

**Birgit Müller**

**Schweigen und der leibliche Ausdruck als Herausforderungen  
in der supervisorischen Praxis**

eingereicht als

Abschlussarbeit im Zertifikatsstudiengang

„Supervision und Coaching“

an der

Hochschule Mittweida (FH)

University of Applied Sciences

Fakultät Soziale Arbeit

in Kooperation mit BASTA Fortbildungsinstitut

für Supervision und Coaching e.V.

Mittweida, 2019

Erstprüferin: Alice Gayed

Zweitprüfer: Prof. Dr. Stefan Busse

vorgelegte Arbeit wurde verteidigt am 07.02.2020

# „Schweigen und der leibliche Ausdruck als Herausforderungen in der supervisorischen Praxis“

Birgit Müller

## Referat:

Jede\*r Supervisor\*in kennt die Situation, in der Supervisand\*innen schweigen und scheinbar nichts sagen wollen. Das Schweigen steht scheinbar im Kontrast zum sprachlichen Gehalt der Supervision und erscheint zunächst als irritierendes sowie unkontrollierbares, dysfunktionales Moment. Auch der leibliche Ausdruck oder, moderner ausgedrückt, körpersprachliche Ausdruck erscheint als nicht-sprachliches Element der Supervision, der jedoch in seiner Wirksamkeit im supervisorischen Prozess sowie in seiner Funktion für einen Erkenntnisgewinn nicht zu unterschätzen ist. Versteht man Supervision als strukturierten, versprachlichten Erkenntnisprozess, so stellt sich dabei die Frage, wie das Schweigen und der leibliche Ausdruck in diesem Kontext verstanden werden können. In meiner Auseinandersetzung mit dieser Frage will ich zudem die Wirksamkeit dieser beiden Phänomene als nicht-intendierte Elemente von Supervision betrachten.

## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	4
2. Schweigen	6
2.1 Schweigen als Element der Kommunikation	6
2.2 Schweigen in der Supervision	7
2.3 Schweigen der Supervisand*in	8
2.4 Schweigen als Interventionsform der Supervisor*in	11
3. Der leibliche Ausdruck	12
3.1 Leib und Leiblichkeit	12
3.2 Das Phänomen des leiblichen Ausdrucks	13
3.2.1 Der leibliche Ausdruck als kommunikatives Element	14
3.2.2 Das Unverfügbare im leiblichen Ausdruck	16
3.2.3 Die Einmaligkeit des leiblichen Ausdrucks	17
3.3 Leibliche Resonanz in der supervisorischen Praxis	17
3.3.1 Emotionalität und der leibliche Ausdruck	19
3.3.2 Affektbilanzierung – Eine Handlungsempfehlung	20
4. Abschluss	23
5. Literaturverzeichnis	25

## 1. Einleitung

Versteht man das Format Supervision als einen Erkenntnisprozess, der sich durch Sprache, kognitive und selbstreflexive Aspekte auszeichnet, zudem mit diversen Methoden und Techniken angereichert ist, die zumeist auf der kognitiven Ebene ansetzen, so stehen zum einen zunächst die *geistigen*, ergo kognitiven Prozesse im Fokus, durch welche die Supervisor\*in in Kontakt mit der Supervisand\*in tritt. Zum anderen konzentriert man sich zumeist auf aktivierende sowie intervenierende Elemente, die auf der kognitiven Ebene, die Selbstreflexion anregend, eingesetzt werden, um etwas zur Sprache kommen zu lassen, *geistige Bewegung* zu generieren etc., damit letztlich ein strukturierter, gesteuerter Prozess entsteht, den man als Supervisor\*in möglichst im Griff haben will. Ungeachtet dessen, dass jene Aspekte alle relevant und auch wesentlich für den supervisorischen Prozess sind, ereignen sich in diesem auch Dinge auf nicht-sprachlicher Ebene, die nicht steuer- und kontrollierbar sind, die vielleicht auch unbemerkt, da flüchtig und kaum sicht- bzw. vorhersehbar auftreten und für eine Irritation, ein Stocken oder eine Verzögerung sorgen können.

„Unser Verhalten zur Welt und Mitwelt trägt in sich eine Schicht von Unwillkürlichem und Ungewusstem, dass weder rein der Natur gehört, noch auch meiner vollen Verfügung untersteht“ (Waldenfels 1980: 41). Dieses Verhalten, welches sich laut Waldenfels „meiner vollen Verfügung“ entzieht, beinhaltet dadurch Aspekte des Un-Verfügbaren, die sich meines Erachtens in der Supervision anhand von Phänomenen, wie bspw. dem Schweigen oder dem leiblichen Ausdruck zeigen können. Ersteres wird zumeist, und dies auch in der negativen Konnotation, als Ablehnung des Sprechens, d.h. als ein Nicht-Sprechen-Wollen definiert und daher als hinderlich für den supervisorischen Prozess betrachtet (vgl. Gebauer 1992: 27). Aber das Schweigen kann auch anders interpretiert werden. „As language points to its own transcendence in silence, silence points to its own transcendence – to a speech beyond silence“ (Sontag 1991: 18). Das Schweigen kann damit als zugehörig zur Sprache und allgemeinen Sprachpraxis definiert werden, welches diese zugleich rahmt. Dabei ist dem Schweigen eine Eigendynamik immanent; offenbart sich etwas Nicht-Greifbares, was sich zunächst dem Verstehen des zuhörenden Subjekts entzieht.

Der Begriff des leiblichen Ausdrucks eröffnet wiederum eine eigene Bedeutungsebene, die weder an die Sprache im herkömmlichen Sinne oder Schrift gebunden ist, sondern durch die Körperlichkeit des Leibes sicht- und erfahrbar wird (vgl. Waldenfels 2000: 230). Auch wenn die Begriffe Leib bzw. Leiblichkeit etwas antiquiert oder irritierend klingen mögen, möchte ich diese dennoch verwenden. Im Unterschied zum Begriff des Körpers, dessen Bedeutung sich auch aus dem Körper-Haben und Körper-Sein ergibt, beinhaltet der Begriff des Leibes noch vielfältigere Facetten. In diesem vereinen sich Subjektivität, Weltbezogenheit, Selbstbezug (ich spüre meinen Schmerz und damit meine Leiblichkeit) und Selbstentzug (ich stolpere unerwartet, mir fällt etwas aus der Hand) (vgl. Merleau-Ponty 1966: 464, vgl. Waldenfels 2000: 43 f.). D.h. diesem Verständnis des Leibes ist etwas Unverfügbares immanent. So bedeutet das Unverfügbare des Leibes auch, dass sich ein Schmerzgefühl nicht wiederholen kann (ich kann den gleichen Schmerz nicht zweimal spüren). Außerdem bin ich nicht in der Lage, den Vorfall, bei welchem mir eine Tasse aus der Hand rutscht, ein zweites Mal in der gleichen Art und Weise zu wiederholen (vgl. Waldenfels 2000: 218). Der leibliche Ausdruck, den ich später noch etwas genauer beschreiben werde und der sich im Umgangssprachlichen wohl am besten als körperlicher Ausdruck oder auch Körpersprache übersetzen lässt, stellt eine wichtige Grundlage in einem als ganzheitlich zu betrachtenden Verstehens- und Erkenntnisprozess einer Supervision dar: Indem ich diesen wahrnehme, erkenne ich mein Gegenüber als ganzheitliches Wesen an, welches sein Denken und Fühlen nicht nur versprachlichen, sondern dies auch „verleiblichen“ kann. Dabei kann sich auf der leiblichen Ebene der Vorgang des Fühlens und Denkens schon vollziehen, bevor dieser von der Person selbst erkannt und verbalisiert wird (vgl. Damasio 2000: 50).

