignung des eigenen Körpers, Spiel mit den drei Gesetzen des Körpers, Bewusstsein über den Zusammenhang zwischen Körper, Emotionen und Kognitionen) in den Mittelpunkt stellt, um den Menschen als Ganzes zu stärken, ist damit identitätsbildend und fördert das Wohlbefinden. Diese Fähigkeiten, die im Sexocorporel

erlernt werden, sind für die Soziale Arbeit, die ähnliche Ziele verfolgt, von Bedeutung. So kann die Körperorientierung des Sexocorporel-Konzepts für die Beratung der Sozialen Arbeit gewinnbringend und bereichernd sein.

1.1 Problem- und Fragestellung

Im Beratungssetting befindet sich die Klientel und die Sozialarbeitende. Das Wissen der Körper kommt im Beratungsprozess zusammen; dieses Körperwissen kann bewusst in die Interaktion einbezogen werden. Durch den Rahmen (den geschlossenen Raum) der Beratung ist also eine leibliche Interaktion (Lindemann, 1992) als wechselseitige Wahrnehmung und Beeinflussung möglich. Dieses leibliche Verstehen des Gegenübers ruft dann eine Artikulation hervor, welche zum Selbsterkennen, zur Selbstakzeptanz und in einem weiteren Schritt auch zur Veränderung einladen kann (Abraham, 2002, S. 192).

1.1.1 Geschlechtskörper in der geschlechterreflexiven Beratung

Da Körper auch immer zugleich Geschlechtskörper sind und sich das soziale Geschlecht direkt auf den Körper und das leibliche Empfinden auswirkt (Lindemann, 2011), soll in dieser Arbeit insbesondere der Bedeutung der Geschlechtskörper für die geschlechterreflexive Beratung nachgegangen werden. Der Körper wird in der Gesellschaft sozialisiert und hat somit je eine individuelle und eine gesellschaftliche eigene Geschichte. Die gesellschaftliche Geschichte ist auch eine Geschlechtergeschichte, denn im kapitalistischen Gesellschaftssystem herrscht ein bestimmtes Geschlechterverhältnis vor. Mit dem Ansatz der geschlechterreflexiven Beratung kann der Kategorie Geschlecht ein Gewicht eingeräumt werden, ohne andere Verstrickungen aus dem Blick zu verlieren. Da der Körper die soziale Ordnung und damit auch das Geschlechterverhältnis in sich einverleibt (Bourdieu, 1982) hat, kann geschlechtsspezifischem Körperwissen in der Beratung Beachtung geschenkt werden. Folgende Frage soll diesbezüglich in dieser Arbeit beantwortet werden:

⇒ Welche Rolle spielt der Geschlechtskörper und sein Wissen in der geschlechterreflexiven Beratung der Sozialen Arbeit?

1.1.2 Bedeutung für die Beratungspraxis

In der Beratung geht es um das Erleben der eigenen Lebenssituation, um das Selbst im biografischen Erleben: um das Erleben von traumatisierenden Erfahrungen, um das Erleben von einer Suchtkrankheit, um das gewordene Selbst und dessen gesellschaftlichen Bedingungen und (individuellen) Fähigkeiten, das Leben zu bewältigen. Dieses Erleben hat

immer auch eine körperliche (leibliche) Ebene. Diese kann bewusst eingesetzt werden, um dem Erleben Raum zu geben, um dem Erleben einen Sinn zu geben oder um das Erleben und die daraus entstandenen Emotionen zu regulieren. Der bewusste Einbezug von Körper in der Beratung kann Körperwissen generieren und damit verschüttete Ressourcen hervorholen, welche für die Lebensbewältigung hilfreich oder gar notwendig sind. So sind folgende Fragen an dieser Stelle relevant:

- ⇒ Welche Kenntnisse und welches Bewusstsein haben die Menschen über ihre eigene körperlich-leibliche Ebene und wie können diese Kenntnisse in der (geschlechterreflexiven) Beratung erweitert werden?
- ⇒ Wie kann diese leibliche (Erkenntnis-) Ebene für den Beratungsprozess von Bedeutung werden und zum Gelingen beitragen?
- ⇒ Wie beeinflusst und gestaltet das bedeutsame Wissen des Körpers bewusst und unbewusst den Beratungsprozess?
- ⇒ Welche Fähigkeiten resultieren aus den Kenntnissen (Körperwissen), die das Individuum unterstützen, ihr Leben zu bewältigen und zu gestalten?

1.1.3 Körperwissen

Kenntnisse und Wissen des eigenen körperlich-leiblichen Erlebens (im biografischen Kontext) kann das Individuum für soziale Kontakte stärken. Individuen werden durch den bewussten Einbezug von Körper in ihrer eigenen Ganzheitlichkeit, der Verbindung zu Körper und Geist gestärkt. Gleichzeitig wird durch die Einbindung der individuellen biografischen Erfahrungen das Lernen über sich selbst und das Verstehen über sich selbst auch in einem grösseren Ganzen gefördert. Diese Komponenten haben eine Bedeutung, um als Individuum in soziale Kontakte einzutreten (Beziehungsfähigkeit). Dies ist ein wichtiges Ziel der Sozialen Arbeit und ein wichtiges Element in der Beratungsbeziehung, welche als Mikrokosmos und Experimentierfeld in Bezug auf Beziehungsaufbau und -gestaltung betrachtet werden kann.

Zudem sind Kenntnisse und Wissen über das eigene körperlich-leibliche Erleben förderlich für das Vertrauen zu sich selbst und somit Grundlage, um in soziale Beziehungen eintreten zu können. Vertrauensaufbau findet in der Beratungsbeziehung statt und kann dort erprobt und erfahren werden. Die Erfahrung von Vertrauen, welches nicht missbraucht wird, ist in vielen Kontexten vor allem der Opferberatung von Bedeutung und ein Schwerpunkt in der Beratungsarbeit der Professionellen. Die Frage für die vorliegende Arbeit ist hier:

- ⇒ Welche Rolle spielt die Beratungsbeziehung in der geschlechterreflexiven Beratung und welche Rolle spielt der Körper (Kenntnisse und Wissen des eigenen körperlich-leiblichen Erlebens) darin?

1.1.4 Leibliche Interaktionen

Für den Vertrauensaufbau ist die körperlich-leibliche Ebene wichtig. Die leiblichen Interaktionen zwischen Klientel und Beratungsperson haben entscheidenden Einfluss auf den Vertrauens- und Beziehungsaufbau. So ist der Blick auf die leibliche Interaktion in der geschlechterreflexiven Beratung interessant. Handlungs- und Wahrnehmungsroutinen der zweigeschlechtlichen Ordnung schreiben sich in die Körper ein und somit sind sie für den Geschlechtskörper strukturgebend und einbindend (Bourdieu, 1987). Die Wahrnehmungen können thematisiert werden über den Einbezug von Körper. Die kognitive Erfassung der sprachlich-symbolischen (oder diskursiven) Inhalte (Abraham, 2002, S. 184) kann in der geschlechterreflexiven Beratung durch den gespürten Leib, was eine Abkehr von der Aussenschau bedeutet, erweitert werden. Es geht um Selbsterfahrung, Selbstbeobachtung, Selbstbeschreibung, in denen das spürende Wahrnehmen im Mittelpunkt steht (Abraham, 2002, S. 183) und die eine vielschichtige (leibliche) Interaktion zwischen Klient_in und Berater_in ermöglichen. Die Fragen lauten hier:

- ⇒ Warum ist die leibliche Interaktion in der geschlechterreflexiven Beratung von Bedeutung?
- ⇒ Wie kann der leiblichen Interaktion in der geschlechterreflexiven Beratung mehr Beachtung geschenkt werden?

1.1.5 Sexocorporel-Konzept

Das Sexocorporel-Konzept, welches den Körper als Spiegel von Emotionen und Kognitionen betrachtet und ins Zentrum stellt, kann wichtige Hinweise zu dem Zusammenhang von Körper und (geschlechtsspezifischem) Erleben vermitteln. Denn das Erleben ist im Sexocorporel nicht vom Körper zu trennen. Folgende Fragen sollen hier beantwortet werden:

- ⇒ Wie kann das Sexocorporel-Konzept Körperwissen fördern und für die Soziale Arbeit im Bereich der geschlechterreflexiven Beratung unterstützend sein?
- ⇒ Wie können körper-leibliche Erfahrungen, Wahrnehmungen und Körperwissen für die Professionalität von Belang sein?

1.1.6 Hauptfragestellung

Die aus den Teilfragen resultierende Hauptfragestellung lautet somit folgendermassen:

Welche Bedeutung hat Körperwissen für die geschlechterreflexive Beratung in der Sozialen Arbeit? Und wie kann das sexologische Modell Sexocorporel die Handlungskompetenzen der Professionellen erweitern?

1.2 Aufbau und Methode

Der Aufbau der Arbeit gestaltet sich folgendermassen: In einem ersten Teil werden eine Definition und Beschreibung von Beratung als Handlungsart der Sozialen Arbeit entwickelt. Fragen zu wie und wo kommt Beratung vor werden beantwortet. Mit Bezug auf die geschlechterreflexive Beratung wird der gesellschaftlich gewordene Geschlechtskörper zum Thema gemacht. Diese Arbeit befasst sich mit der geschlechterreflexiven Beratung für erwachsene Frauen und bezieht sich auf ein Beratungssetting eines abgegrenzten, geschlossenen und vertraulichen Raumes und fokussiert sich auf die Konstellation mit zwei Personen, der Beratungsaufsuchenden und der Beraterin.

Aus diesem Grund wird im Kapitel 3 der Fokus auf die Geschlechterverhältnisse als Ungleichheitsverhältnisse gelegt. Der Fokus auf die geschlechterreflexive Beratung bietet Möglichkeiten, den Körper grundlegend miteinzubeziehen in den Beratungsprozess. Da der Geschlechtskörper ein konstruierter Körper ist und sich im alltäglichen Handeln immer wieder reproduziert, wird nach der alltäglichen Herstellung von Geschlecht und Geschlechtskörper gefragt und wie er den Professionellen in der Beratung begegnet. Dafür wird die Körpersoziologie herangezogen und durch Zugänge von Gugutzer (2002, 2015), Merleau-Ponty (1994) und Lindemann (1992) erläutert. Die Differenzierung zwischen Körper (Körperhaben) und Leib (Körpersein) wird ebenso in Kapitel 3 dargelegt. In der gesamten Arbeit wird vom Körper gesprochen und dabei wird immer auch vom Leib gesprochen. Wenn explizit von *Körperhaben* die Rede ist, dann ist die leibliche Dimension (*Körpersein*) nicht miteingeschlossen. Anhand der Self-Perception-Theorie (Riskind & Gotay, 1982) aus der Embodimenttheorie und dem Habituskonzept von Bourdieu (1976) wird Körperwissen beleuchtet, eingegrenzt und der Übergang zum Geschlechtskörper unternommen. Das sexologische Modell Sexocorporel (ZISS, 2010) bekommt eine besondere Bedeutung in dieser Arbeit, da anhand von ihm das Körperwissen und die Leiberfahrungen der vergeschlechtlichten Subjekte verbunden werden. Das Modell wurde von Jean-Yves Déjardins bis 1988 entwickelt. Jean-Yves Déjardins (1931 – 2011) lehrte und forschte an der weltweit ersten sexologischen Fakultät in Montréal, Kanada, die er zusammen mit Claude Crépault im Jahr 1968 gegründet hatte. Die sexuelle Entwicklung und das sexuelle Erleben stehen im Zentrum des Modell Sexocorporel, welches aufgrund

von klinischen Beobachtungen und wissenschaftlichen Untersuchungen entstand. Das Sexocorporel-Konzept wurde von da an von vielen anderen Sexolog_innen vertieft, weiterentwickelt und verbreitet. So gab es in der Schweiz mit dem Zentrum für Sexologie und Sexualtherapie in Zürich (ZISS) eine Weiterentwicklung und es wurden Lehrgänge für angehende Sexolog_innen konzipiert, welche im deutschsprachigen Raum durchgeführt werden. Das Sexocorporel-Konzept stellt also das Erleben der Körper in den Mittelpunkt und das Erleben des Körpers ist abhängig und beeinflussbar durch verschiedene Faktoren, ebenso durch Biografisches. Diese Faktoren zu kennen und sich selbst und den eigenen Körper im biografischen Kontext zu erfassen, generiert Körperwissen. Dieses Körperwissen kann in der Beratung der Sozialen Arbeit bedeutsam sein. Im Kapitel 4 werden die durch das bedeutsame Körperwissen erweiterten Handlungskompetenzen der Professionellen herausgearbeitet.

Tabelle 1. Aufbau der Masterthesis

1.	• Geschlechterreflexive Beratung in der Sozialen Arbeit • Beratung in der Sozialen Arbeit • Fokus: Geschlechterreflexive Beratung
2.	• Körpersoziologie • Habitus • Embodiment • Körperwahrnehmung • Körper in der Kommunikation • Fokus: Geschlechterwissen
3.	• Sexocorporel, Modell der sexuellen Gesundheit • Fokus Geschlechtskörper bei Sexocorporel
4.	• Zusammenführung: Körperwissen in der geschlechterreflexiven Beratung

Quelle: Eigene Darstellung

Hinweise:

- Es wird in der vorliegenden Arbeit die geschlechtsneutrale Sprache verwendet, was auf den ersten Blick als dem Thema nicht entsprechend erscheint. Mit der Verwendung der geschlechtsneutralen Sprache soll die Konstruktion von

Zweigeschlechtlichkeit deutlich gemacht werden und dadurch die Vielfalt der Geschlechter Platz bekommen. In den Kapiteln, welche explizit die Geschlechterverhältnisse und Geschlechterdifferenz zum Thema haben, wird von konstruierten Frauen und Männer und ihrer Sozialisation gesprochen. Es wird auf das Sternchen hinter Frauen verzichtet, da die Arbeit in Kapitel 3 ausführlich auf die Konstruktion von biologischem und sozialem Geschlecht eingeht und die Begriffe Frauen und Männer in der vorliegenden Arbeit durchwegs als gesellschaftlich hergestellt, betrachtet werden.

- Die Arbeit bezieht sich auf den deutschsprachigen Raum.

1.3 Zielsetzung

Das Ziel dieser Theoriearbeit ist, Elemente aus dem sexologischen Modell Sexocorporel als Körperwissen (Wissen des Körpers) für die geschlechterreflexive Beratung in der Sozialen Arbeit aufzubereiten. Damit sollen Zugänge eröffnet werden, welche die körperlich-leibliche Ebene als Möglichkeit für gelingendes professionelles Handeln in der Beratung betrachten. Der Körper und seine Aspekte sollen damit mehr Bedeutung für die Soziale Arbeit erhalten. Zudem kann diese Masterarbeit als Grundlage dienen, um Ansätze und konkrete Methoden zu entwickeln, in denen der Körper eine zentrale Rolle spielt. Diese Arbeit soll ein Beitrag sein, dem Körper und seinem bedeutsamen Wissen handlungstheoretisch mehr Beachtung zu schenken. Zudem soll sie ein Beitrag dazu sein, den Körper als Geschlechtskörper zu betrachten, welcher in seinem Fühlen, Denken und Handeln durch und durch konstruiert ist. Der Blick auf die Konstruktion von Geschlecht soll dazu dienen, das konkrete Erleben der Individuen anzuerkennen und mit diesem vor dem Hintergrund von Konstruktion von Geschlecht durch Geschlechterverhältnisse in der geschlechterreflexiven Beratung zu arbeiten. Die Arbeit möchte aufzeigen, dass hier der Körper mit seiner Wahrnehmung und seinem Empfinden eine besondere Rolle spielt – sowohl bei der Reproduktion als auch bei der Veränderung der Verhältnisse.

2. Geschlechterreflexive Beratung in der Sozialen Arbeit

Beratung ist eine wichtige Handlungsform in der Sozialen Arbeit und kommt in allen Handlungsfeldern vor. Es gibt unterschiedliche Konzepte, Ansätze und Formen von Beratung, die im folgenden Kapitel Thema sind. Konzepte, welche der sozialen Kategorie Geschlecht Beachtung schenken, sind marginal. Viele übergeordnete Theorien der Beratung, wie sowohl die lebensweltliche, die personenzentrierte und die systemische Beratung als auch die Supervision und das Coaching, abstrahieren von der Kategorie Geschlecht (Gröning, 2015a). Im folgenden Kapitel soll zuerst die Frage beantwortet werden, was Beratung in der Sozialen Arbeit überhaupt ist und welchen Stellenwert sie darin hat. Danach soll auf die Beratung, welche die Strukturkategorie Geschlecht als zentrale Kategorie im Beratungsprozess betrachtet, die geschlechterreflexive Beratung, eingegangen werden.

2.1 Beratung in der Sozialen Arbeit

Das professionelle Handeln in der Sozialen Arbeit setzt sich laut Becker-Lenz, Busse, Ehlert und Müller-Herrmann (2012, S. 10) aus spezifischem Wissen, Fähigkeiten, Kompetenzen, Haltungen und Identität zusammen. Professionelles Handeln findet auch in der Beratung, einer der Handlungsarten der Sozialen Arbeit, statt und ist bei der Bearbeitung von sozialen Problemlagen von grosser Bedeutung. Beratung hat in den letzten Jahren ein Profil und verschiedene Ansätze entwickelt, welches von unterschiedlichen Disziplinen beeinflusst wird und in allen Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit zum Einsatz kommt (Engel, Nestmann & Sickendiek, 2007, S. 33). Denn für die Bewältigung der komplexen vielschichtigen Praxisanforderungen werden laut Ebert (2012, S.9) differenziertes Wissen und professionelle Handlungskompetenzen benötigt. So sieht Staub-Bernasconi (2009, S. 21 – 45) die Ausrichtung auf wissenschaftsbasierte Arbeitsweisen, das Erzielen von gewünschten Resultaten und das Handeln nach beruflichen Standards und berufsethischen Prinzipien, wie sie im Berufskodex festgehalten sind, als Professionalität an. Das professionelle Handeln ist immer auch in eine Organisationsform der Sozialen Arbeit eingebunden und diese hat Auswirkung auf das professionelle Handeln (Klatetzki, 2012). Diese professionstheoretischen Fragen spielen auch in der Beratung der Sozialen Arbeit eine Rolle, wie weiter unten ausgeführt wird.

Herwig-Lempp und Kühling (2012, S. 53) nennen Beratung als eine von sechs klientenbezogenen Handlungsarten der Sozialen Arbeit. Sie soll Perspektiven erweitern, Informationen vermitteln und Anleitung bieten. Dies geschieht laut Herwig-Lempp und

Kühling (2012, S. 53) in Form von Gesprächen, aber auch durch üben und trainieren. Auch bei Lüssi (2001) lässt sich Beratung als wichtige Handlungsart für die Soziale Arbeit finden. Er schreibt zur sozialarbeiterischen Beratung, dass sie sich auf soziale Bedürfnisobjekte bezieht; so kann sie Budgetberatung, Schuldnerberatung, Rechtsberatung, Erziehungsberatung oder Suchtberatung sein. In der sozialarbeiterischen Beratung geht es um die problematischen sozialen Sachverhalte und das dysfunktionale soziale System, in dem sich die Klientel bewegt, mit dem Ziel, Klarheit über das Problem zu schaffen und die Klientel zur Problemlösung zu befähigen (Lüssi, 2001, S. 394). Typisch für sozialarbeiterische Beratung, so Lüssi (2001), sei, begleitende konkrete Hilfe zu leisten. Damit besteht in der Beratung, die innerhalb der Sozialen Arbeit stattfindet, eine «zugriffige Nähe zur sozialen Lebenswirklichkeit» (S. 395). Die Klientel wird in ihrer Problemeinsicht gefördert, zum problemlösenden Tun motiviert, in ihrem Verhalten instruiert und das Selbstbewusstsein und die Eigenverantwortung gestärkt, um ihre Lebensprobleme zu bewältigen. Damit kann als zentrales Ziel der Beratung die Ich-Stärkung der Klientel gesehen werden (Lüssi, 2001, S. 395).

Beratung verpflichtet sich, so wie sich auch die Soziale Arbeit auf einen festgelegten Berufskodex, das Menschenbild, die Ziele und Verpflichtungen der Sozialen Arbeit festlegt. So sind grundlegende Ziele die Ermöglichung sozialer Integration und gesellschaftlicher Teilhabe, sowie die Veränderungsförderung, um die Menschen unabhängiger werden zu lassen und in ihrer Entwicklung zu fördern, zu sichern und zu stabilisieren (avenir social, 2010, S. 6). Auch hat die Soziale Arbeit ihre Methoden und Vorgehensweisen auf wissenschaftlich fundierte Grundlagen zu stützen (avenir social, 2010, S. 6). Diese Verpflichtungen verlangen besondere Qualifikationen und laut Ortmann (2018, S. 36) auch eigene Beratungskonzepte, die sich auf bestimmte Theorien beziehen, wie die lebensweltliche, die personenzentrierte oder die systemische Theorie. Beratung hat die Funktion, neue Lernchancen zu ermöglichen, denn sie ermöglicht einen Rahmen, in dem neues Denken, Handeln und Erleben Platz haben und dadurch neue Erfahrungen gemacht werden können (Sickendiek et al., 2008, S.138). Beratung steigert die Hoffnung auf Besserung und stellt einen Rahmen für Erfolgserlebnisse. Zudem wirkt die Beratungsbeziehung stabilisierend und hebt für Frank (1961, zit. nach Sickendiek et al., 2008) die «demoralisierende Entfremdung auf und . . . [wirkt] emotional anregend» (S. 139). Um diese Funktionen von Beratung zu realisieren, braucht es Bedingungen und Handlungskompetenzen. Die zentralen Dimensionen des Beratungshandelns, aus denen die Bedingungen und Kompetenzen abgeleitet werden können, sind nach Sickendiek, Engel und Nestmann (2008, S. 133) unter anderem die Beratungskonstellationen und

Hilfsettings (1), die Beratungskonzepte (2), die Beratungsmethoden (3) und die Beratungsbeziehung (4) welche im Folgenden dargelegt werden.

2.1.1 Beratung in unterschiedlichen Konstellationen, Räumen und Settings

Beratung findet in unterschiedlichen Konstellationen statt, so gibt es neben der Einzelberatung auch Familien-, Gruppen-, Organisations- und Teamberatungen (Sickendiek et al., 2008, S. 93). Der Grund für die Ausweitung der Beratungskonstellationen liegt darin, dass Probleme in ihrem Kontext behandelt und bearbeitet werden sollen. Und so ist für die Soziale Arbeit, die mit sozialen Systemen unterschiedlichster Art zu tun hat, die Beratung in unterschiedlichen Konstellationen alltäglich. Beratung in der Sozialen Arbeit kann ebenso in unterschiedlichen Zeitdimensionen stattfinden: als Kurzberatung, als Tür- und Angelgespräch, als Beratung beim Hausbesuch oder als Beratung in einem geschlossenen Setting mit einem definierten Zeitfenster. Der Beratungsraum und das Beratungssetting sind für den Beratungsprozess von Bedeutung. Vor allem in der Sozialen Arbeit, bei der der Übergang vom öffentlichen Raum in den abgegrenzten Raum, in dem Beratung innerhalb einer Einrichtung stattfindet, bewusst strukturiert werden muss (Großmaß, 2007, S. 488). Es lassen sich nach Großmaß (2007) drei Ebenen, durch die das Setting produziert wird, angeben:

- a) Die Situierung der Einrichtung im politischen Raum: Finanzierung und Trägerschaft, institutionelle Verflechtung mit anderen Organisationen,
- b) der Ort an dem sich eine Beratungseinrichtung befindet, sowie die Ausstattung ihrer Räumlichkeiten und
- c) die Gestaltung der konkreten Beratungssituation, das methodische Setting. (S. 488 – 489)

Das *politisch - institutionelle Setting* (a) von Beratung wirkt sich auf das Gesamtsetting einer Beratungseinrichtung aus. Die Tendenz der Ökonomisierung und Standardisierung von Sozialer Arbeit, in welcher immer weniger Zeit für den einzelnen Menschen in der Beratung eingeräumt wird, hat Einfluss auf die Art und Weise der Beratung (Großmaß, 2007, S. 489). Beratung findet in einem gesellschaftlichen Machtverhältnis statt, welches gerade auch in der geschlechterreflexiven Beratung zu reflektieren ist (Gröning, 2015b, S. 13). Gröning (2016, S. 22) verweist auf die wichtige Dimension von Kontrakt und Setting in der Beratung. Für die Gestaltung des Beratungsprozesses sollen Fragen nach dem geschützten Raum, dem Machtbewusstsein und dem Wissen der beratenden Person und dem reflexiven Umgang mit Konflikten gestellt werden (Gröning, 2016, S. 22). Weiter nimmt der Träger (die Beratungsinstitution) Einfluss auf die Personalauswahl, setzt Ziele und wählt damit bestimmte Haltungen und Methoden (Großmaß, 2007, S. 490). So beeinflusst nach

Großmaß (2007, S. 490) diese Arbeitskultur einer bestimmten Institution, die z.B. auch das Netzwerk, das Materialangebot und das Vokabular der Methoden miteinschliesst, den Stil und die Konzeptsprache der angebotenen Beratung, womit eine spezifische institutionelle Atmosphäre entsteht. Dieses politisch - institutionelle Setting zur Kenntnis zu nehmen ist erstens für die Reflexion der Interventionsform Beratung und zweitens für die Sicht auf psychische und soziale Probleme und deren gesellschaftlichen Bezugs- und Entstehungsrahmen (Großmaß, 2007, S. 490) zentral.

Neben diesem sozialpolitischen Raum, in dem Beratung stattfindet, spielen *Lage und Ausstattung der Beratungsräume* (b) eine Rolle (Großmaß, 2007, S. 491). Vor allem die örtliche Erreichbarkeit ist von Bedeutung für die Klientel. Die Aspekte der Angebotsaufmerksamkeit und Kontaktaufnahme sind zu reflektieren. Beratung in der Sozialen Arbeit muss sehr flexibel in verschiedenen Räumen und an unterschiedlichen Orten, wie auf der Strasse, im Büro, in der Wohnung, im Cafe, stattfinden, denn laut Ortmann (2018, S. 57) müssen auch Menschen erreicht werden, die aus verschiedenen Problemlagen heraus nicht selbstständig ein Angebot aufsuchen können. Die Offenheit und Erreichbarkeit eines örtlich situierten Beratungsangebots sollte von konzeptionellen Zielgruppenüberlegungen abhängen. Diese Zielgruppenspezifika und die Veränderung von Beratungsbedürfnissen lassen keine allgemeingültigen Regeln für die Situierung und Einrichtung von Beratungsräumen zu, dennoch können einige Kriterien benannt werden, wie z.B. geografisch günstig gelegen für die potenzielle Klientel, ein Wartebereich mit Sitzmöglichkeit, eine Raumstruktur, in der es öffentliche und geschützte Räume gibt (Großmaß, 2007, S. 492 - 493).

Der dritte Punkt, das *methodische Setting* (c), besteht immer aus räumlich-zeitlichen Rahmenbedingungen und einer spezifischen sozialen Beratungskonstellation (Großmaß, 2007, S. 495). Hier betonen Gelso und Fritz (1992; zit. nach Siekendieck et al., 2008, S. 144) die Bedeutung vom räumlichen Verhalten im Setting, das heisst der räumlichen Realität von Distanz und Nähe zwischen Klientel und Beratenden. Dabei geht es um ganz konkrete Fragen wie: Wo und wie stehen die Stühle im Raum? Auch die Grösse des Raumes, dessen Einrichtung (Teppich, Matten für Körperübungen, Sessel, Sofa, Bilder etc.) und die Raumregeln (z.B. Schuhe ausziehen) sind hier relevant.

2.1.2 Beratungskonzepte und -ansätze

Soziale Arbeit als wissenschaftliche Disziplin ist herausgefordert, Wissen zu generieren und Qualität zu entwickeln. So hat sie auch verschiedene Beratungskonzepte entwickelt, die sich zum Teil schon als eigenständige Professionen definieren. Von der psychosozialen Beratung über die sozialpädagogische Beratung von Thiersch (1977) hin zu Opferberatung. So zum Beispiel hat die Schweizer Gesellschaft für Beratung zum Ziel, «die Identität der Beratungsberufe zu stärken, die Qualität der professionellen Psychosozialen Beratung zu sichern, weiterzuentwickeln und ihre wissenschaftlichen wie fachlichen Grundlagen zu fördern» (Schweizer Gesellschaft für Beratung, SGfB). Ortmann (2018) nennt für die Beratung in der Sozialen Arbeit vier wichtige Ziele: «Selbsthilfepotenziale stärken, soziale Beziehungen und Netzwerke stärken, sozialrechtliche Leistungen erschliessen und soziale Infrastruktur nutzen und entwickeln.» (S. 38 – 39) Die Sicht von Seibert (1978, S. 190) auf Beratung als Bildungsprozess, bzw. Lernprozess wird durch verschiedene Regeln gerahmt. Beratung muss demnach eine Problemdefinition beinhalten, Ziele definieren, an den Erfahrungen anknüpfen, in soziale Bezugsrahmen eingelassen sein und eine bestehende Einheit von Handeln und Erkennen (dialektischer Lernprozess) muss vorhanden sein. Ausserdem sollen die Betroffenen die Lernprozesse steuern und der Austausch von Erfahrungen und Erkenntnissen zwischen Klientel und beratenden Sozialarbeitenden ist vorhanden. So kann ein gegenseitiger Lernprozess entstehen, welcher Voraussetzung für eine gelingende Beratung ist. Demnach ist nicht einfach die beratende Person die leitende Fachperson, sondern ebenso die Person, die die Beratung aufsucht. Die Beratungspraxis hat mit lebendigen Systemen zu tun, die auf verschiedenen Ebenen (der sprachlichen, der kommunikativen, der gefühlsmässigen, der körperlichen, der geistigen und auf der Handlungsebene) multikomplex funktionieren (Ortmann, 2018, S. 95).

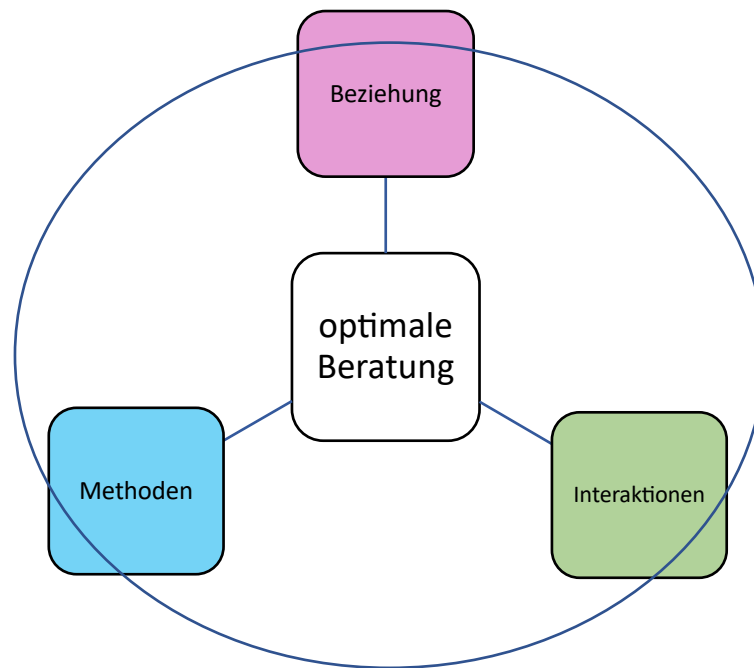


Abbildung 1. Skizze einer optimalen Beratung

Quelle: Eigene Darstellung (Mahoney, 1991; zit. nach Sickendiek et al., 2008, S. 151 – 152)

Beratung ist also ein prozessuales Geschehen, wo « . . . Probleme und Problemlösungen personal (in Beziehung und Interaktionen) und konzeptionell (mit Bezug auf verschiedene Verstehensmodelle und -konzepte, die das Denken und Handeln orientieren) verhandelt und ausgehandelt werden» (Ortmann, 2018, S. 96). Somit sind Methoden und Beziehung «untrennbare Aspekte der konzeptionellen Entwicklung von Beratung in allen Handlungsfeldern» (Nestmann, 2007, S. 795). Wie in Abbildung 3 zu sehen, werden Beziehung und Methode in ihrem Zusammenspiel betrachtet und gestalten die dynamische Entwicklung der Interaktionen zwischen den Beteiligten im Beratungsverlauf (Sickendiek et al., 2008, S. 152). Die Interaktionen wirken wiederum auf die Methoden und auf die Beratungsbeziehung.

