

# Den Leib als Ort des Widerstands zum Sprechen bringen – mit Focusing

„Es könnte doch sein, dass sich der Körper herzlich wenig darum schert, wie wir ihn sehen oder deuten – er reagiert auf kulturelle Herausforderungen in seiner Sprache und er macht, was ihm gemäß ist.“

Abraham/Müller 2010: 14

Die Veröffentlichung meines Buches liegt mittlerweile zehn Jahre zurück. In dieser Zeit hat die Körpersoziologie keineswegs still gestanden. So wurde 2005 innerhalb der Deutschen Gesellschaft für Soziologie die Sektion Soziologie des Körpers und des Sports gegründet. Damit ist das Körperthema als anerkannter Teilbereich der Soziologie etabliert, und die Zahl an Untersuchungen, die sich mit dem Körper als Gegenstand sozialen Handelns befassen, wächst. Manche sprechen gar von einem *body turn* in den Geistes-, Kultur- und Sozialwissenschaften (Gugutzer 2006). Bei dieser Hinwendung zum Körper überwiegen bislang Arbeiten, die den Körper, um mit Plessner zu sprechen, *in Gegenstandsstellung*, untersuchen. Das geschieht dort, wo es offensichtlich und direkt um Körperlichkeit geht, also zum Beispiel im Sport, beim Tanz, bei Körpermodifikationen (z.B. Alkemeyer 2009) oder auch in den neu entstandenen *Disability Studies* (Dederich 2007; Waldschmidt/Schneider 2007).

Gleichzeitig sind eine Vielzahl von Überlegungen entstanden, die mit verschiedenen disziplinären Zugriffen und mit unterschiedlichen methodischen und theoretischen Ausrichtungen daran arbeiten, körperliche Materialisierungen zu thematisieren, „ohne Materialität zu essentialisieren, aber auch ohne materielle Prozesse vollständig diskursiv aufzulösen“ (Mangelsdorff et al. 2013: 12). An verschiedenen Orten innerhalb der Soziologie und in anderen Disziplinen wird an einer weiteren Differenzierung der Re-

de über den Körper gearbeitet und dabei das Eigene, die Eigendynamik, das Leiblich-Affektive und die materielle Beschaffenheit des Körpers stärker in den Blick gerückt.<sup>1</sup> Lykke (2010) fasst diese verschiedenen Bemühungen innerhalb feministischer Ansätze unter dem Begriff *post-constructionism* zusammen. Mit den *Affect Studies* ist eine relativ neue interdisziplinäre und queer-theoretisch-feministische Forschungsrichtung entstanden, die sich mit Gefühlen und Affekten als kulturellen und vor allem auch gesellschaftspolitischen Phänomenen befasst und das Verhältnis zwischen (privatem) Erleben und gesellschaftlichen Machtverhältnissen neu formuliert (Baier et al. 2014; Gregg/Seigworth 2010).

In einigen Arbeiten wird systematisch zwischen Körper und Leib unterschieden und der Körper als Leib *in Selbststellung* thematisiert. Die Studie von Gesa Lindemann (1995), die als erste die Leibesphänomenologie von Hermann Schmitz und das Konzept der exzentrischen Positionalität von Helmuth Plessner in die soziologische Diskussion um den Körper eingebracht hat, wurde 2011 neu aufgelegt und gilt mittlerweile als Klassiker der Körper- und Geschlechtersoziologie (vgl. Duttweiler 2012). In der Philosophie ist die Neue Phänomenologie von Hermann Schmitz zentraler Bezugspunkt für Ansätze, die jenseits einer Aufteilung des Gegebenen in objektive, naturwissenschaftlich erfassbare Tatsachen und subjektive, innerlich erlebbare Eindrücke versuchen, Subjektivität als Leiblichkeit zu verstehen (Andermann/Eberlein 2011). Die Deutsche Forschungsgemeinschaft hat von 2011 bis 2014 ein Netzwerk zum Thema Kulturen der Leiblichkeit gefördert, das sich der Frage widmet, ob und inwieweit die Differenz zwischen Leib und Körper für die Kulturwissenschaften fruchtbar gemacht werden kann und inwiefern der Begriff des Leibes es erlaubt, zwischen Konstruktivismus und Objektivismus, zwischen Diskursivierung des Körpers und unhistorischer Materialität zu vermitteln (Alloa/Fischer 2013; Alloa et al. 2012).

Als einer der vehementesten Vertreter einer Einbeziehung der Dimension des Leibes innerhalb der deutschen Körpersoziologie schlägt Robert Gugutzer vor, Verkörperung als soziologischen Grundbegriff zu verstehen (Gugutzer 2004, 2012). Dabei tritt er nicht nur für eine Differenzierung

---

1 Für die Soziologie siehe Abraham (2010), Alkemeyer/Villa (2010), Böhle/Wehrich (2010), Duttweiler (2013), Villa (2010). Für die Biologie, Stichwort Embodiment, siehe Palm (im Erscheinen). Für die Philosophie siehe Böhler et al. (2013). Für die Erziehungswissenschaft siehe Günther (2012a/b, 2013). Für einen Überblick zu *Material Feminism* siehe Alaimo/Hekman (2008).

zwischen Körper und Leib als Bezeichnungen unterschiedlicher Aspekte des Menschseins ein, sondern auch für eine „theoretische Vorrangigkeit des Leibbegriffs“ (Gugutzer 2012: 17). Wenn er von einer verkörperten Soziologie spricht, meint er damit „eine Soziologie, die von der basalen Annahme ausgeht, dass Menschen körperliche Wesen sind, daher jedes menschliche Handeln und die aus dem Zusammenspiel sozialer Handlungen resultierenden sozialen Ordnungen körperlich fundiert sind“ (Gugutzer 2012: 7). Sein theoretischer Bezugsrahmen ist weiterhin die Neue Phänomenologie von Hermann Schmitz, auch wenn er selbst nun von neophänomenologischen Grundlagen spricht. Ziel seines Beitrags zur Verkörperungen des Sozialen ist es unter anderem zu zeigen, was mit einer „Leib-Körper-Brille“ soziologisch in den Blick gerät, nämlich: „Aspekte sozialer Wirklichkeit, die einer leib- und körperlosen Soziologie zwangsläufig entgehen“ (Gugutzer 2012: 8).<sup>2</sup> Ganz in diesem Sinne plädiert Anke Abraham dafür, den Körper immer auch als Leib zu betrachten und danach zu fragen, wie er in seiner Leiblichkeit auch als Agens zu verstehen ist: „*Was macht der Körper mit uns oder mit mir?*“ (Abraham 2010, S. 43, Hervorhebung im Original).

Auch ich möchte weiterhin zwischen Körper und Leib differenzieren und über die Dimension des Leibes sprechen (Jäger 2005, 2006). Mich interessiert immer noch der Leib als Ort des Widerstands und damit der Eigensinn des Leibes. Und vor allem die Frage, wie dieses leibliche Erleben in seiner Widerständigkeit und seiner Eigensinnigkeit empirisch beschrieben, in qualitativen Interviews zugänglich gemacht werden kann. Wie kann der Leib sozusagen selbst zum Sprechen gebracht werden?

Im Rahmen verschiedener Projekte rund um das Thema Wissenschaft als Beruf habe ich in den letzten Jahren zahlreiche qualitative Interviews mit Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern verschiedener Qualifikationsstufen geführt (Jäger 2010a/b, 2011; König/Jäger 2011). Bei den Themen Doppelkarriere, Vereinbarkeit, Mann sein/Frau sein in der Wissenschaft, Ausstieg oder Aufstieg, Berufliches und Privates wurde immer wieder deutlich, dass das eigenleibliche Erleben meiner Interviewpartner\_innen und mein eigenleibliches Erleben während der Interviews irgendwie für die behandelten Themen und deren Entfaltung im Gespräch

---

2 Auch Uzarewicz (2011) strebt im Anschluss an die Neue Phänomenologie eine Rehabilitierung der subjektiven Tatsachen des eigenleiblichen Spürens an und skizziert eine leibbasierte Soziologie, die auch nichtmenschliche, aber sozial relevante Entitäten wie Dinge, Pflanzen und Tiere als Sozialpartner anerkennt.

relevant sind, ohne dass ich das genauer hätte entfalten oder beschreiben können. Erst eine Überschreitung disziplinärer Grenzen durch meine beratende Tätigkeit als Supervisorin und Coach (Jäger 2013) hat mich in Kontakt mit Theorien und Denkansätzen gebracht, die mir rückblickend eine andere Einordnung und Entfaltung dieser Erfahrungen ermöglichen. So bin ich auf die Arbeiten des Philosophen und Psychotherapeuten Eugene T. Gendlin gestoßen, der es erlaubt, dieses irgendwie genauer zu fassen.

Gendlin rückt das körperliche Erleben und damit die Leiblichkeit des Menschen sowohl in seiner Theorie von Therapie und Beratung als auch in seinen philosophischen Betrachtungen des Körpers auf eine ganz eigene Art ins Zentrum. Seine Philosophie bringt viele Fragen, mit denen ich mich schon lange befasse, noch einmal anders und neu auf den Punkt. Vieles, das mich schon lange implizit in meiner wissenschaftlichen Arbeit und in meiner Beratungstätigkeit begleitet, lässt sich mit Gendlin explizieren. Daher möchte ich mit diesem Nachwort auf sein Denken aufmerksam machen. Ich gehe davon aus, dass seine Überlegungen in Bezug auf eine empirische Beschreibung des Leibes, aber auch darüber hinaus, wissenschaftlich neue Wege aufzeigen können. Bislang spielt Gendlin in den verschiedenen Debatten um Körper und Leib keine Rolle, er wird vorrangig von Therapeut\_innen und Berater\_innen rezipiert (Bundschuh-Müller 2007; Feuerstein/Müller/Cornell 2000, Kern 2014), und auch in der deutschsprachigen Philosophie ist er eher randständig.<sup>3</sup> Mein Anliegen ist hier nicht, seine Philosophie zu den vielen verschiedenen Debatten, die rund um Körper, Leib, Geschlecht und Materialität geführt werden, ins Verhältnis zu setzen. Das bleibt der Zukunft und/oder anderen überlassen. Im Kontext meines Buches möchte ich mich darauf beschränken, Gendlins Theorie und Praxis des Focusing in einem ersten Aufriss als eine weitere Grundlage einer Empirie des Leibes und als mögliche Ergänzung zu bereits lange praktizierten Methoden qualitativer Interviews vorzustellen. Damit möchte ich einen Beitrag leisten zu der „Erfindung neuer, spezifisch körpersoziologischer und leibfundierter Methoden“ die nach Duttweiler (2012: 177) bislang noch aussteht.

Im ersten Schritt stelle ich seine Theorie und Methode des Focusing vor (siehe *1. Focusing: Der Felt Sense als eigen(sinnig)e Dimension des Erlebens*). Als Focusing bezeichnet Gendlin sowohl einen Prozess des Erlebens als auch eine Methode, Zugang zu diesem Erleben zu finden und der Be-

---

3 Für die deutschsprachige Philosophie siehe Deloch (2010), Schneider (1993; 1997) und Schoeller (2008; 2011), für die englischsprachige siehe Levin (1997).

deutung, die auf dieser Ebene zu finden ist, Ausdruck zu verleihen. Zentral ist hierbei das von ihm entwickelte Konzept des *Felt Sense*. Mit diesem Kunstwort bezeichnet er ein leibliches Erleben, aus dem heraus neue Bedeutungen entstehen. Zweitens beschreibe ich seine Methode des *Thinking at the Edge*. Diese systematische Anleitung zum Denken und Sprechen an den Stellen, an denen Worte (noch) fehlen, sind für eine Empirie des Leibes vor allem dort interessant, wo es nicht nur um Reproduktion, sondern auch Wandel und Veränderung individueller Selbstverhältnisse geht (siehe 2. *Thinking at the Edge: Das Neue, noch Unklare sagbar machen*). Mit Focusing und Thinking at the Edge können zum Beispiel Veränderungsprozesse des eigenen Körpers, des eigenen Geschlechts und der mit Körper und Geschlecht verbundenen Selbstverhältnisse in den eigenen Worten der Akteur\_innen zur Sprache gebracht werden. Abschließend skizziere ich, wie der mit Gendlins Werk verbundene Blick auf Leiblichkeit, Denken und Sprache in qualitativen Interviews gezielt genutzt werden kann, um das Erleben als körperlich-leibliche Etwas, das zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten liegt, empirisch zu erkunden und zu beschreiben (siehe 3. *Ein leibliches Etwas in Interviews erlebensbezogen entfalten*).