Ich möchte mich im Folgenden beiden Phänomenen widmen, um deren Bedeutung für die supervisorische Praxis zu beleuchten und um herauszufinden, in welcher Form diese im supervisorischen Prozess wirksam sein können.

## 2. Schweigen

### 2.1 Schweigen als Element der Kommunikation

Die Betrachtung des Phänomens des Schweigens kann in vielfältiger Weise geschehen. Der Bedeutungshorizont des Schweigens erstreckt sich von höflich, verständlich, rücksichtsvoll, erstaunt bis zu beleidigt, verweigernd, verdrängend oder auch provozierend. Je nach Kontext und Personen kann sich die Bedeutungsvielfalt noch erweitern. So vielfältig das Schweigen in diversen Zusammenhängen interpretiert werden kann, stellt es, so wie auch das Sprechen, Kennzeichen einer sozialen und kommunikativen, d.h. interaktiven Situation dar. „Immer spricht und schweigt der Mensch für andere und zu anderen. So wenig ein Sprechen für sich und an sich existiert, so wenig, analog, ein Schweigen des Menschen“ (Dieckmann 1992: 67). D.h. das Schweigen gilt als ein wesentlicher Bestandteil der menschlichen Kommunikation und eröffnet, aufgrund der möglichen Bedeutungsmuster, die diesem zugeschrieben werden können, Räume für Spekulationen (vgl. Bazil/ Piwinger 2009: 2). Auch wenn diese „Räume für Spekulationen“ eine Offenheit bei den möglichen Interpretationen erzeugen müssten, werden dem Schweigen, auch wenn es zuweilen angemessen und passend sein kann, zumeist destruktive Kräfte zugeschrieben, die u.a. Unsicherheit, Zweifel und Enttäuschungen beim Gegenüber hervorrufen können (vgl. ebd.: 19). D.h. das Schweigen irritiert zunächst und stört die Kommunikation und dadurch das Verstehen und Verstanden-werden. Dabei kann das Schweigen auch und trotz der möglichen Verunsicherung etwas Verbindendes generieren. So wie ein Gespräch verbindet, kann dies auch im gemeinsamen Schweigen geschehen (vgl. Wulf 1992: 8). Eine „schweigende“ Kommunikation existiert ebenso wie eine „verbale“ Kommunikation. Zudem kann sich ein Schweigen in eine Kommunikation einfügen und dabei weder störend noch nicht nachvollziehbar sein. Letztlich kann man das Schweigen, solange es kein provozierendes und radikales ist, welches das Sprechen generell ablehnt, als ein meta-kommunikatives Element betrachten, sozusagen als „eine Art Kommentar zu einem aktuellen Stand der Kommunikation“ (Gebauer 1992: 27).

Ungeachtet dessen, dass das Schweigen keine Unterbrechung der Kommunikation darstellt, sondern ein Element dieser ist, hat es dennoch eine Auswirkung auf die sich vollziehende Kommunikation. Wie schon erwähnt, kann das Schweigen

Gesprächspartner\*innen irritieren oder auch verunsichern, so dass im schlimmsten Fall das Gespräch enttäuscht abgebrochen wird, da das Schweigen sich nicht auflöst oder erklärt wird. D.h. das Schweigen wirkt sich auf die Beziehungsebene der Gesprächspartner\*innen und damit auf die gegenseitige Wahrnehmung aus (vgl. Bazil/Piwinger 2009: 6). Zudem erhält die gegenseitige Wahrnehmung dabei viel Spielraum, da das Schweigen sich nicht selbst erklärt, sondern dessen Bedeutung erfragt und in Erfahrung gebracht werden muss.

Das Schweigen entzieht sich in dem Moment, in dem es geschieht, der eigenen Kontrolle. Dies kann mir selbst widerfahren – mir fehlen die Worte, es verschlägt mir die Sprache – oder ich erhalte ein Schweigen meines Gegenübers als Antwort. Das Schweigen besitzt eine Eigendynamik, die ich zunächst und im Moment des Schweigens ertragen muss.

## 2.2 Schweigen in der Supervision

Das Schweigen und dessen Eigendynamik können sich auch in Supervisionsprozessen finden. Nicht, dass sich diese durch reines Schweigen auszeichnen, sondern es gibt Momente des Schweigens, die sich der supervisorischen Kontrolle oder Beeinflussung entziehen. Eine solche Situation kann stark irritieren, da in der Supervision Erkenntnisgewinn, Selbstreflexion und mehrperspektivische Betrachtungen, die zur Sprache gebracht werden sollen, eine wesentliche Rolle spielen. Schweigen Supervisand\*innen, so kann dies im besten Fall Nachdenklichkeit, vielleicht auch eine gedankliche Verzögerung oder Erstaunen bedeuten und im schlimmsten Fall eine Verweigerung der Antwort.

Dabei kann es, wie in jeder anderen Beratungssituation auch, passieren, dass in der Supervision geschwiegen wird. Wie ich schon erwähnt habe, kann das Schweigen verschiedene Anlässe und auch Bedeutungen haben, die nicht immer gleich versteh- und erklärbar sind und Interpretationsspielräume zulassen, so dass es zu einer Irritation im Gesprächsfluss kommen kann, die sich zudem auch auf die Gesprächspartner\*innen auswirken und diese in ihrem Kontakt verunsichern kann. Es ist vorstellbar, dass Supervisor\*innen Supervisand\*innen gegenüber sitzen, die schweigend auf eine Frage

reagieren oder die ihren Redefluss unterbrechen, schweigen, dann erneut weiter sprechen, dabei ein neues Thema beginnend.

Was sich zunächst feststellen lässt ist, dass zum einen etwas passiert, während geschwiegen wird und dass zum anderen dieses „Geschehen des Schweigens“ im Wiederaufgreifen des Gesprächs mitschwingt und nachwirkt – bei der Supervisor\*in als auch bei der Supervisand\*in. Dabei bedeutet das Schweigen zunächst nur, dass keine Aussagen verbalisiert werden: Die Schweigende erfährt sich selbst im Denken, in ihrem inneren Dialog und auch wenn der innere Dialog ein sprachlich bedingter Prozess ist, wird dieser nicht artikuliert und der Zuhörenden nicht zur Verfügung gestellt (vgl. Merleau-Ponty 1966: 459 f.).

Das Schweigen der Supervisand\*in wirkt demnach im Moment des Vollzugs bzw. Geschehens als intermittierendes Element der Kommunikation auf verschiedenen Ebenen: im schweigenden Subjekt als innerliches Selbstgespräch, im Miteinander zwischen Supervisand\*in und Supervisor\*in als eine Zäsur des gesprochenen Dialogs oder sogar als zeitweilige Unterbrechung des Kontakts, in der Supervisor\*in als mögliche Irritation, auf alle Fälle als etwas zunächst Nicht-Greifbares.

Das Unverfügbare des Schweigens in der Supervision liegt darin, dass ich als Supervisor\*in nicht weiß, was mein schweigendes Gegenüber denkt und ob es noch mit mir im Kontakt und im Gespräch, also in einer, wenn auch innerlichen, dialogischen Kommunikation ist. Daher kann das Schweigen zum einen zweifelsfrei als ein aktives Element der Kommunikation bezeichnet werden, selbst wenn es ein bewusstes Nicht-Sprechen-Wollen bedeutet. Zum anderen darf es als ein beachtenswerter Bestandteil für den supervisorischen Prozess betrachtet werden, dessen Unverfügbarkeit irritierend wirksam sein darf.