2.1.3 Beratungsmethoden

Um individuelle Beratung zu ermöglichen, ist der Einbezug verschiedener Methoden und Verfahren der Sozialen Arbeit notwendig, denn nur so können Sozialarbeitende auf die jeweiligen Problemlagen und Unterstützungswünsche der Klientel passgenau und flexibel eingehen (Ortmann, 2018, S. 40). Das Spektrum reicht vom aktiven Zuhören bis zu Möglichkeiten verbaler und nichtverbaler Reaktionen, von Analysen von Problemen und

deren Hintergründen bis zu Methoden, welche eine Selbstreflexion anregen, von der Deutung und Interpretation, dem Lernen, der emotionalen Auseinandersetzung bis hin zu unterschiedlichen Hilfe- und Unterstützungsformen (Sickendiek et al., 2008, S. 135).

Methoden auf der extraverbalen oder nichtverbalen Ebene (Körpersprache, Augenbewegungen, Mimik, Gestik, Körperkontakt, Töne, Geräusche, Schweigen, die Art der Sprache) sind für die vorliegende Arbeit von Bedeutung und so schreiben Sickendiek et al. (2008, S. 143), dass das nichtverbale Verhalten entscheidende Einflüsse im Beratungsprozess hat. Ein wichtiger Schlüsselreiz in der Beratung ist die Mimik des Beraters. Hierdurch werden «Freude oder Bedrückung, Ernst oder Belustigung, Interesse oder Langeweile signalisiert . . .» (Sickendiek et al., 2008, S. 143). Die Klientel interpretiert und deutet, wenn auch nicht bewusst, Augen und Körperbewegungen der Beratungsperson. Der Körper als Spiegel von Emotionen und Kognitionen verhält sich und ist in der Beratungssituation immer anwesend. Er kann Worte ersetzen, er kann Worte unterstreichen, kann verbale Interaktionen in Gang halten und er kann unbewusste Gefühle und Gedanken zeigen (Sickendiek et al., 2008, S. 144). Der Augenkontakt ist nach Sickendiek et al. (2008, S. 144) eine zentrale Verhaltenskategorie im Beratungsprozess. Über die Augen werden Beziehung und Kommunikation ausgedrückt und vermittelt. Die Form und Art der Sprache kann wichtiger werden als der Inhalt, denn wie etwas gesagt wird, beeinflusst extrem den Inhalt des Gesagten (Sickendiek et al., 2008, S. 144). Hier kann leise oder laut gesprochen werden, mit Pausen zwischen Wörtern oder Sätzen. So passieren in Phasen des Schweigens oft wichtige Prozesse. Wenn gesprochen wird, zeigt das Anheben der Stimme, das Seufzen, Lachen oder Gähnen und der Einsatz von Atem, wie stark diese Formen mit Ausdruckbedeutung verbunden sind. Die nichtverbalen Verhaltensweisen und Kompetenzen sind wichtige Faktoren für eine gelingende Beratung und spielen eine wichtige Rolle für die Beratungsbeziehung.

2.1.4 Beratungsbeziehung

Laut Sickendiek et al. (2008, S. 129) ist die Beziehung zwischen Berater_in und Klient_in ausschlaggebend für den Erfolg der Beratung. Die offene und vertrauensvolle Beratungsbeziehung wird im Beratungsprozess aufgebaut und stellt die Basis für die Zusammenarbeit dar. Aus diesem Grund soll sie im nächsten Punkt als wichtige Handlungskompetenz aufgeführt werden.

2.2 Handlungskompetenzen in der Beratung

Beratungskompetenz ist nach Zwicker-Pelzer (2010, S. 32 – 37) eine Handlungskompetenz, die sich aus dem synergetischen Zusammenwirken von fünf Kompetenzbereichen zusammensetzt: Der Fachkompetenz, der Beziehungskompetenz, der diagnostisch-analytischen Kompetenz, der Methodenkompetenz und der Reflexiven Kompetenz. Zwicker-Pelzer (2010, S. 44) schreibt, dass Beratungskompetenz lern- und entwickelbar ist und neben den kommunikativen Kompetenzen auch die beraterische Haltung zu entwickeln ist. So nennt Zwicker-Pelzer (2010, S. 45) Empathie, Offenheit, Authentizität, Distanz, Wertschätzung, Neutralität und Flexibilität als wichtige Aspekte dieser Haltung. Die Persönlichkeit und Haltung der Beratungsperson spielt eine grosse Rolle und hat als Wirkvariable eine Bedeutung (Nussbeck, 2014, S. 111). Sie ist vor allem für das Aushandeln der Arbeitsbündnisses (Gestaltung der professionellen Beziehung) von Bedeutung. Es bestehen drei Merkmale einer hilfreichen Beratungsbeziehung, welche Roger (1973; zit. nach Nestmann, 2007) aufgestellt hat:

- *Empathie* – als Fähigkeit, sich in die Gefühle und Gedanken einer Person hineinversetzen zu können. Eine empathische Haltung umfasst das Bemühen, einen Menschen in seiner Welt zu verstehen, ihn in seinem Denken, Fühlen und Handeln nachvollziehen zu können
- *Wärme oder Akzeptanz* – als eine in der Beratungsbeziehung aufgehobene Wertschätzung des Gegenübers, die nicht an bestimmte Bedingungen geknüpft wird. In der hilfreichen Beratungsbeziehung sollen die Klienten erfahren, dass sie um ihrer selbst willen, «so wie sie sind», respektiert werden. Die akzeptierende und respektvolle Beratungsbeziehung [schafft] Sicherheit für den Rat Suchenden. Sie verhindert die Entstehung von Ängsten und macht Vorsicht unnötig, ermöglicht hingegen Offenheit und ermutigt, neues Denken, Fühlen und Handeln zu erproben.
- *Echtheit oder Authentizität* – als eine Haltung, die unverfälschte Kommunikation in der Beratung möglich macht. Die Beziehung soll geprägt sein vom direkten und offenen Umgang miteinander, in der auch auf Seiten des Beraters keine Maskierungen und Verstellungen nötig werden. (S. 792)

Diese zentralen Beziehungsvariablen gelten in vielen Beratungskonzepten als generelle Grundlage für eine förderliche professionelle Beziehung zwischen Klientel und professioneller Beratungsperson (Nussbeck, 2014, S. 110). Sie werden jedoch erweitert, wo andere, zusätzliche Maximen einer positiven Beratungsbeziehung ins Feld geführt werden (Nestmann, 2007, S. 792).

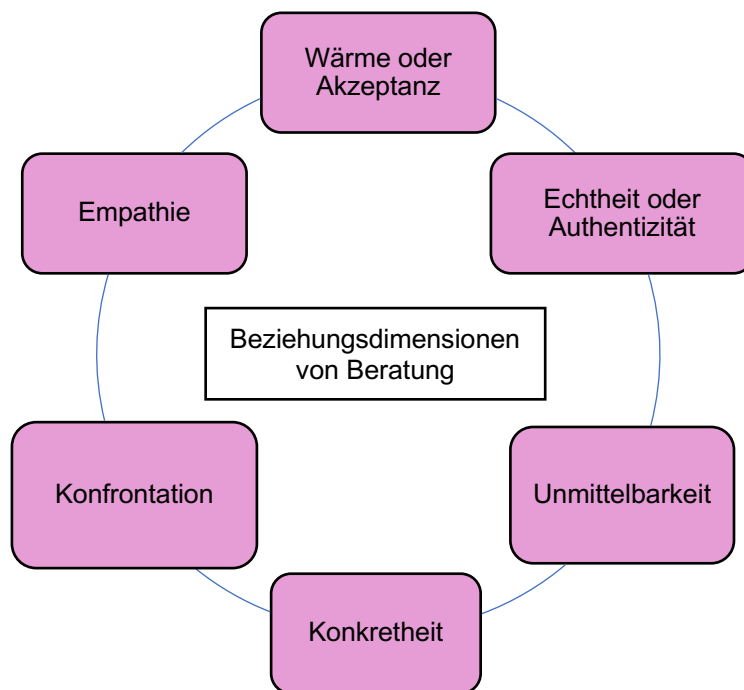


Abbildung 2. Beziehungsdimensionen von Beratung

Quelle: Eigene Darstellung (Nestmann, 2007, S. 792 - 793)

So definiert Carkhuff (1969; zit. nach Nestmann, 2007, S. 792) *Unmittelbarkeit* als weitere entscheidende Beziehungsdimension. Den Erfahrungen im «Hier und Jetzt» wird Priorität eingeräumt, so auch den Erfahrungen in der aktuellen Beratungsbeziehung, denn in ihr werden Selbsterfahrung und Erkenntnisse möglich, die für den Prozess gewinnbringend sind, Vergangenes verarbeiten lassen und Zukünftiges antizipieren lassen (Nestmann, 2007, S. 792). Auch die *Konkretheit* der Kooperation in der Beziehung fordert Vermittlung von Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen. Carkhuff (1969; zit. nach Nestmann, 2007, S. 792) meint hier, dass Beziehungsgestaltung und Interaktion durch eine klare Haltung und ein eindeutiges, unmissverständliches, transparentes und spezifisches Handeln der Beratungsperson geprägt sein soll. Als weitere Dimension kommt bei Carkhuff (1969; zit. nach Nestmann, 2007, S. 793) die *Konfrontation* hinzu. Diese ist getragen durch sichernde Empathie, Akzeptanz, Authentizität, Unmittelbarkeit und Konkretheit der Beziehung und meint damit «provokante Beziehungselemente, [die] . . . kein Ausweichen [erlauben] und . . . dennoch nicht verletzend und abschreckend [sind]» (Nestmann, 2007, S. 793).

Für die Soziale Arbeit kommt mit der Gestaltung der Arbeitsbeziehung die Beziehungskomponente als bedeutungsvolles Element ins Spiel. Für Becker-Lenz und

Müller (2009) prägen die zentralen Werte Autonomie und Integrität die Arbeitsbeziehung. Die Gestaltung der Arbeitsbeziehung erfolgt nach bestimmten Regeln, denn es herrscht eine widersprüchliche Einheit zwischen Klientel und Professionellen (Becker-Lenz & Müller 2009, S. 371). Beide sind auf unterschiedliche Weise als ganze Personen beteiligt. Die Professionellen sind gebunden an ihre Rolle und den definierten Auftrag, und die Klientel befindet sich in einer Krise oder Problemlage (Becker-Lenz & Müller, 2009, S. 372). So hat nach Becker-Lenz und Müller (2009, S. 371) die Klientel soviel zur Krisenbewältigung beizutragen, wie ihr zugemutet werden kann. Durch Freiwilligkeit wird eine innere Bereitschaft, im eigenen Interesse mitzuwirken (Hilfe zur Selbsthilfe und Motivation), hergestellt (Becker-Lenz & Müller, 2009, S. 371). So ist ein professioneller Umgang mit den Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen, die laut Becker-Lenz und Müller (2009, S. 372) im Arbeitsbündnis vorkommen und den Prozess behindern können, notwendig. Hierfür braucht es bestimmte Bedingungen und Kompetenzen, die unter anderem auf der Ebene von Körper und Leib liegen. Der Körper, die Körperwahrnehmung und das Körpererleben spielen in der Gestaltung der Arbeitsbeziehung und im Umgang mit Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen eine Rolle. Über den Körper können Grenzen, emotionale Zustände und Körperreaktionen wahrgenommen werden. Der Körper ist hier Träger von Wissen und wir können an ihm gewisse Dinge ablesen und spüren. Die Reflektion darüber ermöglicht es den Fachkräften, diese Erkenntnisse bewusst in den Beratungsprozess einzubringen:

a) Grenzen wahrnehmen

Durch den Einsatz von Körper und Leib, durch die Körperwahrnehmung und auch im Körperkontakt kann gelernt werden, individuelle Grenzen und die Grenzen Anderer zu erfahren (Wanzeck-Sielert, 2017, S. 122).

b) Emotionale Zustände und Körperreaktion

Wenn Professionelle ihren Körper bewusst wahrnehmen und emotionale Zustände dadurch benennen können, so können Übertragungen wahrgenommen, erkannt und mit ihnen gearbeitet werden (empathische Grundhaltung). Auch beeinflusst die Wahrnehmung des eigenen emotionalen Zustands, der sich durch eine bestimmte Körperhaltung und Mimik zeigt, das Geschehen, welches in Wechselwirkung wiederum auf den Körper wirkt. Prozesse auf der Körperebene durch Beobachtung und Selbstbeobachtung der Körperhaltungen und -empfindungen ins Bewusstsein zu holen und diese zu reflektieren, ist für die Gestaltung des Arbeitsbündnisses sehr gewinnbringend. Körperliche Reaktionen, die sich in der Mimik, in der Körperhaltung und auch in der Stimme ausdrücken, spielen in der sozialen Interaktion demnach eine grosse Rolle. (Lukas, 2019, S. 45)

c) Körper als Träger von Wissen

Ein Verständnis vom Habitus und vom «Körper als Träger von Erinnerungen und Erfahrungen, Spiegel innerer Empfindungen, Medium von Sexualität, Vermittler zwischen innen und aussen, Haus der Seele» (Gies & Koppermann, 2004, S. 209) kann die Arbeitsbeziehung beeinflussen, d. h. wenn die Professionellen das Wissen des Körpers – die Erinnerungen, Erfahrungen und Erkenntnisse, die abgespeichert sind – in ihre Arbeit mit einbeziehen, kann sich dies positiv auf die Arbeitsbeziehung auswirken. (Lukas, 2019, S. 45)

Die Wahrnehmung, Aufmerksamkeit und Klärung der eigenen Gefühle und Empfindungen, welche die Klientel in einem auslöst, nennt Rogers (2004, S. 30 – 32) *Kongruenz*. Erlebtes und Empfundenes wird wahrgenommen und ist verfügbar, so dass es im passenden Moment im Kontakt mit der Klientel in den Beratungsprozess eingebracht werden kann (Weinberger, 2013, S. 66). Diese Übereinstimmung mit sich selbst, als Person in der Beratung zu sein und keine Rolle zu spielen, ist eine grundlegende Einstellung für gelingende Beratungsbeziehungen und Beratungsprozesse. So ist *Kongruenz* nicht etwas Statisches, sondern entwickelt sich genauso wie die Beratungsbeziehung und je nach Beratungssetting, -situation, Rahmenbedingungen und persönlichem Entwicklungsstand (Weinberger, 2013, S. 67). Der Selbstwert der Beratungsperson und eine Angstfreiheit in der Institution sind grundlegende Bedingungen für die *Kongruenz* der Beratungsperson (Weinberger, 2013, S. 67).

Durch ein echtes Interesse der Beratungsperson an der Situation der Klientel entsteht ein Sicherheits- und Akzeptanzraum, um sich auszuprobieren. So können neue Arten des Umgangs mit sich selbst und mit anderen kennengelernt werden. Wenn die Beziehung zwischen Klientel und Beratungsperson eine tragende Beziehung ist, die durch unbedingte Wertschätzung, Kongruenz und emphatisches Verstehen entstand und geprägt ist (Nestmann, 2007, S. 794) kann *Selbstexploration* (Rogers, 2004, S. 32 – 33) stattfinden. *Selbstexploration* meint hier, dass die Klientel Emotionen und Empfindungen zu thematisieren und diese zu ordnen beginnt. So können durch den Akzeptanzraum eigene Gefühle besser angenommen werden und die Klientel gelangt zu grösserer Kongruenz und kann sich immer offener äussern (Rogers, 2004, S. 33). In dem Prozess werden Bewertungen, Einstellungen, Wünsche und Ziele klarer und dadurch können Veränderungsideen und -motivationen entstehen (Weinberger, 2013, S. 67).

2.3 Fokus: Geschlechterreflexive Beratung

Der geschlechterreflexiven Beratungstheorie liegt ein sozialkonstruktivistischer Ansatz zugrunde, welcher nachvollziehen möchte, wie Aussagesysteme über Geschlecht und Geschlechterdifferenz in einer Gesellschaft entstehen (Gröning, 2015a, S. 16) und woher die kulturellen Muster von Weiblichkeit und Männlichkeit stammen (Becker-Schmidt & Knapp, 2001, S. 126).

Die heutige Geschlechterforschung versteht die soziale Welt als eine konstruierte Wirklichkeit. Feministische Frauenforschung in den 60er und 70er Jahren orientierte sich paradigmatisch an Frauen als Rechtssubjekten und wollte mit ihrem sozialreformerischen Anspruch gesellschaftlichen Fortschritt erreichen. Daraus entstanden konkrete feministische Hilfs- und Beratungsangebote, die Parteilichkeit, Identifizierung und Solidarität mit Frauen in den Mittelpunkt stellten (Gröning, 2015a, S. 17). In den 80er Jahren wurde mit der Kritik an dieser Parteilichkeit die dadurch stattfindende Reproduktion und Zementierung der Geschlechterverhältnisse angesprochen. Damit wurden die Grenzen des feministischen Paradigmas in der Beratung aufgezeigt und durch konstruktivistische und reflexive Ansätze erweitert, bzw. abgelöst. Eine geschlechterreflexive Beratung entwickelte sich, die sich nicht mehr ausschliesslich an Frauen richtete, sondern den Anspruch hatte, die Geschlechterverhältnisse und darin die konkreten Beziehungen und Auseinandersetzungen zu betrachten und in den Beratungsprozess miteinzubeziehen (Gröning, 2015a, S. 17). So liegt der geschlechterreflexiven Beratung zwar eine anwaltschaftlich-solidarische Geschichte und ein empathisch-verstehender Ansatz zu Grunde (Gröning, 2015a, S. 24 -25), diese wurden aber seit den 90er Jahren durch den Ansatz des Konstruktes mehr oder weniger abgelöst. Dieser geht, wie die systemischen und lösungsorientierten Ansätze, von einem konstruierten Problem aus, welches es umzukonstruieren gilt (Gröning, 2015a, S. 25). Damit ist ihm ein radikal anderes Beratungsverständnis eigen. Es stehen nicht mehr die Ratsuchenden und die Strukturen, welche Probleme entstehen lassen, im Mittelpunkt, wie bei den feministischen Beratungsansätzen der 70er und 80er Jahre, sondern die Umdeutung der Probleme der Ratsuchenden (Gröning, 2015a, S. 25). Die geschlechterreflexive Beratung bewegt sich in diesen Widersprüchen und sucht nach Antworten und Ideen, um an der erkenntnistheoretischen Auffassung festzuhalten, dass es um Menschen geht, die zwar durch Geschlecht konstruiert sind, aber eine soziale Praxis leben, in der sie auch als Geschlecht handeln.

2.3.1 Geschlechterbiografien

Für die geschlechterreflexive Beratung ist es zentral zu wissen, «wie sich im Laufe des Lebens konkrete Aneignungsprozesse und Anpassungsvorgänge von empirisch konkreten Menschen im Hinblick auf diese kulturellen Muster [von Weiblichkeit und Männlichkeit] verhalten und welche Gestalt sie in den verschiedenen Feldern der Beratung annehmen» (Gröning, 2015a, S. 16). So muss laut Gröning (2015a) geschlechterreflexive Beratung erstens deutlich über die individuelle Subjektivität der konstruktivistischen Ansätze hinausgehen und die politischen und ökonomischen Strukturen, die Geschlechterkonstruktionen hervorrufen und reproduzieren, sehen und kennen. Zweitens muss sie Verstrickungen in die Geschlechterideologien, die durch die Erzählungen im Beratungsprozess durch das Denken, Fühlen und Handeln der Klientel sichtbar werden (Gröning, 2015a, S. 16), erkennen und damit umgehen. Erkenntnisse aus der *Geschlechterforschung* (Gildemeier & Wetterer, 1992) und den *Affect Studies* (Pfaller & Wiese, 2018) zeigen, dass individuelles Fühlen und Spüren geschlechtsspezifisch sind. Dies ermöglicht es der geschlechtsspezifischen Beratung, die Erzählungen der Ratsuchenden vor dem Hintergrund der politischen und ökonomischen Strukturen, welche die Konstrukte immer wieder befördern und das Denken, Handeln und die seelischen Verstrickungen in die Geschlechterideologien der Ratsuchenden hervorrufen, zu verstehen. Dieses Interesse muss die geschlechterreflexive Beratung haben und «im Kontext von Biografie und Entwicklungsaufgaben des Lebenszyklus ebenso . . . wie im Kontext von konkreten sozioökonomischen Lebenslagen, von Habitus und Feld» (Gröning, 2015a, S. 16 – 17), vehement verfolgen.

2.3.2 Gefühle, Körper und Leib

Die Bezüge zu Leiblichkeit und Körper sind in der geschlechterreflexiven Beratung stark, denn die Annahme des leiblich verankerten Geschlechts ist deren Grundlage. Die Frauengesundheitsbewegung der 70er und 80er Jahre, als Teil der feministischen Bewegung, die auch die feministische Beratung hervorbrachte, hat den weiblichen Körper mit dem Ziel der Rückeroberung aus männlicher Definitionsmacht thematisiert. Die sozialkonstruktivistischen Ansätze haben die Geschlechterverhältnisse und deren fortwährende Reproduktionen von Macht und Herrschaft im Blick. Sie gehen von der Annahme aus, dass die Individuen in die Machtstrukturen verstrickt sind, diese immer wieder selbst herstellen und somit auch das Potential der Veränderung selbst innehaben. Die Anerkennung des leiblichen Körpers als spontanen und unmittelbaren Ort des leiblichen Spürens und Empfindens bedeutet, den Körper als Geschlechtskörper zu betrachten, welcher spezifische Erfahrungen innerhalb der Geschlechter- und Machtverhältnisse macht, die sich leiblich verankern und ausdrücken. Glammeier (2010, S. 102) nennt hier

die Dualität von Verletzungsmächtigkeit und Verletzungsoffenheit, die mit den Symbolen des weiblichen und männlichen Geschlechts verbunden ist, die verleiblichte Herrschaft, welche gelernt wird. Herrschaft geht also unter die Haut, so wie auch Bourdieu den Habitus als verleiblichte Struktur beschreibt. So wird die Verletzungsoffenheit der Frauen durch eine «institutionelle Erzeugung von Bedrohung» (Gröning, 2015a, S. 102) hergestellt. Diese Bedrohung wird verleiblicht und die Subjekte fühlen und spüren eine geschlechtsbezogene Angst. Während die Angst die Frauen in geschützte Räume begleitet, fordert die Verletzungsmächtigkeit bei Männern Mutproben und ein Erlernen der Verbindung von Angst mit Lust, denn Rückzug oder Impulse der Angst werden gesellschaftlich geächtet (Gröning, 2015a, S. 102). So wird gelernt, auf Angst mit Scham zu reagieren. Gröning (2015a, S. 102) führt weiter aus, dass sexuelle Verletzungen wie die Beschneidung beim Mann «den Bund mit Gott» darstellen, bei Frauen es aber darum geht, sie einzuschränken und ihren Körper gewaltsam als einen «Körper für andere» herzustellen (Gröning, 2015a, S. 102). Auch dies erfolgt nach Glammeier (2010) über die Scham.

So kann das Wissen über vergeschlechtlichte Gefühle, Angst, Scham, Ekel und Lust, die auch das Körperbild und Körperschema entscheidend prägen, den Beratungspersonen helfen, die Ratsuchenden im Verstehen und Reflektieren zu unterstützen. Durch Körperwahrnehmungen, Körperempfindungen und Körpererleben wird es ermöglicht, diese Gefühle und deren Auswirkung auf das Handeln und Erleben bewusst zu machen, zu integrieren, einen weniger selbstabwertenden Umgang zu erlernen und dadurch eine langsame Veränderung anzustossen. Durch folgende Herangehensweisen und Haltungen der Beratungsperson, die selbst auch einen vergeschlechtlichten Körper mitbringt, also eine hohe Selbstreflexivität mitbringen muss, kann die Klientel unterstützt werden: Leiblich-emotionale Anerkennung, Anerkennung als gleichberechtigte Rechtssubjekte durch das Recht auf Definitionsmacht und Selbstbestimmung, grosse Wertschätzung und Achtung. So kann der Mut entstehen, alternative Handlungsmöglichkeiten zu entwerfen, und Reflexivität als Fähigkeit kann wachsen und die Persönlichkeitsentwicklung fördern.

2.3.3 Kriterien für die geschlechterreflexive Beratung

In der geschlechterreflexiven Beratung ist die Beraterin auf sich selbst als Person angewiesen. Denn die Geschlechtsidentität und alle Konflikte und Erfahrungen sind tief im Seelischen und Körperlichen verwurzelt. So sind alle «Provokationen, die der gesellschaftliche Habitus mit sich bringt, für das Verstehen zu nutzen» (Gröning, 2015a, S. 104). Zum Beispiel ist in der Beratung für gewaltbetroffene Frauen das Verhalten der Frauen als Versuch zu verstehen aus dem Körper für Andere wieder einen eigenen Körper zu machen. So ist es schamdynamisch zwangsläufig, dass sich Frauen, die in bestimmte Gewaltbeziehungen verstrickt sind, diese wieder aufsuchen, um neue Deutungsmuster zu

erreichen (gewaltausübende Partner_in zur Einsicht in das Fehlverhalten bringen). Und so führt die erfahrene Missachtung zu einem «Kampf um Anerkennung» (Glammeier, 2010). Um dies zu verstehen, braucht es einen anderen Begriff des Verstehens, einen Begriff, der Sozialstrukturen und Inkorporationen mitberücksichtigt: das *geschlechterreflexive und soziologische Verstehen* (1).

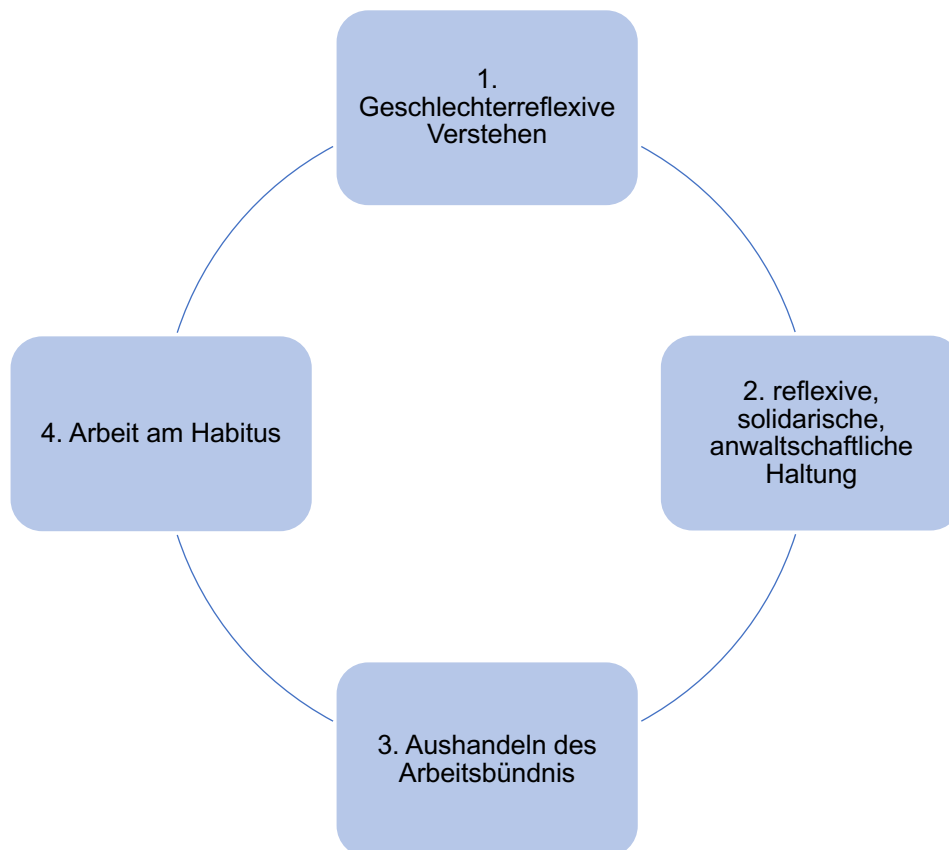


Abbildung 3. Kriterien für die geschlechterreflexive Beratung

Quelle: Eigene Darstellung (Gröning, 2015a, S. 103)

Es braucht dieses soziologische Verstehen besonders, weil der Geschlechterhabitus wegen seiner Verbindung zu Sexualität schnell einer Überforderung in der Beratung ausgesetzt ist. Gröning (2015a) schreibt sogar von einer Verachtung und dadurch Beschämung, die die Klientinnen in der Beratung erfahren, wenn diese Mechanismen nicht reflektiert werden. Beschämung und Verachtung sind laut Gröning (2015a, S. 104) die wichtigsten symbolischen Gewaltformen, die der Geschlechterhabitus auslöst. Die Beraterin muss die eigene Berührbarkeit reflektieren, denn der eigene Habitus, das eigene

Unterbewusste wird immer mit angesprochen. Die innere Bewegung, sich abzugrenzen von der Verstrickung in den vergeschlechtlichten Habitus, ist in der geschlechterreflexiven Beratung eine Quelle des Verstehens (Gröning, 2015a, S. 104). Bourdieu (1997; zit. nach Gröning, 2015a, S. 104) meint, dass das Verstehen mit dem soziologischen Ohr mehr als Zustimmung ist, dass es nämlich um einen reflexiven Bruch mit dem eigenen Habitus geht. Der Verzicht auf symbolische Gewalt (keine Rationalisierung und Belehrung) als habitussensible Kommunikation (Bourdieu, 1997; zit. nach Gröning, 2015a, S. 104) ist sehr zentral. Das gedankliche Mitgehen der Beraterin in die Bilder und Gestalten der Erzählung ist nach Rogers (2004) das empathische Verstehen. Die Fähigkeit der Beraterin, sich gedanklich an jene sozialen Orte zu begeben, die die Ratsuchende im Sozialraum einnimmt, gehören nach Bourdieu (1997; zit. nach Gröning, 2015a, S. 104) auch zum soziologischen Ohr. Habituelle Konstruktionen und symbolische Bedeutungsmuster stehen sich also gegenüber und korrespondieren miteinander (Gröning, 2015a, S. 102).

Die symbolische und soziale Unterstützung in der Beratung durch Dritte (Beraterin) zeigt grosse Wirkung, weil die Anerkennung der Frauen und ihre Erzählung in den Vordergrund gestellt werden. Die *Haltung ist eine anwaltschaftliche und reflexive, die sich durch Zuwendung und Anerkennung (2) auszeichnet.*

So wird der Beziehungsraum in der Beratung gleichzeitig ein Möglichkeitsraum, in dem Unbehagen, Bedürfnisse und Wünsche angesprochen werden können. Durch Anteilnahme und seelische Berührbarkeit kann auch der Möglichkeitssinn wachsen. Den utopischen Gehalt sichtbar machen bedeutet, im Gegensatz zur Alternativlosigkeit die Tatsachenbeziehungen und deren über sich hinausgehendes Potential zu sehen (Negt, 2011; zit. nach Gröning, 2015a, S. 105). Und so auch das Potential, die eigene Situation zu verändern, in den Blick zu bekommen. Dieser Prozess, das *Aushandeln des Arbeitsbündnis (3)*, ist ein Kriterium in der Konzipierung von geschlechterreflexiver Beratung.