Vorab einige Anmerkungen zu Gendlins Körperverständnis: Als Phänomenologe schaut Gendlin den Körper nicht nur theoretisch, also auf der Grundlage gedanklicher Konzepte, sondern auch in Wechselwirkung mit dem Erleben an. Da der Körper in seiner Lebendigkeit nicht auf Konzepte reduzierbar ist, will Gendlin dazu beitragen, eine Wissenschaft vom Menschen zu entwickeln, in deren Mittelpunkt der von innen gefühlte, lebendige Körper steht. Man könnte auch sagen: der Leib. Gendlin rückt mit dem Felt Sense die Eigenlogik des Leiblichen ins Zentrum seiner Überlegungen, auch wenn er den Begriff des Leibes nicht verwendet. Dabei unterscheidet er nicht zwischen dem Konstruierten und dem Natürlichen, sondern zwischen dem Logischen und dem mehr als Logischen. Seine Prozessphilosophie, seine Philosophie des Impliziten beinhaltet einen Körperbegriff, der in einem Dazwischen zu verorten ist, in einem Sowohl – als auch, das sich der üblichen Aufteilung in konstruktivistische und essentialistische Ansätze entzieht. Gendlin versteht den Körper in seiner Lebendigkeit als ein Mehr, ohne in dieses Mehr bestimmte Setzungen als quasi-natürlich einzuschreiben. Der Körper ist lebendig und hat aus dieser Lebendigkeit heraus eine Entwicklungstendenz, die Gendlin als gleichzeitig gerichtet und nicht teleologisch begreift. Für ihn ist der Körper nicht von seiner Umwelt zu trennen, er ist immer auch Situation, Prozess und Interaktion, und jede Verän-

derung in der Umwelt führt auch zu einer Veränderung des Körpers und seines Zustands. Dieser Prozess ist nicht still zu stellen, und die große Herausforderung ist es dementsprechend, das Prozesshafte an Körperlichkeit zu beschreiben, ohne dabei das Eigene des Körpers, seine Widerständigkeit, seinen Eigensinn, seine Bedürftigkeit, aus dem Blick zu verlieren.

Auch Schmitz nimmt mit seiner Leibesphänomenologie, die ja mittlerweile an verschiedenen Orten Eingang in die Thematisierung des Körpers gefunden hat, eine Erweiterung der naturwissenschaftlich-reduktionistischen Perspektive vor und eröffnet mit dem Begriff der Leiblichkeit den Blick auf eine andere Dimension des Seins. Das, was er mit den Begriffen Leib, Leiblichkeit, Atmosphäre und atmosphärisches Spüren fasst, gilt ihm jedoch als schwer artikulierbar. So stellen Abraham/Müller fest: „Schmitz bietet mit diesem Leib-Verständnis eine Vorstellung an, die das registrierende, analytische Denken suspendiert und sich auf einer Ebene des Gewahrens, Spürens, Merkens bewegt, die uns unmittelbar erlebbar ist, die aber sprachlich nur unter großer Anstrengung und mit hohen Reibungsverlusten ‚zu haben‘ ist“ (Abraham/Müller 2010: 18).

Im Unterschied zu Schmitz befasst sich Gendlin genau damit, wie dieser Bereich sprachlich gefasst werden kann. Sein gesamtes Werk ist der Entfaltung dieses Dazwischen als einer wiederholten Bewegung zwischen leiblich Spürbarem und sprachlich-analytisch Artikulierbarem gewidmet. Und diese Bewegung ist als Dialog entworfen. Gendlin faltet die Dimension des Erlebens so noch einmal ganz anders aus als Schmitz. Dort, wo Schmitz zum Beispiel mit einer Unterscheidung zwischen Enge und Weite arbeitet, steht bei Gendlin die ganze Facette sprachlicher Poesie zur Beschreibung dessen zur Verfügung, was ein Selbst als jeweils eng oder weit erlebt. Die Enge wird differenziert, die Weite wird differenziert, es geht um meine Enge, meine Weite und darum, wie genau ich diese in ihrer Einzigartigkeit erlebe. Eng im Sinne von ohne Luft? Oder eng im Sinne von beklemmend? Oder ...? Und es geht darum, welche Bedeutung das dann wiederum genau für mich und das Thema hat, das es mir eng oder weit macht. Diese Differenzierung der Dimension des Erlebens wird mit seiner Theorie des Focusing entfaltet.

# 1. Focusing: Der Felt Sense als eigen(sinnig)e Dimension des Erlebens

„Focusing nenne ich die Zeit, in der man mit etwas ist, das man körperlich spürt, ohne zu wissen, was es ist.“

Eugene T. Gendlin  
(in Wiltschko 1999: 13)

Gendlin ist Philosoph und Therapeut. Zwischen den beiden Disziplinen der Philosophie und der Psychologie befasst er sich mit der Beziehung zwischen Erleben und Symbolisierung (Gendlin 1962). Dabei spielen das Neue und die Frage danach, wie überhaupt Veränderungen zustande kommen, eine besondere Rolle. Diesen Themen geht er sowohl in der Philosophie als auch in der Psychologie nach, und er bearbeitet sie theoretisch und empirisch. In seinem Werk fließen über die Zeit Theorie und Empirie zusammen und verfeinern sich wechselseitig. Nach seiner Promotion in Philosophie führt er in den 1960er-Jahren umfangreiche empirische Untersuchungen zu den Erfolgsfaktoren von Psychotherapien durch, in denen es um die Frage geht, wie im Rahmen eines therapeutischen Prozesses Veränderung entsteht. Dort stößt er auf ein besonderes Phänomen: Als Hauptfaktor für den Erfolg einer Therapie erweist sich *die Art und Weise, wie Klient\_innen in ihrer Sitzung sprechen, wie sie auf sich selbst und auf ihr körperliches Erleben im Hier und Jetzt Bezug nehmen*. Diese Art von Selbstverhältnis scheint die Grundlage von Veränderung zu sein. Die direkte Bezugnahme auf die im Augenblick des Sprechens erlebte Bedeutung einer Situation nennt Gendlin fortan Focusing.

Das, was bei einigen Klient\_innen von selbst passiert, untersucht er nun systematisch, geleitet von dem Anliegen, es als Methode auch denjenigen vermitteln zu können, die nicht spontan über diese Fähigkeit der besonderen Bezugnahme auf sich selbst verfügen. Rund um das Phänomen des Sprechens aus dem Erleben heraus entsteht so eine Vielzahl weiterer philosophischer und psychologischer Arbeiten. Gendlins Werk umfasst drei thematische Schwerpunkte: Erstens gibt es sprach- und körperphilosophische Beiträge (Gendlin 1962; 1991; 1993; 1997a/b; 2012), die sich

vorrangig an ein wissenschaftliches Fachpublikum richten. Zweitens fasst Gendlin auf dieser philosophischen Grundlage Anleitungen zum Focusing für Laien (Gendlin 1978; 1986) und methodische Reflexionen für Therapeut\_innen (Gendlin 1964; 1968; 1984; 1996, Gendlin/Wiltschko 1999), die mit Focusing arbeiten.<sup>4</sup> Und drittens entwickelt er auf der Grundlage des Focusing in den 1990er-Jahren mit *Thinking at the Edge* eine eigene Methode zur Theoriebildung, in der systematisch auf das leibliche Erleben Bezug genommen wird (Gendlin 1991, 2004; Gendlin/Hendricks 2004). In allen drei Bereichen geht es darum, die Ebene des Erlebens genauer zu erkunden und den Zusammenhang zwischen Erleben, Denken und Sprechen neu zu fassen.

Gendlins Nachdenken über die Entfaltung des Erlebensbezugs steht in der Tradition des personzentrierten Ansatzes. Begründet durch Carl Rogers findet mit dieser therapeutischen und beraterischen Herangehensweise in den 1940er-Jahren ein Paradigmenwechsel gegenüber den direktiven und interpretativen Therapiemethoden statt. Im Unterschied zur Psychoanalyse liegt die Deutungshoheit nicht länger bei den Therapeut\_innen, sondern bei den Klient\_innen selbst. Der personzentrierte Ansatz geht davon aus, dass jeder Mensch die Fähigkeit besitzt, sich in konstruktiver Weise zu entwickeln (Aktualisierungstendenz). Zentrales Anliegen ist es, Bedingungen herzustellen, die dieses Entwicklungspotential aktivieren und damit neue Handlungsmöglichkeiten eröffnen. Rogers betont in diesem Zusammenhang die Bedeutung einer bestimmten Grundhaltung im Gespräch, die einen Raum der Selbsterkundung für das Gegenüber eröffnet. Er nennt drei Dimensionen dieser Haltung: 1. Kongruenz oder Echtheit in der Begegnung, 2. eine nicht an Bedingungen gebundene Wertschätzung des Gegenübers (unconditional positive regard) und 3. Empathie bzw. einführendes Verstehen.

Mit Gendlin findet die Bedeutung der Bezugnahme auf eigenleibliches Erleben im Hier und Jetzt Eingang in den personzentrierten Ansatz. Er hat mit Focusing (1978) konkrete, praktische und auch für Laien handhabbare Anleitungen dafür entwickelt, wie ein Gegenüber beim Denken und Sprechen über ein Thema die Aufmerksamkeit immer wieder auf das eigene unmittelbare Erleben richten kann. Durch einen bestimmten Umgang mit sich selbst wird der Zugang zu einem Bereich ermöglicht, der zwischen dem Vorbewussten und dem Bewussten liegt.

---

<sup>4</sup> Mittlerweile ist ein weltweites Netzwerk entstanden, innerhalb dessen mit vielen unterschiedlichen Anwendungen von Focusing gearbeitet wird (siehe The Focusing Institute, [www.focusing.org](http://www.focusing.org)).

Zentrales und einzigartiges Merkmal seines Konzepts ist der Begriff des Felt Sense, ein von ihm geschaffenes Kunstwort, das im Deutschen mit gefühlter Bedeutung übersetzt werden kann. Mit Focusing bezeichnet Gendlin einen bestimmten Prozess der Ausrichtung der eigenen Aufmerksamkeit auf den Leib im Hier und Jetzt. Gendlin nannte das zuerst „to focus on ongoing experience“, also die Aufmerksamkeit auf das im Augenblick vor sich gehende Erleben richten (Wiltschko in Stumm et al 2003: 117). Dabei steht das Unklare einer Situation oder eines Themas im Vordergrund, das, was bereits irgendwie spürbar ist, aber noch nicht exakt in Worte gefasst werden kann. In diesem Prozess werden aus dem leiblichen Erspüren des Felt Sense heraus passende Worte gesucht, Gefühle, Bilder und Empfindungen genauer beschrieben. Als Methode leitet Focusing darin an, genau diesen Prozess in Gang zu bringen. Die Anleitungen richten die Aufmerksamkeit nach innen, das Gegenüber wird dazu eingeladen, sich sozusagen selbst zuzuhören und so einen Kontakt zwischen Denken und Erleben herzustellen. Dabei wird direkt Bezug auf die unbewusste bzw. vorbewusste Seite des Erlebens als leiblich gefühlte Qualität genommen. Mit dem Begriff des Felt Sense entwickelt Gendlin ein Konzept, das systematisch Bezug nimmt auf eine eigene – und ich würde ergänzen: leibliche – Dimension des Erlebens, die sich zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten befindet.