### 2.3 Schweigen der Supervisand\*in

Nicht jedes, noch so kleine Schweigemoment, bspw. das Schweigen vor dem Aussprechen eines Satzes oder dem Formulieren eines neuen Gedankens, muss tiefgründig thematisiert werden. So ist eine Pause zwischen zwei Sätzen, in der

geschwiegen wird, auch nur eine Pause. Jedoch wirkt sich ein längeres Schweigen der Supervisand\*in entsprechend auf die Supervisor\*in aus; je länger das Schweigen, umso irritierender kann dies sein. Es scheint daher eine gewisse Herausforderung für Supervisor\*innen zu sein, ein längeres Schweigen der Supervisand\*in auszuhalten, ohne sich zu vorschnell in ein voreiliges Interpretieren, Agieren und Intervenieren zu stürzen. Indem das Schweigen als ein wesentlicher Bestandteil der Kommunikation, als Ausgangs- und Endpunkt der Rede, zugleich auch kreative Pause, legitimer Rückzugsort des Gegenübers, um mit sich selbst gedanklich in Resonanz gehen zu können, betrachtet wird, kann sich dessen negative Konnotation und angstausslösende Wirkung reduzieren: Das Schweigen darf sein und wirksam werden, ohne dass Angst aufkommen muss, mit dem Schweigen nicht umgehen zu können.

Die Herausforderung, mit dem Schweigen umgehen zu können, liegt zum einen darin, nicht zu voreilig zu intervenieren und damit möglicherweise den Gedankengang, das innerliche Selbstgespräch der Supervisand\*in zu stören oder zu stark auf den Gedankengang der Supervisand\*in Einfluss zu nehmen. Zum anderen kann es bei Team- oder Gruppensupervisionen eine Herausforderung für das Team oder die Gruppe darstellen, das Schweigen einzelner Teilnehmer\*innen auszuhalten. Wiederum ist es für Supervisor\*innen herausfordernd, das Schweigen des Teams oder der Gruppe auszuhalten. Damit fordert das Schweigen im Allgemeinen die Geduld und Rücksichtnahme aller heraus.

In der gewaltfreien Kommunikation stellt Marshall Rosenberg fest, dass das Schweigen als größte Herausforderung an das eigene Einfühlungsvermögen bezeichnet werden kann (vgl. Rosenberg 2016: 122). Ignoriere und übergehe ich als Supervisor\*in ein Schweigen in der Supervision, da ich entweder irritiert bin, dies aber nicht äußern will oder weil mich das Schweigen als Störfaktor aufregt und beunruhigt, so kann es passieren, dass wichtige Gedanken, Ideen, Gefühle der Supervisand\*in, die für den Prozess relevant sind, verloren gehen können. Im schlimmsten Fall verliere ich möglicherweise den Kontakt zur Supervisand\*in. Es kann daher im supervisorischen Umgang mit dem Schweigen als ein Ziel betrachtet werden, dass Schweigen in seiner Wirklichkeit und Wirksamkeit zu betrachten und diesem Zeit und Raum zu geben, bis die Supervisand\*in das Gespräch wieder aufnimmt. Des Weiteren ist es möglich, das

Schweigen zu thematisieren, um damit zu versuchen, mögliche Gefühle oder Bedürfnisse, Gedanken oder Ideen der Supervisand\*in, die hinter dem Schweigen liegen könnten, zur Sprache kommen zu lassen (vgl. ebd.: 122 ff.). Rosenberg weist darauf hin, dass dem Schweigen mit Empathie begegnet werden soll und betont zugleich auch das Zur-Verfügung-Stellen der eigenen inneren Prozesse, die durch das Schweigen ausgelöst wurden (vgl. ebd.). „Empathie bedeutet ein respektvolles Verstehen der Erfahrungen anderer Menschen“ (Rosenberg 2016: 95).

Neben diesen beiden Möglichkeiten, mit dem Schweigen der Supervisand\*in umgehen zu können, möchte ich vorschlagen, dass ein Zur-Verfügung-Stellen der inneren Prozesse auch beiderseitig geschehen und auch die Supervisand\*in aufgefordert werden kann, ihr Schweigen als kommunikatives Element zu reflektieren. Denn auch wenn das Schweigen scheinbar passiv und auf sich selbst bezogen scheint, den Kontakt oder Redefluss mit dem Anderen unterbrechend, so bleibt es zum einen ein kommunikativer Akt, der sich durch Innerlichkeit auszeichnet. Zum anderen ist das Schweigen ein soziales Moment. Es bezieht sich auf den Anderen, die Welt und sich selbst zugleich und auch wenn dies dem schweigenden Subjekt im Moment des Schweigens selbst nicht zugänglich ist, so verhält es sich doch zu etwas (vgl. Slaby 2008: 111).

Dennoch kann es passieren, dass durch die Thematisierung des Schweigens eine Beschämung der Supervisand\*in geschieht, die dann verstärkt werden kann, wenn die Supervisand\*in sich in einem Gefühl der Zurückhaltung oder auch des Widerstands erlappt fühlt (vgl. Wernado 2012: 156 f.). Die Beschämung der Supervisand\*in sollte dann von der Supervisor\*in aufgefangen und der Schamaffekt als konstruktives Element in die Beratungssituation eingebracht werden können, um im Kontakt zur Supervisand\*in zu bleiben (vgl. ebd.). Auch hier bedarf es der Empathie und Vorurteilsfreiheit der Supervisor\*in, um das je individuelle Bedürfnis der Supervisand\*in, das Schweigen und den möglicherweise ausgelösten Schamaffekt thematisieren oder nicht thematisieren zu wollen, anzuerkennen.

Das Schweigen der Supervisand\*in stellt daher einen kommunikativen Ausdruck dar, der den supervisorischen Prozess vielleicht irritiert, aber diesen auch um weitere Bedeutungskontexte, die Erkenntnisgewinn bedeuten können, bereichert.

## 2.4 Schweigen als Interventionsform der Supervisor\*in

Auch ein längeres Schweigen der Supervisand\*in kann diverse und möglicherweise paradoxe Gefühlszustände und Gedankengänge in der Supervisor\*in hervorrufen. Unabhängig davon, ob das Schweigen als eine Zurückweisung, als Unlust, vielleicht auch Langeweile, Nachdenklichkeit oder auch produktives Arbeiten, im Sinne eines Nachdenkens oder Nachsinnens der Supervisand\*in interpretiert wird – es wird nicht möglich sein, dieses zu ignorieren. Um in guter Resonanz mit der Supervisand\*in zu bleiben, ist es wohl notwendig, das Schweigen als solches anzunehmen und in den supervisorischen Prozess zu integrieren, d.h. in Resonanz zur schweigenden Supervisand\*in und damit in Kontakt mit dieser gehen. (Bezüglich dieser Form des In-Resonanz-Gehens mehr in Kapitel 3.3.1.) So wird zudem der eigenen, möglicherweise frei und wild flottierenden Interpretationen bezüglich des Schweigens der Supervisand\*in nicht allzu viel Raum gegeben. Auch aufseiten der Supervisor\*in kann ein Schweigen präsent sein, ohne dass dadurch eine große Irritation bei der Supervisand\*in entsteht.