Ein letztes Kriterium ist die *Arbeit am Habitus (4)*. Um den eigenen Habitus zu erkennen und zu verändern, müssen Ratsuchende und Beraterinnen sich mental an andere Orte begeben (Gröning, 2015a, S. 105). Erinnerungsarbeit ist eine soziologische Leistung aus alltäglichen Erzählungen das Eigene und die Strukturen des Sozialen zu erkennen (Bourdieu; zit. nach Gröning, 2015a, S. 106). Für Haug (1999) ist die Arbeit am Habitus ein eigenes Forschungsprojekt. Mit Gramsci (1993) plädiert Haug (1999) für ein Verstehen der eigenen Geschichte, durch eine «kritische Aufarbeitung des Bewusstseins, was wirklich ist, das heisst ein *Erkenne dich selbst* als Produkt des bisher abgelaufenen Geschichtsprozesses, der in dir selbst eine Unendlichkeit von Spuren hinterlassen hat» (S. 49), So entsteht ein Bewusstsein, welches das Potenzial enthält, das eigene Leben zu verstehen und eine sich selbst erkennende Person zu werden (Gröning, 2015a, S. 106)

2.4 Zusammenfassung

Beratung in der Sozialen Arbeit ist eine Handlungsart, die in allen Handlungsfeldern vorkommt und demnach folgende Funktionen und Zielrichtungen hat:

ICH-Stärkung, Selbststeuerungskräfte und Selbsthilfepotentiale entwickeln und stärken, neue Lernchancen und Erfahrungen ermöglichen (Selbstexploration), um Handlungsalternativen zu entwerfen, persönliche Entwicklung zu ermöglichen, soziale Beziehungen zu stärken (soziale Integration) und gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen (avenir social, 2010, S. 6). Durch eine Ressourcenorientierung werden die äusseren und inneren Ressourcen der Individuen gestärkt. Damit dies gelingend stattfinden kann, sind bestimmte Kompetenzen und eine bestimmte Haltung der Professionellen notwendig. So drücken Herangehensweisen wie das empathische Verstehen, das empathische Zuhören, die unbedingte Wertschätzung und die Kongruenz eine Haltung aus und sind notwendig um die Beratungsbeziehung als Grundlage für eine gelingende, bzw. optimale Beratung zu gestalten. Eine professionelle Haltung zeichnet sich durch Empathie, Offenheit, Authentizität, Akzeptanz, Wertschätzung, Unmittelbarkeit, Konkretheit/Kooperation und Konfrontation aus. Diese zentralen Beziehungsvariablen werden beeinflusst von den Beratungsmethoden auf verbaler und extraverbalen Ebene. Auf der extraverbalen Ebene sind Körperkompetenzen gefragt. Der Körper als Thema kommt in der Sozialen Arbeit jedoch kaum vor und ist theoretisch wenig bearbeitet. So wird er als schützenswert betrachtet oder ausgespart, was Folgen für die Professionellen hat. Es gibt wenig Wissen und Kompetenzen, wie mit dem Körper umzugehen ist und wie dieser bewusst in die Arbeit einbezogen werden kann. Dass dies notwendig wäre, um soziale Problemlagen und Krisen der Klientel besser zu bearbeiten, wurde in diesem Kapitel sichtbar. So ist der Körper als Geschlechtskörper, durch seine geschlechtsspezifischen körperlichen Erfahrungen in der Sozialen Arbeit präsent, da die konstruierte Geschlechterdifferenz alle Bereiche der Gesellschaft durchzieht und die Zweigeschlechtlichkeit die Körper im Fühlen, Handeln und Denken formt, reproduziert und verändert. Zweigeschlechtlichkeit und Geschlechterdifferenz zwischen *Frau* und *Mann* als Strukturprinzipien der kapitalistischen Gesellschaft sind eng an den Geschlechtskörper gekoppelt. Das heisst, die konstruierte Geschlechterdifferenz zieht sich durch alle Bereiche der Gesellschaft und der ganze Mensch in seinem Denken, Fühlen und Handeln ist davon betroffen. Alles so scheinbar *Natürliche*, wie der Körper, die Sexualität, die Emotionen oder die Reproduktion, ist bei diesen Konstruktionsprozessen nicht ausgeschlossen.

Die geschlechterreflexive Beratung hat ihre historischen Wurzeln in der feministischen parteilichen und autonomen Frauenberatung der 70er Jahre. Vor dem Hintergrund der ungleichen Geschlechterverhältnisse und der strukturellen Benachteiligung und

ökonomischen Unterdrückung der Frau innerhalb des Kapitalismus und aufgrund der kapitalistischen Arbeitsteilung zwischen bezahlter Produktion und unbezahlter Reproduktion fand die parteiliche, solidarische und empathisch-verstehende Beratung statt. In den 90er Jahren kamen in der Frauenforschung und in den feministischen Diskursen sozialkonstruktivistische Ansätze auf. In der Frauenberatung fand ein Wandel statt: soziale Probleme wurden mehr als individuelle Konstruktionsleistung betrachtet und politisch-gesellschaftliche Zusammenhänge, wie die Geschlechterdifferenz, rückten aufgrund ihrer zementierenden Wirkung in den Hintergrund. In dieser Widersprüchlichkeit sucht die geschlechterreflexive Beratung nach Ideen, um einerseits das Individuum im gesamten konstruierten Kontext, der durch das Individuum immer auch reproduziert und verändert wird, und andererseits den konstruierten Kontext als erlebte und erfahrene Praxis der Individuen zu verstehen. So sind eine tragende Beziehung (ein faires Arbeitsbündnis), Reflexion der Positionsrolle als Berater_in, Übertragung- und Gegenübertragungsphänomene, Wertschätzung und Anerkennung wichtige Merkmale der geschlechterreflexiven Beratung. Sie wirft immer den Blick darauf, wie Geschlechter hergestellt werden, was ihre konkret erlebte spezifische Realität ist, wie die Subjekte diese Verhältnisse kritisch reflektieren und wie sie darin alternative Handlungsmöglichkeiten erarbeiten. Darum interessiert der Körper in der geschlechterreflexiven Beratung. Der Körper als Träger von geschlechtsspezifischen Erfahrungen und einverleibtem Körperwissen hat auch ein geschlechtsspezifisches Erleben. Diese Dimensionen von Körper und Leib sind wichtig für den Beratungsprozess.

2.5 Fazit

Die Kriterien für eine geschlechterreflexive Beratung sind somit das soziologische Verstehen, die Arbeit am Habitus, das Aushandeln des Arbeitsbündnisses und die reflexive und anwaltschaftliche Haltung der Beraterin, die sich durch Zuwendung und Anerkennung auszeichnet. So ist geschlechterreflexive Beratung auf einen reflexiven und empathischen Wissenschaftsbegriff angewiesen (Gröning, 2015a, S. 31). Der Begriff des Menschen mit all seinen Rechten und ein faires Arbeitsbündnis stehen im Mittelpunkt der Beratung. Fragen nach der Beziehung zur Klientin, dem Umgang mit beruflicher Positionsrolle und Macht, mit Übertragung und Gegenübertragung, sind virulent. Und auch Fragen nach dem *Wie* von Wertschätzung und Anerkennung müssen nach Gröning (2015a, S. 32) immer wieder gestellt werden. Beraterinnen benötigen also auf diese Kriterien bezogene Handlungskompetenzen. Wo bekommen sie dieses Wissen und diese Kompetenzen her?

Ein Blick in die Körpersoziologien soll der erste Schritt sein, um Körperwissen als eine wichtige Komponente zu entdecken, welche die Handlungskompetenzen in den Bereichen geschlechterreflexives Verstehen, Arbeit am Habitus, Aushandeln des Arbeitsbündnisses und reflexive und anwaltschaftliche Haltung erweitert. Mit dem Habituskonzept von Bourdieu (1987) wird versucht zu erklären, wie soziale Ordnung (Geschlechterverhältnisse) sich auf und in die Körper und Leiber einschreibt und von ihnen durch körperlich-sinnliches Lernen (mimetisches Lernen) immer wieder hergestellt wird. Der Habitus ist ein Prinzip aus Dispositionen und Schemata, welches auf der einen Seite in den Körper der Menschen eingelassen ist und auf der anderen Seite Handlungen, Wahrnehmungen und Beurteilungen der Leiber und Körper erzeugt und die soziale Ordnung reproduziert (Bourdieu, 2017, S. 167). Mit dem Körper als ein Zweifaches, *Körpersein* und *Körperhaben* (Gugutzer, 2002; 2015), kann ein Doppelaspekt des körperlichen Daseins angesprochen werden: die zentrische Positionierung im Hier und Jetzt und aber auch die Möglichkeit, seinen Körper von aussen zu betrachten und ihn auch zu gestalten (exzentrische Positionierung) (Gugutzer, 2015, S. 13). Und mit dem Blick der Self-Perception-Theorie (Riskind & Gotay, 1982) kann der Zusammenhang zwischen Emotionen, Erleben und Körper beleuchtet werden.

3. Körpersoziologie

Welchen Blick die Menschen auf ihren Körper haben, wie sie mit ihm umgehen, wie sie ihn spüren und empfinden, wie sie ihn bewerten und welche Bedeutung sie dem Körper zuschreiben, ist geprägt von der Gesellschaft, in der die Menschen leben (Gugutzer, 2015, S. 7). Die Körpersoziologie, die sich im letzten Viertel des 20. Jahrhundert zu entfalten begann, setzt sich mit Fragen des Körpers innerhalb gesellschaftlicher Verhältnisse auseinander und stellt sich Fragen zum «Wie der gesellschaftlichen und kulturellen Einbettung menschlicher Körper» (Gugutzer, 2015, S. 8 - 9). Der Körper als Thema der Soziologie wird meist mit der Analyse der Prägung des Körpers durch die Gesellschaft behandelt. Zum Beispiel bei den Körperdisziplinierungen von Foucault (1994), bei Butler (2017), die Körper und Geschlecht als kulturell konstruierte Ideologie betrachtet, oder den Körperbetrachtungen von Bourdieu (1976), der Körper als Ort kultureller Einschreibungen sieht (Abraham, 2011, S. 33), wird der Körper mehr als Objekt (Körperhaben) betrachtet. Der Leib als subjektiver Ort wird hier weniger benannt. Für das Verständnis der Reproduktion sozialer Ordnung sind die Erfahrungen des Leibes jedoch von Bedeutung.

3.1 Historische Betrachtungen vom Körper

Die Differenzierung von Körper und Leib, vom Körper und seinen leiblichen Erfahrungen, wurde historisch und wissenschaftlich unterschiedlich betrachtet. In der geisteswissenschaftlichen Betrachtung ist der Gegenstand Körper seit der Antike vorhanden.

3.1.1 Körpersein und Körperhaben

Die Differenz von naturalistischen und personalistischen Einstellungen in Bezug auf den Körper macht Husserl (1952) auf. Bei Schmitz (1994) lässt sich eine systematische Unterscheidung zwischen dem Körper als Objekt und dem Leib als gelebtem Körper finden. Schmitz (1994) verlangt die doppelte Gegebenheitsweise (Körper und Leib) des Körpers anzuerkennen. Der Körper, so sagt er, ist all das, was ich mit meinen Sinnesorganen erschliessen kann, der Leib hingegen, der gleichzeitig mein leibliches Befinden ist, ist alles das, was ich von mir spüre, ohne von meinen Sinnesorganen Gebrauch zu machen. Die Frage, in welchem Verhältnis der Mensch zu seinem Körper steht, stellt sich Plessner (1975) und kommt zum Schluss, dass «das Verhältnis des Menschen zu seinem Körper ein Zweifaches ist: Der Mensch ist sein Körper und er hat seinen Körper.» (Plessner, 1975; zit. nach Gugutzer, 2015, S. 13) Mit diesem Doppelaspekt hat Plessner die Überwindung des cartesianischen Dualismus zum Ziel und entwickelt das Konzept des Zweifachen auf der Grundlage seiner Theorie der «Positionalität» (Gugutzer, 2015, S. 13). In dieser wird das

körperliche Dasein des Menschen dadurch gekennzeichnet, dass er einerseits im Hier und Jetzt gebunden ist (zentrisch positioniert) und andererseits aber auch diese raumzeitliche Gebundenheit «hinter» sich lässt und «ausser sich» ist (exzentrisch positioniert) (Gugutzer, 2015, S. 13). Dies kann der Mensch, weil ihm das *Körper haben* eine besondere Form der Umweltbeziehung ermöglicht. Der Mensch kann von aussen seinen Körper betrachten, er kann Abstand nehmen und ihn wie ein Ding wahrnehmen, somit kann er ihn benutzen, gestalten und instrumentalisieren. Dies lernt der Mensch im Laufe des Lebens, er lernt also den Körper zu haben. Wie und was er lernt, ist abhängig von der Gesellschaft und der Umwelt, in welcher der Mensch aufwächst. So schreibt Plessner (1982; zit. nach Gugutzer, 2015):

Mit dieser Doppelrolle [Körpersein und Körperhaben] muss sich jeder von Tag seiner Geburt an abfinden. Jedes Lernen zu greifen und die Sehdistanzen den Greifleistungen anzupassen, zu stehen, zu laufen usw. vollzieht sich auf Grund und im Rahmen dieser Doppelrolle . . . Ein Mensch ist immer zugleich Leib (Kopf, Rumpf, Extremitäten mit allem, was drin ist) – auch wenn er von seiner irgendwie ›darin‹ seienden Seele überzeugt ist – und hat diesen Leib als diesen Körper. (S. 14)

So sind *Körpersein* und *Körperhaben* ein unaufhebbarer Doppelaspekt menschlicher Existenz und zeigen eine Verschränkung von natürlich und kulturell geprägten Körpern auf (Gugutzer, 2005, S. 14 -15). In den 90er Jahren war die Frage, wie der Körper sozialwissenschaftlich angemessen zu betrachten sei, noch sehr umstritten. Entweder wurde der Gegenstand Körper poststrukturalistisch als vollständig diskursiv bestimmt betrachtet oder es wurde einseitig der damit verloren gegangene Aspekt der Materialität in den Blick genommen (Jäger, 2004). Letzteres passierte oft mit Hilfe der Renaturalisierung des Körpers, während für Ersteres die Rede vom Leib als überholt galt. Gerade für die geschlechterreflexive Beratung sind die zwei Seiten des Körpers, *Körperhaben* und *Körpersein*, von grosser Bedeutung, denn durch sie lässt sich die Beständigkeit von Strukturen, die Verstrickung der Körper darin, die dadurch stattfindende Reproduktion der Geschlechterdifferenzen, aber auch das Widerstandspotenzial gegen diese, beleuchten.

3.1.2 Körperlich-leibliches Begreifen der Welt

Böhle und Porschen (2011) beschreiben in ihrem Beitrag das Körperwissen unter anderem als das Wissen *des* Körpers oder Wissen *durch* den Körper. Dieses Wissen durch den Körper stellen Böhle und Porschen (2011) als körperlich-leibliches Begreifen der Welt dar. Für Lindemann (2001) wirkt sich das Wissen um den Körper auf das Körperhaben und auf die leibliche Befindlichkeit aus. «Es entsteht also ein Dreiecksverhältnis zwischen Körperwissen, Körperhaben und Körpersein, wodurch die historisch-kulturell variable

Prägung des Leibes deutlich wird . . .» (Duda-Merle, 2016, S. 122) Ähnlich betont auch Merleau-Ponty (1966) mit dem «leiblichen-Zur-Welt-Sein» die Leibhaftigkeit der Wahrnehmung. Der Körper nimmt die Welt intuitiv und vor-bewusst auf, so nimmt er etwas wahr, bevor der Mensch es gedanklich reflektieren kann (Heggdal, 2012, S. 139). Bei Bourdieu (1987) ist es der «soziale Sinn» und Heggdal (2012, S. 139) führt den Begriff *körperliche Intelligenz* an, welcher die Fähigkeit des Körpers meint, Situationen vor einer kognitiven Reflexion zu erfassen und die Fähigkeit, auf bedeutsame Aktivitäten und Menschen ausgerichtet zu sein. So kann das Körperwissen auch als Ausdruck einer inneren Weisheit, welche dem Organismus innewohnt, um sich selbst zu heilen, betrachtet werden (Zanotta, 2018, S. 16 - 15). Abraham (2011, S. 31) wirft die Frage auf, wie der Körper als heilsam begrenzender Ratgeber fungieren kann. Da der Körper des Menschen zum einen Materie und zum anderen Gegenstand sozialen Handelns ist, bringt er die doppelte Bedeutung ein: der Körper als ein von der Gesellschaft begrenzter und ein sich selbst begrenzender Organismus (Abraham, 2011, S. 31). Dies wird in den Prozessen der Konstituierung sozialer Wirklichkeiten sichtbar (Bourdieu, 1976), die immer auch über den Körper und Leib laufen. Die leiblichen Empfindungen können mit der unmittelbaren Umwelt verknüpft werden. Böhle und Porschen (2011, S. 61) haben dies als Verbindung von subjektiven-empfindenden Wahrnehmungen mit mentalen Prozessen in Beziehung zur Umwelt beschrieben. Die körperlich-leibliche Dimension menschlichen Handelns bezieht sich hier auf ein inneres Erleben und auf die Qualität der Aussenwelt. So können zum Beispiel eine *gespannte Atmosphäre* oder ein *mulmiges Gefühl* auf Konflikte aufmerksam machen oder uns dazu bewegen, Unterstützung zu suchen. Wenn Prozesse der Konstituierung sozialer Wirklichkeiten immer auch über den Körper und Leib passieren, dann findet die Körperwahrnehmung also in einer ganz bestimmten gesellschaftlichen historischen Situation statt. So ist die Wahrnehmung auch beeinflusst von den Geschlechterverhältnissen und Geschlechterdifferenzen. Diese Wahrnehmungen, die sich aus individuellen erlebten Erfahrungen speisen und diese immer auch färben, sind in der Beratung als begrenzender Ratgeber, als Konstruktor sozialer Wirklichkeit und als reflexives und widerständiges Potenzial zu beachten. Denn «der Körper ist kein Gegenstand in der Welt, sondern ein Mittel für unsere Kommunikation mit ihr. Er ist unser erfahrungslatenter Horizont, der gleichsam unaufhörlich da ist ausserhalb eines jeden determinierten Gedankens.» (Merleau-Ponty, 1994; zit. nach Heggdal, 2012, S. 139). Der Umgang mit diesem Faktum ist ein Aspekt von geschlechterreflexiver Beratung. Der Wahrnehmung des eigenen Zustands, der Gefühle, die sich körperlich zeigen, von allem, was das Geschehen beeinflusst und sich wiederum auf den Körper auswirkt, kann in der Beratung Beachtung geschenkt werden. Prozesse auf der Körperebene ins Bewusstsein zu holen, kann neue Erfahrungen ermöglichen und Veränderung anregen. Durch

Beobachtung und Selbstbeobachtung der Körperhaltungen können Emotionen erlebt, reflektiert und ins Selbst integriert werden. Die Selbstwahrnehmung wird geschult, körperliche Reaktionen werden hinterfragt und der Austausch über Gefühle und Empfindungen kann in der Beratung angeregt werden (Gies & Koppermann, 2004, S. 207).

3.1.3 Phänomenologie und Poststrukturalismus

Jäger (2004) greift in ihrer Arbeit den Begriff des Leibes aus Plessners Theorie der *exzentrischen Positionalität* wieder auf und spricht ihm eine zentrale Bedeutung in der Präzisierung der sozialwissenschaftlichen Debatte über den Körper zu.

Damit unternimmt sie den Versuch, eine begriffliche Annäherung an Körper und Leib zu unternehmen, indem sie eine phänomenologische Perspektive auf den Leib und eine poststrukturalistische Perspektive auf den Körper zusammenbringt. Jäger (2004) beschreibt eine dreifache Eigensinnigkeit des Leibes:

Erstens finden auf der Ebene der Leiblichkeit Wahrnehmungen statt, die nicht über die fünf Sinne vermittelt werden. Zweitens eröffnet der Begriff des Leibes die Perspektive auf einen eigenen Bereich, der nicht mit dem Bereich des objektivierten Körpers identisch ist. Und drittens sind Wahrnehmungen auf der leiblichen Ebene unmittelbar und unwillkürlich, . . ., sie finden auf der Ebene des Hier- und Jetzt statt, von der sich das erlebende Selbst nicht ohne weiteres distanzieren kann. (zit. nach Duda-Merle, 2016, S. 115)

Denn Jägers (2004) «Ziel ist es, ein Instrumentarium zu entwickeln, mit dessen Hilfe es möglich ist, den Körper als sozial und damit als nicht natürlich (im Sinne von vorgesellschaftlich) zu begreifen, ohne seine Materialität und die an diese geknüpfte Erfahrung des Selbst aus dem Blick zu verlieren» (S. 15). Das heisst, dass es wichtig ist, den Körper so wie er fühlt (Wahrnehmungen auf der leiblichen Ebene unmittelbar und unwillkürlich) als faktische Realität der Individuen anzuerkennen und zu verstehen. Und somit ist das Instrumentarium von Jäger (2004) für die geschlechterreflexive Beratung von Bedeutung, da es um Individuen mit ihren gemachten geschlechtsspezifischen Erfahrungen, Interessen, Anliegen und Potenzialen geht. Dabei ist von Interesse, wie Leiberfahrungen gesellschaftlich geprägt werden und wie soziale Ordnung, insbesondere das Geschlechterverhältnis, auf die Leiber wirkt, in sie eingelassen ist und reproduziert wird. Das Habitus-Konzept von Pierre Bourdieu kann an dieser Stelle herangezogen werden, welches sich mit der Einverleibung von sozialer Ordnung beschäftigt und Körper und Leib als Orte der Reproduktion von sozialer und geschlechtlicher Ordnung heranzieht.

3.2 Körper im Habitus-Konzept von Bourdieu

Dem Habitusbegriff von Pierre Bourdieu liegt zugrunde, dass das Individuum die objektiven Strukturen der sozialen Umwelt im Körper verinnerlicht (*Interiorisierung der Exteriorität*), wodurch ein Handeln der Individuen erfolgt, welches wiederum Praxis stiftet und dadurch Habitusformationen ausbildet (*Exteriorisierung der Interiorität*) (Bourdieu, 1987, S. 102).

3.2.1 Aneignung des Habitus

Der Aneignungsprozess des Habitus lässt sich nach Bourdieu (1976) als «Einverleibung von Objektivität . . . zugleich Verinnerlichung kollektiver Schemata . . .» (S. 170) fassen, der durch das Individuum praxisstiftend reproduziert wird. Die in der Gesellschaft bzw. einem «sozialen Feld» oder einer «sozialen Klasse» zur Geltung kommenden Prinzipien und Schemata des Denkens, Wahrnehmens, Urteilens und Bewertens werden in diesem Prozess durch das Individuum einverleibt. Bourdieu bezieht sich hier mit den Begriffen «Einverleibung», «Inkorporation» oder «Verkörperung sozialer Ordnung» auf den körperlichen Leib, der handelt, fühlt und empfindet (Jäger, 2004, S. 169). Damit räumt Bourdieu (1976) dem leiblichen Körper und den körperlichen Praktiken in den Prozessen eine besondere Rolle ein. Das Lernen durch den Körper (implizites Lernen) spielt nach Bourdieu (2017, S. 181) bei der Aneignung des Habitus und damit der Reproduktion von sozialer Ordnung eine Rolle

3.2.2 Mimetisches Lernen

Das körperliche Lernen, das in mimetischen Prozessen, was als kreative Nachahmung von Vorbildern bezeichnet werden kann, abläuft (Bremer, 2007; zit. nach Ebert, 2012a, S. 107), kann als besondere Form des Erkenntnis- und Wissenserwerbs betrachtet werden. Der Mensch orientiert sich dabei an den Einstellungen und Verhaltensweisen ihm nahestehender Personen im «sozialen Feld» und identifiziert sich damit. Innerhalb eines «sozialen Feldes» bildet sich ein Habitus, weitestgehend unabhängig vom Willen und Bewusstsein und nach den geltenden Regeln des spezifischen Feldes (Bourdieu, 2017, S. 144 – 145). So basiert das mimetische Wissen auf vorwiegend unbewusst ablaufenden Lernprozessen innerhalb und orientiert am «sozialen Feld», es lässt sich als soziales Gespür, Intuition oder praktischer Sinn beschreiben (Ebert, 2012a, S. 109) und ist unbewusste Leibese Erfahrung und Körperwissen. So schreibt Wulf (2005; zit. nach Ebert, 2012a): «Mimetisches Lernen ist ein sinnliches und körperbasiertes Lernen, in dem Bilder, Schemata, Bewegungen praktischen Handelns erlernt werden, das sich weitgehend unbewusst vollzieht und gerade dadurch nachhaltige Wirkung erzeugt ...» (S. 109)

Mimetisches Lernen ist also ein Vorgang, der den ganzen Organismus betrifft und eine Haltung dauerhaft einprägt.

3.2.3 Leibliche Hexis

Bourdieu (1987, S. 136) führt hier den Begriff «leibliche Hexis» ein. Die «leibliche Hexis» meint, dass Körperhaltung und -bewegung, die Art zu sprechen, zu fühlen und zu denken durch den Habitus bedingt sind und fundamental als dauerhafte Disposition im Körper verankert sind. Dies wird durch Bourdieu (1987) folgendermassen auf den Punkt gebracht: «Was der Leib gelernt hat, das besitzt man nicht wie ein wiederbetrachtetes Wissen, sondern das *ist* man.» (S. 135) Somit strukturiert der Habitus die Wahrnehmungen, Denkweisen und Praktiken der Menschen und kann als «Spontanität ohne Willen und Bewusstsein» (Bourdieu 1987, S. 105) betrachtet werden, der die Art und Weise ihrer Ausführung bestimmt. Bourdieu bezeichnet das, was Wahrnehmung strukturiert und passende Praktiken in einer bestimmten Situation hervorbringt, als «sozialen Sinn» (1987, S. 105). Er kann Individuen helfen zu handeln und im Alltag zu funktionieren. Auf der anderen Seite kann der «soziale Sinn» auch als strukturstabilisierend betrachtet werden und wirft die Frage auf, ob er für manche Individuen in spezifischen Situationen zum *Unsinn* wird, weil er z. B. zur Unterdrückung beiträgt, zur Aufrechterhaltung von Machtstrukturen und persönliche Entwicklung und Wohlbefinden behindert. Ebert (2012, S. 129) schreibt, dass die Individuen im lebenslangen Prozess der Habitusbildung mehr oder weniger lernen, die zu wenig flexiblen Denk- und Handlungsmuster, die keine Handlungserfolge aufweisen, zu verändern. Er bezieht sich auf Bourdieu (2011; zitiert nach Ebert, 2012a, S. 128), der diesen Prozess als «Umformung des Habitus» bezeichnet hat. Durch den Begriff «Hysteresis-Effekt» betont Bourdieu (1987) jedoch, dass der Habitus dauerhaft konstant ist und die habituellen Dispositionen sich nur langsam verändern, auch wenn das Umfeld («soziale Felder») sich schon verändert hat. Habitusformationen sind also durchaus resistent gegen Veränderung und können somit für die Soziale Arbeit Antworten auf Handlungsprobleme der Individuen geben (Becker-Lenz & Müller, 2009, S. 16).

Diese drei Aspekte, also 1) der «soziale Sinn», der Alltagshandeln ermöglicht, 2) die dauerhaft konstanten Habitusdispositionen, die sich nur schwerlich und langsam verändern lassen und 3) die «sozialen Felder», welche sich unabhängig vom Habitus verändern, sind für die Beratung in der Sozialen Arbeit zu beachten. Die Körperhaltung, Mimik, Gestik, Stimme und Bewegungen sind Ausdruck des Habitus und erzählen etwas über das Individuum und seine Erfahrungen. Für die Beratung sind diese Informationen von Bedeutung und gleichzeitig ist das Bewusstsein über den eigenen Habitus als

Beratungsperson von Bedeutung. Denn der Habitus der Professionellen bestimmt, wie die Professionellen in der Praxis Arbeitsbeziehungen gestalten.

3.2.4 Konstruierte Leibliche Wahrnehmung

Der Begriff *Hexis* bei Bourdieu (1976) beschreibt die Vorstellung vom Körper als «*Speicher* für bereitgehaltene Gedanken» und damit die somatische Dimension des sozial erworbenen Habitus. Damit bezieht auch er den empfindenden und sinnlichen Körper mit ein, der auch in den mimetischen Lernprozessen als Form der Habitusaneignung eine gewichtige Rolle spielt. Dieses nachahmende körperlich-sinnliche Lernen an Vorbildern trägt wesentlich zur Bildung von Geschlechtskörpern bei. Geschlecht hat also eine leibliche (empfindende: *Leib sein*) sowie eine körperliche (*Körper haben*) Komponente. So wird «der Körper . . . zum Programm, wie der körperliche Leib zu spüren ist» (Lindemann, 1993, S. 60). Zum Beispiel ist die Menstruation, als ein sogenanntes natürliches Merkmal von Frau-Sein, nicht nur kognitiv wahrnehmbar, sondern auch leiblich zu empfinden (Schmerzen, Stimmungen etc.). Die vorangegangenen Fragestellungen würden jedoch Schlussfolgern lassen, dieses leibliche Wahrnehmen nicht einfach als natürlich zu betrachten, sondern immer auch zu fragen, wie die aktuelle *Natur als Natur* hergestellt wird.

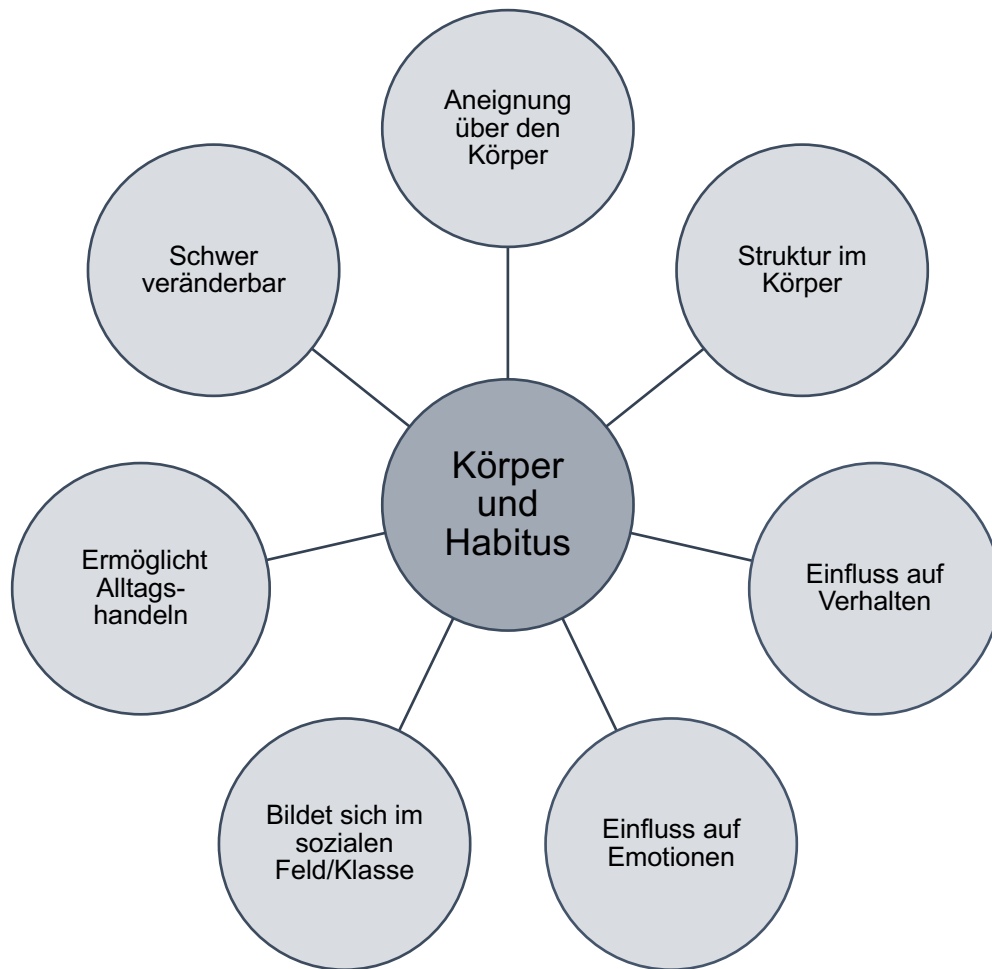


Abbildung 4. Körper und Habitus

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Zusammenfassend kann zu Körper und Habitus, wie die *Abbildung 4* zeigt, folgendes festgehalten werden: Die Aneignung des Habitus erfolgt über das mimetische Lernen welches ein körperliches und sinnliches Nachahmen von Vorbildern ist. Der Habitus ist eine tief verinnerlichte Struktur an Verhaltensweisen (Gehen, Lachen, Essen, Trinken ect.) und an Emotionen, die innerhalb einer gesellschaftlichen Klasse, einem sozialen Feld dauerhaft angeeignet werden. Die Habitusdispositionen ermöglichen den Menschen sich im Alltag zurecht zu finden (sozialer Sinn). Weil sie eine dauerhafte Disposition im Körper sind, sind sie schwer veränderbar.

3.1 Embodiment: Self-Perception-Theorie

Um die Frage, wie Emotionen entstehen und welche Auswirkungen diese auf das Körpererleben haben, zu beantworten, wird die Self-Perception-Theorie (Riskind & Gotay, 1982) herangezogen. Die Theorie geht davon aus, dass Emotionen nicht nur durch Meldungen aus dem Körpergeschehen, sondern auch durch Interpretationen des eigenen Körperausdrucks im sozialen Kontext hervorgerufen und beeinflusst werden. Körperhaltung kann in dieser Theorie die Selbstwahrnehmung beeinflussen und hat somit Auswirkungen auf das Verhalten (Storch, 2010, S. 45). Ob der Mensch mit einem gekrümmten oder mit einem aufrechten Rücken am Tisch sitzt, hat einen entscheidenden Einfluss auf seine Emotion.