Die Grenzzone, in der sich der Felt Sense bildet, wurde bislang wenig erkundet. So wird in der Psychoanalyse dieses Dazwischen neben dem Unbewussten, dem Vorbewussten und dem Bewussten nicht systematisch berücksichtigt. Gendlin hingegen nimmt genau diesen mittleren körperlichen Bereich zwischen Erleben und Versprachlichung in den Blick: „Worauf ich mich beziehe, ist die Schicht des Unbewussten, die wahrscheinlich als nächstes an die Oberfläche kommt. Dies wird zuerst körperlich gespürt, ist noch nicht bekannt oder geöffnet, noch nicht im ‚Vorbewussten‘. Für diese Schicht hatte Freud keinen Begriff. Ebenso wenig gibt es dafür einen Begriff in der normalen Sprache. Wir nennen es nun einen ‚Felt Sense‘“ (Gendlin, 1996/dt. 1998: 37).

Bei Rogers taucht diese Dimension bereits auf. Er bezieht sich auf „die neblige Zone am Rande der Gewährwerdung“ (Rogers 1977: 24) und bezieht sich damit auf Empfindungen, die seine Klient\_innen irgendwie spüren, auch bereits im Gespräch andeuten, aber noch nicht wirklich in Worte fassen können. Das Besondere an Gendlins Überlegungen besteht genau in dieser konkreten Hinwendung zu jenem Etwas. Der Prozess der Fokussierung ist eine Ausrichtung der eigenen Aufmerksamkeit auf dieses Etwas,

die dazu beiträgt, dass sich der Felt Sense entfalten kann. Während andere Ansätze sich oft darin erschöpfen festzustellen, dass es dieses Etwas gibt, plädiert Gendlin für eine bestimmte Haltung gegenüber diesem Bereich, nämlich den einer aktiven und gerichteten Aufmerksamkeit. Der Felt Sense tritt zunächst zwar nicht in Form von Worten, Gedanken oder anderen getrennten Einheiten auf, sondern als umfassendes, manchmal auch verwirrendes oder komplexes leibliches Gefühl, und es ist nicht leicht, ihn in Worte zu fassen. Einzelne Aspekte können aber dennoch schrittweise in Worte gefasst werden. Mit dem Begriff des Felt Sense nimmt Gendlin einen mittleren körperlichen Bereich zwischen Erleben und Versprachlichung in den Blick.

Der Felt Sense, den Gendlin an anderen Stellen auch als *direct referent* bezeichnet, hat bestimmte Eigenschaften, die ihn von anderen körperlich-leiblichen Empfindungen unterscheidet (Gendlin 1996/dt. 1998, S. 33ff.): Er bildet sich an der Grenzzone zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten; Er wird leiblich erlebt, oftmals im Bereich der Körpermitte, zwischen Kehle und Bauch; Er ist nicht einfach da, sondern er muss eingeladen werden; Er ist am Anfang oft undeutlich, unklar, unscharf, vage; Er wird klarer, wenn eine Person die Aufmerksamkeit auf ihn richtet; Er ist nicht gleichzusetzen mit Gefühlen, auch wenn er emotionale Anteile hat; Er ist zunächst schwierig in Worte zu fassen; Er hat viele Facetten, die durch das Suchen nach passenden Wörtern, Bildern, Empfindungen, Gesten zum Ausdruck gebracht werden können; Er ist veränderlich; Er hat eine innere, implizite Ordnung; Er entsteht immer frisch, in der Gegenwart, und ist insofern immer auch neu; Er ist individuell, einzigartig, und geht über bekannte Denk-, Handlungs- und Erlebensmuster der Person hinaus.

Ein Felt Sense kann gezielt als Reaktion auf ein bestimmtes Thema, eine bestimmte Situation eingeladen werden. Das macht dieses Konzept für eine sozialwissenschaftliche Beschreibung der Dimension des Leibes interessant. Der Felt Sense stellt ein neues Untersuchungsfeld dar, mit dem der Bereich der Mikrosoziologie um ein feineres, verwickelteres, detaillierteres Verständnis von Veränderungsprozessen auf individueller Ebene erweitert werden kann. Er ist sozusagen die leiblich gespürte Bedeutung eines Problems oder eines Themas. Er ist ein Gesamteindruck, ein Unbehagen, ein ungutes Gefühl, eine Ahnung, eine Art Intuition in Bezug auf ein bestimmtes Thema, „[e]ine innere Aura, die alles umfasst, was Sie zu einem bestimmten Gegenstand zu einer bestimmten Zeit fühlen und wissen. Sie umfasst es und teilt es Ihnen mit, und zwar nicht in Einzelheiten, sondern als

Gesamteindruck“ (Gendlin 1978/dt. 2012: 54). In diesem Gesamteindruck ist vieles implizit enthalten, was durch eine besondere Art der inneren Aufmerksamkeit expliziert werden kann. Wiltschko spricht von im Felt Sense „eingefalteten“ Bedeutungen, die sich im Prozess des Fokussierens „ausfalten“ lassen (Wiltschko in Stumm/Wiltschko/Keil 2003: 118). Das Eingefaltete ist allerdings nicht einfach schon da und muss nur noch ausgefaltet werden. Erst im Prozess des Ausfaltens entwickelt es sich als das, was es dann ist. Es kann sozusagen nur rückblickend erkannt werden.

Focusing geschieht im Dialog. Voraussetzung für die Begleitung eines Focusing-Prozesses ist eine bestimmte, nämlich personenzentrierte, nicht direktive, einladende, nicht wertende und erlebensbezogene Grundhaltung der begleitenden Person. Wertschätzung, Empathie und Kongruenz sorgen dafür, dass das Unklare sich zeigen darf. So können beide, fokussierende Person und begleitende Person, ihr Augenmerk auf das richten, was nur am Rande des Gewährwerdens da ist. Darüber hinaus ist mit dem theoretischen Hintergrund des Focusing eine Sensibilität für erlebensbezogene Inhalte und damit für das Auftauchen eines Felt Sense verbunden. Focusing schult das Gespür für diejenigen Momente im Gespräch, in denen das Gegenüber nach neuen Bedeutungen sucht. Wichtig ist darüber hinaus die Fähigkeit, die mit dem Erlebensbezug einhergehende Entschleunigung und die Pausen im Gespräch auszuhalten. Das Innehalten oder, wie Hendricks (2003) das nennt, das *pausing*, macht Aspekte spürbar und sagbar, die andernfalls nicht zum Vorschein kommen oder übergangen werden.

Neben diesen Fragen der Haltung bietet der personenzentrierte erlebensbezogene Ansatz Gendlins konkrete Anleitungen und Formulierungen, die den Zugang zur Dimension eigenleiblichen Erlebens fördern. Um den Prozess des Focusing lehrbar zu machen, hat Gendlin ihn in sechs Schritte unterteilt: „(1) *clearing a space* (Freiraum schaffen), (2) *getting a felt sense* (einen Felt Sense entstehen lassen), (3) *getting a handle* (einen Griff finden), (4) *resonating the handle* (vergleichen), (5) *asking* (Fragen stellen), (6) *receiving* (annehmen und schützen)“ (Wiltschko in Stumm/Wiltschko/Keil 2003: 275).

Um eine Idee des Prozesses zu vermitteln, stelle ich alle sechs Schritte kurz vor.<sup>5</sup> Die Lebendigkeit des Prozesses ist durch die systematische Be-

---

5 Die folgende Darstellung basiert neben der Lektüre zentraler Texte Gendlins auf meiner eigenen Ausbildung in Focusing, Thinking at the Edge und Erlebensbezogenem Concept Coaching, die ich bei Karin Bundschuh-Müller, Hejo Feuerstein und Heinke Deloch absolviert habe.

schreibung nicht zu vermitteln. Gendlin selbst illustriert seine Darstellungen daher immer auch mit Fallbeispielen und Transkripten ganzer Sequenzen, die allerdings alle aus dem therapeutischen Setting stammen und daher in diesem Kontext nur bedingt geeignet sind.

*Schritt 1, Freiraum schaffen:* Zentrales Element des Focusing ist es, die Aufmerksamkeit auf den Körper in seiner leiblichen Dimension, auf das Hier-und-Jetzt, zu lenken. Darauf, wie der eigene Leib sich in diesem Moment von innen anfühlt. Dazu kann mit verschiedenen Körperwahrnehmungstechniken (Konzentration auf den Atem, Augen schließen, einzelne Körperteile erspüren) gearbeitet werden. Ziel ist es, die Aufmerksamkeit auf die Körpermitte, den Bereich zwischen Bauch und Kehle, zu konzentrieren und das Gegenüber spüren zu lassen, wie es sich dort im Moment anfühlt. Alle Themen, die sich dort zeigen, werden zunächst willkommen geheißen und in einen guten Abstand gebracht. Auch das Thema, das mit Hilfe des Focusing genauer betrachtet werden soll, wird zunächst noch einmal benannt und dann aus dem Innenraum herausgestellt, so dass es sich in einem guten Abstand befindet. Gut heißt in diesem Zusammenhang ein Abstand, der das Thema noch spürbar sein lässt, ohne dass es die fokussierende Person emotional überschwemmt.

*Schritt 2, einen Felt Sense zum Thema entstehen lassen:* Das Thema, das ausgewählt wurde, wird in die Körpermitte eingeladen und es wird gewartet, welche leibliche Resonanz sich hier zeigt. Es wird dazu eingeladen, bei dem sich langsam bildenden Felt Sense achtsam und absichtslos zu verweilen. „Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit in Magen und Brust und schauen Sie, was für ein Gefühl die Angelegenheit Ihnen dort gibt, welche körperliche Qualität sie *dort* hat“ (Gendlin 1996/1998: 119, Hervorhebung im Original). Entsteht ein Felt Sense, kann nachgefragt werden: „Wo genau reagiert da etwas in Ihrem Bauch oder in Ihrer Brust? Was spüren Sie? Ist da noch mehr?“ Beide, fokussierende Person und begleitende Person, leisten dem Felt Sense freundlich und ohne Druck Gesellschaft. Durch dieses absichtslose Verweilen kann der Felt Sense sich öffnen, die in ihm eingefaltete Bedeutung beginnt langsam, sich zu entfalten.

*Schritt 3, einen Griff, eine erste Symbolisierung finden:* Ein Felt Sense taucht zunächst in seiner spezifischen Unklarheit und Gesamtheit auf. Als Griff bezeichnet Gendlin das erste Symbol, das zu einem Felt Sense auftaucht. Dabei kann es sich um verschiedene Erlebensmodalitäten handeln, es kann ein Wort sei, ein inneres Bild, ein körperlicher Impuls, eine Geste, eine Bewegung. Es wird danach gefragt, wie genau sich diese Körperstelle

anfühlt. Man kann auch dazu auffordern, ein Wort, eine Redewendung oder ein Bild für das Etwas zu finden. Solche ersten Beschreibungen lauten zum Beispiel „Da ist etwas Schweres, Dunkles, Zusammengezogenes, (...) in meinem Bauch.“

*Schritt 4, Vergleichen bzw. Stimmigkeit überprüfen:* Die Stimmigkeit zwischen dem Felt Sense und dem Wort oder Bild wird durch ein innerliches Vergleichen mehrfach überprüft. Zum Beispiel: „Passt dieses Wort oder dieses Bild (wortwörtliche Wiederholung des jeweiligen Ausdrucks) zu Ihrem körperlichen Gefühl?“ Die Beschreibungen werden wiederholt, möglichst exakt in den Worten des Gegenübers, und das Gegenüber wird eingeladen, anhand der eigenen körperlichen Resonanz zu überprüfen, ob der Ausdruck wirklich passt. Passen ist hier immer nur in Bezug auf die fokussierende Person gedacht. Nur sie kann anhand ihrer leiblichen Resonanz feststellen, ob der Felt Sense auf die angebotene Symbolisierung reagiert. Ist diese stimmig, ist ein so genannter *Felt Shift* beobachtbar, der als spürbare Entspannung, als eine Art Erleichterung wahrnehmbar ist und sich der begleitenden Person zum Beispiel durch ein tiefes Ausatmen, Seufzen oder auch ein Nachgeben der Schultern zeigt.