Neben dem Schweigen als einem gängigen Bestandteil der Kommunikation, ist es jedoch auch möglich, dass die Supervisor\*in das Schweigen ganz bewusst einsetzt. Ziel ist es dabei, so wenig sprachliche Interventionen und damit Vorgaben, Anregungen, Interpretationen wie möglich zu geben, so dass der Supervisand\*in so viel Freiraum zur Verfügung steht, dass das zur Sprache kommen kann, was auch zur Sprache kommen soll. Mit den Worten Ludwig Wittgensteins: „Wovon man nicht sprechen kann, darüber muß man schweigen“ (Wittgenstein 2018: 111), könnte man anführen, dass die Supervisor\*in nur das ansprechen kann, was schon benannt wurde – alles andere wäre Spekulation oder möglicherweise eine zu starke Einflussnahme auf die weiteren Gedankengänge der Supervisand\*in. Denn letztlich sollte die Supervisand\*in frei sprechen können. (Unerwähnt soll hierbei nicht bleiben, dass ein Interpretieren vonseiten der Supervisor\*in nicht zwingend beeinflussend sein muss, sondern auch produktive Gesprächs- und damit Supervisionsprozesse anregen kann.)

Dass sich verbale Zurückhaltung, ergo Schweigen, und scheinbare Passivität der Supervisor\*in die Supervisand\*in irritieren oder auch als provokant, vielleicht sogar als

Desinteresse vonseiten der Supervisor\*in wahrgenommen werden kann, lässt sich nicht ausschließen.

Die Supervisor\*in interveniert durch scheinbares nicht-intervenieren, d.h. durch Schweigen, und lässt der Supervisand\*in und ihrer Eigendynamik im Denken und den sich dadurch selbst entwickelnden Themen Raum. Das Schweigen der Supervisor\*in als Interventionsform kann als ein Versuch bezeichnet werden, den eigenen Einfluss auf die Themenfindung, Gedankengänge etc. der Supervisand\*in stark zu reduzieren sowie zugleich das empathische Zuhören zu verstärken. Man könnte dieses Vorgehen als psychoanalytische Technik bezeichnen, da schweigend dem Erzählen der Supervisand\*in volle und empathische Aufmerksamkeit geschenkt wird. Es stellt sich dennoch die Frage, ob eine solche Technik einer Einführung bedarf oder, je nach Beziehungsqualität zwischen Supervisor\*in und Supervisand\*in, ohne aufklärende Bemerkung einfach im Supervisionsprozess vollzogen werden kann. Ziel sollte es jedoch sein, dass das Schweigen der Supervisor\*in nicht als Desinteresse interpretiert wird und so zu einer Störung des supervisorischen Prozesses führt. D.h. hier sollte das individuelle Bedürfnis der Supervisand\*in nach sprachlicher Resonanz und Austausch berücksichtigt werden.

Das Schweigen als bewusstes Schweigen vonseiten der Supervisor\*in sollte also fokussiert und sensibel im supervisorischen Prozess eingesetzt werden, um weder eine inhaltliche noch eine Störung auf der Beziehungsebene entstehen zu lassen. Die Herausforderung liegt zunächst in der veränderten Betrachtung des Schweigens: Dieses sollte wertneutral als *nur* kommunikativer Akt, befreit von negativer und destruktiver Konnotation sowie angstauslösendem Potential, betrachtet werden.

### 3. Der leibliche Ausdruck

#### 3.1 Leib und Leiblichkeit

Bevor ich auf den Begriff des leiblichen Ausdrucks im Speziellen eingehe, will ich zunächst den Begriff des Leibes beleuchten. Dabei beziehe ich mich auf eine phänomenologische Betrachtungsweise des Begriffs. Merleau-Ponty bezeichnet in

seinem Werk „Phänomenologie der Wahrnehmung“ den Leib als Ursprung aller Ausdrucksräume, als die Bewegung des Ausdrückens selbst und als das, was die Bedeutungen aus sich erst entwirft (1966: 176). Der Leib im Verständnis Merleau-Pontys stellt demnach ein Symbol dar, in welchem sich Körperlichkeit, Weltbezogenheit, Selbstbezug sowie Fremdheit versinnbildlichen und welcher wiederum in seiner Zeichenfunktion auf seine Umgebung wirkt. So ist der Leib nicht nur der Ausgangspunkt von Ausdrücken, sondern er selbst ist Ausdruck von etwas (vgl. ebd.: 193). Die Existenz des Leibes lässt sich weder vom Subjekt noch von der Existenz der Welt trennen, sondern das Subjekt bzw. das Wesen der Subjektivität ist immer eins mit seiner Existenz als Leib und mit der Existenz der Welt (vgl. ebd.: 464). Der Leib ist mein Bezugspunkt – zu mir selbst, zur Welt und zu den Anderen. Durch meinen Leib erfahre ich die Welt und zugleich erfahre ich dadurch meine eigene Leiblichkeit; es besteht eine unaufhaltsame und beständige Koexistenz mit der Welt, den Anderen und allen Dingen, die ich leiblich wahrnehme (vgl. ebd.: 220). Damit ist der Leib immer Medium des Bezugs zur Welt als auch Medium der Selbstdarstellung: „Im Ausdruck stelle ich mich selbst leiblich dar als jemand, der etwas erlebt, fühlt, denkt usw.“ (Waldenfels 2000: 210). Der Leib stellt demnach den Ausdruck eines Zur-Welt-Seins des eigenen Körpers dar (vgl. ebd.: 115). Dieses Zur-Welt-Sein des eigenen Körpers, d.h. das körperliche Verhalten, bezeichnet nicht nur äußerlich etwas und verweist dabei auf eine innerliche Wirklichkeit, die adäquat zum körperlichen Verhalten ist, sondern es verweist auf die Leiblichkeit des Menschen, welche die Grundlage des Zur-Welt-Seins sowie der körperlichen Reaktion auf dieses ist. So realisiert sich in der Leiblichkeit auch das, was man als den leiblichen Ausdruck bezeichnet (vgl. ebd.: 223).

### 3.2 Das Phänomen des leiblichen Ausdrucks

Schon Merleau-Ponty stellte fest, dass man nicht mit Vorstellungen oder Gedanken kommuniziert, sondern mit einem sprechenden Subjekt und dadurch mit dessen bestimmter Weise zu sein und zugleich mit der „Welt“, die es „im Blick“ hat (vgl. Merleau-Ponty 1966: 217 f.). Daher sind Worte, Ideen, Vorstellungen etc., d.h. alle verbalen Äußerungen immer an das Subjekt gekoppelt, welches diese aus seiner je individuellen, situativen, weltbezogenen und welterfahrenen als auch welterfahrenden Perspektive formuliert. Konsequenterweise, und auf die oben ausgeführten Gedanken zum Leib

und zur Leiblichkeit bezogen, gedacht, bedeutet dies auch, dass Gedanken nicht isoliert auf die kognitive Ebene beschränkt bleiben und allein auf dieser zu betrachten sind, sondern dass sie sich auch leiblich zeigen, sich sozusagen ver-leiblichen. Wenn sich etwas ver-leiblicht und dadurch sichtbar wird, wird dies als ein Verhalten des Subjekts sichtbar. Dies bedeutet jedoch nicht, dass in einem einfachen und linearen Verständnis Verhalten etwas äußerliches und sichtbares darstellt, welches durch etwas innerliches und nicht sichtbares, d.h. Gefühle, verbunden und dadurch entstanden ist. Im Gegenteil ist dem Verhalten selbst eine Bedeutung immanent (vgl. Waldenfels 2000: 229). So entsteht eine Bedeutungsebene, die durch den Leib sichtbar wird und nicht an Sprache oder Schrift gebunden ist und als leiblicher Ausdruck bezeichnet wird (vgl. ebd.: 230).