3.1.1 Körperhaltung und Emotionen

So sind in einem Experiment Personen zu ihrem Stolz über ein fiktives Lob getestet worden (Stepper, 1992; zit. nach Storch, 2010, S. 48). Personen, die mit gekrümmtem Rücken saßen, waren signifikant weniger stolz als die Personen, die mit aufrechtem Rücken saßen. Aus einem weiteren Experiment hatte sich auch ergeben, dass eine Emotion durch eine bestimmte Körperhaltung auch verunmöglicht wird. So kann durch eine bestimmte Körperhaltung eine unerwünschte Emotion weniger präsent werden. Storch (2010) führt weiter aus, das durch den «. . . gezielten Einsatz unserer Skelettmuskulatur, die der willentlichen Kontrolle gut zugänglich ist, . . . wir unsere Emotionen beeinflussen [können], die der willentlichen Kontrolle . . . nur bedingt zugänglich sind . . .» (S. 49) Der Körper kann also Emotionen regulieren und hervorrufen. Durch eine bestimmte Position, durch Atemrhythmen und Muskelspannungen lassen sich ganz gezielt Emotionen erzeugen. So haben motorische Abläufe Einfluss auf die Einstellung von Menschen, beispielsweise hat die Kopfbewegung Einfluss auf die Einstellung der Menschen. In den Kulturen, in denen das Kopfnicken mit der Zustimmung zu einer Sache gekoppelt wird und das Kopfschütteln mit Ablehnung, haben Experimente gezeigt, dass ein Kopfnicken eine positive Bewertung, das Kopfschütteln dagegen eine negative Bewertung erhöht (Wells & Petty, 1980; zit. nach Storch, 2010, S. 53). Die Körperhaltung spielt also eine wesentliche Rolle in Bezug auf das Wohlbefinden und somit auch auf den Selbstwert.

3.1.2 Spontanität, Kreativität und Lebenszufriedenheit

Cantieni (2010, S. 115) hat ein «gesundes Embodiment» als die anatomisch sinnvolle Haltung mit der höchsten Freiheit für Knochen, Gelenke, Muskeln, Sehnen, Bänder und Nerven entworfen. Auch Storch (2010) spricht von dieser Haltung, wenn sie vom Basis-Embodiment spricht, welches sie nach Morenos (1953) auf dem Konzept der Spontanität

entwickelte: «Spontanität ist eine neue Reaktion auf eine alte Situation oder eine angemessene Reaktion auf eine neue Situation.» (S. 70) Für Morenos hat eine Körperhaltung, die Spontanität und Kreativität ermöglicht, ein grosses Potenzial für psychische Gesundheit und Lebenszufriedenheit (Storch, 2010, S. 70). Der Körper wird hier zur eigentlichen Grundlage psychischer Gesundheit definiert. Der Körper wird dabei aber nicht als materiell gegeben gesehen, sondern als veränderbar. Durch bestimmte erlernbare Haltungen kann bewusst Einfluss auf Emotionen und Kognitionen genommen werden.

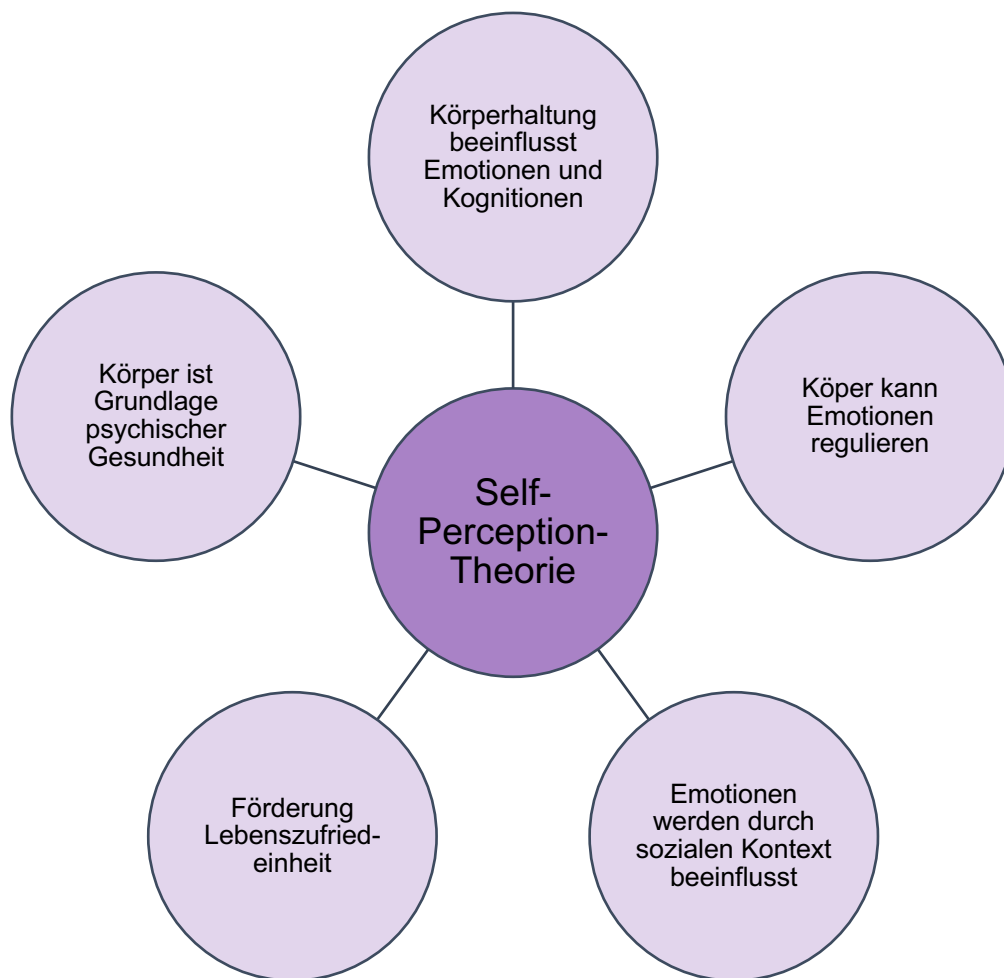


Abbildung 5. Self-Perception-Theorie

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Zur Self-Perception-Theorie kann zusammenfassend festgehalten werden, dass die Körperhaltung einen entscheidenden Einfluss auf die Stimmung und somit auf die Emotionen eines Menschen hat. Die Theorie geht davon aus, dass Emotionen auch

durch die Interpretation des eigenen Körperausdrucks im sozialen Umfeld hervorgerufen werden. Somit kann über die Körperhaltungen willentlich Einfluss auf die Emotionen genommen werden. Durch erlernbare Haltungen, welche einen optimalen Spielraum der Knochen ermöglichen und das Skelett aufrichten, kann Spontaneität und Kreativität (Lebenszufriedenheit) gefördert werden. Somit ist der Körper Grundlage von psychischer Gesundheit.

3.2 Körperwahrnehmung

Kinder nehmen ihre Umwelt mit dem ganzen Körper wahr. Diese körperlich-sinnliche Wahrnehmung kann das Wohlbefinden steigern (Abraham, 2002, S. 184). Die Steigerung des Wohlbefindens ist auch für die Soziale Arbeit ein zentrales Anliegen (avenir social, 2010, S. 6). Es ist somit sinnvoll, die körperlich-sinnliche Wahrnehmung explizit und implizit zum Thema in der Beratung zu machen. Um diese Thematik weiter auszuführen, ist es notwendig, körperlich-sinnliche Wahrnehmung zu definieren und klar abzugrenzen. Bei der körperlich-sinnlichen Wahrnehmung kann unterschieden werden zwischen:

1. der Wahrnehmung von leiblichen Regungen durch z. B. Emotionen oder durch Unbewusstes (Enge im Brustkorb, Kloss im Hals),
2. zwischen der Wahrnehmung, die über die fünf Sinne passiert, und
3. der Wahrnehmung des Körpers (Körperhaben).

Diese drei Bereiche der körperlich-sinnlichen Wahrnehmung hängen mit der Wahrnehmung der Umwelt (Stimmung, Körperausdruck, Stimme, Raum, Setting etc.) und der strukturellen Eingebundenheit des Körpers zusammen.

3.2.1 Wahrnehmung leiblicher Regungen I und II

Mit dem Konzept der *Einverleibung* hat der Philosoph Hermann Schmitz (1994) eine theoretische Fundierung einer solchen *leiblich-spürenden* Wahrnehmung vorgeschlagen. Schmitz beschreibt diese Wahrnehmung als *intuitiv-spürendes* Erfassen von Bedeutungszusammenhängen.

a) Wahrnehmung leiblicher Regungen I: Leibliche Resonanz

Unter dem Begriff *leibliche Resonanz* beschreibt er schliesslich ein sinnliches Wahrnehmen (Sehen, Riechen, Tasten usw.), bleibt aber hier nicht stehen und verbindet dies mit leibbezogenen Qualitäten (kalt, nass, warm, geschwungen usw.) (Böhle & Porschen, 2011, S.57). *Leibliche Resonanz* stellt also ein eigenständiges und unmittelbares Erkennen und Begreifen von Wirklichkeit dar und ist somit ein wichtiger Teil des Wissens des Körpers

(durch den Körper), bzw. des Körperwissens (Böhle & Porschen, 2011). Jäger (2004) fasst die leiblich-körperliche Wahrnehmung als Wahrnehmung, die nicht über die fünf Sinne vermittelt wird. Zudem ist die leiblich-körperliche Wahrnehmung unmittelbar und unwillkürlich, und das erlebende Selbst kann sich nicht ohne weiteres davon distanzieren (Jäger, 2004; zit. nach Duda-Merle, 2016, S. 115).

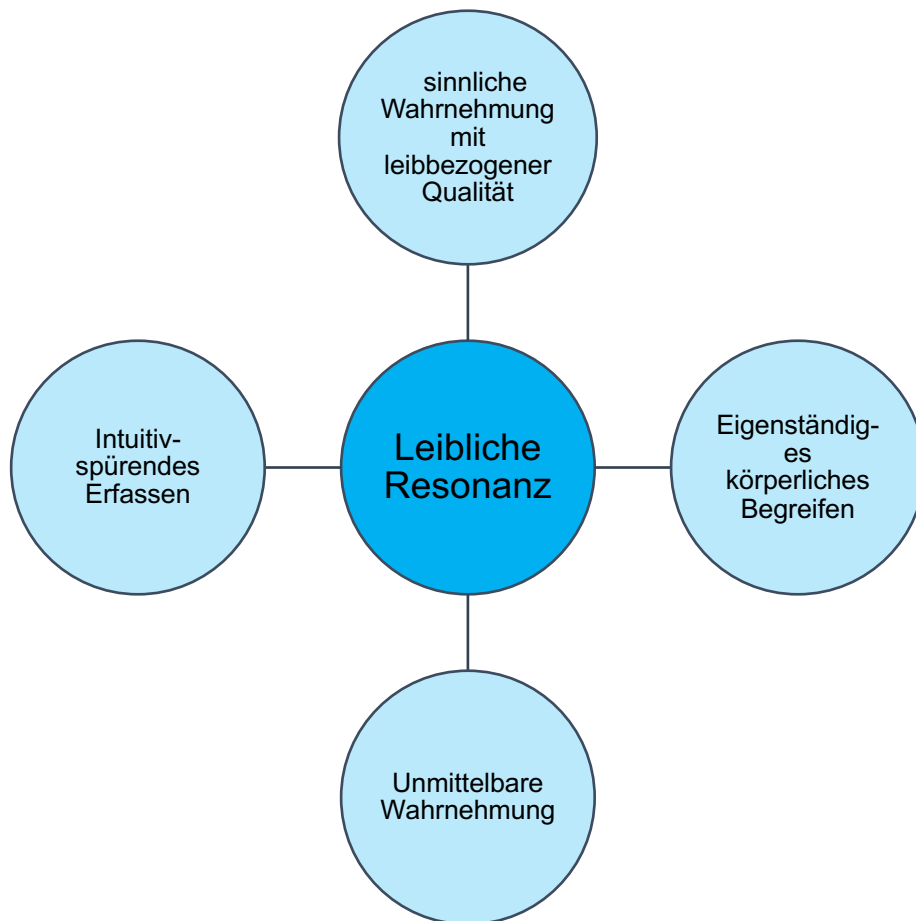


Abbildung 6. Wahrnehmung leiblicher Regungen I

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die *leibliche Resonanz* ein sinnliches Wahrnehmen mit einer leibbezogenen Qualität verbindet. So ist sie ein eigenständiges Erkennen und Begreifen von Wirklichkeit durch den Körper. Diese unmittelbare und unwillkürliche Wahrnehmung und das intuitiv-spürendes Erfassen einer Situation ist Körperwissen und kann dadurch ein wertvolles Instrument in der Beratung sein.

b) Wahrnehmung leiblicher Regungen II: Erleben von Gefühlen

Körperwahrnehmung spielt eine grosse Rolle beim Erleben von Gefühlen. So schreiben Maurer und Täuber (2018): «Bewusste Gefühle sind demnach die Wahrnehmung des Körpers, der sich in einem emotionalen Zustand befindet.» (S. 308) Wenn der Körper auf bestimmte Situationen reagiert, werden körperlich gefühlte Bedeutungen abgespeichert. So wird gelernt, wie der Körper auf welche Situation reagiert, und dadurch entsteht ein Körpergedächtnis (Maurer & Täuber, 2018, S. 308): «Der Körper als Träger von Erinnerungen und Erfahrungen, Spiegel innerer Empfindungen, Medium von Sexualität, Vermittler zwischen innen und aussen, Haus der Seele» (Gies & Koppermann, 2004, S. 209). Es geht um die Wahrnehmung des eigenen Zustands, der Gefühle, die sich körperlich zeigen, der erotischen Spannungen – all das beeinflusst das Geschehen und wirkt sich wiederum auf den Körper aus. So ist es manchmal sinnvoll, Prozesse auf der Körperebene ins Bewusstsein zu holen und zu reflektieren, um Gefühle besser wahrzunehmen. Dies kann durch Beobachtung und Selbstbeobachtung der Körperhaltungen und -empfindungen passieren (Gies & Koppermann, 2004, S. 207).

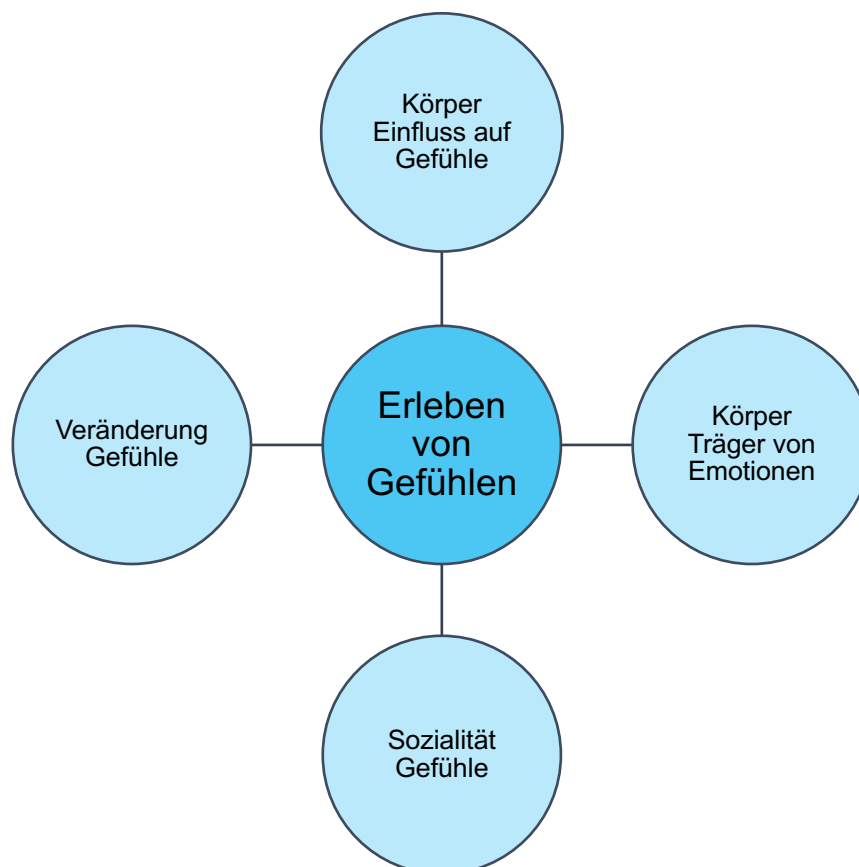


Abbildung 7. Wahrnehmung leiblicher Regungen II

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ So lässt sich zusammenfassend sagen, dass die Körperwahrnehmung einen Einfluss auf die Wahrnehmung von Gefühlen hat. Der Körper ist Träger von Erinnerungen die emotional im Körpergedächtnis abgespeichert sind. So empfinden Menschen in einer bestimmten Situation wie sie es gelernt, bzw. erfahren haben. Gefühle und deren Erleben sind somit auch gesellschaftlich, können also durch Strukturen (z. B. Geschlechterverhältnisse) und Erfahrungen entstehen aber auch verändert werden.

3.2.2 Körperlich-sinnliche Wahrnehmung

Der Körper ist auch ein Sinnesempfinder. Mit dem Tastsinn zum Beispiel kann sich der Mensch als von der äusseren Umwelt abgrenzbare Person erleben (Grunwald, 2017, S. 52). Dies ist substantiell für die Selbsterkenntnis. Berührungen verhelfen also dem Individuum, sich selbst zu erkennen und wahrzunehmen und sind somit lebenswichtig. Körpererfahrungen und Körpererleben sind stets von der eigenen Geschichte geprägt (Wanzeck-Sielert, 2017, S. 110). Menschen treten mit ihrem Körper in Beziehung und so sind soziale Beziehungen mit der eigenen Körpersozialisation verbunden. Durch Körperverhalten und Körperbewegungen lassen sich Räume ausloten und spielerisch sozialer Kontakt herstellen. Jede wahrnehmende Gewohnheit (die Art, wie die Person die Welt wahrnimmt) ist zugleich auch eine motorische Gewohnheit (die Art, wie die Person ihren Körper bewegt), und auch hier vollzieht sich dieses bedeutungsvolle Zusammenspiel durch den Körper (Merleau-Ponty, 1994; zit. nach Heggdal, 2012, S. 86).

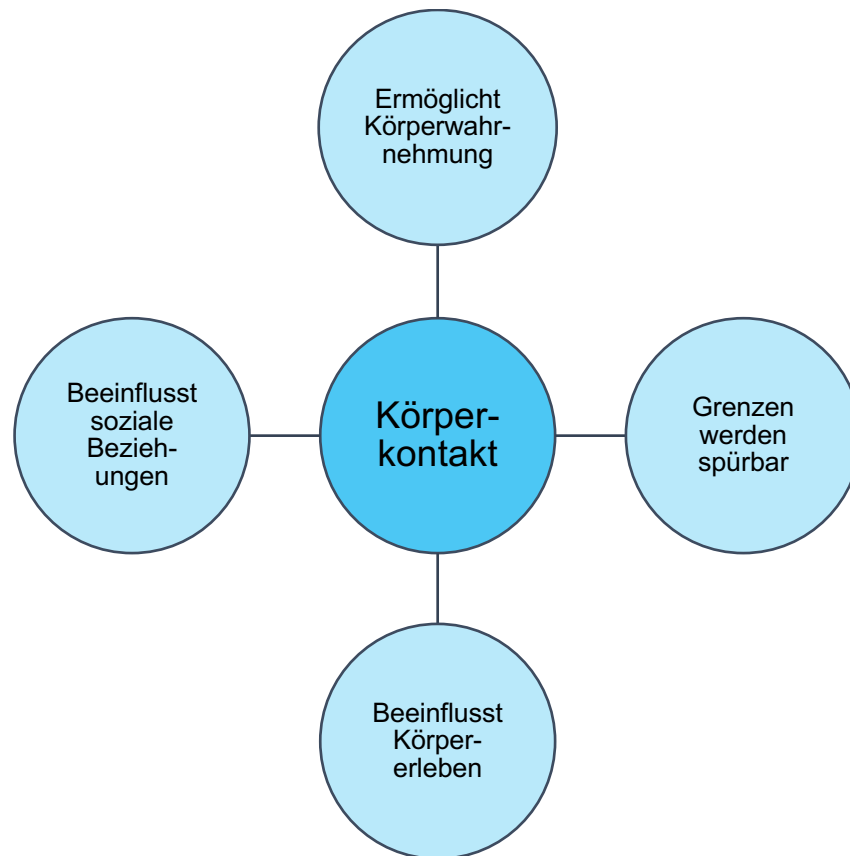


Abbildung 8. Körperlich-sinnliche Wahrnehmung

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Durch den Körperkontakt und die Berührung wird sich der Mensch seines Körperhabens und Körperseins bewusst. Erst durch Körperkontakt (Tastsinn) werden körperliche Grenzen zu anderen Personen, Gegenständen und Räumen spürbar. Die eigene Körpergeschichte bestimmt das persönliche Erleben und die Gestaltung sozialer Beziehungen.

3.2.3 Wahrnehmung des Körperhabens I und II

Körperwahrnehmung bezeichnet hier Wahrnehmungen von Körpervorgängen, die nicht mit Emotionen oder somatischen Beschwerden verknüpft sind (Pöhlmann, Berger, von Arnim & Joraschky, 2009, S. 103). Es sind wiederkehrende Vorgänge, die auch in die Selbstbewertung einer Person einfließen können. Sie liegen damit nach Pöhlmann et al. (2009, S. 103) im Schnittbereich von Propriozeption und Selbstaufmerksamkeit. Durch das Körperhaben (*exzentrische Positionalität*) ist es dem Menschen möglich, seinen Körper von

aussen zu betrachten und innerliche Körpervorgänge wahrzunehmen und diese zu beschreiben.

a) Wahrnehmung des Körperhabens I: Eigenwahrnehmung des Körpers

So ist auch die Wahrnehmung von Körperbewegung und -lage im Raum oder die Wahrnehmung der Lage einzelner Körperteile zueinander der *exentrischen Positionalität* (Körper von aussen betrachten) zu verdanken. Jedoch laufen die Eigenempfindung und Eigenwahrnehmung auch über Informationen in den Muskeln, Sehnen und Gelenken. Dies passiert autonom und weitestgehend unbewusst. Die Eigenwahrnehmung ist aber eine Grundlage für das Körperselbst, so Sacks (1997; zit. nach Pöhlmann et al., 2009, S. 103), und ist unterschiedlich ausgebildet. Menschen können sich körperlichen Vorgängen bewusstwerden und die Körperwahrnehmung durch Aufmerksamkeit auf das Selbst erlernen. So kann der Mensch durch gedankliche Beschäftigung mit dem eigenen gegenwärtigen, vergangenen oder zukünftigen Verhalten hohe Sensibilität für Gefühlszustände entwickeln. Das Individuum kann Bewusstsein über persönliche Eigenschaften, introspektive Aktivitäten und Vorstellungsbilder über die eigene Person aufbauen, durch die Aufmerksamkeit auf sich Selbst. So sind Vorstellungen über die eigene körperliche Erscheinung und Darstellung nach aussen und auch die Besorgtheit, wie man von den anderen bewertet wird, ein Teil dieser Auseinandersetzung im Bereich der Selbstaufmerksamkeit. Die Selbstaufmerksamkeit wird als relativ stabile Persönlichkeitsdisposition verstanden (Pöhlmann et al., 2019, S. 108).

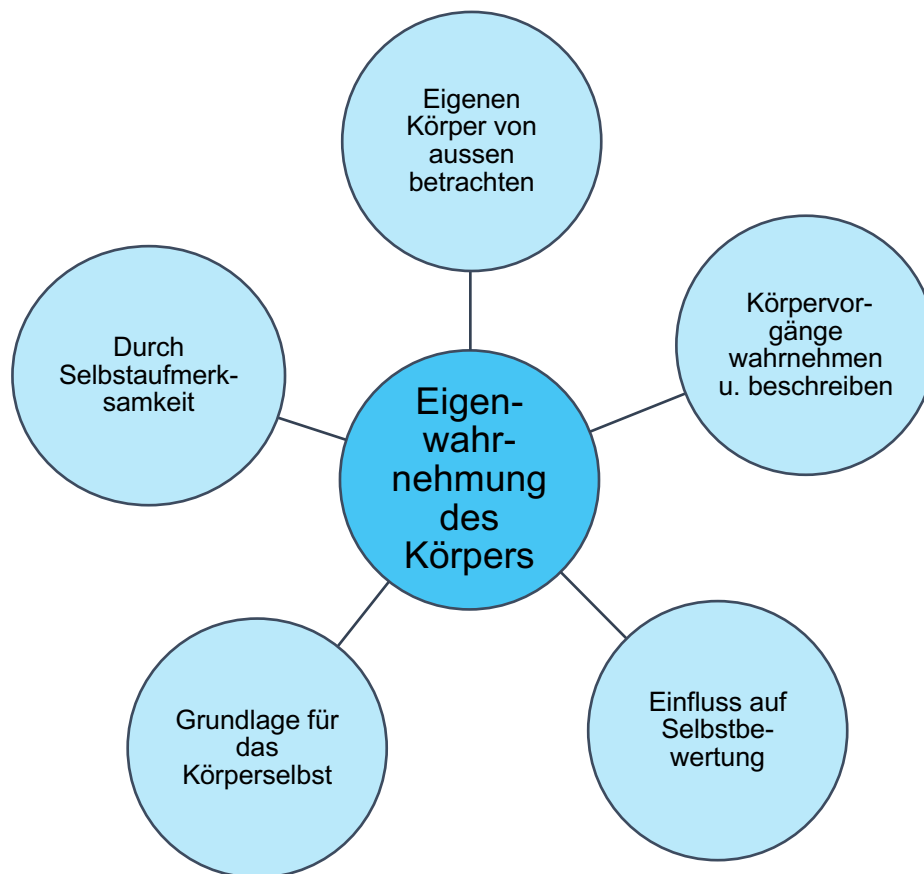


Abbildung 9. Wahrnehmung des Körperhabens I

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Selbstaufmerksamkeit es möglich macht, den eigenen Körper von aussen zu betrachten und innerliche Körpervorgänge wahrzunehmen und diese zu beschreiben. Die Wahrnehmung von Körpervorgängen (wiederkehrende Vorgänge) fließen in die Selbstbewertung einer Person ein. Die Wahrnehmung von Körperbewegung und -lage passiert durch die Selbstbeobachtung von aussen, aber hauptsächlich über unbewusste Informationen in den Muskeln, Sehnen und Gelenken (Eigenempfindung und Eigenwahrnehmung). Diese Eigenwahrnehmung ist Grundlage für das Körperselbst. Menschen können die Eigenwahrnehmung des Körpers durch Aufmerksamkeit auf das Selbst (Selbstaufmerksamkeit) erlernen.

a) Wahrnehmung des Körperhabens II: Körperbild und Körperschema

Durch Körperbewegungen kann die Körperwahrnehmung verändert werden. Das eigene Körperbild und Körperschema wird laut Lausberg (2009) durch Körperbewegungen beeinflusst. Körperschema beruht nach Lausberg (2009, S. 125) entsprechend der Verwendung in der Neuropsychologie und der Wahrnehmungspsychologie auf einem Konzept, welches beinhaltet, dass der Mensch eine Vorstellung von Form und Grösse des Körpers und von der Relation der Körperteile zueinander und auch eine Vorstellung über Haltungen und Veränderungen durch Bewegung hat. So schreibt Lausberg (2009), dass «die aktuell eintreffenden Informationen aus dem somatosensorischen System auf dem Hintergrund des Körperschemas bewertet» werden und damit «zusammen mit Informationen aus dem vestibulären, visuellen und akustischen System eine Beurteilung der aktuellen Situation des Körpers» ermöglichen (S. 125). So ist das Körperschema eine bedingte Grösse für die menschliche Bewegung und umgekehrt spielt die Bewegung eine wichtige Rolle bei der Entwicklung des Körperschemas.

Das Körperbild spielt eine wichtige Rolle in der Selbstbewertung (hat Einfluss auf Selbstwert und Selbstbewusstsein) und entsteht durch den bewussten und unbewussten, emotional-affektiven Entwurf vom eigenen Körper. Dazu gehört die psychische Besetzung von Körperteilen, die Einstellung zum eigenen Körper und das Erleben der Körpergrenzen (Lausberg, 2009, S. 125). Durch Bewegung z. B. wird das Körperbild beeinflusst und dies in der Regel positiv. Dieser positive Einfluss wird in verschiedenen Bewegungs- und Tanztherapien genutzt, da durch bestimmte Bewegungserfahrungen das Körperschema und das Körperbild sich gezielt verändern können. Auch im sexologischen Ansatz Sexocorporel spielt Bewegung als Gesetzmässigkeit des Körpers in Verbindung mit Tonus und Rhythmus eine grosse Rolle. So kann das Bewegungsverhalten, welches aus kulturellen und habituellen Bewegungsmustern besteht, für die Beratung Rückschlüsse auf Körperschema und Körperbild geben (Lausberg, 2009, S. 128) und ebenso Aussagen über das Erleben und die Wahrnehmung der Person leisten. Denn Körperwahrnehmung und Erleben sind beeinflusst von der Bewegung im äusseren (Körper im Raum) und inneren (Atmung) Raum.

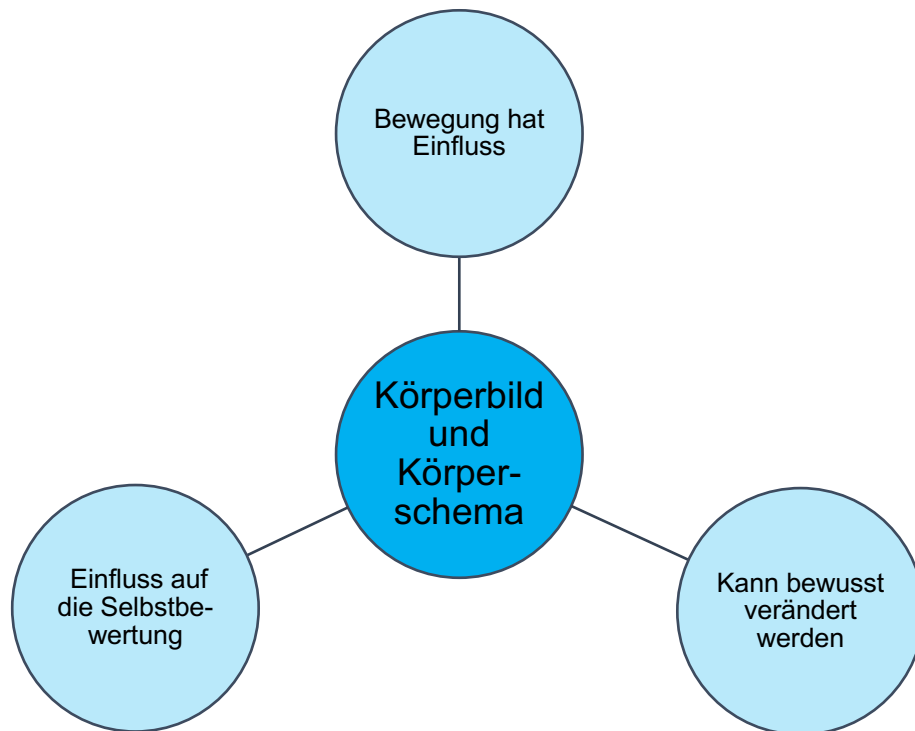


Abbildung 10. Wahrnehmung des Körperhabens II

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Wie in *Abbildung 10* zu sehen, lässt sich zusammenfassend sagen, dass Bewegung im inneren (Atmung) und im äusseren Raum einen Einfluss auf die Körperwahrnehmung und somit auf das Körperschema und das Körperbild hat. So wird das eigene Körperbild (psychische Besetzung von Körperteilen, die Einstellung zum eigenen Körper und das Erleben der Körpergrenzen) durch Körperbewegungen positiv beeinflusst, und steigert den Selbstwert einer Person.

Die körperlich-sinnlichen Wahrnehmungen sind Körperwissen und werden erfahren und angeeignet über die leibliche Resonanz, durch das Erleben von Gefühlen, über Körperkontakt und Berührung, durch die Eigenwahrnehmung des Körpers, durch das Körperbild und Körperschema. Auch der Körper in der Kommunikation generiert Körperwissen. Dies soll im Folgenden ausgeführt werden.