*Schritt 5, Fragen stellen:* Hier können verschiedene Fragen formuliert werden, die es der fokussierenden Person erleichtern, weiterhin mit ihrer Aufmerksamkeit beim Felt Sense zu bleiben. Zum Beispiel: „Wo genau spüren Sie das in Ihrem Körper? Wie fühlt sich das an? Welche Farbe/Ausdehnung/Form/... hat es? Was ist so ... (zum Beispiel ‚schwer‘) an dem Thema? Was wird an dem Thema klarer, wenn Sie es von dieser Seite anschauen?“

*Schritt 6, Annehmen und schützen:* Zum Abschluss einer Focusing-Sequenz werden die Aspekte, die sich gezeigt haben, das neue Erleben, das Neue an einem Thema, das sich gezeigt hat, geschützt. Es wird nicht analysiert und nicht kritisiert, sondern einfach an einem guten inneren Platz aufgehoben.

Gendlin selbst und seine Schülerinnen und Schüler betonen immer wieder, dass diese sechs Schritte lediglich als Leitfaden gedacht sind, der im Begleiten von Prozessen des Focusing zur Orientierung dient, aber nicht im Sinne eines Schemas zu verstehen ist, das immer so und immer gleich abgearbeitet werden kann. Übertragen auf die Situation eines Interviews heißt das, ein solcher Prozess des Fokussierens kann an verschiedenen Stellen, immer wieder, eingeladen werden, um den Erlebensbezug zu vertiefen und

einen Felt Sense genauer zu erkunden. Dabei müssen nicht alle sechs Schritte in dieser Reihenfolge gegangen werden.

Zum erlebensbezogenen Zuhören, das jeden Focusing-Prozess begleitet, gehört das Markieren der Stellen, an denen sich ein Felt Sense andeutet. Das kann durch folgende Formulierungen geschehen: „Da ist etwas unklar. Da gibt es noch mehr, das schwer zu beschreiben ist.“ Weitere Elemente erlebensbezogenen Zuhörens sind das Zurücksagen des Gehörten in den Worten des Gegenübers, das Wiederholen von Schlüsselwörtern, das verbalisieren von beobachtbaren körperlichen Reaktionen, das so genannte Partialisieren: „Etwas in Ihnen/ein Teil von Ihnen ...“.<sup>6</sup>

Das Besondere am Konzept des Felt Sense im Zusammenhang mit dem Eigensinn des Leibes wird deutlich, wenn man ihn im Kontext von Gendlins Philosophie des Impliziten sieht. Hier spielt der Begriff der Fortsetzungsordnung, des *carrying forward* eine zentrale Rolle. Aus dem Felt Sense heraus entsteht eine Bewegung, die nicht logisch aus dem folgt, was schon da ist, und die dennoch nicht beliebig oder zufällig ist. Sie wird vom Organismus auf der Ebene des eigenleiblichen Empfindens als stimmig erlebt: „Das Konzept ‚Fortsetzen‘ (...) bezeichnet eine bestimmte erlebte Beziehung zwischen expliziten Worten/Handlungen/Ereignissen und implizitem körperlichem Erleben (...). Es meint das Erleben, das wir haben, wenn Worte/Handlungen/Ereignisse einen Felt Sense verändern, weitertragen, fortsetzen“ (Wiltschko in Stumm/Wiltschko/Keil: 128). Dabei spielt jeder vorherige Schritt für das Kommen eines nächsten Schrittes eine Rolle, ohne den nächsten Schritt zu determinieren. Es gibt etwas Implizites, das expliziert werden und nur im Prozess der Explikation auf seine Stimmigkeit überprüft werden kann. „Die Fortsetzungsordnung ist also eine Ordnung, die nicht explizit geformt, die nicht inhaltlich, die nicht fertig ist und die viele verschiedene Fortsetzungen ermöglicht – aber nicht willkürlich, sondern auf jede ‚Anfrage‘ immer nur ganz präzise“ (Wiltschko in Stumm/Wiltschko/Keil: 129).

Gendlin spricht in diesem Zusammenhang von *the implicit, implicit intricacy* und *implied meaning*. Dieses Implizite ist zunächst als etwas Unklares zugänglich, und gleichzeitig ist es nach einer feinen Ordnung strukturiert (Gendlin 2012). Diese Ordnung wird spürbar beziehungsweise

---

6 Die Linguistin Ann Weiser Cornell hat im Anschluss an Gendlin eigene Anleitungen für Focusing entwickelt (1997, 2013), in denen sie der sorgfältigen Wortwahl in den Instruktionen besondere Aufmerksamkeit schenkt und damit die Wirkmächtigkeit von Sprache in besonderer Weise würdigt.

sichtbar über das Auftauchen oder Ausbleiben eines Felt Shift, durch eine von innen spürbare und oft auch von außen beobachtbare körperliche Reaktion, darüber, dass eine Symbolisierung entweder passt oder eben nicht. Das Eigensinnige des Leibes besteht aus dieser Ordnung des Impliziten. Der Felt Sense ist in diesem Sinne der gefühlte eigene Sinn, der Sinn für das Eigene, der im Focusing in seiner Prozesshaftigkeit und damit auch in seiner Veränderlichkeit erlebbar wird.

## 2. Thinking at the Edge: Das Neue, noch Unklare sagbar machen

In den 1990er-Jahren hat Gendlin auf der Grundlage von Focusing eine eigene Methode zur Theoriebildung formuliert, die den Leib systematisch als Quelle der Erkenntnis einbezieht (Gendlin 1991). Im Rahmen seiner Seminare an der University of Chicago hat er zunächst eine Methode der kollegialen Unterstützung für seine Studierenden entwickelt, die er später mit Mary Hendricks und anderen zu Thinking at the Edge, kurz: TAE, weiterentwickelt hat (Gendlin 2004; Gendlin/Hendricks 2004). Dabei geht es darum, einen kreativen Umgang mit eigenen Ideen zu finden und diese zu einem stimmigen Konzept zu verbinden. Gendlin ist davon überzeugt, dass jede Person in der Lage dazu ist, aus dem eigenen Erleben heraus etwas Neues zu denken. Das Originelle und Neue zeigt sich zunächst als etwas Unklares, Körperliches, als Felt Sense. Es wird in seiner Unklarheit willkommen geheißen, zur Sprache gebracht und erst dann auch logisch, innerhalb des logisch-analytischen Wissenschaftsparadigmas, entfaltet.

Das Besondere an Gendlins Denken ist die Aufwertung des Unklaren, des noch nicht Sagbaren. Er verschiebt die Grenze dessen, worüber – auch wissenschaftlich – sinnvoll gesprochen werden kann. Er setzt genau dort an, wo unser Denken üblicherweise aufhört, „an jener Stelle, wo wir nicht mehr weiter wissen, d.h. wo wir auch nicht mehr klar sprechen können“ (Deloch 2010: 261). Das Augenmerk wird nicht auf das gelegt, „was wir bereits wissen und sagen können, sondern auf das, was noch nicht gesagt werden kann. Das Wörtchen ‚noch‘ kündigt dabei an, dass an diesem Punkt mehr gewusst, mehr gesagt werden könnte“ (Deloch 2010: 262).

In diesem Zusammenhang spricht Gendlin von *the edge*. Er meint damit „eine Situation, in der wir mit den herkömmlichen sprachlichen Ausdrucksweisen nicht mehr sagen können, was wir gerne sagen würden“ (Deloch 2010: 264) und nimmt so Bezug auf eine Art „Schnittstelle zwischen dem, was bereits ‚expliziert‘, d.h. gesagt und verstanden ist, und dem, was noch nicht gesagt und verstanden ist“ (Deloch 2010: 264). Diese Schnittstelle wird im TAE systematisch entfaltet. Dabei spielt die bereits skizzierte implizite Ordnung eine Rolle. Deloch fasst all das, was bereits da ist, wenn sich etwas leiblich bemerkbar macht, auch wenn es zunächst noch unklar ist, folgendermaßen zusammen: „So bin ich als Person da, in mitten meiner Situation, und ich verbinde vielleicht gewisse Hoffnungen mit dem Thema, um das es geht, vielleicht verfolge ich auch eine undeutliche Spur, etwas, das viel versprechend scheint ... und es ist alles da, was ich jemals gelernt habe. Dies alles ist vorhanden, nur nicht in einer Form, in der es unmittelbar durch logisches Denken weiter verarbeitet werden kann“ (Deloch 2010: 264). TAE umfasst exakte Anleitungen dazu, ausgehend vom Felt Sense das Unklare zum Ausdruck zu bringen und dabei das implizite Wissen zu entfalten. „Thinking at the Edge ist ein systematischer Weg, etwas in neuen Begriffen auszudrücken, das gesagt werden muss, vorerst aber nur ein undefiniertes ‚Körpergefühl‘ ist“ (Gendlin 2004). Mit TAE soll das, was eine Person implizit weiß, aber nicht sagen kann oder nicht zu denken wagt, sagbar und denkbar werden.

In der ursprünglichen Form (Gendlin 2004) besteht es aus Anleitungen zu einer Selbstexploration entlang der von Gendlin formulierten Anweisungen und Fragen, die dazu einladen, sich immer wieder zwischen dem Impliziten und dem Expliziten, zwischen leiblichem Erleben im Hier-und-Jetzt und sprachlicher Symbolisierung hin und her bewegen. Diese Befragung findet in Form eines Interviews statt, und die Antworten werden aufgeschrieben. Seit 2007 wird TAE im Beratungsbereich als Erlebensbezogenes Concept Coaching, kurz: ECC weiterentwickelt, mit dem Ziel, im Rahmen von Beratungsprozessen die Entwicklung neuer Konzepte systematisch zu unterstützen (Deloch/Feuerstein 2011, Feuerstein/Deloch 2010, 2013). Die konkreten Anleitungen des TAE und ECC sind wesentlich umfangreicher als die des Focusing und umfassen insgesamt 14 Schritte, die sich auf drei Phasen verteilen. Alle Schritte werden durch Fragen an das Gegenüber angeleitet und können auch einzeln oder in anders kombinierter Reihenfolge angewandt werden.

In der ersten Phase geht es darum aus dem Erleben des Themas heraus erste Symbolisierungen entstehen zu lassen. Dazu wird zunächst die Entstehung eines Felt Sense eingeladen. Diese Phase wird auch als Durchbrechen der Sprachbarriere umschrieben, sie greift die Situation der fehlenden Worte gezielt auf und bietet Schritte an, die dazu einladen, sich diffusen körperlichen Impulsen zuzuwenden und daraus neue Wörter kommen zu lassen. Durch die Anleitungen werden erste Kernsätze und Schlüsselwörter entwickelt, die das schwer Sagbare, Komplexe in Worte fassen. Diese Begriffe werden dann in Abgrenzung zum üblichen Sprachgebrauch genauer definiert. Auf diese Weise entsteht ein eigener, themenspezifischer Wortschatz. Anleitungen in dieser Phase lauten zum Beispiel: „Was an diesem Thema beschäftigt Sie besonders? Was ist Ihr ganz eigener Beitrag zu diesem Thema? Etwas, das sich bisher nicht oder nur ungefähr sagen lässt? Wie fühlt es sich in der Mitte Ihres Körpers an, wenn Sie sich dieses Thema und all das, was damit verbunden ist, anschauen? Kommt ein bestimmtes Bild? Ein Wort? Ein Ausdruck? Nehmen Sie sich Zeit. Wo, an welcher Stelle, im Brust- oder Bauchraum, ist etwas spürbar? Wie fühlt sich diese Stelle an? Gibt es andere, weitere innere Reaktionen? Wie könnte eine erste grobe Formulierung Ihrer Idee des Neuen lauten? Was an diesem Thema ist wie (Beschreibungen des Körpergefühls einsetzen)? Passt die neue Formulierung zu Ihrem Körpergefühl?“

Eine Besonderheit des TAE ist die Anfertigung von Mitschriften. Dabei hält die Person, die den Prozess begleitet, möglichst wortgetreu fest, was sie hört und achtet dabei besonders auf schräge Formulierungen, Metaphern, Bilder oder auch Beschreibungen des eigenen Erlebens. Die Mitschrift während des Gesprächs erlaubt es, Ausdrücke des Gegenübers wortwörtlich zu wiederholen. Gendlin hat diese Technik in seinen Seminaren zur Theorieentwicklung in der Philosophie entwickelt. „I write down all your exact words as they emerge (because otherwise they might be gone a moment later) and I read anything back to you when you want it“ (Gendlin 2004: 6). Ziel ist die Formulierung so genannter *fresh statements*, die etwas Neues in die Welt bringen und nicht lediglich abbilden, was bereits vorhanden ist. So stellt Deloch in Bezug auf TAE fest: „Das Finden von Worten, die bislang fehlen, wäre dabei nicht zu verstehen als Abbilden eines bislang verborgenen Wissens, sondern als Weiterführung oder sogar Weiterentwicklung dessen, was als bedeutungsvoll erlebt wird“ (Deloch 2010: 265). Das Wiedergeben des bereits Gesagten durch wiederholendes

Vorlesen ist Teil eines Dialogs, einer Bewegung des Hin und Her zwischen fragender und befragter Person.