### 3.2.1 Der leibliche Ausdruck als kommunikatives Element

Das leibliche Verhalten hat zugleich immer schon eine öffentliche Seite, d.h. zur Leiblichkeit gehört von vornherein eine Zwischenleiblichkeit, in dem Sinne, dass der eigene Leib auf die Anderen bezogen und durch sein Gebundensein an und Geprägtsein durch die Welt gekennzeichnet ist (vgl. ebd.: 240). So entsteht der leibliche Ausdruck immer schon durch den Einfluss und die gleichzeitige Beanspruchung und Anregung von außen. Das Andere bzw. Äußere, oder auch das Mich-Befremdende, wird in den leiblichen Ausdruck und damit in die subjektive Selbstdarstellung integriert (vgl. ebd.). Den leiblichen Ausdruck kann man letztlich auch als je individuellen Ausdruck des Subjekts verstehen: In meiner leiblichen Selbstdarstellung verdeutlicht sich mein Erleben, meine Erfahrungen, mein Denken und Fühlen etc. als Subjekt in dieser Welt. Daher besitze ich nicht nur die Fähigkeit, Worte zu verwenden, um mich auszudrücken, sondern kann dies auch mittels meiner Mimik, Gestik sowie meinen Körperhaltungen etc. vollziehen.

Diese körperlichen Ausdrucksweisen rekurrieren jedoch nicht auf Worte bzw. Sprache und haben dennoch die Funktion, dass sie in Resonanz zu den Anderen stehen und von diesen wahrgenommen werden (sollen). D.h. der leibliche Ausdruck verweist einerseits auf den Menschen als soziales Wesen, das schon immer durch sein In-der-Welt-Sein mit dieser verbunden und in Resonanz ist und in dieser seine Wirksamkeit erlebt. Andererseits verweist er auf die Vielschichtigkeit und Allgegenwärtigkeit der

Kommunikation. So sprechen auch Watzlawick et al. davon, dass Kommunikation nicht nur aus Worten besteht, sondern dass zu dieser auch alle paralinguistischen Phänomene, wie Tonfall, Pausen, Seufzen etc. sowie Körperhaltung, Ausdrucksbewegungen, zusammengefasst Körpersprache innerhalb eines bestimmten Kontextes gezählt werden - „kurz, Verhalten jeder Art“ (Watzlawick; Beavin; Jackson 2017: 58). Man kann demnach feststellen, dass kognitive Prozesse nicht als rein geistige Vorgänge betrachtet werden können, sondern diese sind immer schon in die Kontexte von Leib, Subjekt und Welt eingebunden. D.h. kognitive Prozesse äußern sich auch auf der leiblichen Ebene oder, um es allgemeiner zu formulieren, auf der körpersprachlichen Ebene.

Der Begriff des Embodiments verweist daher zu Recht auf das Phänomen, dass der Geist immer in einen Körper eingebettet ist und nicht auf neuronale Prozesse reduziert werden kann (vgl. Storch; Tschacher 2016: 25). Jegliche psychischen Vorgänge finden daher stets in einer körperlichen Einbettung statt, so dass von der Kognition als verkörperter Kognition gesprochen werden kann (vgl. ebd.: 36).

Der leibliche Ausdruck, den ich als körpersprachliches Element verstehe, ist daher ein wesentlicher und zu beachtender Bestandteil jeglicher Kommunikation und verweist zugleich auf Affekte, die hinter diesem stehen sowie auf kognitive Verarbeitungsprozesse, die sich unbewusst leiblich äußern. Es wäre jetzt schon möglich zu mutmaßen, dass sich durch den leiblichen Ausdruck und die sich in diesem zeigenden Affektqualitäten, Rückschlüsse auf kognitive Bewertungen, Werturteile etc. bezogen auf den jeweiligen Kontext des Gesprächs oder der Interaktion denken lassen. So kann der leibliche Ausdruck nicht nur als ein Bestandteil der Kommunikation betrachtet werden, sondern die Kommunikation selbst findet auch auf leiblicher Ebene statt. Dabei lässt diese Form der direkten leiblichen Kommunikation wiederum auch den Verweis auf kognitive (Bewertungs-)Prozesse zu, die dem leiblichen Ausdruck möglicherweise immanent sind und als Marker für Ablehnung, Zustimmung, Unsicherheit, Aufregung, Wut, Gelassenheit, etc. interpretiert werden können.

Das Kennzeichnende des leiblichen Ausdrucks ist jedoch immer auch seine Nicht-Greifbarkeit: Ich selbst kann meinen leiblichen Ausdruck weder sehen noch im Moment begreifen. Er wird also erst verstehbar für mich durch die oder den Anderen, die oder

der aufmerksame\*r Beobachter\*in ist und mir ihre oder seine Beobachtung zur Verfügung stellt oder auch leiblich in Resonanz mit mir geht.

### 3.2.2 Das Unverfügbare im leiblichen Ausdruck

Wie schon in der Einleitung erwähnt, ist der Leib gekennzeichnet durch den Selbstbezug und Selbstentzug. In den Momenten des Selbstbezugs, in denen sich auch der Selbstentzug zeigt (Momente der Müdigkeit – ich nicke für eine Sekunde ein; der Blick in den Spiegel – ich sehe mich (im Ausschnitt) und bin in diesem Moment nicht auf mich selbst bezogen), bin ich leiblich beteiligt, aber auch zugleich von mir entfernt (vgl. Waldenfels 2000: 44). Zudem ist mir mein Leib, und daher die Betrachtung dieses, immer in einer bestimmten Art und Weise gegeben, d.h. ich habe immer einen bestimmten Blickwinkel auf meinen Leib, der in diesem Moment andere Perspektiven nicht zulässt, die sich damit auch meiner Aufmerksamkeit entziehen und mir nicht zugänglich sind (vgl. ebd.: 31). Außerdem lässt sich, so Waldenfels, der leibliche Ausdruck nicht wiederholen oder übertragen, so wie sich im Gegensatz dazu ein gesprochener Satz von einer anderen Person wiederholen lässt; der leibliche Ausdruck entzieht sich einer Reproduktion (vgl. ebd.: 238).

Diese Besonderheiten und diese Eigendynamik des leiblichen Ausdrucks zeigen an, dass ich nicht in der Lage bin, diesen umfänglich zu kontrollieren, auch wenn es sehr wohl möglich ist, mit einer antrainierten Körpersprache bewusst Akzente setzen zu können (als Verkäufer\*in freundlich lächeln, obwohl die Kund\*in sich beschwert, direkter Blickkontakt im Beratungsgespräch etc.). Aber die Unverfügbarkeit des leiblichen Ausdrucks, das, was mir widerfährt, was sich meiner Steuerung und Beeinflussung entzieht, kann jedoch im Moment des Vollzugs vom aufmerksamen Gegenüber entdeckt werden. Es bedarf dafür eines offenen Blicks und der Resonanz, die auch das leibliche Spüren berücksichtigt. Dieses leibliche Spüren bedeutet eine Integration und Berücksichtigung leiblicher, oder allgemeiner ausgedrückt, körper(sprach)licher Phänomene innerhalb jeglicher Interaktionen als *Botschafter* oder *Marker* oder *Charakteristika* des Subjekts. So entsteht ein Bild des Subjekts, welches auf allen intra- und interpersonalen Ebenen kommunizieren kann und dies realiter auch macht, obwohl es ihm selbst nicht jederzeit bewusst ist.