3.3 Körper in der Kommunikation

Für die Beratung stellt Kommunikation die primäre Handlung dar. Nach Thiersch (1977) erfolgt Beratung im Medium der Sprache, in «einem Wechselspiel von gegenseitigem Sprechen, Hören und Verstehen» (S. 102). Dadurch entsteht eine interaktive Kommunikationsbeziehung. Als Ebenen der Kommunikation kann zwischen Sprache, Stimme und Körperausdruck unterschieden werden (Heilmann, 2009, S. 9). In der mündlichen Kommunikation sind Stimme und Sprache untrennbar verbunden. Wobei die Körpersprache sich auf den Prozess des Sprechens bezieht, aber losgelöst von diesem existieren kann (Heilmann, 2009, S. 10). Der Begriff Körpersprache wird in vielfältiger Weise genutzt. Für die vorliegende Arbeit spielt er eine Rolle, um körperliche Anzeichen (Körperausdruck) von Sprechenden in der Beratung wahrzunehmen und mit diesen zu arbeiten. In einem ersten Schritt soll die *Stimme* als ein Aspekt der paraverbalen Ebene der Kommunikation thematisiert werden, in einem zweiten Schritt der *Körperausdruck* als ein Aspekt der extraverbalen Ebene der Kommunikation (Heilmann, 2009, S. 10).

3.3.1 Stimme

Theoriegeschichtlich ist die Stimme entweder ein körperliches oder ein intellektuelles Phänomen, also entweder Körper oder Geist (Schützeichel, 2011, S. 85). Dass die Stimme als leibliches Ausdrucksphänomen betrachtet werden kann, welche in der Kommunikation eine besondere Funktion hat, führt Schützeichel (2011, S. 85) aus. Er sieht den Leib als ein leiblich-intentionales Ausdrucksorgan und so ist dessen Stimme konstitutiv für den Inhalt der Kommunikation (Schützeichel, 2011, S. 86). Die Stimme hat zudem die Funktion, der sprechenden Person eine Individualität zu verleihen, denn sie zeigt die sprechende Person als Individuum, in ihrer Haltung zu sich und zum Gegenüber und in ihrer sozialen Position; damit trägt sie in erheblicher Weise zur Bedeutung von Kommunikation bei (Schützeichel, 2011, S. 86). So wie der Leib hat also auch die Stimme ein gewisses Eigenleben, welches wie viele andere leibliche Phänomene nicht kontrolliert werden kann, beispielsweise wenn sie «im Halse stecken bleibt» oder einen bestimmten Ton nicht trifft. Die Stimme zeigt leibliche Erfahrungen und ein leibliches Gedächtnis und kann zudem auf dispositions-, handlungs- und aktivitätsanzeigende Potentiale aufmerksam machen (Schützeichel, 2011, S. 90). Dadurch macht sie ein wechselseitiges Handeln möglich. Stimmlicher Ausdruck und stimmlicher Eindruck bedingen sich gegenseitig und haben damit eine kooperative Funktion. Die Individualität und soziale Zugehörigkeit einer Person, also ihr Habitus, ist durch die Stimme zu erkennen und zu bestimmen (Bühler, 1933; zit. nach Schützeichel, 2011, S. 92). Also hat die Stimme auch eine körperlich-kulturelle Komponente, die uns ermöglicht, Geschlecht, Alter und momentane Verfasstheit zu entnehmen. All diese

Dimensionen, Aspekte und Funktionen der Stimme sind für die Beratung als kommunikativer Ort von Interesse. Aus diesem Grund wird die Stimme als ein Aspekt von Körperwissen betrachtet, welcher für die Beratungskompetenzen in der Sozialen Arbeit relevant sein kann.

3.3.2 Körperausdruck

Der Körperausdruck *als extraverbale Ebene der Kommunikation, bezieht sich* auf die Wahrnehmung durch ein Gegenüber. Er entsteht durch die Möglichkeit, dass ein Körperteil sich durch Bewegung verändern kann (Heilmann, 2011, S. 47). Der Körperausdruck kann als Spektrum von Bewegungen betrachtet werden, welche die Körperteile ausführen können (heben, drehen, kippen etc.). Auch spielt eine Rolle, in welchem Grad diese Bewegungen möglich sind (Heilmann, 2011, S. 46). Weiterhin umfasst der Körperausdruck alle Bewegungen, die in der Kommunikation als Anzeichen eines Zustandes, einer Emotion, einer Haltung oder eines Interesses wahrgenommen werden können (Heilmann, 2011, S. 46). Körperbewegungen können damit äussere Anzeichen für einen inneren Zustand sein. Diese Wahrnehmung und Beobachtung werden gedeutet aufgrund der biografischen Erfahrungen. Der Körperausdruck der Klient_in wird von der Beratungsperson gedeutet und wirkt zugleich auf den Körper und das Befinden der Beratungsperson und auch wieder zurück (Übertragung-Gegenübertragung). Der Körperausdruck wird zum Körpereindruck und kann im Beratungsprozess eingesetzt werden. So ist ein weiterer Aspekt von Körpersprache benannt: Körpersprache als Beobachtung und Benennung von individuellen Empfindungen und Gefühlen (Körperempfinden/Körpererleben).

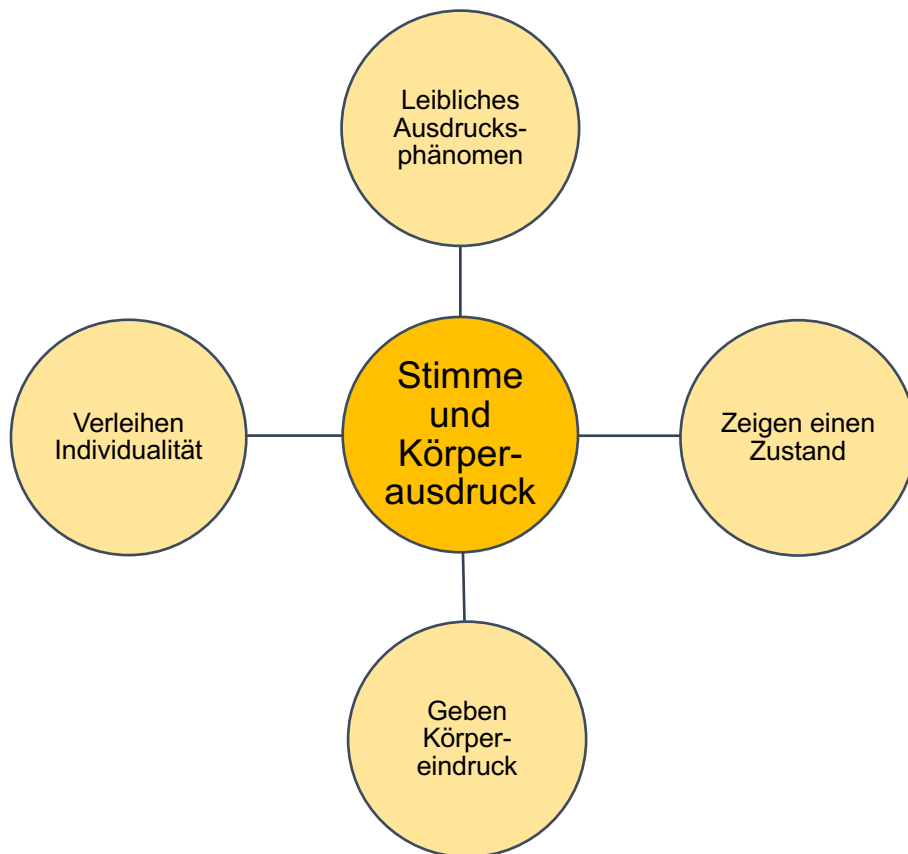


Abbildung 11. Aspekte von Stimme und Körperausdruck

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Die Stimme als leibliches Ausdrucksphänomen als Aspekt der paraverbalen Ebene von Kommunikation hat eine besondere Funktion. Sie ist konstitutiv für den Inhalt der Kommunikation und verleiht der sprechenden Person eine Individualität. Der Körperausdruck als extraverbale Ebene der Kommunikation wird in der Kommunikation gedeutet und wirkt zugleich auf den Körper und das Befinden zurück (Übertragung-Gegenübertragung). Der Körperausdruck kann im Beratungsprozess bewusst eingesetzt werden. Und so können Beobachtung und Benennung von individuellen Empfindungen und Gefühlen (Körperempfinden/Körpererleben) stattfinden. So kann durch den Körper in der Kommunikation Körperwissen erworben werden.

Der Blick auf das Geschlechterwissen im nächsten Punkt erweitert das Körperwissen mit der Sozialität von Körper und Geschlecht. Für die geschlechterreflexive Beratung ist dieser Blick (jeder Körper ist auch ein Geschlechtskörper) die Grundlage. In einem ersten Schritt

wird ein kurzer theoretischer Einblick in die Geschlechterforschung gegeben und es werden die Begriffe Geschlechterdifferenz und Geschlechterverhältnisse definiert. In einem zweiten Schritt wird die Herstellung von Emotionen und hier insbesondere Scham und die Auswirkung auf den Körper beleuchtet.

3.4 Fokus: Geschlechterwissen

Die in der Geschlechterforschung der 70er Jahre gemachte Unterscheidung zwischen *sex* (biologisches Geschlecht) und *gender* (soziales Geschlecht) wurde vor allem durch erkenntnistheoretische Überlegungen des Konstruktivismus abgelöst. Da auch das Biologische in gesellschaftliche Strukturen eingelassen ist und durch die gesellschaftliche Brille betrachtet, wahrgenommen und konstruiert wird, ist diese Trennung obsolet. *Sex*, das sogenannte Natürliche, ist ebenso von sozialen Prozessen beeinflusst, wie Gildemeier und Wetterer (1992) auf den Punkt bringen:

Die Argumentation ernst zu nehmen, dass Menschen «von Natur aus» durch und durch gesellschaftliche Wesen sind, heißt auch, «Geschlechtlichkeit» einzubeziehen. Leiblichkeit und Geschlechtlichkeit sind Ergebnisse sozialer, kultureller Prozesse auf der Grundlage symbolvermittelter sozialer Interaktion und kultureller und institutioneller Sedimentierung. Das heißt, auch Zweigeschlechtlichkeit, deren Folgen und Deutungen sind Ergebnisse sozialer Konstruktionen. (S. 225)

Durch die *natürlichen Körper* wird die Geschlechterdifferenz einer Natur zugeschrieben und biologisch legitimiert (Villa, 2011): «Die Geschlechterdifferenz ist eine in diesem Sinne verobjektivierte Struktur. Sie ist zugleich eine der grundlegendsten Dimensionen von Subjekthaftigkeit — ein Subjekt ohne Geschlecht ist zwar theoretisch denkbar . . . , aber realiter kann man hier und heute kein Mensch ohne Geschlecht sein. Und schließlich ist die Geschlechterdifferenz eine von Individuen produzierte Wirklichkeit.» (S. 28)

3.4.1 Geschlechterverhältnis und Geschlechterdifferenz

Nach Villa (2011, S. 36) bezeichnen Geschlechterverhältnisse gesellschaftliche strukturierende Organisationsformen und die Geschlechterdifferenz bezeichnet die Einteilung von Menschen in zwei Geschlechter, die in der konstruktivistischen Geschlechterforschung als sozial gemachte Differenz verstanden wird. Konstruktivistische Geschlechterforschung distanziert sich von der Annahme, dass Zweigeschlechtlichkeit präkulturell und natürlich sei, und stellt nach Lindemann (1996) die Frage: «Wie vollzieht sich eine Wahrnehmung, die unentwegt damit beschäftigt ist, Menschen in Männer und

Frauen zu sortieren?» (S. 148) Die biologisch legitimierte Geschlechterdifferenz ist laut Villa (2011) «... immanent in beide Strukturprinzipien bürgerlich-kapitalistischer Gesellschaften (Geschlechterverhältnis und soziale Ungleichheit) eingebettet und von weiteren Differenzachsen (Ethnizität, Sexualität) ko-konstituiert» (S. 29). Die Geschlechterdifferenz ist sozusagen Grundlage und bestimmt das Geschlechterverhältnis als soziales Verhältnis der Geschlechter. Dieses Verhältnis drückt sich in allen Bereichen der Gesellschaft aus und widerspiegelt

fundamentale Regelungsverhältnisse . . . : Sie durchqueren (bzw. sind zentral für) Fragen von Arbeitsteilung, Herrschaft, Ausbeutung, Ideologie, Politik, Recht, Religion, Moral, Sexualität, Körper und Sinnen, Sprache, ja im Grunde kann kein Bereich sinnvoll untersucht werden, ohne die Weise, wie Geschlechterverhältnisse formieren und geformt werden, mit zu erforschen. (Haug, 2011, S. 493)

In der bürgerlich-kapitalistischen Organisation der Arbeit (Verhältnis von Lohnarbeit und Kapital) gibt es eine Trennung zwischen Reproduktion und Produktion und damit eine Trennung von Privatem und Öffentlichem.

Demnach gilt die Produktion, die sich im Warenverkehr als öffentliche, entlohnte Tätigkeit vollzieht, als Arbeit. Demgegenüber werden Tätigkeiten, die sich auf die Reproduktionssphäre beziehen (etwa das Gebären und Aufziehen von Nachwuchs, Befriedigung von Grundbedürfnissen wie Nahrungsaufnahme, Schlaf, Sexualität, Emotionen und Affekte usw.) der privaten Sphäre zugeordnet. Diese werden nicht entlohnt, weil sie nicht als produktive Tätigkeiten gelten. (Villa, 2011, S. 41)

So beschreibt auch Gottschall (1995), dass «kennzeichnend für bürgerliche Gesellschaften . . . die systematische Trennung von Familien- und Erwerbsleben in Form der vorrangig Frauen zugewiesenen unentgeltlichen Hausarbeit und der vorrangig Männern zugewiesenen bezahlten Erwerbsarbeit [ist]» (S. 126). So besteht ein systematischer Zusammenhang zwischen (bezahlter) Erwerbsarbeit, die gesellschaftlich höher bewertet wird, und (unbezahlter) Familienarbeit, die als nicht wertschaffende und marktvermittelte Tätigkeit abgewertet wird (Villa, 2011, S. 42). Somit ist Frauenunterdrückung ins Fundament der kapitalistischen Produktionsweise eingelassen (Haug, 2018, S. 37). Vergesellschaftungsprozesse verlaufen jedoch immer in zwei Richtungen. Subjekte *werden* durch Strukturen geschaffen und Subjekte *(er-)schaffen* Strukturen: Geschlechterverhältnisse formieren und werden geformt (Haug, 2011, S. 493). Soziale Strukturen sind insofern real, als sie von den Subjekten (er-)lebt werden (Villa, 2006, S. 23). Hier kommt der Körper ins Spiel. Die Verankerung der Menschen findet durch Handlungs- und Wahrnehmungsroutinen statt, die nicht nur rein kognitiv sind, sondern «unter die Haut gehen» (Villa, 2006, S. 23). So sind auch Erfahrungen in Bezug auf den Geschlechtskörper

strukturegebend und einbindend (Bourdieu, 1987). Diese *vergeschlechtlichte Subjektivität* bzw. Identität wird durch vielfältige Bezüge fragmentarisch und durch widersprüchliche Prozesse hervorgebracht (Villa, 2006). «Frau-sein ist – wie jede Identität – die *Erfahrung*, in spezifischen Verhältnissen zu leben und in diesen vergesellschaftet zu sein» (Villa, 2011, S. 59). Wir kommen nicht mit bestimmten Eigenschaften auf die Welt, sondern Subjektivität entsteht durch Erfahrungen. Vergeschlechtlichte Identität ist also nur in konkreten raumzeitlichen und soziostrukturellen Kontexten zu denken und zudem als aktiver Prozess der Individuen. Diese Kontexte können widersprüchlich und ungleichzeitig sein, denn «Vergesellschaftung ist keine 1:1-Verinnerlichung gegebener sozialer Strukturen oder Normen, sondern der wechselseitige Prozess ihrer aktiven Aneignung und ihrer Konstruktion» (Villa, 2011, S. 59). Damit wird die Frage gestellt, was nun die körperlichen Realitäten der vergeschlechtlichten Subjekte sind und was solche körperlichen Erfahrungen – wie Wahrnehmung(srafter) und leibliche Erfahrungen (Scham, Angst, Nervosität ect.) – sind.

3.4.2 Die Bedeutung von Emotionen in der Herstellung von Geschlechtskörpern

Die Körperwahrnehmung und das Körpererleben sind beeinflusst von sozialen Prozessen und finden in allen Lebensaltern statt. Am Anfang des Lebens sind Körperempfindungen eng mit der Qualität der Beziehungen zu engen Bezugspersonen verbunden (Flaake, 2011, S. 224). Eine besondere Bedeutung bei der Herausbildung des Körperbildes spricht Flaake (2011, S. 224) den an den Körperkontakt geknüpften Botschaften zu. Das Gefühl für den eigenen Körper wird durch die körperlich-sinnliche Bindung zu Bezugspersonen geprägt und aufgebaut. Auch in der weiteren Entwicklung haben Körperlichkeit und Sinnlichkeit zwischen Bezugsperson und Kind grosse Bedeutung, denn die Reaktionen der Bezugsperson auf Handlungen des Kindes, z. B. die genitale Selbstberührung, nimmt Einfluss auf die Bedeutungszuschreibung und ihre Qualität im Erleben (Flaake, 2011, S. 225). So spielt die frühe Sozialisation von Normen eine Rolle bei der Entstehung von Schamgefühlen (Estor, 2004, S. 73). Die nahen Bezugspersonen reagieren mimisch («Ekel/Verachtungs-Gesicht») auf eine unerwünschte kindliche Handlung. Diese Technik, die vor allem in Zusammenhang mit Körperfunktionen (Sauberkeitserziehung, Masturbationsverbot) eingesetzt wird, zeigt dem Kind eine Regelverletzung und führt zu Unzulänglichkeitsgefühlen (Lewis, 1993; zit. nach Estor, 2004, S. 73). Mädchen seien von den mimischen Ekel- und Verachtungs-Reaktionen der Bezugspersonen stärker betroffen, während Jungen eher verbalen Bestrafungsmethoden ausgesetzt sind (Lewis, 1993; zit. nach Estor, 2004, S. 73). Estor (2004, S. 74) schreibt, dass durch die herabsetzende

Reaktion der Umwelt der Grundaffekt der Scham nachhaltig verstärkt wird und zu sehr schmerzhaften affektiven Zuständen führen kann. Dies hat Auswirkungen auf das Körperselbst. In der Phase des ersten gesteigerten genitalen Interesses eines Kindes mit circa 18 Monaten (ZISS, 2010, S. 17) sind die primären Beziehungserfahrungen grundlegend für das Körperschema und die sexuelle Entwicklung (Estor, 2004, S. 74). So sind Körperempfindungen eng verbunden mit der Qualität der Beziehungen zu den nahen Bezugspersonen (Flaake, 2011, S. 226), denn wenn die Reaktion auf die Explorationen des Genitals Ekel und Verachtung ist, wird die Möglichkeit einer positiven Aneignung der eigenen Körperlichkeit nachhaltig beeinträchtigt. Gefühle der eigenen Fehlerhaftigkeit und der Scham entstehen (Estor, 2004, S. 74). Dies trifft zusammen mit dem kulturell und gesellschaftlich vorherrschenden Schönheitsideal, in das Mädchen schon früh verstrickt sind und in dem eine ständige Bewertung des Aussehens durch die Umwelt stattfindet (Estor, 2004, S. 74). Nach Lewis (1993; zit. nach Estor, 2004, S. 74 – 75) beginnen Mädchen mit ungefähr 22 Monaten, ihre Aufmerksamkeit auf das körperliche Selbst zu richten, und reagieren auf Zurechtweisung hinsichtlich ihres Körpers stärker mit Schamgefühlen als Jungen. So wird das Äussere zum Austragungsort von Konflikten und auf der Suche «nach Anerkennung und Bestätigung wird die eigene Identitätsfindung an äussere . . . Reaktionen geknüpft, wodurch die Kluft zwischen Körperlichkeit und innerer Gefühlswelt stetig wächst» (Estor, 2004, S. 75). Unangemessene Verhaltensweisen werden von Mädchen häufig auf das gesamte Selbst bezogen und nicht nur auf eine bestimmte Handlung. Infolgedessen werden Gefühle der Minderwertigkeit und Scham entwickelt.

Glammeier sagt, der weibliche Körper werde als ein «Körper für andere» hergestellt und dies geschehe über das Gefühl der Scham. Schameffekte wie *in den Boden versinken* oder *vernichtet sein* drücken aus, wie tief die Regeln in den Leib eingeschrieben sind. Der weibliche Körper als ein «Körper für andere» muss der kulturellen Reinheitsregel entsprechen, welche mittels Jungfräulichkeit als Beleg für den bewahrten Körper ausgedeutet ist (Glammeier, 2010). So stellt das eigene sexuelle Begehren einen Bruch mit der kulturellen Reinheitsregel dar, bedeutet sozialen Ausschluss und finden einen negativen Ausdruck im Gefühl der *Vernichtung* (aus der Gesellschaft ausgeschlossen). So meint Honneth (1994; zit. nach Glammeier, 2010, S. 84), das soziale Scham eine der intensivsten Gefühlsreaktionen auf verweigerte Anerkennung darstellt. Die Subjekte sind auf intersubjektive Anerkennung ihrer Fähigkeiten und Leistungen angewiesen, um zu einer positiven Selbstbeziehung zu gelangen. Sie sind von der sozialen Anerkennung konstitutionell abhängig; wird diese in einer Lebensphase verweigert, beispielsweise durch ein Gewalterlebnis in der Liebesbeziehung, ruft das «in seiner Persönlichkeit . . . eine

psychische Lücke auf, in die negative Gefühlsreaktionen wie die Scham oder Wut treten» (Honneth, 1994; zit. nach Glammeier, 2010, S. 84). Scham drückt sich leiblich aus. So schreibt Landweer (1999; zit. nach Glammeier, 2010): «Typisch für die Passivität, die das Schamgefühl ausmacht, sind undurchführbare oder sich gegenseitig blockierende Bewegungsimpulse. Wer sich schämt, will sich am liebsten vor sich selbst verstecken, . . . im Boden versinken . . . Charakteristisch für das Gefühl des Vernichtetseins, das in der Scham gespürt wird, sind Bewegungsimpulse der extremen Zusammenziehung, des Sichduckens, Schrumpfens und Versinkens.» (S. 84) Auch das Senken des Blickes ist ein leibliches Charakteristikum und dem leiblichen Gefühl von Stolz (den Kopf hochtragen) polar entgegengesetzt. Honneth (1994; zit. nach Glammeier, 2010, S. 84) beschreibt den Empfindungsgehalt von Scham als Senkung des Selbstwertes.

Nach Flaake (2011, S. 226) beeinflussen Elemente von gesellschaftlichen Weiblichkeitsbildern also die Körperwahrnehmungen, Körperempfindungen und das Körpererleben. Angst, Scham, Ekel, Lust sind somit soziale Bedeutungszuschreibungen, die am Körper spürbar werden (Villa, 2000, S. 30). So kann der Körper gerade in der geschlechterreflexiven Beratung eine wichtige Rolle spielen. Körperwissen kann im Beratungsprozess angeeignet werden und Körperwissen kann sinnvoll im Prozess eingesetzt werden, um Selbstwirksamkeit zu erfahren.



Abbildung 12. Geschlechterwissen

Quelle: Eigene Darstellung

⇒ Der Körper ist in die Geschlechterverhältnisse tief verstrickt. Alle Handlungen und das Erleben werden durch die Geschlechtersozialisation geprägt. Gefühle werden somit von den Geschlechtern unterschiedlich erlebt und bewertet. So hat der Geschlechtskörper Einfluss auf die Qualität der sozialen Beziehungen und auf die Selbstbewertung. Da der weiblich sozialisierte Geschlechtskörper häufig Austragungsort für Konflikte ist, findet eine ständige Selbstbewertung und auch Selbstabwertung des Äusseren statt. Dies hat Einfluss auf das Körpergefühl, auf Prozesse der Identitätsbildung und auf den Selbstwert.

3.5 Zusammenfassung

Körperwissen wird verschieden definiert und kann unterschiedliche Bereiche ansprechen. Für die vorliegende Arbeit ist das Wissen des Körpers (Wissen durch den Körper) von Interesse. Wissen des Körpers, welches durch erlebte Erfahrungen bewusst und

unbewusst angeeignet wird und welches die Leiberfahrungen explizit miteinschliesst. Dieses Wissen des Körpers kann vor dem Hintergrund der vorherrschenden Geschlechterverhältnisse als soziale Ungleichheitsstrukturen, reflektiert werden.

Wenn Menschen in Beziehung treten, dann tun sie dies mit ihrer individuellen Körpererfahrung und ihrem individuellen Körpererleben. So sind soziale Beziehungen mit der eigenen geschlechtsspezifischen Körpersozialisation verbunden (Wanzeck-Sielert, 2017, S. 110). Durch Körperkontakt und Körperbewegungen lassen sich die Räume der sozialen Beziehung ausloten, Grenzen erfahren und Kontakt herstellen (Wanzeck-Sielert, 2017, S. 122). Wenn Körperwissen als *Wissen durch den Körper* oder *Wissen des Körpers* verstanden wird, dann ist für die Beratung in der Sozialen Arbeit relevant, dass leibliches Spüren als Wissen begriffen wird, welches in den Beratungsprozess mit einbezogen werden kann.

Mit dem Körper als ein Zweifaches (*Körpersein* und *Körperhaben*) kann ein Doppelaspekt des körperlichen Daseins angesprochen werden: die zentrische Positionierung im Hier und Jetzt, aber auch die Möglichkeit, seinen Körper von aussen zu betrachten und ihn auch zu gestalten (exzentrische Positionierung). Der Leib kann auch ein heilsamer und begrenzender Ratgeber sein. *Körpersein* und *Körperhaben* gehören zusammen und zeigen eine Verschränkung von *natürlich* und *kulturell* geprägten Körpern auf. Damit liegt ein Instrumentarium vor mit einer phänomenologischen Perspektive auf den Leib und einer poststrukturalistischen Perspektive auf den Körper, denn es geht in der Beratung im Bereich der Sozialen Arbeit um Individuen mit ihren realen körperlichen Erfahrungen, Interessen, Anliegen und Potenzialen.

Mit dem Habitus-Konzept von Bourdieu (1976) kann erklärt werden, wie soziale Ordnung, wie die Geschlechterverhältnisse sich auf und in die Körper einschreiben und von ihnen hergestellt werden durch körperlich-sinnliches Lernen (mimetisches Lernen). Der Habitus wird verstanden als ein Prinzip aus Dispositionen und Schemata, welches in den Körper der Menschen eingelassen ist und Handlungen, Wahrnehmungen und Beurteilungen der Leiber und Körper erzeugt und die soziale Ordnung reproduziert (Bourdieu, 2017, S. 167). Die körperlich-sinnliche Wahrnehmung ist wichtiges Körperwissen. Darin sind die leibliche Resonanz, das Erleben von Gefühlen, Körperkontakt und Berührung, die Eigenwahrnehmung des Körpers, das Körperbild und das Körperschema, welche durch Bewegung beeinflusst werden können, für die Beratung wichtige Komponenten. Ebenso Bestandteil des Körperwissens sind die Stimme und der Körperausdruck als zwei unterschiedliche Ebenen der Kommunikation. Für die Beratung sind folgende Aspekte und Funktionen der Stimme von Bedeutung: Die Stimme ist konstitutiv für den Inhalt und die

Bedeutung der Kommunikation, verleiht Individualität, hat ein Eigenleben, zeigt leibliche Erfahrungen und ein leibliches Gedächtnis, macht auf Potentiale aufmerksam, ermöglicht wechselseitiges Handeln und hat eine körperlich-kulturelle Komponente.

So kann die Stimme (ein bestimmter Tonfall) in der Beratung also auf leibliche Erfahrungen und auf Potentiale aufmerksam machen. Die Stimme mit ihrer körperlich-kulturellen Komponente kann in der Beratung zeigen, *welcher* Leib (Habitus, Geschlecht, Alter und momentane Verfasstheit) etwas empfindet. Der Körperausdruck zeigt in der Beratung oft unmittelbarer und deutlicher (als die Stimme) einen inneren Zustand. Die Beobachtung und Benennung von individuellen Empfindungen und Gefühlen (Körperempfinden/Körpererleben) kann zur Reflexion und Veränderung anregen.

Die Verstrickung der Körper in die Geschlechterverhältnisse lässt den Körper nicht ohne Geschlecht denken. Menschen werden durch das ihnen zugeschriebene Geschlecht sozialisiert. So sind das Handeln und Erleben auch geschlechtsspezifisch. Bei vielen Frauen ist der Körper häufig Austragungsort von Konflikten und so findet eine ständige Selbstbewertung über den Körper statt. Diese Aspekte von Geschlechterwissen können als geschlechtsspezifisches Körperwissen gefasst werden.

3.6 Fazit

Leib, Gefühl und Gedanke treffen aufeinander – Körper fühlen und handeln – aus diesem Grund spielt der Körper auch in der Beratung eine Rolle und kann mit seinen Sinnen, seinem Verstand und Gemüt und seiner Empfindung selbst zum Thema werden. Ein Lernen vom Körper ausgehend bedeutet, dass Körpererfahrungen eingebracht werden, Reflexion stattfindet und Neues entdeckt werden kann. Die persönliche Entwicklung wird angeregt und Identität gebildet. Diese Erkenntnisse können für die Beratung in der Sozialen Arbeit genutzt werden. Wissen über den Körper kann auch durch eine wachsende Aufmerksamkeit dem eigenen Körper gegenüber erworben werden (Heggdal, 2012, S. 86). So kann sich der Mensch durch die Anerkennung des eigenen Körpers und das dem Körper Zuhören im Dialog mit der Umwelt ein Wissen erarbeiten, welches eigene körperliche Grenzen erkennen und akzeptieren lässt (Heggdal, 2012, S. 86). Viele verschiedene Körpertherapien haben dies zum Inhalt. Dies kann im Umgang mit Gesundheit und Krankheit und dessen Akzeptanz von Bedeutung sein, ebenso ist es für ein positives und wertschätzendes Körperbild von Bedeutung – welches selber in einem direkten Zusammenhang zu Körpererleben und Körperhandeln steht.



Abbildung 13. Überblick Körperwissen

Quelle: Eigene Darstellung

In der *Abbildung 13* werden die verschiedenen Bereiche, die unter dem Kapitel Körpersoziologie beleuchtet wurden, dargestellt. Aus diesen Bereichen kann Körperwissen generiert werden. Die Bereiche bedingen sich gegenseitig und können verknüpft werden. Eine Beschäftigung mit dem Körper, also eine wachsende Aufmerksamkeit für den eigenen Körper, wirkt sich auf die Körperwahrnehmung, das Körperbild und das Körpererleben aus. Die wachsende Aufmerksamkeit kann als Selbstaufmerksamkeit begrifflich festgehalten werden. Die Selbstaufmerksamkeit darf jedoch nicht zu einseitig werden und dabei die Strukturen, in denen sich der Körper bewegt, aus den Augen verlieren. Ansonsten besteht die Gefahr, dass die alleinige Verantwortung auf dem Individuum lastet und die Herrschaftsstrukturen, welche den Körper und sein Erleben entscheidend beeinflussen, vergessen werden. Ohne eine Reflexion dieser Strukturen aber ist keine umfassende Auseinandersetzung möglich, und dies vor allem in der geschlechterreflexiven Beratung. Durch individuelle Körperwahrnehmung, gekoppelt mit der Reflexion gesellschaftlicher (Geschlechter-)Verhältnisse und der körperlichen und seelischen Verstrickung in diese,

kann Körperwissen generiert werden. Die Körperwahrnehmung wird von verschiedenen körperlichen Aspekten beeinflusst. Die Körperhaltung und die Körperbewegung sind solche Aspekte, die die Körperwahrnehmung und die Emotionen beeinflussen. Körperbewegung hängt mit Tonus und Rhythmus zusammen, die alle zusammen im sexologischen Modell Sexocorporel (2010a) als die drei Gesetzmässigkeiten des Körpers definiert sind und in der Sexualität Einfluss auf die Wahrnehmung und das Lustempfinden einer Person haben. Das Modell Sexocorporel kann im Bereich der Körperwahrnehmung und der Generierung von Körperwissen einen Beitrag leisten, wie im Folgenden dargelegt wird.