Bei den Mitschriften wird ein besonderes Augenmerk auf paradoxe oder unlogische Sätze gelegt. Die Formulierung solcher Sätze wird gezielt eingeladen. Anleitungen dazu lauten zum Beispiel: „Gibt es etwas an diesem Thema, das sich für Sie am besten in einem unlogischen Satz oder als Paradox ausdrücken lässt? Gibt es etwas in Ihrem Thema, das widersprüchlich ist, das der üblichen Denkweise zu widersprechen scheint? Wie ließe sich dieser Widerspruch formulieren? Zum Beispiel: X ist Q und ist nicht Y. Oder X ist Y und X ist mehr als Y. Umschreibt dieser Satz das Neue, Unklare, dem Sie sich zuwenden möchten? Ist dieser Satz für Sie körperlich stimmig?“ Ausgehend von der bestehenden Ordnung (des Denkens, Sprechens, Fühlens und Handelns) führt das Neue, Eigene oft zunächst zu Widersprüchen. Genauer gesagt: Zu Widersprüchen zur bestehenden Ordnung. Es wird nicht weiter verfolgt, denn es macht innerhalb der bestehenden Struktur sozusagen keinen Sinn. Ausgehend von der *intricacy* des Felt Sense lösen sich die Widersprüche in gewisser Weise auf, wenn spürbar wird, dass genau in der unlogischen, paradoxen Formulierung das Eigene zum Ausdruck gebracht werden kann.

Die Mitschrift erlaubt es, bestimmte Begriffe zu finden, die für die Entwicklung des Neuen besonders interessant sind. Dazu wird ein bestimmter Abschnitt der Mitschrift vorgelesen und das Gegenüber wird aufgefordert, die Begriffe zu benennen, auf die es zur Beschreibung des eigenen Themas nicht verzichten kann. Diese Schlüsselbegriffe werden dann genauer spezifiziert, indem die persönlich erlebte Bedeutung vom üblichen Sprachgebrauch abgegrenzt wird. Dazu wird zum Beispiel gefragt: „Welche Bedeutung hat dieser Schlüsselbegriff im üblichen Sprachgebrauch? Was ist im Unterschied dazu für Sie mit ... gemeint? Was ist für Sie nicht damit gemeint? Was an der üblichen Bedeutung dieses Wortes stimmt nicht für Sie? Können Sie in einem Satz ausdrücken, was Sie mit diesem Begriff meinen?“ Mit den Schlüsselbegriffen wird versucht, in einem ersten Satz die Bedeutung des Neuen zu fassen: „Wenn Sie mit diesen Wörtern in einem Satz zusammenfassen würden, worum es Ihnen geht, wie könnte dieser Satz lauten?“

In der zweiten Phase geht es darum, in beispielhaften Episoden Muster zu finden, die das Neue an dem jeweiligen Thema bereits irgendwie enthalten und zum Ausdruck bringen. Dazu werden Fallbeispiele gesammelt, die als relevant erlebt werden. So wird dazu eingeladen, persönliche Geschich-

ten zu erzählen, die etwas von dem ausdrücken, worum es der befragten Person bei dem jeweiligen Thema geht. Aus diesen Erzählungen werden Grundmuster herausgearbeitet, die das Ungewöhnliche der eigenen Idee greifbarer machen. Anleitungen in dieser Phase lauten zum Beispiel: „Welche Fallbeispiele, Geschichten, Episoden, Situationen fallen Ihnen ein, die für Ihre Idee besonders relevant sind? Gibt es einen Normalfall, ein ungewöhnliches Beispiel, einen Idealfall, einen Negativfall? Bitte beschreiben Sie diese Beispiele ausführlich. Inwiefern sagt dieses Fallbeispiel etwas Neues, Wichtiges über Ihr Thema aus, das Sie so bislang noch nicht gesehen haben? Welche Bedeutung hat das Fallbeispiel für Ihr Thema? Was macht das Beispiel klar?“ Abschließend werden die verschiedenen Elemente zueinander in Verhältnis gesetzt. Dazu werden zentrale Begrifflichkeiten gesucht und systematisch miteinander verbunden. Der schlüssige Zusammenhang zwischen den einzelnen Teilen der Idee wird herausgearbeitet. Dazu werden in der dritten Phase zentrale begriffliche Bausteine ausgewählt und in ihrer Bedeutung aufeinander bezogen.

Mit TAE nimmt Gendlin eine Erweiterung des wissenschaftlich Thematisierbaren vor. Es geht dabei nicht darum, etwas Jenseitiges oder Metaphysisches greifbar zu machen. Die Unterscheidung, mit der Gendlin operiert, ist eine andere. Er differenziert nicht zwischen Sagbarem und Unsagbarem, über das wir im Sinne Wittgensteins schweigen müssen, weil wir nicht darüber sprechen können (Wittgenstein 2003). Stattdessen unterscheidet er in einer Art Weiterentwicklung von Wittgensteins Denken *das Sagbare und das noch nicht Sagbare* (Gendlin 1997b). Im Sinne Foucaults ist diese Unterscheidung durchaus auch als etwas Herrschaftsförmiges zu verstehen. So stellt auch Deloch fest, dass mit dem noch nicht Sagbaren „bedeutungsvolle Erlebensanteile gemeint, die aufgrund der herrschenden Denk- und Sprachkonventionen bislang nicht adäquat in Worte gefasst werden können“ (Deloch 2010: 265). Sie verweist darauf, dass dieses noch nicht Sagbare in Situationen des Umbruchs und der Veränderung von besonderer Bedeutung ist: „Besonders deutlich wird dies in Umbruch- oder Zukunftssituationen, in denen wir um Worte ringen für das, was wir aufgrund unserer komplexen Erfahrungen als bedeutsam erleben, was aber mit den etablierten sprachlichen Routinen bislang nicht sagbar ist“ (Deloch 2010: 265).

Diese Unterscheidung zwischen dem Sagbaren und dem noch nicht Sagbaren macht TAE für die Beschreibung von Veränderungsprozessen, beispielsweise innerhalb der Geschlechterverhältnisse interessant. Geschlecht verstanden als historisch kulturell variable Existenzweise (Maiho-

fer 1995) ist in besonderer Weise mit leiblichem Erleben verbunden. Die Methode des TAE bietet konkrete Anleitungen dazu, wie ein Gegenüber im Gespräch dabei unterstützt werden kann, einen Zugang zu neuen Aspekten des eigenen geschlechtlichen Seins zu finden und diesen Ausdruck zu verleihen. Wird die empirische Perspektive um den Aspekt des Felt Sense erweitert, ist es möglich, noch einmal anders beschreibbar und begreifbar zu machen, was Geschlecht jenseits allgemeiner Zuschreibungen und jenseits des hegemonialen Sprachgebrauchs für den und die einzelne in verschiedenen Feldern bedeutet.

In der Geschlechterforschung gibt es Ansätze, die sich nicht nur für die Reproduktion geschlechtlicher Ungleichheit interessieren, sondern auch und gerade den Wandel geschlechtlicher Selbstverhältnisse thematisieren (Baumgarten et al 2012; Grisard et al. 2013; Jäger et al. 2013; König/Jäger 2011; König 2012; Maihofer 2007, 2014; Schirmer 2010). Elemente des TAE können dazu genutzt werden, Geschlecht als Existenzweise aus der Sicht der Akteurinnen und Akteure in ihrer historischen Besonderheit, Veränderlichkeit, Widersprüchlichkeit und Materialität zu beschreiben. Auf der Ebene des eigenleiblichen Empfindens werden Momente dieser Existenzweise sagbar. Und es ist möglich, Aspekte des Verschiedenseins und der individuellen Andersartigkeit und Einzigartigkeit in der eigenen Art, Geschlecht zu leben, sichtbar zu machen.

### 3. Ein leibliches Etwas in Interviews erlebensbezogen entfalten

In der empirischen Sozialforschung wird die Bedeutung des einführenden Verstehens von prominenten Forschern wie Bourdieu (1997) oder Kaufmann (1999) betont. Auch auf die Bedeutung einer bestimmten Haltung der fragenden Person wird in qualitativen Methoden verschiedentlich verwiesen. Auf den personenzentrierten Ansatz jedoch wird nur vereinzelt Bezug genommen (Woelfer 2000). Eine systematische Einbeziehung des erlebensbezogenen Ansatzes von Gendlin steht bislang noch aus. Das heißt jedoch nicht, dass die Dimension, auf die Gendlin mit dem Felt Sense Bezug nimmt, nicht bereits jetzt schon qualitativen Interviews auftaucht. Sie wird bislang jedoch nicht systematisch entfaltet.

Ein Beispiel für das Auftauchen von einem solchen Etwas findet sich bei Schirmer (2010) in ihrer mikrosoziologischen Untersuchung von Praxen des Drag Kinging auf der Grundlage narrativer Interviews. Schirmer beschreibt transqueere kulturelle Geschlechterpraxen. Der Fokus ihrer Studie liegt auf der Beschreibung geschlechtlicher Selbstverhältnisse, die sich einer strikt zweigeschlechtlichen Zuordnung entziehen. Zentral ist für sie der Aspekt kollektiver Praxen. Sie fragt danach, welche geschlechtlichen Selbstverhältnisse wie im Rahmen solcher kollektiven Praxen wirklich werden (können). Schirmer verwendet den Begriff des Etwas gezielt als Instrument der Analyse ihrer Interviews. So beschreibt sie, wie sie bei der Auswertung immer wieder auf Gesprächspassagen gestoßen sei, „in denen um treffende Bezeichnungen gerungen wird, Erfahrungen durch unterschiedliche Beschreibungsweisen eingekreist werden oder auf einer Meta-Ebene die Schwierigkeit des sprachlichen Ausdrucks verhandelt wird; oder in denen in einer Weise von ‚es‘ oder ‚etwas‘ gesprochen wird, die keine klare Referenz dieser Verweise impliziert“ (Schirmer 2010: 69). Ihre Beschreibung des Etwas klingt verblüffend ähnlich wie Gendlins Konzept des Felt Sense. Schirmer spricht von „Grenzbereichen des (möglichen) Wirklichen“ (ibid). Mit „etwas“ fasst Schirmer, „das, was sich einer begrifflichen Fixierung, einer Repräsentation im ‚Wirklichen‘ bzw. als Wirkliches zunächst entzieht, aber dennoch als existent erscheint bzw. erfahren wird“ (ibid).

Ähnlich wie Gendlin geht es ihr darum, etwas in den Blick zu nehmen, das sich bereits irgendwie zeigt, ohne schon ganz klar zu sein, das gleichzeitig schwer artikulierbar und bedeutsam ist. Und sie betont, dass es sich hierbei um etwas handelt, das unter bestimmten Bedingungen seinen Weg in die Sprache finden und somit wirklich werden kann. Was bei Gendlin als das noch nicht Sagbare gefasst wird, bezeichnet Schirmer so: „Es geht bei meiner Verwendung des ‚etwas‘ nicht um ein mystisches Außerhalb jeder Repräsentation, sondern um die Möglichkeit einer sprachlichen Referenz auf das, was sich in den Interviewtexten als an den Rändern sprachlicher Repräsentationsmöglichkeiten Angesiedeltes zeigt“ (Schirmer 2010: 69).