### 3.2.3 Die Einmaligkeit des leiblichen Ausdrucks

Indem der leibliche Ausdruck immer ein subjektiver Ausdruck ist, bringt er jedoch zugleich immer auch die Weltbezogenheit des Subjekts und damit den Anderen bzw. die Bezogenheit auf diesen mit zum Ausdruck (vgl. ebd.: 240). Im subjektiven leiblichen Ausdruck wird zudem nicht nur das eigene Erleben zum Ausdruck gebracht, sondern es kommen auch Dinge zum Ausdruck, die nicht bewusst beeinflusst werden können, die sich der Kontrolle und Steuerung des Subjekts entziehen (vgl. ebd.). Die so entstehende Körpersprache übernimmt dennoch nicht in gleicher Weise eine Darstellungsfunktion wie die Sprache: Ein Satz kann von einer anderen Person wiederholt werden, d.h. die Aussage eines Satzes kann übertragen werden, während der leibliche Ausdruck als kommunikatives und körpersprachliches Element weder wiederholbar noch übertragbar, sondern einmalig in seinem Erscheinen ist (vgl. ebd.: 238). So entsteht ein Zornesausbruch bei einem Menschen in seiner je eigenen individuellen Dynamik und lässt sich in dieser Form nicht wiederholen oder übertragen: Ich spüre meinen Zorn, aber ich betrachte mich nicht dabei und realisiere diesen Zorn nicht mit Worten, sondern der Zorn realisiert sich in meinem je eigenen und situativen leiblichen Ausdruck. D.h. der Körper wird nun selbst zu einem sprachlichen Medium, ergänzt nicht mehr nur die Sprache, sondern besitzt und bildet eine eigene Sprache (vgl. ebd.: 235 ff.). Die Kommunikation findet daher nicht nur auf der Ebene der akustischen Wahrnehmung der Stimme, sondern auch auf der Ebene der optischen Wahrnehmung der Gesten, Mimik, Körperhaltung etc. des Gegenübers statt (vgl. Argule 1992: 359).

Was bedeutet dies nun bezogen auf die supervisorische Praxis?

### 3.3 Leibliche Resonanz in der supervisorischen Praxis

Es mag sein, dass die Aussagen und der Verweis auf die Notwendigkeit, den leiblichen, oder körpersprachlichen, Ausdruck als einen wesentlichen Bestandteil der Kommunikation mit zu denken und wahrzunehmen, scheinbar nichts *Neues* sind. Aber ungeachtet der Tatsache, dass die Beachtung dieser leiblichen bzw. körpersprachlichen Elemente stattfinden mag, so werden diese oft als in Differenz und inferiorer Stellung zu den kognitiven Prozessen stehend betrachtet. Zudem sollte die Interdependenz der

leiblichen Resonanz zwischen den Subjekten besondere Beachtung finden, da ich als Supervisor\*in, ob bewusst oder unbewusst, leiblich in Resonanz mit der Supervisand\*in gehe. Über diese zwischenleibliche Resonanz ist man in der Supervision, natürlich nicht nur in dieser, demnach also immer, und von einem selbst meist unbemerkt, mit dem anderen verbunden (vgl. von Kaldenkerken 2018: 103). D.h. man ist als Supervisor\*in nicht nur durch verbale Interaktion, sondern auch durch eine zwischenleibliche Resonanz mit der Supervisand\*in verbunden. Es werden nicht nur die sprachlichen Aussagen und Selbst-Beschreibungen der Supervisand\*in gehört, sondern die Supervisor\*in spürt auch deren Anspannung, Freude, Müdigkeit, Unsicherheit etc., sieht (und spürt bzw. übernimmt vielleicht auch) die hochgezogenen Schultern, die Finger, die nervös auf die Oberschenkel tippen, die in gewissen Abständen hochgezogene Augenbraue, die zusammengepressten Lippen oder auch ein leichtes Stirnrunzeln.

Die körpersprachlichen Aspekte oder anders formuliert, diese Formen des leiblichen Ausdrucks sind wesentliche und zu berücksichtigende Aspekte für die Supervision, die der Supervisor\*in dabei helfen können, ein ganzheitliches Bild der Supervisand\*in zu erhalten. Gerade weil die leiblichen Erscheinungen der Person oftmals im Moment des Geschehens selbst nicht zugänglich bzw. bewusst sind, kann es eine Erweiterung des Verstehenshorizonts beider Interaktionspartner\*innen bedeuten, diesen eine Präsenz und Berücksichtigung im supervisorischen Prozess zu geben. Zum einen ist es möglich, die beobachteten Phänomene direkt anzusprechen und dadurch eine Verbindung kognitiver Prozesse und leiblicher Phänomene herzustellen, die wiederum der Selbsterkenntnis der Supervisand\*in dienen. Zum anderen kann die Supervisor\*in durch ihr eigenes In-Resonanz-Gehen mit dem leiblichen Ausdruck der Supervisand\*in, die eigene leibliche Befindlichkeit, bspw. die Beobachtung, dass die Supervisor\*in die hochgezogenen Schultern der Supervisand\*in o.ä. nun auch bei sich selbst vorfindet, versprachlichen und zur Verfügung stellen. Dabei sollte es nicht um die Bewertung und voreilige Interpretation der leiblichen Phänomene gehen, sondern um das Wahrnehmen und Beobachten dieser, um den Versuch des Erkennens der Verknüpfung von Kognition und Leiblichkeit und damit einhergehend einer Verbesserung der Selbstwahrnehmung der Supervisand\*in sowie der Supervisor\*in.

So kann es auch möglich sein, dass allein das In-Resonanz-Gehen ausreicht, um einen

Kontakt zur Supervisand\*in herzustellen: „Über das körperliche Nachempfinden von Haltung, Bewegungsmustern, kleinen körperrhythmischen Bewegungen, Atemtiefe u.a. kann ich, im Gespräch unbemerkt, Kontakt anbieten, Sicherheit schaffen und Stimmungen nachempfinden“ (ebd.: 9). Damit sei festgestellt, dass die Herstellung einer guten Arbeitsbeziehung nicht primär über sprachliche Angebote erfolgt, sondern über die leibliche Resonanz (vgl. ebd.: 10). Von Kaldenkerken verweist hier meines Erachtens auf eine sehr wichtige Qualität des supervisorischen Arbeitens: Die Fähigkeit zur ganzheitlichen Wahrnehmung der Supervisand\*in, welche Basis eines unvoreingenommenen zwischenleiblichen In-Resonanz-Gehens ist und von der Anerkennung des leiblichen Ausdrucks als Realisierung von Sinn zeugt.

### 3.3.1 Emotionalität und der leibliche Ausdruck

So wie man laut Watzlawick, Beavin und Jackson nicht nicht kommunizieren kann, ist es ebenso unmöglich, sich auf leiblicher bzw. körperlicher Ebene bzw. emotionale Zustände auf körperlicher Ebene nicht auszudrücken (vgl. Watzlawick; Beavin; Jackson 2017: 60). Wie schon beschrieben, ist der leibliche Ausdruck nicht Ausdruck von etwas, sondern in ihm selbst zeigt sich das, was sich ausdrücken will. Der leibliche Ausdruck bezieht sich nicht auf eine Absicht, d.h. auf etwas, was ich tun oder lassen kann, sondern auf „die Art und Weise, wie ich etwas tue, etwas sage, erfahre“ (Waldenfels 2000: 367). Damit hat der leibliche Ausdruck Sinn und in ihm zeigt sich zugleich das jeweils vorhandene emotionale Moment des Subjekts. Es gibt demnach eine Verbindung zwischen leiblichen Ausdruck und Emotionalität. Hier finden Prozesse statt, die schon ablaufen, bevor sie der Person selbst bewusst werden.