4. Sexocorporel: Modell sexueller Gesundheit

Das Modell des Sexocorporel wird als umfassendes Modell der sexuellen Gesundheit verstanden und differenziert eine Vielzahl von Komponenten, die im sexuellen Erleben eine Rolle spielen und somit in der lebenslangen Sexualentwicklung zusammenspielen und für die sexuelle Gesundheit relevant sind (Gehrig, 2006, S. 1). Die WHO (2014) definiert sexuelle Gesundheit folgendermassen:

Sexuelle Gesundheit ist der Zustand körperlichen, emotionalen, geistigen und sozialen Wohlbefindens bezogen auf die Sexualität und bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, Funktionsstörungen oder Schwäche. Sexuelle Gesundheit erfordert sowohl eine positive, respektvolle Herangehensweise an Sexualität und sexuelle Beziehungen als auch die Möglichkeit für lustvolle und sichere sexuelle Erfahrungen, frei von Unterdrückung, Diskriminierung und Gewalt.

Wenn sexuelle Gesundheit erreicht und bewahrt werden soll, müssen die sexuellen Rechte aller Menschen anerkannt, geschützt und eingehalten werden. (S. 19)

Die vier Zustände des sexuellen Wohlbefindens (körperlich, emotional, geistig und sozial) werden bei Sexocorporel als Einheit gesehen. Zugrunde liegt dem ein ganzheitliches Menschenbild, das sich an Spinozas Identitätsphilosophie orientiert und auf der untrennbaren Körper-Hirn-Einheit aufbaut (Sparmann, 2015, S. 46). So gibt es in dem Modell Sexocorporel eine Kategorisierung von Komponenten, die für die Sexualität einer Person von Bedeutung sind: Physiologische Komponenten, persönliche (sexodynamische) Komponenten, kognitive Komponenten und Beziehungskomponenten. Die vier Kategorien stehen in Beziehung miteinander und beeinflussen sich gegenseitig.

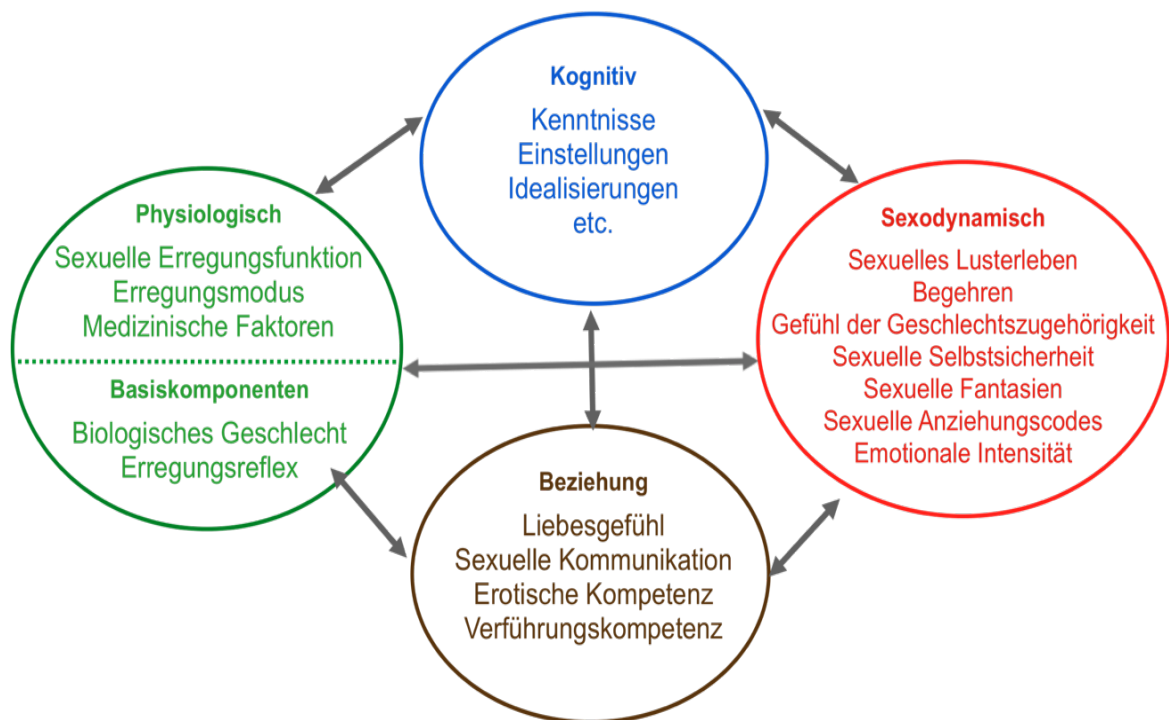


Abbildung 14. Komponenten der Sexualität nach Sexocorporel

Quelle: Eigene Darstellung (Gehrig, 2010; zit. nach Bischof-Campbell, 2012, S. 14)

Durch die Aufteilung in die vier Kategorien und die einzelnen Komponenten ist eine detaillierte Evaluation im Therapiesetting möglich. Ebenso bietet das Modell die Möglichkeit, die Klientel auf die Vielfalt von Komponenten aufmerksam zu machen und so ein Bewusstsein für das Zusammenspiel der Komponenten aufzuzeigen (ZISS, 2010a, S. 6 - 9). Für die Beratung in der Sozialen Arbeit kann dieses Zusammenspiel der vier Bereiche auch auf andere Themen übertragen werden. Denn die physiologischen, persönlichen (sexodynamischen), kognitiven Komponenten und die Beziehungskomponenten spielen in jeder erlebten Situation eine Rolle.

Die Grundannahme im Sexocorporel besteht darin, dass Sexualität lernbar ist, also durch Lernschritte ein Leben lang angeeignet und verändert wird. So beginnt der menschliche Sexualisierungsprozess bereits bei der Geburt und entwickelt sich über verschiedene Lernschritte ein Leben lang. Lernen kann als der Weg vom Reflex zum Bewusstsein und von der bewussten Wahrnehmung zur Kompetenz betrachtet werden (ZISS, 2010a, S. 16). So ermöglichen Lernschritte das Aneignen von Fähigkeiten und auch deren Erweiterung (ZISS, 2010a, S. 16). Die Entwicklung des Sexuellen ist ein wellenförmiger und lebenslanger Prozess, der «. . . über neue Entdeckungen und über das Festigen von bereits

Gelerntem durch Wiederholen oder Zurückgreifen auf frühere Entwicklungsstufen [verläuft]. [So erfordern] körperliche Veränderungen in den verschiedenen Lebensphasen sowie Krankheiten und Behinderungen . . . neue sexuelle Lernprozesse mit sich und andern» (Gehrig, 2006, S. 2). Sexocorporel geht von Stärken und Ressourcen aus. Ein neuer Lernschritt setzt also am Gekonnten an. Wenn ein Problem vorliegt, spricht Sexocorporel von Grenzen im sexuellen Lernprozess, welche durch die vorhandenen Stärken und Ressourcen und die individuell geeigneten Lernschritte erweitert werden können (Bischof-Campbell, 2012, S. 22). Dieser Ressourcenorientierung liegt ein Menschenbild zugrunde, welches den Menschen als ein lebenslang wachsendes Individuum betrachtet.

4.1 Der Körper als Spiegel

Der Ansatz des Sexocorporel sieht den Körper und seine Erregungsfunktion als Fundament der Sexualität. So spielt der empfindende und handelnde Körper eine grosse Rolle dabei, wie Sexualität erlebt wird, denn «. . . Sexocorporel betrachtet den Menschen als körperliche und seelische, untrennbare Einheit . . .» (ZISS, 2010a, S. 6 - 7). Aus wissenschaftlichen Gründen unterscheidet der Sexocorporel den *expliziten Körper* und den *impliziten Körper* (ZISS, 2010a, S. 6). Der *explizite Körper* beinhaltet den Körper, der über Sinnesempfindungen sichtbar ist. Der *implizite Körper* hingegen drückt sich in den Gefühlen, Gedanken und Wahrnehmungen aus. Der Körper und das Gehirn als Einheit stehen also in einer wechselseitigen Beziehung zueinander (ZISS, 2010a, S. 6). So wird der Körper zum Spiegel der Gefühle und Gedanken eines Individuums und gleichzeitig wirkt der Körper auf unsere Gefühle und Gedanken.

4.2 Körper und Erleben

Eine erlebte Situation aus der Aussenwelt oder der Innenwelt (Erinnerung) kann das psychische Erleben stark verändern (Storch, 2010, S. 38). In der Embodiment-Theorie wirkt das psychische Erleben auf den Körper (Tschacher, 2010, S. 15) und ruft eine Veränderung der körperlichen Verfassung hervor. Und so wirkt auch umgekehrt der Körper auf das Zentralnervensystem und somit auf die Psyche. Diese Wechselwirkung macht deutlich, dass der Körper, wie er sich bewegt, welche Haltung er hat, direkt auf unser Erleben Einfluss nimmt. So wird auch die sexuelle Erregung je nachdem, wie der Körper dabei eingesetzt wird, ganz unterschiedlich erlebt (Bischof-Campbell, 2012, S. 15). Hier spielen

Muskelspannung (Tonus), Atmung, Bewegung im äusseren Raum und Rhythmus eine Rolle (ZISS, 2010a, S. 12 - 15).

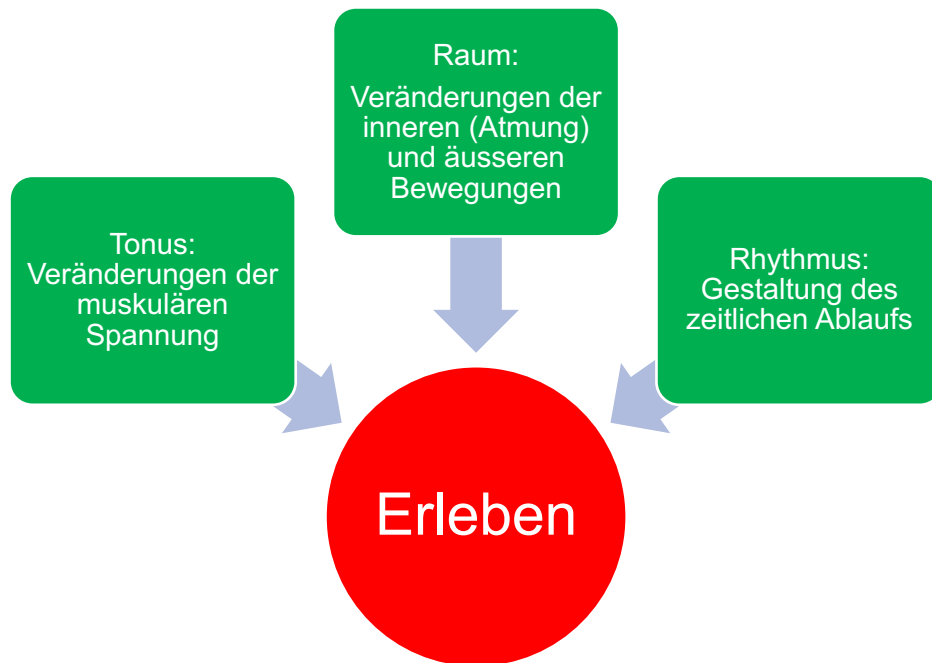


Abbildung 15. Die Einflussfaktoren auf das Erleben

Quelle: Eigene Darstellung (ZISS, 2010a, S. 12 – 15)

In der sexuellen Erregung spielen diese drei Elemente eine entscheidende Rolle im Erleben von sexueller Lust und somit auch für die Körperwahrnehmung. Somit kann durch das Bewusstsein der drei Elemente das Körperwissen erweitert werden und durch deren Veränderung eine Veränderung im Erleben erzielt werden. Im Folgenden sollen die Gesetze des Körpers betrachtet werden.

Muskelspannung, Bewegung, Atmung, Rhythmus

Bischof-Campbell (2012, S. 14 – 15) schreibt, dass für die sexuelle Erregungssteigerung Muskelspannung notwendig ist, aber zugleich diese auch einen Genuss verhindern kann. Denn durch eine erhöhte Muskelspannung wird die Bewegung des Zwerchfells beschränkt, die Atmung wird schnell und flach und das sympathische Nervensystem und der Kampf-Flucht-Modus wird aktiviert (Habegger, 2010; zit. nach Bischof-Campbell, 2012, S. 14). Wenn eine konstante Muskelanspannung vorliegt, kommt es zu Mangel durchblutung; dies

hat Auswirkungen auf die Körperwahrnehmung und das Körperempfinden. Wenn der Körper in Bewegung ist, ist der Tonus ebenso niedriger und somit kann auch eine tiefe Bauchatmung, bzw. eine Zwerchfellatmung stattfinden, womit der Parasympathikus mobilisiert wird und der Mensch in den sozialen Kontakt gehen kann, er kann loslassen, erleben und wahrnehmen. Untersuchungen haben gezeigt, dass extero- und propriozeptive Nervenendigungen im ganzen Körper stimuliert werden, wenn sich der ganze Körper um die vertikale Achse und in alle Richtungen mit variablem Tonus bewegt (Bischof, 2012, S. 5). Dies geht mit angenehmen Empfindungen und einer intensiveren Wahrnehmung einher, was für das Lusterleben nicht nur in der Sexualität von Bedeutung ist. Eine andauernde erhöhte Muskelspannung hat grossen Einfluss auf das sexuelle Lusterleben, durch Einfluss auf die sensorischen Afferenzen, den Blutfluss und das autonome Nervensystem (Bischof, 2012, S. 5). Um körperliche Berührung wahrzunehmen, verlangt der Körper bei erhöhter Muskelspannung eine Stimulation der Tiefenrezeptoren, während die Wahrnehmung der Oberflächenrezeptoren eingeschränkt ist. So schreibt Bischof (2012):

Man kann das leicht explorieren, indem man seinen Unterarm streichelt, einmal bei entspanntem Arm, einmal mit geballter Faust. Die gleiche Art der Berührung wird dabei unterschiedlich erlebt, insbesondere, wenn es sich um „limbic touch“ („limbische Berührung“) handelt. Dieses langsame, leichte Streicheln umgeht den somatosensorischen Kortex und löst unmittelbar genussvolle Gefühle aus im linken vorderen Inselcortex. Es reguliert emotionale und hormonelle Reaktionen und scheint unmittelbar die Bindung an die berührende Person zu fördern. (S. 6)

Dieselbe Berührung mit erhöhter Muskelanspannung wird hingegen als unangenehm empfunden. Bischof (2012, S. 6) schreibt, dass möglicherweise der neurologische Input durch die hohe Muskelspannung blockiert wird. Es kann sein, dass die Person die Berührung dann als kitzlig empfindet und sie vermeidet.

4.3 Emotionen im Sococorporel-Konzept

Im Sexocorporel-Konzept steht das Lusterleben im Zentrum, somit ist die Intensität des emotionalen Erlebens in der Sexualität durch den eigenen Körper hoch relevant. Emotionen können durch somatische Sinnesreize wahrgenommen werden. Jede Emotion hat eine Resonanz im Körper (Leib), z. B. Angst kann als Enge und Schmerz im Brustkorb, Freude als leichtes und sprudelndes Gefühl im Magen empfunden werden (Bischof, 2012, S. 9). Der Körper und das Hirn sind eine neurophysiologische Einheit, welche dem Menschen ermöglicht, durch den Körper willentlich Einfluss auf die Emotionen zu nehmen: «... In einem Moment der Angst tief mit dem Bauch . . . atmen, und dank einer Unterdrückung des

sympathischen zugunsten des parasympathischen Nervensystems verringert sich die Angst, ebenso, wie Sie sie steigern können, indem Sie umgekehrt den Brustkorb anspannen und rasche, flache Atemzüge tun . . .» (Bischof, 2012, S. 9) So ist die Voraussetzung für Lusterleben und Loslassen die Beweglichkeit, sie hilft dem Hirn, «. . . aus einem hypervigilanten Zustand in einen Zustand verminderter Wachsamkeit überzugehen . . .» (Bischof, 2012, S. 9). Durch Beweglichkeit von Nacken, Brustkorb und Kiefer kann die Intensität der Emotionen gesteigert werden. Nach Bischof (2012, S. 9) wird mit der Beweglichkeit im oberen Bereich des Körpers die Sexualität sowohl allein als auch mit Partner_in in größerer physischer und emotionaler Intensität erlebt und es findet eine Steigerung des Selbstwertes statt.

4.4 Kognitionen im Sexocorporel-Konzept

Die Kognitionen sind im Sexocorporel-Konzept im Zusammenhang mit Sexualität definiert als Werte, Idealvorstellungen und Kenntnisse (ZISS, 2010b, S. 10). So trägt die Art, wie eine Person über die sexuelle Aktivität denkt, erheblich zum Lustempfinden bei. Und damit können Kognitionen über ein sexuelles Erlebnis und die Fähigkeit, dem Erlebnis eine positive Bedeutung zu geben, als eine kognitive Schlüsselkomponente des Lusterlebens (Leknes, 2008; zit. nach Bischof, 2012, S. 9 - 10) gesehen werden. Die gleiche Berührung kann durch verschiedene Kognitionen unterschiedlich wahrgenommen und gefühlt werden, weil sie andere neurovegetative Reaktionen verursacht (Bischof, 2012, S. 10). Wie der Mensch die Situation interpretiert, ist abhängig von seinen Erfahrungen und einer gewissen Kenntnis der möglichen Bedrohungen und Belohnungen. So schreibt Bischof (2010, S. 10), dass die wiederholte Erfahrung angenehmer Sinnesreize zu einer positiven Verstärkung beiträgt, dies aber umgekehrt auch mit unangenehmen Sinnesreizen passiert. Auch Glaubenssätze, die nicht auf Erfahrung beruhen, haben Einfluss auf unsere Kognitionen. Diese Glaubenssätze sind vor allem in der Sexualität, die jahrhundertlang unterdrückt, verboten und pathologisiert wurde, immer noch präsent und werden auch reproduziert. Schamgefühle und Schuldgefühle können gekoppelt an gewisse Erfahrungen (vor allem in der Kindheit) mitunter Ausdruck solcher Glaubenssätze sein, welche ein sexuelles Lusterleben erschweren. Hohe Muskelanspannung, wenig Bewegung und gleicher Rhythmus rufen tendenziell mehr negative Kognitionen über Sex hervor (Bischof, 2012, S. 10). So ergeben auch die Auswertungen der Untersuchung von Bischof-Campbell (2012, S. 106), dass sexuelle Selbstsicherheit und Stolz auf das eigene Genital mit dem bewegten Körper in der Erregungssteigerung zusammenhängen; so sind Personen, die sich in der sexuellen Erregung bewegen, sexuell selbstsichere. Ein direkter, kausaler Zusammenhang

zwischen Bewegung und Erleben und zwischen Muskelspannung und Erleben ist ersichtlich. So kann mit dem Körper willentlich Einfluss genommen werden auf die Wahrnehmung, und dies hat Auswirkungen auf die Emotionen und Kognitionen. Die Emotionen und Kognitionen haben wiederum eine Wirkung auf das Selbstbild einer Person.

4.5 Fokus: Geschlechtskörper im Sexocorporel-Konzept

Im Modell Sexocorporel wird das biologische Geschlecht (sex) als ein Bereich der sexuellen Identität und als unveränderbare Basiskomponente betrachtet. Das biologische Geschlecht kommt im Sexocorporel-Konzept hauptsächlich in der Binarität vor (ZISS, 2010a, S.9). Theorien der Geschlechtsentwicklung in der Biologie sagen jedoch, dass aus komplexen Interaktionen von mehreren Genen und ihren Produkten ein Zusammenwirken komplexer Netzwerke stattfindet und aus diesem «Zusammenspiel nicht nur zwei Möglichkeiten der Ausbildung des Genitaltraktes resultieren müssen» (S. 158). Durch die Wechselwirkung zahlreicher Faktoren entstehen also vielfältige und mehr oder weniger für die Fortpflanzung taugliche Ausbildungen von Genitalien (Voss, 2011b, S. 158).

Die Komponente *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG* wird im Modell Sexocorporel definiert als Einstellung der Menschen zu dem Geschlecht, welches ihnen bei der Geburt zugeschrieben wurde (ZISS, 2010c, S. 6). Diese Komponente ist veränderbar und beinhaltet nach Sexocorporel die eigene Einstellung und Selbstwahrnehmung gegenüber dem biologischen Geschlecht: «Das Gefühl der Zugehörigkeit zum eigenen biologischen Geschlecht bezieht sich auf die Wahrnehmung des Mannes in Bezug auf seine Männlichkeit und der Frau in Bezug auf ihre Weiblichkeit.» (ZISS, 2010c, S. 6) Das Sexocorporel-Konzept geht auch hier von einer zweigeschlechtlichen Geschlechtszugehörigkeit aus, welche als mehr oder weniger natürliche Vorgabe (durch das Genital bestimmt) sozialen Handelns und somit auch als Grundlage des sexuellen Handelns betrachtet wird (Wetterer, 2010, S. 126). Denn so wird das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* als ein Schlüsselement der Sexodynamik betrachtet (ZISS, 2010b, S.8). In der sexologischen Praxis wird die Komponente *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* erstens anhand der Fähigkeit der Anpassung an bestehende weibliche oder männliche Stereotypen (1) und zweitens an der Fähigkeit der genitalen Erotisierung des eigenen Geschlechtsorgans (2) eruiert (ZISS, 2010c, S. 6 - 9).

1. Die Stereotypen «beziehen sich auf die kulturell beeinflusste Wahrnehmung von Verhaltensweisen, Gestik, Haltung, Gang, Morphologie und Interessen, die speziell Männern oder Frauen zugeordnet werden» (ZISS, 2010b, S. 8). Also den

Erwartungen in einer bestimmten Kultur bezüglich weiblichem oder männlichem Verhalten, Aussehen und Interessen. In der Geschlechterforschung wird dies als alltägliche Konstruktion von Geschlecht, als *doing gender*, beschrieben. So wird nach Gildemeister (2010) «... Geschlechtszugehörigkeit nicht als quasi natürlicher Ausgangspunkt von und für Unterscheidungen im menschlichen Handeln, Verhalten und Erleben betrachtet, sondern als Ergebnis komplexer sozialer Prozesse» (S. 137).

2. Die Erotisierung des eigenen Geschlechtsorgans heisst bei Sexocorporel auch die Erotisierung der sexuellen Archetypen. Dies passiert beim weiblichen Genital durch die Erotisierung des Innenraumes der Vagina, welcher ausgefüllt wird (sexuelle Rezeptivität), und beim männlichen Genital durch die Erotisierung des Penis als Phallus, welcher eindringen kann (sexuelle Intrusivität) (ZISS, 2010b, S.8). «Die symbolische Erotisierung des Archetyps des eigenen Geschlechts ermöglicht, die genitale Erregung und die damit verbundene Lust zu intensivieren und das Gefühl der Zugehörigkeit zum eigenen biologischen Geschlecht zu verstärken.» (ZISS, 2010b, S.8)

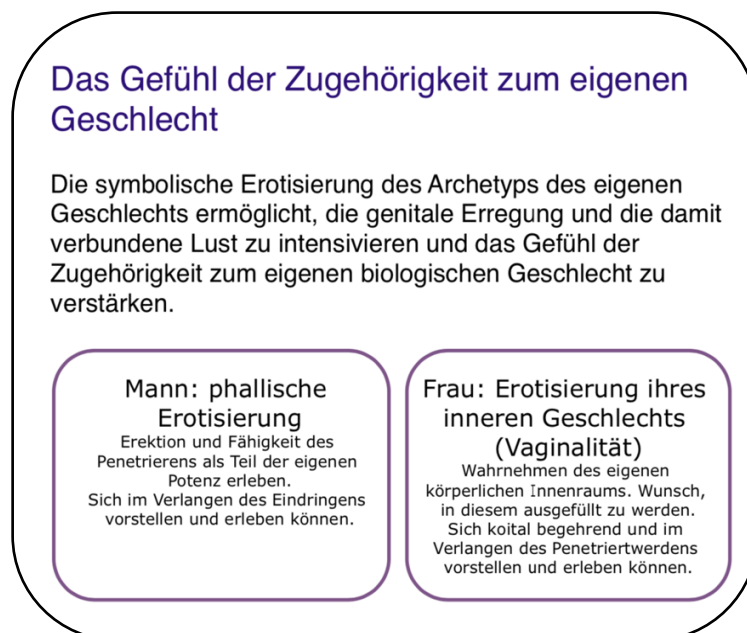


Abbildung 16. Sexodynamische Komponente: Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit

Quelle: ZISS, 2010b, S. 9

Beim *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* geht es also um die Verankerung im eigenen Geschlecht, um die Wahrnehmung des eigenen anatomischen Geschlechts und um die Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung, einem Geschlecht (in der zweigeschlechtlichen Ordnung: Frau oder Mann) anzugehören. Das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* beeinflusst nach Sexocorporel entscheidend das sexuelle Erleben einer Person (ZISS, 2010b, S. 8).

Probleme in Bezug auf das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* werden im Sexocorporel-Konzept unterschieden in: 1. die «Verunsicherung in dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit» (ZISS, 2010b, S. 9). Dies bedeutet, dass die Person «den Eindruck [hat], nicht genügend maskulinoid/feminoid [männlich/weiblich] zu sein» (ZISS, 2010b, S. 9), oder 2. die «Ambivalenz bezüglich dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit. Die Person hat grundlegende Zweifel an der eigenen Männlichkeit/Weiblichkeit.» (ZISS, 2010b, S. 9) Oder 3., die «Inversion des Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit, [was] meint dass eine Dysharmonie mit dem eigenen biologischen Geschlecht und der Wunsch, dem anderen Geschlecht anzugehören, besteht» (ZISS, 2010b, S. 9).

Kontinuum:

Sicher verunsichert ambivalent invers

Abbildung 17. Kontinuum des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit

Quelle: ZISS, 2010b, S. 9

Diese drei Varianten werden in der Praxis anhand eines Kontinuums gemessen und für einen spezifischen Moment festgehalten, um mit dem Ergebnis zu arbeiten. Ein Beispiel: Ein Mensch, der sich als männlich definiert und einen Penis hat, jedoch Zweifel besitzt, ob er genug männlich ist, da er dies oft anders wahrnimmt. Er nimmt beispielsweise wahr, dass er keinen männlichen Gang hat und sich nicht stark fühlt. Auch hat er das Gefühl, nicht immer männlich genug gekleidet zu sein. Diese Verunsicherung in der eigenen Männlichkeit kann nach Sexocorporel zu Problemen im sexuellen Erleben führen. Die Person nimmt sich in der Sexualität nicht als Mann wahr, erlebt sich nicht als Mann, kann also die Erektion und die Fähigkeit des Penetrierens nicht als Teil der eigenen Potenz sehen und wird dadurch in der eigenen Männlichkeit verunsichert (ZISS, 2010b).

Im Sexocorporel wird das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* als erlebbar betrachtet. So kann das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* durch Lernschritte verstärkt werden. Der Bezug und die Entdeckung des eigenen Genitals, das Kennenlernen und Sexualisieren des eigenen Genitals sind wichtige Lernschritte, die eine Erotisierung der eigenen Genitalität und einen Genuss des Eindringens (Intrusivität) oder des Aufnehmens (Rezeptivität) ermöglichen (ZISS, 2010c, S. 6). Ein Individuum kann auch beides, Intrusivität und Rezeptivität, sexuell erregend finden und beides genießen. Im Sexocorporel-Konzept ist die Fähigkeit des Mannes (Mensch mit Penis), zu penetrieren und dies zu genießen, und die Fähigkeit der Frau (Mensch mit Vagina), etwas im vaginalen Innenraum genussvoll aufzunehmen und dies auch symbolisch zu erotisieren, die Voraussetzung der genitalen Erregung als Frau und Mann. Das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* wird durch dieses Erleben verstärkt und stärkt die Identität als Subjekt Frau und Subjekt Mann. Auf diese Weise wird Geschlecht (sex und gender) im Sexocorporel konstruiert. Dass das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* nach Sexocorporel stark identitätsstiftend wirkt, zeigt folgende Abbildung.

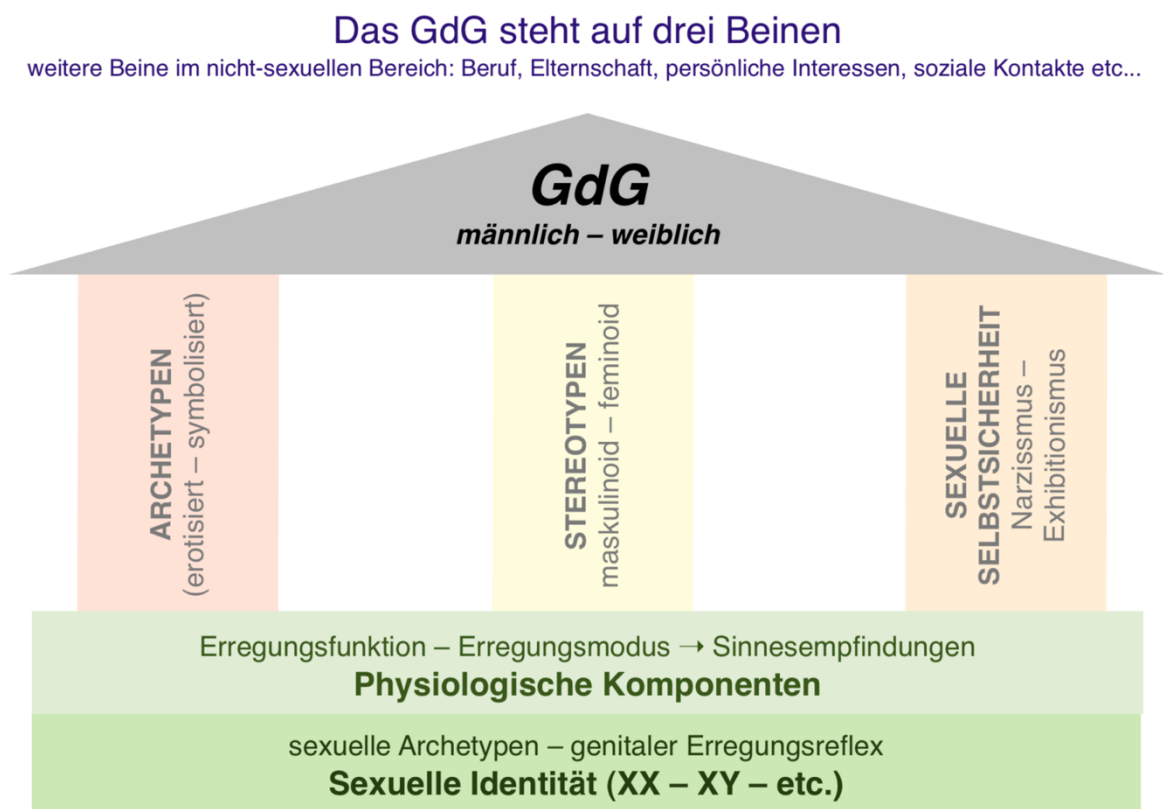


Abbildung 18. Drei Säulen (Beine) des Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit

Quelle: ZISS, 2010c, S. 14

Zwei Säulen der Komponente *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit*, der *Archetyp* und der *Stereotyp*, wurden oben definiert und beschrieben. Die dritte Säule (Bein), die *sexuelle Selbstsicherheit*, besteht einerseits aus dem Aspekt, stolz zu sein auf die eigene genitale Erregung und das eigene Genital. Im Sexocorporel wird dies als Narzissmus beschrieben (ZiSS, 2010b, S. 18). Andererseits spielt der Aspekt, sich in der sexuellen Erregung zeigen zu können, eine Rolle bei der sexuellen Selbstsicherheit. Dieser Aspekt wird im Sexocorporel unter Exhibitionismus gefasst (ZiSS, 2010b, S. 18). Narzissmus meint also den Bezug zu sich selbst, die «Fähigkeit, ein positives Selbstbild zu entwickeln, Fähigkeit, eigene Stärken zu erkennen, Fähigkeit, auf die eigene Männlichkeit/Weiblichkeit stolz zu sein» (ZiSS, 2010b, S. 18). Und Exhibitionismus meint den Bezug zu Anderen, also die «Fähigkeit, sich vor anderen selbstbewusst zu zeigen, Lust und Stolz, sich in der eigenen Männlichkeit/ Weiblichkeit zu zeigen» (ZiSS; 2010b, S. 18). Hier unterscheidet Sexocorporel nochmals zwei Ebenen des Exhibitionismus: «1. Fähigkeit, sich mit Stolz als Mann/als Frau romantisch träumens- und begehrenswert zu zeigen und 2. Fähigkeit, sich mit Stolz als Mann/als Frau sexuell träumens- und begehrenswert zu zeigen.» (ZiSS; 2010b, S. 18) Die drei Säulen Archetyp, Stereotyp und sexuelle Selbstsicherheit stärken nach Sexocorporel das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit und somit die sexuelle Identität und das Wohlbefinden nicht nur in der Sexualität.