Wie Gendlin geht auch Schirmer davon aus, dass dieses Etwas seinen sprachlichen Ausdruck finden kann. Ob und wie es das tut, sei unterschiedlich und in Bezug auf die beschriebenen geschlechtlichen Existenzweisen des Drag Kinging von vielen Faktoren abhängig: „Die (Un-) Möglichkeit einer sprachlichen Repräsentation fasse ich dabei nicht als eine absolute, für alle in jeder Situation gleichermaßen gültige, sondern als je situativ und

kontextuell bedeutsam: Es geht gerade darum, den Bewegungen dieses ‚etwas‘ nachzugehen – zu versuchen, zu verstehen, wie es zur Existenz kommt (und zu welcher); ob es Formen der Repräsentation findet (und wenn ja, welche); ob es die Qualität des ‚Wirklichen‘ annimmt (und wenn ja, für wen, auf welche Weise, mit welcher Stabilität)“ (Schirmer 2010: 69). Schirmer bezieht sich dabei auf das Wirklich werden von etwas in sozialen Kontexten: Geschlechtliche Selbstverhältnisse jenseits der binären Ordnung werden im Kontext des Drag Kinging kollektiv wirklich. Wendet man Focusing in einem Interview zur Exploration des Etwas an, könnte man sagen: Hier könnte auch im Interview (als sozialer Situation) etwas wirklich werden, indem es spürbar, erlebbar und sagbar wird.

Bei Schirmer wird dem Felt Sense erst in der Auswertung nachgespürt, nicht aber im Gespräch bzw. Interview. So bezieht sich auch die Mehrzahl methodischer Überlegungen in den Sozialwissenschaften auf Fragen der Auswertung und der Interpretation. Im Unterschied dazu geht es bei den hier entwickelten Ideen und Vorschlägen nicht um ein Auswertungsverfahren, sondern um eine Fragetechnik. Auf der Grundlage von Focusing ist es möglich, bereits vor und während des Interviews eine besondere Aufmerksamkeit auf ein körperlich-leibliches Etwas zu lenken und dieses zu erkunden. Damit wird eine besondere Art von Material erzeugt, ein Material, das sozusagen für sich spricht, weil das Gegenüber bereits im Gespräch darin unterstützt wurde, etwas selbst zur Sprache zu bringen.

An genau dieser Stelle besteht ein zentraler Unterschied zu psychoanalytisch orientierten Verfahren. So bezieht sich zum Beispiel die Tiefenhermeneutik durchaus auf das Unbewusste, es ist allerdings den Akteur\_innen selbst – wie den Analysand\_innen in der Freud’schen Analyse – nicht zugänglich. Zugang kann lediglich in der Interpretation durch die forschende Person gefunden werden. Die Wissenschaftler\_innen können hier sozusagen mehr als die Akteurinnen und Akteure. Im personenzentrierten Ansatz hingegen wird von solchen Deutungen und Interpretationen im analytischen Sinne abgesehen. Die Person selbst findet den Weg zu den jeweiligen Bedeutungen. Ähnlich wie sich im personenzentrierten Ansatz die Rolle der Therapeut\_innen von der Rolle der Analytiker\_innen unterscheidet, verändert sich in einem personenzentrierten, erlebensbezogenen Interview auch die Rolle der forschenden Person. Sie unterstützt ihr Gegenüber darin, etwas selbst zur Sprache zu bringen und die je spezifische Bedeutung der hierfür gewählten Worte für sich zu klären. Die Auswertung des Materials besteht nicht wie in psychoanalytisch orientierten Verfahren auf einer In-

terpretation und damit einer inhaltlichen Deutung des Gesagten, vielmehr wird das individuell Erlebte in der Auswertung strukturell betrachtet.

Bezogen auf das Thema Geschlecht heißt das: in Bezug zur bestehenden (Geschlechter-)Ordnung gesetzt. Ich verstehe Individuelles und Strukturelles im Anschluss an Bourdieu nicht als Gegensatz, sondern als sich wechselseitig konstituierende Elemente einer sozialen Ordnung. Bourdieu fasst individuelle Handlungen als immer schon konstituiert durch soziale Voraussetzungen, also Strukturen. Und diese Strukturen haben keine Existenz jenseits ihrer Reproduktion – und Veränderung – durch soziale Akteure. Das Individuelle und das Strukturelle stehen demnach in einem unlöslichen Verhältnis zueinander. Das Individuelle ist immer schon strukturell. Ohne die beständige Wiederholung in den Handlungen der Individuen könnte eine strukturelle Ordnung keine dauerhafte Existenz haben. Dieser theoretische Blickwinkel wird auch in der hier vorgeschlagenen methodischen Vorgehensweise zugrunde gelegt: Individuell Erlebtes wird immer auch strukturell verstanden. Und strukturelle Veränderungen geschehen nicht jenseits der Individuen.

Focusing ist für empirische Untersuchung von Veränderungsprozessen interessant, da es einen theoretischen Rahmen und praktische Anleitungen dafür liefert, wie in einem Gespräch oder Interview gezielt Bezug auf den Felt Sense als Quelle des Neuen genommen werden kann. So ist es möglich, bei der Beschreibung von Veränderungsprozessen die Generierung neuer Muster aus der Person heraus in den Blick zu nehmen. Gendlin bietet systematische Anleitungen dazu an, das auszudrücken, was sich bislang nur in einem undefinierten Körpergefühl andeutet. Der Felt Sense ist damit Ausgangspunkt einer Explikation des Impliziten. Gendlins methodischen Überlegungen zur Gesprächsführung und seine philosophischen Überlegungen zum Zusammenhang von Erleben und Symbolisierung sind schlussendlich auf diese Entfaltung des noch nicht Sagbaren ausgerichtet. Focusing ist eine Technik, eine Anleitung, ein Training darin, die eigene Aufmerksamkeit und die Aufmerksamkeit des Gegenübers gezielt auf das innere Erleben zu richten. Und Focusing ist Teil einer umfassenderen Philosophie, die man auch als eine Philosophie des Körpers, der Sprache und der Situationen bezeichnen könnte. Gendlins Projekt zielt darauf ab, ein Denken jenseits bereits geronnener Formen und feststehender Konzepten zu ermöglichen und dabei auf eine neue Art und Weise Bezug auf den Körper zu nehmen (Gendlin 1992). Es geht ihm dabei vor allem um das, was

über vorgegebene Muster, Formen, Konzepte, Definitionen, Kategorien, Unterscheidungen und Regeln hinausgeht.

In diesem Sinne bietet sich Focusing als Anleitung an, das Neue in der Geschlechterordnung in den Blick zu nehmen. Das beinhaltet theoretisch, Augen und Ohren grundsätzlich für das Neue zu öffnen, auch wenn es sich bislang nur unklar zeigt. Dieses Neue wird in den Mittelpunkt gestellt, besondere Aufmerksamkeit wird auf das eigenleibliche Erleben und damit auf das Hier und Jetzt gerichtet. Es wird dazu eingeladen, das Paradoxe zu formulieren, Widersprüche in den Selbstbeschreibungen und im Erleben werden gesucht und nicht vermieden. Als Interviewführende gehe ich gleichzeitig wissend und nicht wissend vor: Ich kenne vergeschlechtlichte und vergeschlechtlichende Strukturen, ich weiß etwas über aktuelle Geschlechterverhältnisse in dem jeweiligen Untersuchungsfeld. Und gleichzeitig weiß ich nichts über mein vergeschlechtlichtes Gegenüber, ich kann keine verallgemeinernden Ableitungen vornehmen, ich weiß nicht, wie die mir gegenüber sitzende Person Geschlecht lebt oder leben möchten. Und ich weiß nicht und kann auch nicht wissen, wie in ihrem konkreten Fall Geschlecht und das Thema, das mich als Wissenschaftlerin interessiert, miteinander verbunden sind.

In einem Interview wird das Gegenüber dahingehend befragt, eigenen Impulsen zu folgen, eigene Werte und Vorstellungen auszusprechen, auch jenseits geltender (Geschlechter-) Normen und damit auch dort, wo diese vielleicht noch unklar sind. Dabei gehe ich ergebnisoffen vor, ich kläre im Prozess, was genau für das Gegenüber in den verschiedenen Bereichen (beruflich, privat, in einer Partnerschaft, im Umgang mit dem eigenen Körper, in der Sexualität, mit Kindern) das Neue ist, wie es als stimmig erlebt und gelebt werden kann. Neue Arten Geschlecht zu leben und damit neue Selbstverhältnisse werden so denkbar, sagbar, lebbar und im Material sichtbar gemacht. So kann beschrieben werden, wie auf der Ebene des Individuums, in dessen Selbstverständnis und Selbstverhältnis Altes durch neue, stimmige, andere Vorstellungen von Geschlecht ersetzt wird. Und es kann auf der Ebene des Erlebens deutlich werden, wo und wie die Strukturgebundenheit geschlechtlicher Selbstverhältnisse weiterhin wirksam ist.

## 4. Fazit

Am Ende meines vorliegenden Buches hatte ich skizziert, wie der Leib als Ort des Widerstands verstanden werden kann. Mit Gendlin lässt sich dieser seinerzeit abstrakt gebliebene Gedanke nun präziser fassen. Eigenleibliches Erleben in der Form eines Felt Sense hat eine doppelte Bedeutung für die Eigensinnigkeit und Widerständigkeit des Leibes. So wird über den Felt Sense zum einen im Hier und Jetzt spürbar, wo ein Impuls entsteht, etwas anders zu machen bzw. zu verändern, wo zum Beispiel eine Differenz zwischen hegemonialen Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit und der eigenen Art Geschlecht zu leben aufscheint. Zum anderen ist das eigenleibliche Erleben als Felt Sense der Ort des Entstehens neuer Bedeutungen. Aus ihm heraus werden Symbolisierungen für das Neue entwickelt. Wichtig ist, dass Gendlin den Felt Sense als Ganzheit versteht, in der Individuelles und Strukturelles immer miteinander verbunden sind. Das Strukturgebundene und das Eigene sind in dieser Gesamtheit des Felt Sense gleichermaßen enthalten. „It is your sense of the whole thing, including what you know, have thought, have learned. It includes both what you think you ‘ought’ and what is not yet resolved” (Gendlin 1981: 186, 187).

Warum ist Gendlin für eine Empirie des Leibes interessant? Weil er den Leib als Ort des Widerstands zum Sprechen bringt. Weil er Sprache und Sprechen sowohl als Ort der Strukturgebundenheit als auch als Prozess der Umdeutung versteht. Weil er nicht die Reproduktion, sondern den Wandel individueller Selbstverhältnisse in den Vordergrund rückt. Weil er mit dem Impliziten ein neues Untersuchungsfeld eröffnet und mit dem mehr als Logischen einen besonderen Bereich leiblichen Erlebens zugänglich macht. Weil er etwas zwischen Bewusstem und Unbewusstem entfaltet und sprachlich fassbar macht.

Das Werk Gendlins kann als eine detaillierte Exploration der Eigensinnigkeit des Leibes verstanden werden. Leiblichkeit und eigenleibliches Erleben können mit Focusing auf besondere Weise zum Gegenstand qualitativer Untersuchungen gemacht werden. Das Besondere aus sozialwissenschaftlicher Perspektive ist es, dass über den Felt Sense und die erlebensbezogene Entfaltung von einem „Etwas“ die Möglichkeit besteht, Bereiche menschlicher Existenz bewusst in die Interviewführung mit einzubeziehen, die in vielen philosophischen, psychologischen und sozialwissenschaftlichen Theorien als das Unbewusste aus der direkten Thematisierbarkeit im

Gespräch ausgeklammert werden und wenn überhaupt dann lediglich in der Interpretation durch die das Gespräch führende Person Berücksichtigung finden. Über den Felt Sense findet eine direkte, wenn auch prozesshafte Versprachlichung dessen statt, was in vielen Theorien als sprachlich nicht fassbar verstanden wird. Damit wird zugleich ein Zugang zum Körperwissen ermöglicht. Mit Plessner könnte man sagen, hier geht es um einen Zugang zur zentrischen Position und in der Folge um eine permanente Pendelbewegung zwischen zentrischer und exzentrischer Position. Der Felt Sense ist der konkret fassbare Bezugspunkt für das unmittelbare Erleben eines Themas, eines Problems oder einer Situation.