Emotionen können unbewusst hervorgerufen werden, daher auch dem bewussten Selbst als nebensächlich erscheinen, aber sie beeinflussen dennoch Körper und Gehirn und sind eng mit der Idee von Belohnung und Bestrafung, von Lust und Schmerz verbunden (vgl. Damasio 2000: 64 ff.). Die Emotion, wie auch das Bewusstsein, ist an den Körper gebunden und bevor ich die Emotion als solche erkenne, realisiert sich diese im leiblichen Ausdruck (vgl. ebd.: 339 ff.). Dieser Ausdruck der Emotion, die man subjektiv realisiert und spürt, ist wiederum beobachtbar durch ein Gegenüber (vgl. ebd.: 24). Demnach ist es notwendig, den leiblichen Ausdruck außerdem und zugleich auch

als emotionalen Ausdruck zu verstehen. Diese erweiterte Kontextualität des leiblichen, ergo emotionalen Ausdrucks sollte auch in der supervisorischen Praxis beachtet werden.

Die Notwendigkeit, mit dem Thema Emotionalität, leiblich-emotionaler Ausdruck etc. in der Supervision umzugehen, benennen auch Storch und Tschacher in ihrem Buch „Embodied Communication. Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf“. Die beiden Autor\*innen beziehen sich in ihren Ausführungen zunächst auf Wilhelm Wundt, der feststellte, dass sich an Emotionen Lust und Unlust, Erregung und Beruhigung sowie Spannung und Lösung beobachten lassen, d.h. dass Emotionen den Menschen, und damit dessen Handeln, nicht nur positiv, sondern auch negativ beeinflussen können und aufgrund dessen unbedingt zu berücksichtigen sind (vgl. Storch, Tschacher 2016: 38 ff.). Affekte, als stark an den Körper gebundene Prozesse und als Auslöser für Emotionen, „bewerten und energetisieren das Handeln einer Person, aber sie sind nicht notwendigerweise bewusst und sprachlich verfügbar“ (ebd.). Unabhängig davon, dass Affekte zunächst nicht notwendigerweise bewusst und sprachlich verfügbar sind, sind diese meist spürbar und zudem auch für das Gegenüber sichtbar. Im Kontext von Supervision, gepaart mit dem Ziel eines Erkenntnisgewinns für die Supervisand\*in, ist es daher auch die Aufgabe der Supervisor\*in, die bei der Supervisand\*in sichtbaren sowie spürbaren Affekte wahrzunehmen, um diese auch zu benennen und in den supervisorischen Prozess zu integrieren. So wird das Subjekt, in dem Kontext die Supervisand\*in, nicht reduziert als rational denkendes und handelndes Wesen gedacht, welches Erkenntnisgewinn allein durch rein kognitive Prozesse realisiert, sondern der supervisorische Prozess erhält durch die (zwischen-)leibliche Resonanz eine weitere wichtige Komponente, die (Selbst-)Erkenntnis ermöglicht.

### 3.3.2 Affektbilanzierung – Eine Handlungsempfehlung

Um dieses theoretische Thema ein bisschen praxisnäher zu veranschaulichen, möchte ich eine Methode vorstellen, die versucht, Affekte und die dahinterstehenden möglichen Ursachen verstehbar zu machen. Die Affektbilanzierung von Storch und Tschacher stellt meines Erachtens einen gelungenen Versuch dar, der es Supervisand\*innen ermöglicht, mit ihren Affekten in konkreten Situationen in Kontakt zu treten und sich diesen durch Wahrnehmung und Nach-Spüren anzunähern. Durch die Beobachtung der affektiven

Reaktionen, d.h. der leiblichen Phänomene durch die Supervisand\*in oder die Supervisor\*in, wie bspw. ein plötzliches Erröten, Scham- oder Wut, hochgezogene Schultern und Anspannung etc., können diese in ihrer Wirksam- und Bedeutsamkeit für den supervisorischen Erkenntnisprozess erkannt und einbezogen werden. Die Affektbilanzierung richtet den Fokus auf die Beachtung scheinbar nicht kognitiver, affektiver Aspekte, die jedoch wesentlich und grundlegend für individuelle Verstehensprozesse sind und den Menschen in seinem ganzheitlichen Wesen und damit in seiner ganzheitlichen Kommunikation berücksichtigen. Daher erscheint mir diese Methode als ein adäquater Versuch der Zusammenführung von affektiver und kognitiver Ebene oder anders gesagt von Leib und Vernunft.

Storch und Tschacher haben ein Modell der Affektbilanzierung entwickelt, durch welches versucht werden soll, die spontan auftauchenden Affekte in einer Interaktion (oder beim Erzählen einer Interaktion o.ä.) wahrzunehmen, zu erkennen sowie einzuordnen und letztlich diese für die Supervisand\*in handhabbar zu machen. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Supervisand\*in einen positiven oder negativen Affekt empfindet und diesen schon als Emotion benennen kann. Es geht zunächst nur darum, dass die Supervisand\*in den Affekt, d.h. eine Erregung verspürt und willens ist, sich mit dieser auseinanderzusetzen zu wollen (vgl. Storch; Tschacher 2016: 71). Dabei, so die Empfehlung von Storch und Tschacher, soll der Affekt in einer Skala eingeordnet werden, um diesen durch Versprachlichung greifbarer zu machen und als produktiven oder auch irritierenden, vielleicht sogar störenden Faktor einer Interaktion zu erkennen, darauf aufbauend Handlungsoptionen zu entwickeln, um letztlich mit diesem wahrgenommenen Affekt umgehen zu können (vgl. ebd.: 71 f.). Ziel ist es dabei, dass die Supervisand\*in Lösungsstrategien entwickelt, durch welche sie lernt, die Affekte und die dadurch entstehenden Emotionen wahrzunehmen und in ihren Dimensionen einzuschätzen, so dass mögliche Störungen bei zukünftigen Interaktionen minimiert werden können (vgl. ebd.: 72 ff.). Diese Praxis erfordert bei starken negativen Affekten eine Betrachtung und Reflexion des Netzwerks an Gedächtnisinhalten, Erfahrungen, biographischen Mustern etc., welches hinter dem Affekt steht und durch einen Auslöser aktiviert werden kann (vgl. ebd.: 81 ff.). Im Kontrast dazu stehen positive Affekte, die genauso in Interaktionen auftreten können. Auch hier ist es möglich, eine Skalierung vorzunehmen und diese vergleichend zu den negativen *Pendants* zu verwenden, um sich

eventuell aus einer Fixierung in einem starken negativen Affekt lösen zu können (vgl. ebd.: 88 ff.).

Ziel einer solchen Affektbilanzierung ist es zum einen herauszufinden, welcher Aspekt in einer Interaktion oder Arbeits- bzw. Lebenssituation, welchen positiven oder negativen Affekt in welcher Intensität hervorruft (vgl. ebd.). Zum anderen soll dadurch der Versuch gestartet werden, zu erkunden, wie mit den möglichen negativen Affektauslösern produktiv und eigenverantwortlich sowie lösungsorientiert umgegangen werden kann. Und: „Die Affektbilanz hilft [...], das innere affektive Wirrwarr sichtbar zu machen“ (ebd.: 162).

Es wird somit versucht, eine supervisorische Intervention zu realisieren, die nicht nur auf der rein kognitiven Ebene ansetzt, sondern die den leiblichen, und damit immer auch emotionalen, Ausdruck in den Fokus stellt und damit den Menschen als ganzheitlich seiendes und wirkendes Wesen betrachtet. Der leiblichen Ebene, dem leiblichen Ausdruck, den Affekten ist demnach immer schon eine Bedeutung und Erklärung immanent. Oder anders ausgedrückt: „Embodimentorientierte Beratung lässt sich als Verständnis oder Perspektive verstehen, in seiner körperlich-psychisch/geistigen Gesamtheit mit den Wechselwirkungen im Beratungssystem und dem Kontext zu verstehen und zu beraten“ (von Kaldenkerken 2018: 6).