Der Komponente der *Geschlechtszugehörigkeit* wird im Sexocorporel-Konzept, wie hier ersichtlich wurde, eine Zentralität für die sexuelle Gesundheit eingeräumt. Der Blick auf sexuelle Identität im Sexocorporel-Konzept ist auf der einen Seite der Blick auf etwas *Angeborenes/Natürliches* und auf der anderen Seite auf etwas *Erlernbares*. Die Queertheorie (Degele, 2008; Hark, 2010; Jagose, 2001) hinterfragt die untrennbare Einheit von *Natürlichem* und *erlernbarem sozialen Verhalten* und das *Natürliche* wird ebenso als das *sozial Konstruierte* betrachtet.

Exkurs Queertheorie

Die Geschlechter-, Queer- und Transforschung (Butler, 1991; Hark, 2010; Voss, 2011) hat ein grundlegendes anderes Verständnis von Geschlechtsidentität und sexueller Identität. Sie versteht Geschlechtsidentität nicht als etwas *Natürliches*. So wird anhand ausgewählter biologischer Merkmale den Menschen bei der Geburt zwar ein binäres Geschlecht zugewiesen, aber dies ist nicht zwingend das Geschlecht, mit dem der Mensch sich später identifiziert. Das biologische Geschlecht (sex) umfaßt das chromosomale, das gonodale, das hormonelle sowie das äußere und das innere genitale Geschlecht. Es bezieht sich also auf Chromosomensätze (XX, XY, XXY und weitere), Keimdrüsen, Hormone und Geschlechtsorgane (Dreier, Kugler & Nordt, 2012, S. 85 – 86). Aber dieses angeblich

Natürliche und *Biologische* ist nicht binär (weiblich/männlich), sondern es gibt eine Vielfalt und Varianz an sogenannten biologischen Geschlechtern (Voss, 2011b, S. 158). Ebenso wird das angebliche *Natürliche* durch soziale und kulturelle Prozesse konstruiert (Voss, 2011, S. 14). Geschlechtsidentität wird als Teil der sexuellen Identität betrachtet, welche beide *nicht* aufgrund des biologischen Geschlechts bestimmt sind, sondern durch viele andere Faktoren beeinflusst sind. Dadurch wird die Zweigeschlechterordnung und auch die Heterosexualität als herrschende Norm in Frage gestellt und eine Vielfalt von Geschlecht und Sexualität entworfen (Dreier et. al, 2012, S. 94). Laut Dreier et. al (2012, S. 89) ist die Geschlechtsidentität, die innere Gewissheit, einem bestimmten Geschlecht anzugehören. Die Selbstwahrnehmung sei dabei entscheidend für die Definition der Geschlechtsidentität. So wird die Geschlechtsidentität auch als psychisches Geschlecht bezeichnet und zeigt sich bei den meisten Menschen als Cisidentität (Übereinstimmung von biologischem und psychischem Geschlecht, Cisgender bzw. Cissexualität), bei einigen Menschen als Transidentität (Auseinandergehen von biologischem und psychischem Geschlecht, Transgender bzw. Transsexualität) oder als Interidentität (selbstbestimmte Identitätskonzepte von intersexuellen Menschen). Die sexuelle Identität ist laut Dreier et. al (2012, S. 95) das grundlegende Selbstverständnis der Menschen davon, wer sie als geschlechtliche Wesen sind, wie sie sich selbst wahrnehmen und wie sie von anderen wahrgenommen werden wollen. Der Begriff sexuelle Identität umfasst das geschlechtliche Selbstverständnis (biologisches, psychisches und soziales Geschlecht) sowie die sexuelle Orientierung (Begehren) (Dreier et. al, 2012, S. 95). Die sexuelle Orientierung ist auch Teil der sexuellen Identität und «bezeichnet die am Geschlecht orientierte Wahl des/der Sexualpartner/-innen, d. h. zu welchem Geschlecht sich jemand mit seinem Fühlen und Begehren hingezogen fühlt» (Dreier et. al, 2012, S. 95). Dies kann, muss aber keineswegs eine lebenslange Neigung sein. Im Sexocorporel wird die sexuelle Orientierung unter *sexuelle Anziehungskodes* gefasst und evaluiert. Aber dies ist nicht Gegenstand der vorliegenden Arbeit und soll hier nicht weiter ausgeführt werden.

4.6 Zusammenfassung

Es lassen sich fünf Grundaxiome im Sexocorporel skizzieren. 1) Die Einheit von Körper und Hirn, denn die unterschiedlichen Muskelspannungen, Atmungs- und Bewegungsmuster beeinflussen das Erleben von sexueller Lust. Dies kann auf andere Lebenssituationen übertragen werden, wie die Experimente und Studien zum Embodiment aufzeigen. Die Körperhaltung, die durch bestimmte Muskelspannungen, Atmungs- und Bewegungsmuster entsteht, kann bewusst gestaltet werden und somit kann Einfluss auf das Erleben und

Wohlbefinden genommen werden und die sozialen Interaktionen können beeinflusst werden. 2) Der Körper als Spiegel, denn alles, was die Menschen im *impliziten Körper* leben (Emotionen, Gefühle, Kognitionen), spiegelt sich im *expliziten Körper* und umgekehrt. Insbesondere bewirkt jede Emotion eine beobachtbare, messbare, körperliche, physiologische Veränderung. Jede Veränderung des *expliziten* Körpers (Muskelspannung, Haltung usw.) verändert die Wahrnehmungen. Das dritte 3) Axiom besagt, dass die drei Gesetze des Körpers das gesamte Handeln bestimmen und dadurch eine bewusste Beeinflussung der Handlungen, Emotionen, Gefühle und Wahrnehmungen in der Sexualität und im alltäglichen Leben ermöglichen. Dank dieser drei Gesetze des Körpers sind Menschen fähig, die sexuelle Erregung (Erregungskurve) willentlich zu steigern. Vom reflektorischen Ablauf zum Bewusstsein, ist das vierte 4) Axiom, welches besagt, dass es möglich ist, durch Lernschritte das reflektorische Geschehen dem Bewusstsein zugänglich zu machen. Durch regelmässiges Wiederholen gelangen reflektorische Abläufe vom Zustand des Nicht- Bewusstseins in die bewusste Wahrnehmung. Das fünfte 5) Axiom besagt, dass alles im Menschen interaktiv (Emotionen – Kognitionen – Handlungen) ist. Die Kognitionen (z. B. Werte) beeinflussen Affekte und Gefühle, die sich wiederum auf die Handlungsebene auswirken (und umgekehrt) (ZISS, 2010a, 2010b). Die sexuelle Gesundheit umfasst mehrere Dimensionen, und alle Komponenten stehen in Beziehung zueinander. Dies ermöglicht den Menschen, auf die Qualität ihrer Sexualität wie auch auf andere Bereiche und Situationen des Lebens qualitativ Einfluss zu nehmen. Das *Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit* nach Sexocorporel ist im sexologischen Konzept eine Schlüsselkomponente um sexuelle Lust geniessen zu können. Sie ist erlernbar und kann durch das Kennenlernen, die Erotisierung des eigenen Genitals, durch die Entstehung einer sexuellen Selbstsicherheit und die Anpassung an die bestehenden kulturellen Geschlechtsstereotypen entwickelt werden (ZISS, 2010b, S. 8 – 9). In neueren Konzepten aus dem Bereich der Queerstudies wird Geschlechtsidentität als Teil der sexuellen Identität betrachtet. Beide sind nicht aufgrund des biologischen Geschlechts bestimmbar. Die Selbstwahrnehmung ist entscheidend für die Definition der Geschlechtsidentität. Die sexuelle Identität ist das grundlegende Selbstverständnis der Menschen darüber, wer sie als geschlechtliche Wesen sind, wie sie sich selbst wahrnehmen und wie sie von anderen wahrgenommen werden wollen. Dadurch wird der Heteronormativität (Zweigeschlechterordnung und Heterosexualität) eine Vielfalt von Geschlecht und Sexualität entgegengesetzt.

4.7 Fazit

Die drei Gesetzmässigkeiten des Körpers (Raum, Tonus, Rhythmus) haben Einfluss auf die Wahrnehmung und das Lustempfinden einer Person und erweitern das individuelle Körperwissen durch Selbstbeobachtung und Selbstaufmerksamkeit. Die drei Gesetze des Körpers bestimmen das Erleben. So kann durch die drei Gesetze des Körpers auf das Erleben willentlich Einfluss genommen werden.

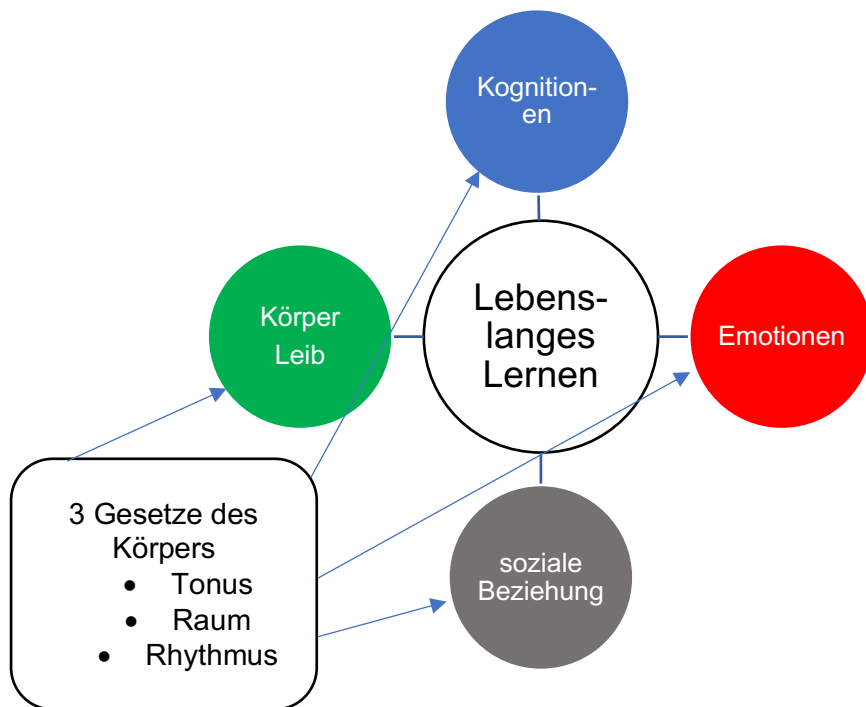


Abbildung 19. Körperwissen als lebenslanger Lernprozess

Quelle: Eigene Darstellung

Das Körperwissen, welches Sexocorporel hier vermittelt, macht die Zusammenhänge zwischen dem Körper, den Emotionen und den Kognitionen sichtbar. So werden im Modell Sexocorporel der *explizite* und der *implizite* Körper getrennt betrachtet, was dem Individuum ermöglicht, die Körperwahrnehmungen zu differenzieren und diese entweder den inneren leiblichen Vorgängen oder den äusseren am Körper sichtbaren Ausdrücken zuzuschreiben. Die Trennung zwischen *expliziten* und *impliziten* Körper verweist auch auf deren Zusammenhängen. Und dieser Zusammenhang macht auf die Möglichkeit der Spiegelung aufmerksam. Die Spiegelung ist in der sozialen Interaktion und Kommunikation von Bedeutung. Die Stimme und der Körperausdruck, zwei wesentliche Aspekte der

Kommunikation, sind auch ein Spiegel der körperlichen Wahrnehmung. Sie ermöglichen uns, auf extravertaler Ebene innere Zustände, Stimmungen und Atmosphären wahrzunehmen und diese Beobachtungen in den Beratungsprozess miteinzubeziehen. Durch den bewussten Umgang und Einsatz der drei Gesetze des Körpers, der Körperwahrnehmung und der Beobachtung entsteht wertvolles Körperwissen, welches für die Beratungspraxis von Bedeutung sein kann und die Handlungskompetenzen der Professionellen der Sozialen Arbeit erweitern kann. Das Fazit aus dem Geschlechterwissen des Sexocorporel-Konzeptes in Verknüpfung mit den Erkenntnissen aus den Queerstudies kann folgendermassen aussehen: Die Verankerung im eigenen Körper ist der Ausgangspunkt für die eigene Körperwahrnehmung. Durch Berührung und Kontakt wird der eigene Körper (inklusive Genital) kennengelernt und somit kann ein positiver Bezug zum eigenen Körper und zum eigenen Genital aufgebaut werden. Der eigene Körper und das eigene Genital werden angenommen, gemocht und individuell besetzt. Dies kann sehr stärkend sein für die Person und ihre (sexuelle) Selbstsicherheit unterstützen. So kann sie dadurch die andere Seite der sexuellen Selbstsicherheit entwickeln: sich als sexuelles Wesen anderen Menschen zu zeigen. Das Kennenlernen des eigenen Körpers und der Aufbau eines positiven Bezugs ist identitätsstiftend und trägt zum allgemeinen Wohlbefinden einer Person bei. So können Menschen begleitet werden auf der Suche nach sexueller Identität (auch jenseits einer Zweigeschlechtlichkeit) und Identitätsgefühle können gestärkt werden.

5. Zusammenführung: Körperwissen in der geschlechterreflexiven Beratung

Das Spezifische an geschlechterreflexiver Beratung ist der reflexive Umgang mit den gesellschaftlichen Geschlechterverhältnissen, die eine Ungleichheitsstruktur darstellen und soziale Geschlechtskörper konstruieren, und der erlebten individuellen Realität und der Reproduktion eben dieser. Das von Jäger (2004) vorgeschlagene Instrumentarium, den Körper als *Körperhaben* und *Körpersein* zu betrachten und somit als sozial (nicht natürlich) und gleichzeitig materiell (Erfahrungen des Selbst, die immer auch körperlich sind) in die Arbeit miteinzubeziehen, kann als theoretische Grundlage dienen. Hier sind die konkreten Aneignungsprozesse und Anpassungsvorgänge von Menschen mit Blick auf diese kulturellen Muster von Weiblichkeit und Männlichkeit im Laufe des Lebens interessant, ebenso die Frage, wie sich diese in die Körper eingeschrieben haben (wie sie fühlen, denken und handeln). So ist der materielle Körper, der aus leiblichen Erfahrungen besteht, unbedingt in die Beratung miteinzubeziehen. Dies kann auf zwei Ebenen stattfinden: Als (Körper-)Wissen über die gesellschaftlichen Verhältnisse und die daraus resultierende geschlechtsspezifische Körperbiografie, und als Wissen des Körpers, welches den Menschen unmittelbar eine Empfindung ausdrücken und spüren lässt. Besonders die zweite Ebene kann durch das sexologische Modell Sexocorporel entwickelt und erweitert werden, sowohl für die Professionellen als auch für die Beratungsaufsuchenden im Beratungsprozess. Der beraterische Beziehungsraum kann gestaltet werden und durch die Handlungskompetenzen in den Bereichen (1) geschlechterreflexives Verstehen, (2) Arbeit am Habitus, (3) Aushandeln des Arbeitsbündnisses und (4) reflexive und anwaltschaftliche Haltung.

5.1 Erkenntnisse

Im Folgenden werden die Erkenntnisse für die durch Körperwissen erweiterten Handlungskompetenzen der geschlechterreflexiven Beratung in den Bereichen (1) geschlechterreflexives Verstehen, (2) Arbeit am Habitus, (3) Aushandeln des Arbeitsbündnis und (4) reflexive und anwaltschaftliche Haltung ausgeführt.

5.1.1 Geschlechterreflexives Verstehen

Das geschlechterreflexive Verstehen kann durch diese Aspekte erweitert werden:

Geschlechtsspezifische Körperbiografien

Um geschlechterreflexiv und soziologisch zu verstehen, braucht es ein Kenntnis der Professionellen über die geschlechtsspezifischen Körperbiografien und somit ein Wissen über herrschende Machtstrukturen. So können die Professionellen bewusst und differenziert mit dem kollektiven Körperwissen und den immer auch sehr individuellen Erfahrungen (Verstrickung der Subjekte in weitere Machtstrukturen wie Klasse, Ethnizität etc.) umgehen und dementsprechende Methoden wählen. Diese geschlechtsspezifischen Körperbiografien können durch Bewusstmachung, durch positive und selbstwirksame Bezüge und durch Körperarbeit etc. identitätsstiftend sein und somit zur Persönlichkeitsbildung beitragen.

- ⇒ Die geschlechtsspezifischen Körperbiografien können bewusst in die Beratung einbezogen werden und auf ihrer Folie können Bezüge durch Körperarbeit identitätsstiftend und persönlichkeitsbildend sein.

Verstrickungen in die Geschlechterideologien

Aus den Erzählungen können Verstrickungen in die Geschlechterideologien aufgedeckt werden und die entstandenen Glaubenssätze, welche von vorkulturellen und angeborenen, natürlichen Verhaltensweisen oder Eigenschaften ausgehen, hinterfragt werden. Geschlecht als habituelle Aneignung kann thematisiert werden. Mit der Körper-Hirn-Einheit und der Spiegelung des expliziten und impliziten Körpers können die Selbstwirksamkeit und Fähigkeit der Selbstgestaltung gefördert (Veränderung der Habitusformationen). So kann das individuelle Fühlen und Spüren auch als ein geschlechtsspezifisches anerkannt werden und im Kontext von biografischen Entwicklungsaufgaben, sozioökonomischen Aspekten des Lebens und dem Habitus miteinbezogen werden.

- ⇒ Die Glaubenssätze können in der Beratung hinterfragt werden und so können die Professionelle die eigene Verstrickung in die Geschlechterideologie immer wieder hinterfragen. Durch die Spiegelung im Körper können die geschlechtsspezifischen Emotionen (an-)erkannt werden und dadurch Selbstgestaltung gefördert werden.

Thematisierung von Körperwahrnehmung und Körpererleben

Die Wahrnehmungen der Handlungs- und Wahrnehmungsroutinen der zweigeschlechtlichen Ordnung (Bourdieu, 1987) können reflektiert und thematisiert werden über den Einbezug von Körper. Die Wahrnehmung von sprachlich-symbolischen Inhalten und deren kognitive Reflexion kann in der geschlechterreflexiven Beratung durch den gespürten Leib, passieren. Das bedeutet eine Abkehr von der Aussenschau, dem inneren Spüren wird Aufmerksamkeit gewidmet. Das kann für viele Menschen, die gelernt haben,

durch ihr Aussehen Wirkung herzustellen, eine neue Erfahrung sein. Im Mittelpunkt stehen Selbsterfahrung, Selbstbeobachtung, Selbstbeschreibung und der spürende Leib. So wird eine vielschichtige (leibliche) Interaktion zwischen Klient_in und Berater_in ermöglicht und mit dieser kann gearbeitet werden.

⇒ Durch eine erhöhte Aufmerksamkeit auf das innere Spüren können neu(e) Erfahrungen ermöglicht werden. Zudem kann in der geschlechterreflexiven Beratung eine leibliche Interaktion zwischen Klient_in und Berater_in entstehen.

Versprachlichung von Körpererfahrung

Körpereinbezug kann die Sprache fördern und den Wortschatz erweitern. So kann das innere Erleben in Worte gefasst werden und eine Sprache dafür gefunden werden. Dies bedeutet Selbstermächtigung und Autonomie. So beispielsweise fehlen für die weiblichen Geschlechtsorgane auffälligerweise differenzierte Begriffe; damit verbunden kann das eigene Erleben nicht in Sprache gefasst werden. Körpererfahrungen sind also verbal eingebunden; dies weist darauf hin, dass Körperwahrnehmung sozial gestaltet ist. Die Sprache ermöglicht zudem, in soziale Beziehungen einzutreten. Auf der anderen Seite ist es ebenso wichtig, die Erfahrung zu machen, etwas unausgesprochen zu lassen, den kognitiven Prozess der Versprachlichung bewusst nicht vorzunehmen. Das leibliche Spüren so zu belassen, kann in einer Gesellschaft, die an Ergebnissen und Messbarkeit orientiert ist, eine aufmerksame Zuwendung sich selbst gegenüber bedeuten und das Selbst stärken.

⇒ In der geschlechterreflexiven Beratung kann eine Sprache für Körperempfindungen und Wahrnehmungen gefunden und erlernt werden. Es kann gleichzeitig die Erfahrung gemacht werden, dass Schweigen und Spüren ohne Versprachlichung als Qualitäten sehr wertvoll sind.

5.1.2 Arbeit am Habitus

Welche Aspekte vom Körperwissen für die Erweiterung der Handlungskompetenzen im Bereich *Arbeit am Habitus* von Bedeutung sind, sollen hier aufgeführt werden.

Körper als Träger von Erinnerungen

Ein Verständnis vom Körper als Träger von Erinnerungen und Erfahrungen und als Spiegel innerer Empfindungen (Habitus) lässt dieses Wissen des Körpers – die Erinnerungen, Erfahrungen und Erkenntnisse, die abgespeichert sind – in die professionelle Arbeit einfließen. Wenn die Professionellen dieses Wissen des Körpers – die Erinnerungen, Erfahrungen und Erkenntnisse, die abgespeichert sind – in ihre Arbeit miteinbeziehen, kann dies die Wertschätzung gegenüber dem erleben und gelebten Leben (welches sich im

Körper spiegelt) unterstützen und Wohlbefinden fördern. Lebendigkeit und Bewegung können auf dieser Basis der Akzeptanz und Wertschätzung entstehen. So können verschüttete Ressourcen entdeckt werden und Veränderungspotenziale entstehen. Rollenstereotypisches Verhalten kann hinterfragt und neues Verhalten erprobt werden. In einem Raum und Setting, in dem es erlaubt ist, einfach zu sein. In dem Vertrauen anzutreffen ist und in dem es den Klientinnen dadurch ermöglicht wird, sich auszuprobieren, sich zu zeigen und sich selbst im Hier und Jetzt zu akzeptieren. Dadurch wird ein positiver Zugang zum Körper gefördert, dies hat Auswirkungen auf das Körperbild und Körperschema der Klientinnen.

⇒ Das Wissen des Körpers – die Erinnerungen, Erfahrungen und Erkenntnisse, die abgespeichert sind – können in die Beratung miteinbezogen werden. So kann Lebendigkeit und Bewegung durch Akzeptanz und Wertschätzung über die Körperebene vermittelt und verschüttete Ressourcen entdeckt werden. Die Beratung als ein Ort des Vertrauens ermöglicht einen Experimentier- und Akzeptanzraum, welcher Grundlage ist, um sich selbst zu zeigen, zu erkennen und zu akzeptieren.

Verankerung im eigenen Körper

Um den eigenen Körper, Körpervorgänge und Gefühle wahrzunehmen, ist eine Verankerung im eigenen Körper notwendig. Diese wird bei Sexocorporel durch Berührung und Kontakt des eigenen Körpers (inklusive Genital) aufgebaut. Auch sich und das eigene Genital im Spiegel zu betrachten, kann sehr unterstützend sein. Wenn ein positiver Bezug zum eigenen Körper und zum eigenen Genital aufgebaut ist, der eigene Körper und das eigene Genital angenommen, gemocht und individuell besetzt werden, stärkt dies die (sexuelle) Selbstsicherheit, wirkt identitätsstiftend und trägt so zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Das Wissen über diese Zusammenhänge kann die Fachkräfte der Sozialen Arbeit die Beratungsaufsuchenden auf Angebote der Sexualberatung und Körpertherapien aufmerksam machen. Zudem können die Fachkräfte im Beratungssetting Körperübungen durchführen, welche die Verankerung im Körper fördern, wie beispielsweise Wahrnehmungsübungen, Körperreisen und Körpermeditationen.

⇒ Die Verankerung im eigenen Körper ist ein wichtiger Bereich, der in der geschlechterreflexiven Beratung Thema sein muss und gefördert werden muss. Die Fachkräfte sollten hier eine Auswahl an Methoden haben und diese professionell einsetzen können. Die Auseinandersetzung mit Körperwissen befähigt die Professionellen dazu. Den Fachkräften müssen zudem Angebote an Körpertherapien und Sexualberatungen bekannt sein und sie müssen die Beratungsaufsuchenden an geeignete Stellen vermitteln können.

Eigene leibliche Spüren einbeziehen

Als Professionelle die eigene Intuition und das eigene leibliche Spüren wertzuschätzen und als zentrales Wissen anzuerkennen, bedeutet, auch der Klientel diesen Umgang zu ermöglichen. So werden Emotionen, welche auch im Körper ihren Ausdruck finden dürfen, gezeigt und können ins Selbst integriert werden. Durch Körperwissen und Sexocorporel wird die Fähigkeit gestärkt, in den Kontakt mit anderen Menschen zu gehen und die soziale Beziehungsfähigkeit zu entwickeln. Die Stärkung des Bezugs zum eigenen Körper (positives und akzeptierendes Körperbild und Körperschema) stärkt den Selbstwert. Die Professionellen können dies also aktiv unterstützen, indem sie die körperliche Ebene konsequent miteinbeziehen, die leiblichen Erfahrungen wertschätzen und als wichtig anerkennen. Dadurch erfahren die Klientinnen eine normalisierende Achtung des eigenen Selbst (Körper-Emotion-Kognition), die der oft erfahrenen normalisierenden Missachtung entgegensteht. Dies kann unter dem Aspekt der Arbeit am Habitus betrachtet werden.

- ⇒ In der geschlechterreflexiven Beratung sollen die Menschen Selbstachtung (eigene Intuition, das eigene leibliche Spüren wertschätzen) erfahren und lernen. Hier kann Sexocorporel einen Beitrag leisten, denn das Konzept setzt den Bezug zum eigenen (Geschlechts-)Körper als Ausgangspunkt. Und somit ist der Bezug zum eigenen Körperselbst die Grundlage, um mit anderen Menschen in Kontakt zu treten und soziale Beziehungsfähigkeit zu stärken.

Angewiesenheit auf den Körper

Das Spüren und Erleben der Abhängigkeit von dem und der Angewiesenheit auf den Körper spüren und erleben zu lernen, lassen den Menschen Grenzen der Optimierung erfahren. Das Zweifache des Körpers (*Körperhaben* und *Körpersein*) ist hier virulent und kann begrenzend und heilsam sein. In der Gesundheitsberatung sind diese Aspekte von Bedeutung. Der Umgang mit Selbstverantwortung wird zum Thema und die Axiome von Sexocorporel vom Reflex zum willentlichen Handeln kann dialektisch als Grenze des Körpers (Grenze der kognitiven willentlichen Beeinflussung) aufgezeigt werden. Hier geht es um Akzeptanz und Integration dieser Grenzen, beispielsweise von chronischen Krankheiten.

- ⇒ Die Erfahrung von körperlichen Grenzen und der Relativierung von Selbstverantwortung ist wohltuend und entlastend. Für die Fachkräfte wie für die Klientinnen.

5.1.3 Aushandeln des Arbeitsbündnis

Für die *Aushandlung des Arbeitsbündnis* sind folgende Aspekte vom Körperwissen für die Erweiterung der Handlungskompetenzen zu nennen.

Gestaltung der Beratungsbeziehung

Die Beratungsbeziehung als Fundament einer gelingenden Beratung ist zentral. Besondere Bedeutung hat sie in der geschlechterreflexiven Beratung im Bereich der Beratung von Gewalt betroffenen Menschen. Das verletzte Vertrauen und die missachtete Anerkennung kann durch eine tragende Beratungsbeziehung schrittweise ausgeglichen werden. Beziehungsqualitäten wie wechselseitiges Vertrauen, gegenseitiges Verständnis, wechselseitige Wertschätzung und gemeinsame Hoffnung (Schäfter, S.116) und reflexive Zuwendung sind Voraussetzung und prägen die Beratungsbeziehung. Eine weitere Voraussetzung für eine tragende Beratungsbeziehung ist das echte Interesse der Beratungsperson an der Situation der beratungsaufsuchenden Personen. Die dadurch entstehende Sicherheit gibt der Klientel die Möglichkeit, sich auszuprobieren und neue Arten des Umgangs mit sich selbst und mit anderen kennenzulernen. Diese Gelegenheitsräume bieten die Möglichkeit, die Persönlichkeit zu entwickeln. Dieses Interesse kann verstärkt vermittelt werden durch das Interesse an der Erzählung des Körpers (Körpersprache und Stimme der Klientin) und an den leiblichen Erfahrungen, die in der Beratung befragt werden können. So kann einerseits auf das Zweifache des Körpers (sozialer Körper und materieller Erfahrungskörper) verwiesen werden und andererseits auf die Körper-Hirn-Einheit und das interaktive Zusammenspiel von Kognitionen, Emotionen und Körper.

⇒ Die Beratungsbeziehung ist eine tragende Säule in der (geschlechterreflexiven) Beratung. Sie kann durch wechselseitiges Vertrauen, gegenseitiges Verständnis, wechselseitige Wertschätzung, gemeinsame Hoffnung und reflexive Zuwendung gestaltet werden. Körperwissen spielt hier eine Rolle. So kann das Interesse an der Klientin durch Körperausdruck und Stimme gezeigt werden und im Beratungsraum können die biografischen Körper sich einbringen und einen eigenen intuitiven und kommunikativen Raum über die Körper gestalten.

Reflexive (Körper-)Haltung

Die Axiome von Sexocorporel, das lebenslange Lernen und das Wissen, dass alles im Menschen interaktiv ist (Emotionen – Kognitionen – Handlungen), können die reflexive Haltung unterstützen. Herangehensweisen wie das empathische Verstehen, das empathische Zuhören, die unbedingte Wertschätzung und die Kongruenz unterstützen eine Haltung, die durch Empathie, Offenheit, Authentizität, Akzeptanz, Wertschätzung und

Unmittelbarkeit geprägt ist. Diese Herangehensweisen und diese Haltung können durch Sexocorporel unterstützt werden. Die Fachpersonen der Sozialen Arbeit können sich mit den drei Gesetzen des Körpers beschäftigen, indem sie den Körper als Spiegel von Emotionen und Kognitionen betrachten. Durch den Einsatz der drei Gesetze des Körpers und die Spiegelung des impliziten Körpers im expliziten Körper wird Authentizität und Unmittelbarkeit geübt. Durch Beobachtung und Selbstbeobachtung der Körperhaltungen und -empfindungen können Prozesse auf der Körperebene ins Bewusstsein geholt werden.

⇒ Das Sexocorporel-Konzept unterstützt Herangehensweisen wie das empathische Verstehen, das empathische Zuhören, die unbedingte Wertschätzung und die Kongruenz. Sexocorporel unterstützt eine Haltung, die durch Empathie, Offenheit, Authentizität, Akzeptanz, Wertschätzung und Unmittelbarkeit geprägt ist. Denn durch Sexocorporel kann die Spiegelung des impliziten Körpers im expliziten Körper und dadurch Authentizität und Unmittelbarkeit geübt werden. Mit Sexocorporel können Prozesse auf der Körperebene ins Bewusstsein geholt werden und der Körperausdruck kann beobachtet werden.

Reflexionen auf körperlich-leiblicher Ebene

Die Reflexionsfähigkeit der Fachkräfte auf körperlicher Ebene (Körpersprache und Stimme) erweitert den Horizont und hilft, Fähigkeiten zu entwickeln, mit der Unmittelbarkeit des Körpers in der Beratung umzugehen. Der professionelle Umgang mit den Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen auf der körperlichen Ebene ermöglicht, Grenzen und emotionale Zustände wahrzunehmen und zu reflektieren und den Körper als Träger von Wissen zu betrachten. Dies spielt auch für die Gestaltung der Arbeitsbeziehung eine wichtige Rolle.

⇒ Reflexionen auf der körperlichen Ebene ermöglichen den Professionellen einen Umgang mit Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen. Zudem werden Grenzen und emotionale Zustände und Körperreaktionen wahrgenommen und beobachtet und können dadurch reflektiert werden.

Selbstregulation der Beratungsperson

So beeinflussen die Kognitionen (z. B. Werte) die Affekte und Gefühle, die sich wiederum auf die Handlungsebene auswirken (und umgekehrt). Dies ermöglicht es den Menschen, auf die Qualität des Lebens Einfluss zu nehmen. Und es ermöglicht den Fachpersonen, Einfluss auf ihr Beratungshandeln zu nehmen. Tonus, Atmung, Bewegung und Rhythmus bestimmen das gesamte Handeln und ermöglichen damit eine bewusste Einflussnahme und Gestaltung von Handlungen, Emotionen und Wahrnehmungen. So können sie

Emotionen zeigen lassen und auch regulieren und bieten für die Professionellen gleichsam die Möglichkeit der Selbstregulation in der Beratung.