Elemente des Focusing und TAE sind als Ergänzung bereits bestehender Methoden zu verstehen, die in verschiedenen Formen qualitativer Interviews eingesetzt werden können, wenn ein leibliches Etwas auftaucht oder gezielt zum Auftauchen gebracht werden soll, um die Bedeutung dieses Etwas für das jeweilige Thema genauer zu explorieren und sprachlich zu entfalten. So kann auch das Implizite bewusst in das Gespräch mit einbezogen werden, das in anderen Ansätzen als das Unbewusste aus der Versprachlichung ausgeschlossen wird. Über den Felt Sense kann „zu jedem Thema eine körperliche Empfindung hervorgehoben werden“, in diese Empfindung kann man „eintauchen“ (Gendlin 1996/dt. 1998: 11) und dadurch die gefühlte Bedeutung zur Sprache bringen.

In der Interviewführung kann Focusing sowohl bei der Gestaltung der Leitfäden Verwendung finden als auch zum gezielten Nachfragen im Verlauf eines (narrativen, problemzentrierten oder biografischen) Interviews, wenn ein erlebensbezogenes Etwas spontan auftaucht. Auch Fragen danach, wann, wie, mit welcher Einleitung und mit welcher Haltung der Interviewführenden Person solche Einladungen zur Exploration eines Felt Sense in einem Interview ausgesprochen werden können, sind mit Bezug auf personenzentrierte und erlebensbezogene Gesprächsführungstechniken zu beantworten. Die Formulierung von, wie Gendlin es nennt, nicht strukturgebundenen sprachlichen Äußerungen im Verlauf eines Interviews kann dabei als ein Auswertungsschritt verstanden werden, der bereits im Gespräch eine Klärung der Bedeutung des Gesagten vornimmt und nicht erst in einer nachfolgenden Interpretation.

Bezogen auf gesellschaftliche Veränderungsprozesse kann sichtbar gemacht werden, was als neues Muster auf der individuellen Ebene bereits implizit ist, obwohl es noch nicht als neues Muster gelebt wird. Und es kann beschrieben werden, wie bestimmte, von außen angestoßene Verände-

rungsprozesse auf der Ebene des Individuums erlebt werden. Eine Einbeziehung des Felt Sense bietet sich so zum Beispiel als Ergänzung zu mikrosoziologischen Untersuchungen an, die beschreiben, wie sich geschlechtliche Selbstverhältnisse im Bereich Familie aktuell verändern. Diese aktuelle Veränderung der Geschlechterverhältnisse kann als Weiterentwicklung dessen verstanden werden, was von Frauen und Männern als bedeutungsvoll erlebt wird. Auch für Untersuchungen von geschlechtlichen Selbstverhältnissen jenseits der binären zweigeschlechtlichen Ordnung bietet sich der Felt Sense als Möglichkeit der Vertiefung an. Mit Gendlin geht es in allen diesen Forschungsbereichen zum Thema Geschlecht darum, immer auch die Möglichkeit mit zu denken, dass tatsächlich etwas ganz Neues zum Ausdruck kommen kann. Etwas, das jenseits der bisher vorherrschenden binären Vorstellungen von Frausein und Mannsein liegt, etwas, das sich aus dem Eigensinn des Leibes heraus entwickelt und denkbar, sagbar und lebbar werden möchte.

# Literaturverzeichnis Nachwort

- Abraham, Anke (2010): Der Körper als heilsam begrenzender Ratgeber? Körperverhältnisse in Zeiten der Entgrenzung. In: Keller, Reiner; Meuser, Michael (Hg.) (2010): *Körperwissen*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 32-50.
- Abraham, Anke; Müller, Beatrice (Hg.) (2010): *Körperhandeln und Körpererleben. Multidisziplinäre Perspektiven auf ein brisantes Feld*. Bielefeld: Transcript.
- Andermann, Kerstin; Eberlein, Undine (Hg.) (2011): *Gefühle als Atmosphären. Neue Phänomenologie und philosophische Emotionstheorie*. Deutsche Zeitschrift für Philosophie Sonderband 29. Berlin: Akademie Verlag.
- Alaimo, Stacy; Hekman, Susan (2008): Introduction: Emerging Models of Materiality in Feminist Theory. In: diess. (Hg.) (2008): *Material Feminisms*. Bloomington: Indiana University Press, S. 1-10.
- Alkemeyer, Thomas; Villa, Paula Irene (2010): Somatischer Eigensinn? Kritische Anmerkungen zu Diskurs- und Gouvernementalitätsforschung aus subjektivationstheoretischer und praxeologischer Perspektive. In: van Dyk, Silke; Angermüller, Johannes (Hg.) (2010): *Diskursanalyse meets Gouvernementalitätsforschung*. Frankfurt a.M.: Campus, S. 315-336.
- Alkemeyer, Thomas et al. (Hg.) (2009): *Ordnung in Bewegung – Choreographien des Sozialen. Körper in Sport, Tanz, Arbeit und Bildung*. Bielefeld: Transcript.
- Alloa, Emmanuel; Fischer, Miriam (Hg.) (2013): *Leib und Sprache. Zur Reflexivität verkörperter Ausdrucksformen*. Weilerswist: Velbrück Wissenschaft.
- Alloa, Emmanuel et al. (2012): *Leiblichkeit. Geschichte und Aktualität eines Konzepts*. Tübingen: Mohr Siebeck.
- Baier, Angelika; Binswanger, Christa; Häberlein, Jana; Nay, Yv. Eveline; Zimmermann, Andrea (Hg.) (2014): *Affekt und Geschlecht. Eine einführende Anthologie*. Wien: Zaglossus.
- Baumgarten, Diana; Kassner, Karsten; Maihofer, Andrea; Wehner, Nina (2012): Warum werden manche Männer Väter, andere nicht? Männlichkeit und Kinderwunsch. In: Walter, Heinz; Eickhorst, Andreas (Hg.) (2012): *Das Väter-Handbuch*. Gießen: Psychosozialverlag, S. 415-443.
- Böhle, Fritz; Wehrich, Margit (Hg.) (2010): *Die Körperlichkeit sozialen Handelns. Soziale Ordnung jenseits von Normen und Institutionen*. Bielefeld: Transcript.
- Böhler, Arno; Herzog, Christian; Pechriggl, Alice (Hg.) (2013): *Korporale Performanz. Zur bedeutungsgenerierenden Dimension des Leibes*. Bielefeld: Transcript.
- Bourdieu, Pierre (1997): Verstehen. In: Bourdieu, Pierre et al. (1997): *Das Elend der Welt*. Studienausgabe. Konstanz: UVK, S. 393-426.
- Bundschuh-Müller, Karin (2007): Von Augenblick zu Augenblick – von Angesicht zu Angesicht. Gesprächspsychotherapie als achtsamkeitsbasiertes personenzentriertes Verfahren. In: *Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung 2/2007*, S. 75-83.
- Dederich, Markus (2007): *Körper, Kultur und Behinderung. Eine Einführung in die Disability Studies*. Bielefeld: Transcript.
- Deloch, Heinke (2010): Das Nicht-Sagbare als Quelle der Kreativität. E.T. Gendlins Philosophie des Impliziten und die Methode Thinking at the Edge („TAE“). In: Tolksdorf, Stefan; Tetens, Holm (Hg.) (2010): *In Sprachspiele verstrickt. Oder: Wie man der Fliege*

- den Ausweg zeigt. *Verflechtungen von Wissen und Können*, Berlin, New York: de Gruyter, S. 259-284.
- Deloch, Heinke; Feuerstein, Heinz Joachim (2011): Kreativität im Personzentrierten und Erlebensbezogenen Ansatz. In: *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung*, 1/2011, S. 8-11.
- Duttweiler, Stefanie (2013): Die Beziehung von Geschlecht, Körper und Identität als rekursive Responsivität. Eine Skizze. In: *Freiburger Zeitschrift für GeschlechterStudien* 19/2 (2013): 19-36.
- Duttweiler, Stefanie (2012): Sammelrezension zu: Körpersoziologie. In: *Soziologische Revue* Jahrgang 36, 2013, S. 169- 178.
- Feuerstein, Heinz-Joachim; Deloch, Heinke (2013). Erlebensbezogenes Concept Coaching (ECC) – vielfältige Anwendungen in der Praxis. Die Entwicklung eigenständiger Konzepte und innovativer Zusammenarbeit gezielt unterstützen. In: *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung* 1/2013, S. 35-43.
- Feuerstein, Heinz-Joachim; Deloch, Heinke (2010). Erlebensbezogen Denken: Neue Konzepte entwickeln in Beratungsprozessen. Anwendung und Erweiterung des Ansatzes Thinking at the Edge von E.T. Gendlin. In: *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung*, 4/2010, S. 220-225.
- Feuerstein, Heinz-Joachim; Müller, Dieter; Cornell, Ann Weiser (Hg.) (2000): *Focusing im Prozess. Ein Lesebuch*. Köln: GwG-Verlag.
- Gendlin, Eugene T. (2012): Implicit Precision. In: Radman, Zdravko (Hg.) (2012): *Knowing Without Thinking. Mind, Action, Cognition, and the Phenomenon of the Background*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, S. 141-166.
- Gendlin, Eugene T. (2004). Introduction to ‚Thinking at the Edge‘. In: *The Folio. A Journal for Focusing and Experiential Therapy* 19 (1)/2004, S. 1-8. Dt.: [http://www.focusing.org/de/TAE\\_Einfuehrung\\_Folio\\_de\\_HPM10.pdf](http://www.focusing.org/de/TAE_Einfuehrung_Folio_de_HPM10.pdf), S. 1-19.
- Gendlin, Eugene T. (1997a): *A Process Model*. Überarbeitete Fassung. Erhältlich über die Gendlin Online Library ([www.focusing.org](http://www.focusing.org)).
- Gendlin, Eugene T. (1997b): What Happens When Wittgenstein Asks „What Happens When ...?“ In: *The Philosophical Forum* 28 (1997), S. 268-281. Dt.: Was geschieht, wenn Wittgenstein fragt: „Was geschieht, wenn ...?“. In: Schneider, Hans Julius; Kroß, Matthias (Hg.) (1999). *Mit Sprache spielen. Die Ordnungen und das Offene nach Wittgenstein*. Berlin: Akademie Verlag, S. 119-135.
- Gendlin, Eugene T. (1996): *Focusing-Oriented Psychotherapie. A Manual of the Experiential Method*. New York, London: The Guildford Press. Dt.: *Focusing-orientierte Psychotherapie. Ein Handbuch der erlebensbezogenen Methode*. München: Pfeiffer 1998.
- Gendlin, Eugene T. (1993): Three Assertions About the Body. In: *The Folio*, 12(1), 21-33. Dt.: Über den Körper. Wie ist Focusing theoretisch möglich? Siehe: [http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol\\_2064.html](http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol_2064.html)
- Gendlin, E.T. (1991). Thinking beyond patterns: Body, language and situations. In: den Ouden, Bernard; Moen, Marcia (Hg.) (1991): *The Presence of Feeling in Thought*. New York: Peter Lang, S. 21-151.
- Gendlin, Eugene T. (1986): *Let Your Body Interpret Your Dreams*. Wilmette, Illinois: Chiron Publications. Dt.: *Dein Körper, dein Traumdeuter*. Müller, Salzburg 1998.
- Gendlin, Eugene T. (1984): The Politics of Giving Therapy Away. In: Larson, Dale (Hg.): *Teaching Psychological Skills. Models for Giving Psychology Away*. Monterey: Brooks and Cole 1984, S. 287-305.