Zudem kann durch die Affektbilanzierung auch der Versuch realisiert werden, ein durch einen Affekt ausgelöstes Schweigen zu verbalisieren. D.h. auch wenn zunächst keine Sprache zur Verfügung steht, kann durch die Aufforderung zur Wahrnehmung und Benennung innerer (affektiver) Prozesse einem möglichen Verstehen des eigenen Schweigens der Weg geebnet werden.

#### 4. Abschluss

Das Schweigen und der leibliche Ausdruck sind wesentliche Bestandteile der Kommunikation in einer Supervision und treten sowohl bei Supervisand\*innen als auch bei Supervisorin\*innen auf. Mein Ziel war es, diese Phänomene in ihrer wahrzunehmenden Präsenz und deren Charakter der Unkontrollierbarkeit zu thematisieren, da sie zum einen dem Wesen des Menschen zugehörig sind und zum anderen zugleich einen Kontrapunkt zu aktuellen gesellschaftlichen Idealen u.a. der Kontrolle, Optimierung und Effektivierung darstellen.

In Anbetracht dessen, dass die moderne Welt durch ein enormes Maß an Kommunikation und Austausch geprägt ist, an öffentlicher und auch privater Stelle zuweilen von einer *Vielrederei* gesprochen werden kann, ohne das inhaltlich viel gesagt wird, erscheint das Schweigen als eine Ausnahme. Auch im supervisorischen Kontext spiegelt sich dies wider, so dass man provokant von einer „Obsession des alles Sagen-Wollens“ (Goppelsröder 2008: 65), die das Wesentliche ver- bzw. überdecken soll, reden kann. Daneben finden sich Selbstinszenierungen, die sich u.a. als Körperinszenierungen auf diversen Social-Media-Kanälen oder als die Inszenierung einer erfolgreichen, optimierten und funktionierenden Person, dem Leistungsprinzip der Gesellschaft folgend, vollziehen und darstellen. Diesem Ideal *widerfahren* die Phänomene des Schweigens und des leiblichen Ausdrucks mit ihrem Potential des Unkontrollierbaren und Nicht-Greifbaren – es ist nicht alles sagbar bzw. es muss nicht alles dem Prinzip des stetigen Informierens und Kommunizierens folgen. Zugleich ist auch nicht alles inszenierbar.

Supervision bietet die Möglichkeit, dem Unkontrollierbaren, dem, was sich der bewussten und inszenierenden Gestaltung und Beeinflussung des Einzelnen entzieht, Raum zu geben. Das Unkontrollierbare, damit auch das Schweigen und der leibliche bzw. leiblich-emotionale Ausdruck dürfen als dazugehöriges, vielleicht auch wesentliches Element des Menschen in der Supervision erlebt und wertfrei betrachtet werden. Auch wenn diese beiden Phänomene als Herausforderungen bezeichnet werden können, sind sie weder Störfaktoren noch Zu-Vermeidendes in der Supervision.

In diesem Kontext kann Supervision auch als ein Gegenentwurf zum Wunsch nach Optimierung und Anpassung der Supervisand\*innen in ihren jeweiligen Arbeitskontexten betrachtet werden. Aber auch unabhängig dieser möglichen Interpretation, stellt Supervision trotz oder gerade aufgrund der Beachtung des Wirkens Lassens und Einbeziehens der Phänomene des Schweigens und des leiblichen Ausdrucks ein Beratungsformat dar, welches eine ganzheitliche Perspektive auf die Supervisand\*in wählen sollte und in eine (zwischen-)leibliche Resonanz mit dieser gehen und dadurch Erkenntnis entstehen lassen kann.

## 5. Literaturverzeichnis

Bazil, Vazrik; Piwinger, Manfred (2009): *Schweigen als Teil der Kommunikation*. Artikel 5.38. In: Bentele, Günther; Piwinger, Manfred; Schönborn, Gregor (Hg.): *Kommunikationsmanagement. Strategien, Wissen, Lösungen*. Neuwied: Luchterhand Verlag

Damasio, Antonio R. (2000): *Ich fühle, also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. München: List Verlag

Dieckmann, Bernhard (1992): *Das Schweigen: Moment des Sprechens für andere und zu anderen*. In: Kamper, Dietmar; Wulf, Christoph (Hg.): *Schweigen. Unterbrechung und Grenzen der menschlichen Wirklichkeit*. Berlin: Dietrich Reimer Verlag

Gebauer, Gunter (1992): *Radikales Schweigen*. In: Kamper, Dietmar; Wulf, Christoph (Hg.): *Schweigen. Unterbrechung und Grenzen der menschlichen Wirklichkeit*. Berlin: Dietrich Reimer Verlag

Goppelsröder, Fabian (2008): *Der Rest ist Schweigen – Wittgensteins Philosophie als Sprechverweigerung*. In: Alloa, Emmanuel; Lagaay, Alice (Hg.): *Nicht(s) sagen. Strategien der Sprachabwendung im 20. Jahrhundert*. Bielefeld: Transcript Verlag

Merleau-Ponty, Maurice (1966): *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Hrsg. von C. F. Graumann und J. Linschoten. Band 7. Berlin: Walter de Gruyter & Co. Verlag

Rosenberg, Marshall B. (2016): *Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens*. 12. überarbeitete und erweiterte Auflage. Paderborn: Junfermann Verlag

Slaby, Jan (2008): *Gefühl und Weltbezug. Die menschliche Affektivität im Kontext einer neo-existentialistischen Konzeption von Personalität*. Paderborn: mentis Verlag GmbH

Sontag, Susan (1991): *Styles of Radical Will*. New York: 1<sup>st</sup> Anchor Book ed.

Storch, Maja; Tschacher, Wolfgang (2016): *Embodied Communication. Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf*. 2., erweiterte Auflage. Bern: Hogrefe Verlag

Waldenfels, Bernhard (1980): *Der Spielraum des Verhaltens*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag

Waldenfels, Bernhard (2000): *Das leibliche Selbst. Vorlesungen zur Phänomenologie des Leibes*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag

Watzlawick, Paul; Beavin, Janet H.; Jackson, Don D. (2017): *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien*. 13., unveränderte Auflage. Bern: Hogrefe Verlag

Wernado, Mario (2012): *Das Ungesagte und Unscheinbare. Die Bedeutung des Verborgenen in der Supervision*. In: Weigand, Wolfgang (Hg.): *Philosophie und Handwerk der Supervision*. Gießen: Psychosozial Verlag

Wittgenstein, Ludwig (2018): *Logisch-philosophische Abhandlung. Tractatus logico-philosophicus. Logisch-philosophische Abhandlung*. 37. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag

Wulf, Christoph (1992): *Präsenz des Schweigens*. In: Kamper, Dietmar; Wulf, Christoph (Hg.): *Schweigen. Unterbrechung und Grenzen der menschlichen Wirklichkeit*. Berlin: Dietrich Reimer Verlag

#### Zeitschriften:

von Kaldenkerken, Carla (2018): *Embodiment und Supervision. Überblick, Ansätze und Relevanz für Supervision*. In: *Supervision. Mensch. Arbeit. Organisation. Zeitschrift für Beraterinnen und Berater*. 36. Jahrgang. 3/2018. Gießen: Psychosozial Verlag

### Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit „Schweigen und der leibliche Ausdruck als Herausforderungen in der supervisorischen Praxis“ selbständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt, nur die angegebenen Quellen benutzt und die in den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe. Die Arbeit hat in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsstelle vorgelegen.

Leipzig, 20. November 2019

Birgit Müller