

Die Landkarte ist nicht die Landschaft

Autor: Axel Enke

Dieser Beitrag entstand durch etliche Gespräche und Beobachtungen in TrainerInnen-Bildungen. Der Autor Axel Enke stieß bei dieser Gelegenheit wiederholt auf das Problem, dass die Begriffe Landkarte und Landschaft miteinander vermischt werden. Nach einer kurzen Erläuterung, was er damit meint sowie des theoretischen Hintergrunds, wird er an einigen Beispielen die Relevanz seiner Erkenntnis verdeutlichen.

Unterschiedliche Realitäten

Abstraktion der Erfahrung. «Die Landkarte ist nicht die Landschaft, aber wenn die Landkarte der Struktur der Landschaft ähnlich ist, ist sie brauchbar» (Korzybski 1994, S.58). Diese Aussage des polnischen Sprachphilosophen Alfred Habdank Skarbek Korzybski (1879–1950) weist meines Erachtens auf einen bedeutsamen Zusammenhang hin. Mit Sprachsymbolen versuchen wir, die Welt der Erfahrungen in Worte zu kleiden und dadurch mit anderen Menschen zu interagieren. Dabei bleibt die Erfahrung immer subjektive Wahrnehmung und jede sprachliche oder schriftliche Äußerung über Erfahrungen bleibt eine Abstraktion solch subjektiver Wahrnehmungen.

Wir leben also in zwei Welten. Einerseits machen wir mit unseren Sinnen konkrete subjektive Erfahrungen (innere Welt), andererseits leben wir in einer Welt der abstrakten Symbole (Sprache, Schrift, Bilder und so weiter). Das ist die äußere Welt. Wir leben und erleben den Alltag in zwei unterschiedlichen Realitäten. Verstehen kann daher nur gelingen, wenn die an einer Konversation beteiligten Akteure ein halbwegs übereinstimmendes Verständnis von innerer und äußerer Welt haben. So würde ich den Satz von Korzybski folgendermaßen interpretieren: Wir müssen bei der Unterhaltung über Landkarten und Landschaften einen gemeinsamen Konsens haben, was wir jeweils darunter verstehen.

Die Komplexität reduzieren. Das Kinaesthetics-Konzeptsystem ist wie die Landkarte ein Modell. Modelle dienen dazu, Aspekte der Realität vereinfacht darzustellen. Man kann sie daher auch als «Komplexitätsreduzierer» bezeichnen. Sie reduzieren spezifische Ausschnitte der Realität, um sie für den jeweiligen Anwendungszweck zu verdeutlichen. Eine Straßenkarte beispielsweise bedient das Bedürfnis nach Orientierung in einer fremden Umgebung und die Frage, wie man mit dem Auto ein bestimmtes Ziel erreichen kann. Sie soll das Leben vereinfachen. Landkarten können so dem Zweck dienen, einen Zugang zu einer komplexen Thematik zu erhalten.

Ein Beispiel für Abstraktion ist das in der Kinästhetik häufig verwendete Modell für Zirkularität (vgl. EKA 2017, S. 13 und 20). Es stellt ebenfalls eine enorme Vereinfachung dar, erfüllt aber den Zweck, einen grundsätzlich zirkulären Mechanismus verständlich zu machen.

In manchen Wissenschaftsdisziplinen werden mithilfe von Modellen Aussagen über die Zukunft (Wirtschaft, Klimaforschung) gemacht oder Ereignisse aus der Vergangenheit interpretiert (soziologische, historische Modelle). Doch Modelle sind mit dem Sachverhalt, den sie wiedergeben, nie identisch. Trotzdem wird die Landkarte (Modell) manchmal mit der Landschaft (Realität) verwechselt, was erhebliche Auswirkungen haben kann.

Drei Karten. Im ersten Bild sehen Sie einen typischen Stadtplan von Sinzig, wo ich lebe. Darunter sehen Sie ein Foto der Straße, in der ich wohne. Ein Foto ist keine Karte und keine Eins-zu-eins-Abbildung der Wirklichkeit, was Maßstab und Dreidimensionalität angeht. Sie kommt der Realität zwar in bestimmten Aspekten





näher als ein Stadtplan, ist aber keine Abstraktion. Im dritten Bild sehen Sie wiederum eine andere Karte der Wanderregion Sinzig. Diese Karte stellt andere Aspekte als der zuvor angesprochene Stadtplan in den Vordergrund. Bei diesen Beispielen geht es mir darum, deutlich zu machen, dass es verschiedene Landschaftsabbildungen gibt, die unterschiedliche Aspekte hervorheben.