- Gendlin, Eugene T. (1978): *Focusing*. New York: Bantam Books. Dt. *Focusing. Technik der Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme*. Erstausgabe 1981. Reinbek bei Hamburg. Zitierte Fassung: Deutsche Ausgabe von 2012.
- Gendlin, Eugene T. (1968): The Experiential Response. In: Hammer, E. (Hg.): *Interpretation in Therapy. Its Role, Scope, Depth, Timing and Art*. New York: Grune and Stratton. Dt.: The Experiential Response. Teil 1: Regeln für das therapeutische Antworten, Teil 2: Resonanz und Response. In: *Focusing Journal* 8, Juli 2002 und 9, November 2002.
- Gendlin, Eugene T. (1964): A Theory of Personality Change. In: Worchel, Philip; Byrne, Donn (Hg.): *Personality Change*. New York: John Wiley, S. 100-148. Dt. Wiltschko, Johannes (1992): *Eine Theorie des Persönlichkeitswandels. Studentexte 1*. Würzburg: DAF.
- Gendlin, Eugene T. (1962/1997). *Experiencing and the Creation of Meaning. A Philosophical and Psychological Approach to the Subjective*. Evanston: Northwestern University Press.
- Gendlin, Eugene T.; Hendricks, Mary (2004): Thinking at the Edge (TAE) Steps. In: *The Folio. A Journal for Focusing and Experiential Therapy*, 19/2004, S. 12-24.
- Gendlin, Eugene T.; Wiltschko, Johannes (1999): *Focusing in der Praxis. Eine schuleniübergreifende Methode für Psychotherapie und Alltag*. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Grisard, Dominique; Jäger, Ulle, König, Tomke (Hg.) (2013): *Verschieden sein. Nachdenken über Geschlecht und Differenz*. Königstein: Helmer.
- Gregg, Melissa; Seigworth, Gregory J. (Hg.) (2010): *The Affect Theory Reader*. Durham: Duke University Press.
- Gugutzer, Robert (2012): *Verkörperungen des Sozialen. Neophänomenologische Grundlagen und soziologische Analysen*. Bielefeld: Transcript.
- Gugutzer, Robert, (2006): Der body turn in der Soziologie. Eine programmatische Einführung. In: ders. (Hg.): *Body Turn. Perspektiven der Soziologie des Körpers und des Sports*. Bielefeld: Transcript, S. 9-53.
- Gugutzer, Robert (2004): *Soziologie des Körpers*. Bielefeld: Transcript.
- Gugutzer Robert (2002): *Leib, Körper und Identität. Eine phänomenologisch-soziologische Untersuchung zur personalen Identität*. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Günther, Marga (2013): Die Stimme des Körpers. Somatische Kulturen adoleszenter Mädchen und junger Frauen. In: Bilstein, Johannes; Brumlik, Micha (Hg.) (2013): *Die Bildung des Körpers*. Weinheim: Beltz Juventa, S. 210-223.
- Günther, Marga (2012a): Verhüllte Körper. Die Auseinandersetzung mit Körpernormierungen bei adolescenten Mädchen. In: Kraus, Anja (Hg.) (2012): *Körperlichkeit in der Schule. Aktuelle Körperdiskurse und ihre Empirie*. Oberhausen: Athena, S. 113-140.
- Günther, Marga (2012b): Körper und Körperlichkeiten: Inszenieren, Präsentieren und Erleben. In: Liebsch, Katharina (Hg.) (2012): *Jugendsoziologie. Über Adoleszente, Teenager und neue Generationen*. München. Oldenbourg, S. 115-133.
- Hendricks-Gendlin, Mary (2003): Focusing as a Force for Peace: The Revolutionary Pause. Siehe: [http://www.focusing.org/social\\_issues/hendricks\\_peace.html](http://www.focusing.org/social_issues/hendricks_peace.html)
- Jäger, Ulle (2013): Gendersensibles Coaching (nicht nur) im Berufsfeld Wissenschaft. In: Wegener, Robert; Fritze, Agnès; Loebbert, Michael (Hg.) (2013): *Coaching-Praxisfelder. Forschung und Praxis im Dialog*. Wiesbaden: Springer VS. Online Plus.
- Jäger, Ulle (2011): Individuell Erlebtes strukturell betrachtet: Mentoring für Akademikerinnen an Schweizer Universitäten. In: *Femina Politica. Zeitschrift für feministische Politikwissenschaft* 2/2011, S. 122-126.

- Jäger, Ulle (2010a): Do Little Strokes Fell Big Oakes? Mentoring within the Federal Program for Gender Equality at Swiss Universities and Its Impact on Academic Structures. In: Riegraf, Birgit et al. (Hg.): *Gender Change in Academia: Remapping the Fields of Work, Knowledge, and Politics from a Gender Perspective*, Wiesbaden: VS-Verlag, S. 423-436.
- Jäger Ulle (2010b): Wissenschaft, Partnerschaft, Elternschaft. Maßnahmen für Doppelkarrierepaare an der Universität St Gallen. Eine Untersuchung im Auftrag der Fachstelle für die Gleichstellung von Mann und Frau der Universität St Gallen.
- Jäger, Ulle (2006): Plessner, Körper und Geschlecht. Exzentrische Positionalität im Kontext konstruktivistischer Ansätze. In: Krüger, Hans-Peter; Lindemann, Gesa (Hg.) *Anthropologie im 21. Jahrhundert*, Krüger Berlin: Akademie Verlag, S. 215-234.
- Jäger, Ulle (2005): Die Rede vom Menschen – die Rede vom Körper. Eine sozialwissenschaftliche Perspektive mit Bourdieu und Plessner. In: Gamm, Gerhard; Gutmann, Mathias; Manzei, Alexandra (Hg) (2005): *Zwischen Anthropologie und Gesellschaftstheorie. Zur Renaissance Helmuth Plessners unter den Herausforderungen der biotechnologischen Medizin*. Bielefeld: Transkript, S. 99-121.
- Jäger, Ulle; Maihofer, Andrea; König, Tomke (2013): Pierre Bourdieu: Die Theorie männlicher Herrschaft als Schlussstein seiner Gesellschaftstheorie. In: Kahlert, Heike; Weinbach, Christine (Hg.) (2013): *Zeitgenössische Gesellschaftstheorien und Genderforschung. Einladung zum Dialog*. Wiesbaden: VS-Verlag, S. 15-36.
- Kaufmann, Jean-Claude (1999): *Das verstehende Interview. Theorie und Praxis*. Konstanz: UVK.
- Keller, Reiner, Meuser, Michael (Hg.) (2010), *Körperwissen*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Kern, Ernst (2014): *Personzentrierte Körperpsychotherapie*. München: Reinhardt.
- König, Tomke (2012): *Familie heißt Arbeit teilen. Transformationen der symbolischen Geschlechterordnung*. Konstanz: UVK.
- König, Tomke; Jäger, Ulle (2011): Reproduktionsarbeit in der Krise und neue Momente der Geschlechterordnung. Alle nach ihren Fähigkeiten, alle nach ihren Bedürfnissen! In: *Viel-fachKrise im finanzmarktdominierten Kapitalismus*, hrsg. von Alex Demirovic, Julia Dück, Florian Becker und Pauline Bader. Hamburg: VSA-Verlag, S. 146-163.
- Levin, David Michael (Hg.) (1997): *Language beyond Postmodernism. Saying and Thinking in Gendlin's Philosophy*. Evanston: Northwestern University Press.
- Lindemann, Gesa (1995/2011): *Das paradoxe Geschlecht. Transsexualität im Spannungsfeld von Körper, Leib und Gefühl*. Wiesbaden: VS-Verlag. 2. Auflage 2011.
- Lykke, Nina (2010): The Timeliness of Post-Constructionism. In: *Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 18/2, S. 131-136.
- Maihofer, Andrea (2014): Familiäre Lebensformen zwischen Wandel und Persistenz. Eine zeitdiagnostische Zwischenbetrachtung. In: Behnke, Cornelia et al. (Hg.) (2014): *Wissen, Methode, Geschlecht. Erfassen des fraglos Gegebenen*. Wiesbaden: Springer VS, S. 313-344.
- Maihofer, Andrea (2007): Gender in Motion. Gesellschaftliche Transformationsprozesse, Umbrüche in den Geschlechterverhältnissen? Eine Problemskizze. In: Grisard, Dominique et al. (Hg.) (2007): *Gender in Motion. Die Konstruktion von Geschlecht in Raum und Erzählungen*. Frankfurt am Main: Campus, S. 281-315.
- Maihofer, Andrea (1995): *Geschlecht als Existenzweise*. Frankfurt am Main: Helmer.
- Mangelsdorf, Marion; Palm, Kerstin; Schmitz, Sigrid (2013): Körper(-sprache) – Macht – Geschlecht. In: *Freiburger Zeitschrift für Geschlechterstudien* 19/2, S. 5-18.

- Palm, Kerstin (im Erscheinen): Gene als Bioarchive sozialer Positionierungen? Gendertheoretische Betrachtungen neuer biologischer Embodimenttheorien. In: Zettelbauer, Heidrun et al. (Hg.) (im Erscheinen): *Embodiment – Verkörperungen*.
- Reuter, Julia (2011): *Geschlecht und Körper. Studien zur Materialität und Inszenierung gesellschaftlicher Wirklichkeit*. Bielefeld: Transcript.
- Rogers, Carl (1977): *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie*. 19. Auflage 2007. Frankfurt am Main: Fischer.
- Schirmer, Uta (2010): *Geschlecht anders gestalten. Drag Kinging, geschlechtliche Selbstverhältnisse und Wirklichkeiten*. Bielefeld: Transcript.
- Schneider, Hans Julius (1997): „Zwischen den Zeilen“. Wittgenstein und Gendlin über die nicht-regelhafte Seite der Sprachkompetenz. In: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie*, 45 3, S. 415-428.
- Schneider, Hans Julius (1993): The Situatedness of Thining, Knowing and Speaking: Wittgenstein and Gendlin. In: Levin, David Michael (Hg.) (1993): *Language beyond Postmodernism: Saying and Thinking in Gendlin's Philosophy*. Evanston: Western University Press, S. 97-116.
- Schoeller, Donata (2011): Der Blick von hier. Die Bedeutung der Erste-Person-Perspektive bei Hermann Schmitz und Eugene Gendlin. In: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie*, Sonderband 29, S. 233-243.
- Schoeller, Donata (2008): Nahes Denken. Die empfindliche Ordnung bei Eugene Gendlin. Eine Einführung in seine Philosophie. In: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* 56, S. 3.
- Stumm, Gerhard; Wiltschko, Johannes; Keil, Wolfgang W. (2003): *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung*. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Uzarewicz, Michael (2011): *Der Leib und die Grenzen der Gesellschaft. Eine neophänomenologische Soziologie des Transhumanen*. Stuttgart: Lucius.
- Villa, Paula Irene (2010): Subjekte und ihre Körper. Kultursoziologische Überlegungen. In: Wohlrab-Sahr, Monika (Hg.) (2010): *Kultursoziologie. Paradigmen, Methoden, Fragestellungen*. Wiesbaden: VS-Verlag, S. 251-276.
- Waldschmidt, Anne; Schneider, Werner (Hg.) (2007): *Disability Studies, Kultursoziologie und Soziologie der Behinderung. Erkundungen in einem neuen Forschungsfeld*. Bielefeld: Transcript.
- Weiser Cornell, Ann (2013): *Focusing in Clinical Practice. The Essence of Change*. New York, London: Norton.
- Weiser Cornell, Ann (1997): *Focusing – der Stimme des Körpers folgen. Anleitungen und Übungen zur Selbsterfahrung*. Hamburg: Rowohlt.
- Wiltschko, Johannes (Hg.) (2008): *Focusing und Philosophie. Eugene T. Gendlin über die Praxis körperbezogenen Philosophierens*. Wien: fakultas.wuv
- Wittgenstein, Ludwig (1963): *Tractatus logico philosophicus. Logisch-philosophische Abhandlung*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Woelfer, Claudia (2000): Das personzentrierte Interview als qualitative Forschungsmethode. In: *Journal für Psychologie* 8 , 1, S. 3-13. URN: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-28429>
- Für weitere Schriften von Eugene T. Gendlin siehe The Focusing Institute:  
[http://www.focusing.org/gendlin\\_articles.html](http://www.focusing.org/gendlin_articles.html)