- ⇒ Ein bewusster Umgang mit den Gesetzen des Körpers (Tonus, Atmung, Bewegung und Rhythmus) ermöglicht den Professionellen eine bewusste Gestaltung von Handlungen und Erleben in der Beratung auf der Seite der Klientin und auf der Seite der Beratungsperson (Selbstregulation).

Thematisierung von Körperwahrnehmung und Körpererleben

Da Körperwahrnehmung und Körpererleben von sozialen Prozessen beeinflusst werden und in jedem Lebensalter stattfinden, also kein abgeschlossener Prozess sind, kann der Beratungsraum ein Ort ihrer Thematisierung sein. Körperempfindungen sind nicht nur am Anfang des Lebens eng mit der Qualität der Beziehungen verbunden. Die Beratungsbeziehung hat einen Einfluss auf die Körperwahrnehmung, denn durch die Reaktionen der Beraterin auf Handlungen der Klientin findet ein konkretes Erleben statt, welches im Körper (Leib) spürbar ist. So kann mit Angst, Scham, Ekel, und Lust, die am und im Körper spürbar sind, innerhalb der Beratungsbeziehung gearbeitet werden. Es kann Ausdruck im Körper erkannt werden und der Frage, wo spüre ich die Emotionen im Körper, kann nachgegangen werden. Durch das Erkennen kann z. B. eine Spannung im Körper, die bei der Emotion Angst aufsteigt, bearbeitet und somit verändert werden. Es kann also bewusst Einfluss auf die Emotionen genommen werden; dies ist oft eine neue Erfahrung von Selbstwirksamkeit, welche in feministischen Beratungsansätzen sehr zentral ist. So ist die Erfahrung der Selbstwirksamkeit auch als Steigerung des Selbstwertes in der geschlechterreflexiven Beratung wichtig. Für die vorliegende Arbeit, die als Fokus die geschlechterreflexive Beratung mit Frauen hat, ist dieses Erleben der Selbstwirksamkeit eine wichtige Erfahrung für den Selbstwert und die Autonomie. Denn durch die Geschlechterverhältnisse haben die weiblich sozialisierten Menschen eher gelernt, sich anzupassen und weniger zu fordern. Auch gelernte Abhängigkeiten sind geschlechtsspezifisch und für die Förderung der Autonomie ist es hier von Bedeutung, die Erfahrung zu machen, «etwas selbst in die Hände nehmen zu können». Die geschlechterreflexive Beratung kann einen solchen Erfahrungsraum bieten.

- ⇒ Die geschlechterreflexive Beratung kann einen (Beziehungs-)Raum gestalten, in dem Emotionen bewusst wahrgenommen werden und durch Vertrauen gezeigt und angenommen werden können. Dadurch ist ein bewusster Umgang mit den Gefühlen, die sich auf der Körperebene zeigen, möglich. Die Erfahrungen von Selbstwirksamkeit sind in der Beratung zentral, da sie den Subjekten eine neue Erfahrung ermöglichen, an denen sie wachsen.

Umgang mit Positionsrolle und Macht

Die empathisch-verstehende Beraterin, welche ihre eigene Positionsrolle mit dem Hintergrund der Körper-Hirn-Einheit reflektiert hat, trägt zu einer gelingenden Arbeitsbeziehung bei, welche der Klientin Entwicklung durch Selbstakzeptanz ermöglicht. Ein faires Arbeitsbündnis steht im Mittelpunkt der Beratung, es soll ein Beziehungsraum in der Beratung gestaltet werden. Fragen nach der Beziehung zur Klientel, zum Umgang mit beruflicher Positionsrolle und Macht, zum Umgang mit Übertragung und Gegenübertragung, zur Beziehungsgestaltung und zu Wertschätzung und Anerkennung müssen nach Gröning (2015, S. 32) immer wieder gestellt werden.

Wenn die Klientin in der Beratung eine Begegnung auf gleicher Augenhöhe erfährt, können auf dieser Basis Widerstandspotenziale gegen Rollenzuschreibungen und -erwartungen, mit denen die Klientin im Leben konfrontiert ist, entstehen. Selbstwirksamkeitserfahrung kann durch den direkten Bezug auf den Körper und auf die Arbeit mit dem Körper ermöglicht werden.

⇒ Die Beziehungsgestaltung auf Augenhöhe, der Umgang mit beruflicher Positionsrolle und Macht sind Bedingung für eine faire Arbeitsbeziehung, welche den Klientinnen ermöglicht, Widerstandspotenziale gegen Rollenzuschreibungen und -erwartungen zu entwickeln. Durch den Körper kann Selbstwirksamkeit erprobt und erfahren werden.

5.1.4 Reflexive und anwaltschaftliche Haltung

In der geschlechterreflexiven Beratung vor allem von Frauen, die Gewalt erlebt haben, muss den physischen und psychischen Verletzungen höchste Beachtung geschenkt werden. Diese müssen als Verletzung der persönlichen Integrität anerkannt werden, welche eine solidarische, reflexive und anwaltschaftliche Haltung notwendig machen. Im Folgenden werden die Aspekte vom Körperwissen genannt, welche für die Erweiterung der Handlungskompetenzen im Bereich der *reflexiven Haltung* beitragen.

Anerkennung alltäglicher Verletzungen

Auch die alltäglichen Verletzungen und Selbstverletzungen, die durch gesellschaftliche Ungleichheitsstrukturen entstehen, müssen vollumfänglich als strukturelle Gewalt anerkannt werden. Dies kann auf der körperlichen Ebene unterstützt werden, wenn die Professionellen die gemachten Erfahrungen sich auch körperlich erzählen lassen oder wenn die Professionellen die beobachteten Körperreaktionen/Körpersprache der Klientin spiegeln und das Körperliche ins Bewusstsein holen. Dieses bewusste Erleben auf der körperlichen Ebene kann zu mehr Akzeptanz der verletzenden Erfahrung beitragen und

ermöglichen, einen Umgang damit zu finden. Hier muss aber unbedingt die Unmittelbarkeit des Leibes mitgedacht werden (siehe nächster Punkt).

- ⇒ In der geschlechterreflexiven Beratung muss eine Anerkennung der erfahrenen Geschichte (also der physischen und psychischen Verletzungen) stattfinden. Die körperlichen Erzählungen können gefördert werden, dies kann Anerkennung und Akzeptanzerfahrung verstärken.

Einbezug der Unmittelbarkeit des Leibes

Durch den Einsatz von Körper und Leib, durch die Körperwahrnehmung und auch durch Körperkontakt kann gelernt werden, individuelle Grenzen (subjektive Grenzen und die Grenzen Anderer) zu erfahren (Wanzeck-Sielert, 2017, S. 122). Und auf die Unmittelbarkeit der Leiber zu reagieren und nicht überzureagieren oder sich blockieren zu lassen. Die Fachkräfte müssen sich der Unmittelbarkeit bewusst sein. Die Unmittelbarkeit kann sich in einem Moment heftig zeigen, beispielsweise in schreien, weinen, stampfen oder auch in Sprachlosigkeit und Unbeweglichkeit (Freeze). Diese körperlichen Reaktionen haben ihren Ursprung im autonomen Nervensystem und können in bestimmten Situationen oder durch in der Beratung wiedererlebte Begebenheiten hervorgerufen werden. Hier kann der Einsatz der drei Gesetze des Körpers hilfreich sein. Durch den Einsatz von Bewegung und Atmung können bestimmte Teile des autonomen Nervensystems aktiviert werden, die es Menschen ermöglichen, aus dem Kampf- und Fluchtmodus oder dem Shut-down auszusteigen. Damit überhaupt wird erst eine positive Selbstzuwendung, sowie sozialer Kontakt ermöglicht

- ⇒ Personen, welche ihre Vielfalt an Körperreaktionen (die sich immer wieder neugestaltet) kennen, sind nicht überrumpelt und überfordert, sondern können Körperreaktionen anerkennen, wertschätzen und mit ihnen arbeiten. Dies gilt für die Professionellen sowie für die Klientinnen. Die Professionellen müssen bewusst und überlegt mit der Unmittelbarkeit des Leibes umgehen, die drei Gesetze des Körpers (Sexocorporel) sind hier hilfreich.

5.1 Reflexionen und Ausblick

Es zeigt sich, dass der Körper und seine leiblichen Empfindungen durch Handlungskompetenzen im Beratungsprozess produktiv genutzt und gestaltet werden können. Besonders für die Beratungsbeziehung, welche als Grundlage einer gelingenden Beratung existentiell ist, sind Aspekte des Körperwissens für die Handlungskompetenzen von Bedeutung. Eine intensive Auseinandersetzung auf der Ebene der Selbstbeobachtung von Körper und Leib und einer Reflexion ist Voraussetzung für kompetentes Handeln auf

der Körperebene. Die sexuelle Bildung hat hier einige Ideen, wie der Körper im professionellen Handeln eine wichtige Rolle spielt. So können Beratungspersonen und Beratungsaufsuchende durch und mit dem Körper Kompetenzen aneignen. Angebote der körperorientierten sexuellen Bildung zeigen Beispiele, wie Professionelle aktiv und bewusst Zugang zu Körperwissen schaffen und dies kann für das professionelle Handeln in der Sozialen Arbeit, bzw. der Beratung genutzt werden. In der sexuellen Bildung steht der handelnde Körper im Zentrum – hier könnte sich die Soziale Arbeit etwas abschauen. Denn wenn Körper in der Sexualität handeln (Sielert, 2015, S. 43), dann nehmen sie auch wahr und spüren. Und dies machen sie nicht nur in der Sexualität, sondern auch in anderen Lebensbereichen. Der Leib als spürende Ebene im Körperthema erlaubt, die Subjektivität und Einzigartigkeit des Menschen in der Beratung anzusprechen. Mit grosser Wertschätzung und Interesse dieser Einzigartigkeit des spürenden Leibes gegenüber kann eine gute Arbeitsbeziehung glücken. Wenn die Professionellen die handelnden Körper mit ihrer spezifischen Körperbiografie als individuelle Körpergeschichte, aus der heraus sich Identität speist, als relevant betrachten und somit auch ihre eigene Körpergeschichte in die Arbeit miteinbeziehen, kann Beratung positiv beeinflusst werden. Denn Körperarbeit ist identitätsstiftend und regt zur persönlichen Entwicklung an, zwei wichtige Ziele der Beratung in der Sozialen Arbeit.

5.2 Potenziale

Körperarbeit kann Prozesse bei den Einzelnen und/oder der Gruppe auslösen, dies muss bewusst sein und verlangt darum ein verantwortungsvolles und sensibles Umgehen mit diesen Prozessen. Es muss ausreichend Zeit für die Vor- und Nachbereitung von Körperarbeit eingeplant werden. Ein dialektischer Umgang mit widersprüchlichen Gefühlen muss bei sich selbst als Fachperson gelernt werden. Dabei können Widersprüche als etwas Positives und Lustvolles anerkannt werden, da wir durch sie in Bewegung kommen und durch Neugier Neues entdecken können. Wenn der Fokus auf das Lustvolle und Spielerische gelegt wird, kann mit Furcht vor Unberechenbarem und Unkontrollierbarem besser umgegangen werden. Es geht gemäss Sielert (2015) um ein «freundliches Begleiten». Dieses Begleiten soll Aspekte von Mut machen, Akzeptanz, Solidarität und Sicherheit beinhalten.

Zum Schluss soll hier nochmal auf die Möglichkeiten der Dekonstruktion von Geschlecht in der Beratung hingewiesen werden. Über die geschlechtliche Verinnerlichung, die als tiefsitzende, leiblich empfundene emotionale Verankerung wirkt, gilt es mit Villa (2006) zu reflektieren. Sich dieser Vergeschlechtlichung bewusst zu sein und dem «Das spüre ich

doch» seine *Natürlichkeit* zu nehmen, ist, wie in der vorliegenden Arbeit ausgeführt wurde, ein bereichernder Aspekt für die Beratung. Eine Reflexion der leiblich empfundenen Ebene in Bezug auf das Geschlecht wirft vor diesem Hintergrund die Frage auf: Wie empfinden (auf leiblich-affektiver Ebene) Menschen das ihnen zugeschriebene Geschlecht? Dies kann methodisch bearbeitet und hinterfragt werden. So können Perspektiven jenseits der Zweigeschlechtlichkeit entworfen werden – auch und besonders im Rahmen einer geschlechterreflexiven Beratung.

Nachwort

Ein grosses Anliegen mit dieser Arbeit war mir, das Körperwissen als wichtiges Wissen anzuerkennen und die Möglichkeiten aufzuzeigen, mit denen die Fachkräfte der Sozialen Arbeit die Handlungskompetenzen erweitern können. So macht diese Arbeit auf die Potenziale des Körperwissens in der geschlechterreflexiven Beratung aufmerksam, die durch Elemente des sexologischen Modells Sexocorporel unterstützt werden können. Wo das körperliche Erleben im Mittelpunkt steht, kann über den Körper, seine Sozialität und seine Verstrickung in bestehende Verhältnisse Veränderung beginnen. Der Körper als Spiegel der Gefühle und Gedanken und als Träger von Erfahrungen kann uns Hinweise geben, Grenzen aufzeigen und Anstoss geben auch für Kritik an bestehenden (Geschlechter-)Verhältnissen. Durch den Fokus auf das Geschlecht wird sichtbar wie geschlechtsspezifisch der Körper spürt und sich zeigt und wie unmittelbar und direkt dies passiert. So kann uns durch den Körper das ganze Ausmass an dieser verinnerlichten gesellschaftlichen Struktur gespiegelt werden. Wenn wir uns dem bewusst werden, zeigt das *Natürliche* seinen gesellschaftlichen Kern. So gibt es dadurch auf der einen Seite Möglichkeiten den Körper als Selbst anzuerkennen und zu stärken und auf der anderen Seite kann Veränderung entworfen werden und begrenzende Strukturen aufgebrochen werden.

Beratung kann also gelingen, wenn sie den *ganzen* Menschen (Körper, Leib, Psyche) betrachtet - sein Denken, Fühlen, Spüren, Handeln und Erleben. Zudem sieht gelingende geschlechterreflexive Beratung den Menschen mit seiner individuellen Biografie stets innerhalb von Gesellschaft und damit auch von Geschlechterverhältnissen. Wenn der Körper als ein Spürender, ein Ehrlicher, Offener, in Kontakt Gehender, Grenzen Aufzeigender und zu uns Sprechender behandelt wird, dann kann er Medium, wichtiges Arbeitsinstrument, Spiegel, identitätsstiftender Anker, kritischer Begleiter und Sprachrohr sein, für das was gesagt werden will.

Literatur

Bücher und Buchkapitel

Abraham, A. (2011). Der Körper als heilsamer begrenzender Ratgeber? Körperverhältnisse in Zeiten der Entgrenzung. In R. Keller & M. Meuser (Hrsg.), *Körperwissen* (S. 31 – 51). Wiesbaden: Springer VS.

Abraham, A. (2002). *Der Körper im biografischen Kontext. Ein wissenssoziologischer Beitrag*. Wiesbaden: Springer VS.

Avenir Social (2010). *Berufkodex der sozialen Arbeit. Ein Argumentarium für die Praxis der Professionellen*. Bern: Avenir Social.

Bamberger, G. (2005). *Lösungsorientierte Beratung*. 3. Auflage. Weinheim: Beltz.

Bamberger, G. (2007). Beratung unter lösungsorientierter Perspektive. In F. Engel, F. Nestmann & U. Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung. Band 2* (2. Aufl., S. 737- 748). Tübingen: dgvt-Verlag.

Becker-Schmidt, R. & Knapp G.A. (2001). *Feministische Theorien. Eine Einführung*. Hamburg: Junius.

Becker-Lenz, R. & Müller, S. (2009). *Der professionelle Habitus in der Sozialen Arbeit. Grundlagen eines Professionsideals*. Bern: Peter Lang.

Becker-Lenz, R. & Müller-Hermann, S. (2012). Krisen als Voraussetzung für Professionalität. In R. Becker-Lenz, S. Busse, G. Ehlert & S. Müller-Hermann (Hrsg.), *Professionalität Sozialer Arbeit und Hochschule* (S. 33 – 49). Wiesbaden: Springer VS.

Bischof, K. (2008). Orgasmusstörungen der Frau. In P. Gehrig & K. Bischof (Hrsg.), *Leitfaden Sexualberatung für die ärztliche Praxis*. [PDF], Zürich: Pfizer AG.

Bischof, K. (2010). Vaginismus und Dyspareunie der Frau. In P. Gehrig & K. Bischof (Hrsg.), *Leitfaden Sexualberatung für die ärztliche Praxis*. [PDF], Zürich: Pfizer AG.

- Bischof, K. (2012). Sexocorporel und die Förderung des sexuellen Lusterlebens. In O. Kontula (Hrsg.), *Pleasure and Health (Proceedings of the Nordic Association for Clinical Sexology NACS)* (S. 59-68). [PDF]
- Böhle, F., Porschen, St. (2011). Körperwissen und leibliche Erkenntnis. In R. Keller & M. Meuser (Hrsg.), *Körperwissen* (S. 53 – 67). Wiesbaden: Springer VS.
- Bourdieu, P. (1976). *Entwurf einer Theorie der Praxis*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (1987). *Sozialer Sinn*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (2017). *Mediationen. Zur Kritik der scholastischen Vernunft* (4. Aufl.). Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Butler, J. (1991). *Das Unbehagen der Geschlechter*. Frankfurt/Main.: Suhrkamp.
- Butler, J. (2017). *Körper von Gewicht. Die diskursiven Grenzen des Geschlechts* (9. Aufl.). Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Cantieni, B. (2010). Wie gesundes Embodiment selbst gemacht wird. In M. Storch, B. Cantieni, G. Hüther, W. Tschacher (Hrsg.) *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen* (2. Aufl., S. 99 – 125). Bern: Huber.
- Degele, N. (2008). *Gender/Queer Studies. Eine Einführung*. Paderborn: Wilhelm Fink.
- Ebert, J. (2012). *Erwerb eines professionellen Habitus im Studium der Sozialen Arbeit*. Hildesheim: Georg Olms Verlag.
- Estor, J. (2004). Der allgegenwärtige Körper? Der «kleine Unterschied» und seine Manifestationen in der Entstehung und Verarbeitung weiblicher Körperscham. In E. Rohr (Hrsg.), *Körper und Gesellschaft. Gesellschaft auf den Leib geschrieben* (S. 69- 88). Königstein/Taunus: Ulrike Helmer Verlag.
- Flaake, K. (2011). *Körper, Sexualität und Geschlecht. Studien zur Adoleszenz junger Frauen*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

- Foucault, M. (1994). *Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Fuhr, R. (2003). Struktur und Dynamik der Berater- Klient- Beziehung. In C. Krause, B. Fittkau, R. Fuhr & H.U. Thiel (Hrsg.), *Pädagogische Beratung* (S. 32 - 50). Paderborn: Schöningh.
- Galuske, M. (2007). *Methoden der Sozialen Arbeit. Eine Einführung*. (7. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Gies, M., Koppermann, C. (2004). Es leben Bauch und Hände. Körperarbeit im Kontext der Sexualpädagogik. In S. Timmermann, E. Tuidet & U. Sielert (Hrsg.), *Sexualpädagogik weiter denken. Postmoderne Entgrenzungen und pädagogische Orientierungsversuche*. Weinheim: Beltz.
- Gildemeister, R. & Wetterer, A. (1992). Wie Geschlechter gemacht werden. Die soziale Konstruktion der Zweigeschlechtlichkeit und ihre Reifizierung in der Frauenforschung. In G. A. Knapp & A. Wetterer. *Traditionen - Brüche. Entwicklungen feministischer Theorie*. (S. 151–201). Wiesbaden: Springer VS.
- Gildemeister, R. (2010): Doing Gender: Soziale Praktiken der Geschlechterunterscheidung. In R. Becker & B. Kortendiek (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*. (3. Aufl., 137-145). Wiesbaden: Springer VS.
- Glammeier, S. (2015). Beratung im Kontext von Gewalt gegen Frauen in Paarbeziehungen. In K. Gröning, A.-C. Kunstmann & C. Neumann (Hrsg.). *Geschlechtersensible Beratung. Traditionslinien und praktische Ansätze* (S. 279 – 293). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Gottschall, K. (1995). Geschlechterverhältnis und Arbeitsmarktsegregation. In: R. Becker-Schmidt & G.-A. Knapp (Hrsg.), *Geschlechterverhältnis als Gegenstand der Sozialwissenschaften* (S. 125 - 162). Frankfurt/M: Campus.
- Gramsci, A. (1993). *Gefängnishefte*. K. Bochmann & W.F. Haug (Hrsg.). Hamburg: Argument.

- Gröning, K. (2015a). Frauenbewegung, Geschlechterforschung und geschlechterreflexive Beratung. In K. Gröning, A.-C. Kunstmann & C. Neumann (Hrsg.). *Geschlechtersensible Beratung. Traditionslinien und praktische Ansätze* (S. 15 – 38). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Gröning, K. (2015b). *Entwicklungslinien pädagogischer Beratung. Zur Geschichte der Erziehungs-, Berufs-, und Sexualberatung in Deutschland*. Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Großmaß, R. (2007). Beratungsräume und Beratungssettings. In F. Engel, F. Nestmann & U. Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung. Band 1* (2. Aufl., S. 487 – 496). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Gugutzer, R. (2002). *Leib, Körper und Identität*. Wiesbaden: Springer VS.
- Gugutzer, R. (2015). *Soziologie des Köpers* (5. Aufl.). Bielefeld: Transkript.
- Hagemann-White, (1992). *Strategien gegen Gewalt im Geschlechterverhältnis*. Pfaffenweiler: Centaurus.
- Hark, S. (2010). Lesbenforschung und Queertheorie: Theoretische Konzepte, Entwicklungen und Korrespondenzen. In R. Becker & B. Kortendiek (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*. (3. Aufl., S. 108 - 115). Wiesbaden: Springer VS.
- Haug, F. (2011). Geschlechterverhältnisse. In F. Haug (Hrsg.), *Historisch-kritisches Wörterbuch des Feminismus. Band 1* (S. 442 - 498). Berlin: Argument.
- Haug, F. (1999). *Vorlesungen zur Einführung in die Erinnerungsarbeit*. Berlin: Argument.
- Haug, F. (2018). Selbstveränderung als gesellschaftliche Praxis. In A. Scheele & St. Wöhl (Hrsg.), *Feminismus und Marxismus* (S. 24 - 39). Weinheim: Beltz.
- Heggdal, K. (2012). *Bodyknowledging. Körpererkenntnis zur Förderung von Krankheitsbewältigung, Wohlbefinden und Gesundheit*. Bern: Huber.

- Heilmann, C. M. (2009). *Körpersprache richtig verstehen und einsetzen*. München: Reinhardt.
- Hünersdorf, B. (2011). Körper – Leib – Soziale Arbeit. In H. U. Otto & H. Thiersch (Hrsg.), *Handbuch Soziale Arbeit* (S. 816 – 822). München: Reinhardt.
- Husserl, E. (1950). *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie*. Hamburg: Felix Meiner Verlag.
- Jagose, A. (2001). *Queer Theory. Eine Einführung*. Berlin: Querverlag.
- Klatetzki, T. (2012). Professionelle Organisationen. In M. Apelt & V. Tacke (Hrsg.), *Handbuch Organisationstypen* (S. 165 – 183). Wiesbaden: Springer VS.
- Lausberg, H. (2009). Bewegungsanalyse in der Diagnostik von Körperschema- und Körperbildstörungen. In P. Joraschky, T. Loew & F. Röhrich (Hrsg.), *Körpererleben und Körperbild. Ein Handbuch zur Diagnostik* (S. 125 – 133). Stuttgart/New York: Schattauer.
- Lindemann, G. (1996). Zeichentheoretische Überlegungen zum Verhältnis von Körper und Leib. In A. Barkhaus, M. Mayer, N. Roughley & D. Thürnau (Hrsg.), *Identität, Leiblichkeit, Normativität. Neue Horizonte anthropologischen Denkens* (S. 146-175). Frankfurt/M: Suhrkamp.
- Lindemann, G. (2011). *Das paradoxe Geschlecht. Transsexualität im Spannungsfeld von Körper, Leib und Gefühl* (2. Aufl.). Wiesbaden: Springer VS.
- Lüssi, P. (2001). *Systemische Sozialarbeit. Praktisches Lehrbuch der Sozialberatung* (5. Aufl.). Bern: Haupt.
- Mutzeck, W. (2014). *Kooperative Beratung. Grundlagen und Methoden der Beratung und Supervision im Berufsalltag*. Weinheim: Beltz.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Das Sichtbare und das Unsichtbare*. München: Fink.

- Nestmann, F. (2007). Bratungsmethoden und Beratungsbeziehung. In F. Engel, F. Nestmann & U. Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung. Band 2* (S. 783 - 796). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Nussbeck, S. (2014). *Einführung in die Beratungspsychologie* (3. Aufl.). München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- Nussle- Stein, C. (2006). *Professionalität und Qualität in Beratung und Therapie. Eine disziplinen- und theorie/ praxisübergreifende Betrachtung*. Bern: Haupt.
- Ortmann, K. (2018). *Soziale Arbeit als Beratung*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Pfaller, L. & Wiese, B. (2018). *Stimmungen und Atmosphären. Zur Affektivität des Sozialen*. Wiesbaden: Springer VS.
- Pöhlmann, K.; Berger, S.; von Arnim A. & Joraschky, P. (2009). Der Kurze Fragebogen zur Eigenwahrnehmung des Körpers (KEKS): Entwicklung und Validierung. In P. Joraschky, T. Loew, F. Röhrich (Hrsg.), *Körpererleben und Körperbild. Ein Handbuch zur Diagnostik* (S. 102109). Stuttgart/New York: Schattauer.
- Rogers, C.R. (2009). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. Köln: Reinhardt.
- Rogers, C.R. (2004). *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie* (18. Aufl.). Frankfurt/M: Fischer.
- Schmitz, H. (1994). *Neue Grundlagen der Erkenntnistheorie*. Bonn: Bouvier Verlag.
- Schmitz, H. (2011). *Der Leib*. Berlin: Gruyter.
- Schützeichel, R. (2011). Soziologie der Stimme. Über den Körper in der Kommunikation. In R. Keller & M. Meuser (Hrsg.), *Körperwissen* (S. 85 – 103). Wiesbaden: Springer VS.
- Seibert, U. (1978). *Soziale Arbeit als Beratung: Ansätze und Methoden für eine nicht-stigmatisierende Praxis*. Weinheim: Beltz.

- Sickendiek, U., Engel, F. & Nestmann, F. (2008). *Beratung. Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze* (3. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Sielert, U. (2015). *Einführung in die Sexualpädagogik* (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Stimmer, F. (2006). *Grundlagen des Methodischen Handelns in der Sozialen Arbeit* (2. Aufl.). Stuttgart: W. Kohlhammer.
- Storch, M. (2010). Wie Embodiment in der Psychologie erforscht wurde. In M. Storch, B. Cantieni, G. Hüther & W. Tschacher (Hrsg.), *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen* (2. Aufl., S. 37 -72). Bern: Huber.
- Straumann, U. E. (2007). Klientenzentrierte Beratung. In F. Engel, F. Nestmann & U. Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung. Band 2* (S. 641 – 654). Tübingen: dgvt - Verlag.
- Thiersch, H. (1977). *Kritik und Handeln. Interaktionistische Aspekte der Sozialpädagogik*. Neuwied: Luchterhand.
- Thiersch, H. (2004). Sozialarbeit/ Sozialpädagogik und Beratung. In F. Nestmann, F. Engel & U. Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung. Band 1* (S. 115- 123). Tübingen: dgvt- Verlag.
- Tschacher, W. (2010). Wie Embodiment zum Thema wurde. In M. Storch, B. Cantieni, G. Hüther & W. Tschacher (Hrsg.), *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen* (2. Aufl., S. 13 - 34). Bern: Huber.
- Villa, P.-I. (2011). *Sexy Bodies. Eine soziologische Reise durch den Geschlechtskörper* (4. Aufl.). Wiesbaden: Springer VS.
- Voss, H.-J. (2011a). *Making Sex Revisited. Dekonstruktion des Geschlechts aus biologisch-medizinischer Perspektive* (3. Aufl.). Bielefeld: Transkript.
- Voss, H.-J. (2011b). *Geschlecht. Wider die Natürlichkeit* (3. Aufl.). Stuttgart: Schmetterling Verlag.

- Weinberger, S. (2013). *Klientenzentrierte Gesprächsführung. Lern- und Praxisanleitung für psychosoziale Berufe (14. Aufl.)*. Weinheim: Beltz.
- Wendler, M. & Huster, E.-U. (2015). Der Körper als Ressource der Sozialen Arbeit: Vorwort. In M. Wendler & E.-U. Huster (Hrsg.), *Der Körper als Ressource der Sozialen Arbeit* (S. 3 – 11). Wiesbaden: Springer VS.
- Wetterer, A. (2010). Konstruktion von Geschlecht. Reproduktionsweisen von Zweigeschlechtlichkeit. In R. Becker & B. Kortendiek (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*. (3. Aufl., 126 -136). Wiesbaden: Springer VS.
- Zanotta, S. (2018). *Wieder ganz werden. Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
- Zwicker- Pelzer, R. (2010). *Beratung in der Sozialen Arbeit*. Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt Verlag.

Zeitschriften

- Dreier, K., Kugler T. & Nordt, St. (2012). «Sexuelle Identität» - Glossar zum Thema geschlechtliche und sexuelle Vielfalt im Kontext von Antidiskriminierung und Pädagogik. In Bildungsinitiative Queerformat und Sozialpädagogisches Fortbildungsinstitut Berlin-Brandenburg (Hrsg.), *Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt in der pädagogischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Handreichung für Fachkräfte der Kinder und Jugendhilfe*. Berlin. [PDF].
- Herwig-Lempp, J. & Kühling, L. (2012). Sozialarbeit ist anspruchsvoller als Therapie. *Zeitschrift für systemische Therapie und Beratung*, 30 (2), 51 – 56.
- Heilmann, C. M. (2011). Der kommunikative Körper. *Themenzentrierte Interaktion*, 25 (1), 43 - 53. [PDF]

Lindemann, G. (1992). Die leiblich-affektive Konstruktion des Geschlechts. Für eine Mikrosoziologie des Geschlechts unter der Haut. *Zeitschrift für Soziologie*, 21 (5), 330-346.

ZISS (2010a). *Ausbildung in Sexocorporel*, (1), 1–41.

ZISS (2010b). *Ausbildung in Sexocorporel*, (2), 1–29.

ZISS (2010c). *Ausbildung in Sexocorporel*, (5), 1–28.

Dissertationen und Diplomarbeiten

Bischof-Campbell, A. (2012). Das sexuelle Erleben von Frauen als Spiegel ihres sexuellen Verhaltens. Unveröff. Masterarbeit, Universität Zürich, Philosophische Fakultät. Abgerufen am 04.09.2019 unter <https://www.ziss.ch/veroeffentlichungen/default.htm>

Lukas, K. (2019). *Sexuelle Bildung und die Entwicklung eines professionellen Habitus*. Unveröff. Bachelorarbeit. Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaft. Departement Soziale Arbeit.

Internetquellen

Gehrig, P. (2006). *Das Sexocorporel - Konzept von Jean-Yves Desjardins (1931 – 2011)*. Abgerufen am 04.09.2019 unter <https://www.ziss.ch/sexocorporel/grundlagen.htm>

Villa, P.-I. (2007). Der Körper als kulturelle Inszenierung und Statussymbol. Abgerufen am 03.09.2019 unter <https://www.bpb.de/apuz/30508/der-koerper-als-kulturelle-inszenierung-und-statussymbol?p=all>

Weltgesundheitsorganisation, WHO (2014). Verfassung der Weltgesundheitsorganisation 1946. Abgerufen am 02.09.2019 unter <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19460131/201405080000/0.810.1.pdf>

Katrin Lukas

Martikeldnummer: 22848

Ehrenwörtliche Erklärung/Selbstständigkeitserklärung

Ich versichere hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit

Sexocorporel und Soziale Arbeit

Die Bedeutung von Körperwissen durch Sexocorporel für die geschlechterreflexive
Beratung in der Sozialen Arbeit

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche Stellen der Arbeit, alle Formulierungen, Idee, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstige schöpferische Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werke oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht. Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Lukas

Ort

10.12.19

Datum

Katrin Lukas

Vorname Name