Landkarten und Sprache. Alfred Korzybski wies darauf hin, dass die Sprache Ausdruck einer inneren Landkarte der Wirklichkeit der Sprechenden ist. Indem die SprecherIn eine Aussage macht und diese sogar mit ihren eigenen Ohren hört, bestätigt sie gleichsam in einem Feedbackprozess ihre eigene innere Landkarte. Ein Beispiel: Nehmen wir an, ich hätte die Annahme, dass die Welt da draußen schlecht sei und alle mir Böses wollen. Wenn ich dann in Gesprächen anderen Per-

sonen gegenüber über die Welt schimpfe und darüber jammere, wie schlecht es mir geht, bestätige ich durch das Hören meiner eigenen Worte in dem Moment mein Weltbild. Wenn mein Gegenüber sich dann, da das Gespräch wenig freudvoll ist, von mir abwendet, ist genau diese Reaktion ebenfalls eine Bestätigung meiner inneren Landkarte. Sprache produziert in diesem Sinn Wirklichkeiten aufgrund solcher inneren Landkarten – eine selbsterfüllende Prophezeiung.

Landkarten in der Kinästhetik

Landkarten sind Modelle. Landkarten haben also eine eigene Logik, der bestimmte Annahmen oder Kriterien zugrunde liegen. Auch beim Kinaesthetics-Konzeptmodell sind Hintergrundannahmen leitend. Hier sind das wissenschaftliche Modell von Humberto Maturana und Francisco Varela (Autopoiese) sowie die Erste-Person-Methode zu nennen. Erste-Person-Methode heißt: Ich kann meine Bewegung aus der Innenperspektive beobachten und beschreiben.

Menschen scheinen ein grundsätzliches Bedürfnis danach zu haben, die Dinge um sie herum für sich einordnen zu können, um sie zu verstehen, was wiederum zu Komplexitätsreduktionen führt. So schreibt auch Nassim Nicholas Taleb: «Jede Kategorisierung bewirkt eine Reduzierung der wirklichen Komplexität» (Taleb 2019, S. 57). Das tun wir ständig, auch unbewusst. Im Folgenden möchte ich zur Erläuterung dieser Prozesse einige Beispiele anführen.

Konzeptsystem trifft auf Landkarte. Wie bereits erwähnt ist das Konzeptsystem ein typisches Modell. Sein Zweck ist, eine strukturierte Hilfe zur Verfügung zu stellen, um Erfahrungen und Beobachtungen während und nach der Bewegung einordnen zu können. Als ein übergeordnetes Ziel könnte man beispielsweise das Erforschen von Aktivitäten bezeichnen, um diese besser zu verstehen. Aus dem Verstehen heraus ermöglicht es in professionellen Kontexten (zum Beispiel in der Pflege, der Begleitung und so weiter) eine angemessenere Gestaltung der Interaktionen.

Vor Kurzem diskutierte ich mit einem Kollegen die Frage, ob der Schmerz zum kinästhetischen Sinnesystem gehört. Ich meinte ja. Der Kollege meinte nein, und seine Begründung war, dass die Schmerzrezeptoren anatomisch ganz andere Rezeptoren als die Druckrezeptoren und Propriozeptoren der Muskulatur seien. Seine Aussage stimmt auch. Doch es handelt sich hier um ein typisches Beispiel einer Verwechslung zwischen Landkarte und Gebiet. Beim Konzeptblickwin-



Abb. 1: Stadtplan Sinzig



Abb. 2: Kripper Straße

kel kinästhetisches Sinnessystem, das man in Relation zur Funktion einer Landkarte setzen kann, geht es ausschließlich um die Erfahrungsaspekte, die ich bewusst in mir wahrnehmen kann: Neben den Druck- und Spannungsveränderungen gehört dazu eindeutig auch das Phänomen Schmerz mit all seinen Variationen. Der Kollege, der mit seiner Aussage durchaus Recht hatte, wechselte nur die «Landkarte»; nämlich zu der beschreibenden Anatomie. Diese wiederum ist nicht Bestandteil der «Landkarte des kinästhetischen Sinnessystems».

Massen – Zwischenräume. Ein anderes Beispiel für Komplexitätsreduktionen im Alltag ist das Konzept von Massen und Zwischenräumen des menschlichen Körpers. Diese wunderbare Vereinfachung der menschlichen Anatomie ist gerade deswegen so praktikabel, weil sie so einleuchtend ist. Durch die enorme Simplifizierung der Herangehensweise lassen sich Aktivitäten einfacher beobachten und sogar beschreiben.

Auch bei der Anfertigung einer Bewegungsanalyse darf man nicht glauben, dass subjektive Wahrnehmung und damit Beschreibung des Wahrgenommenen der Wirklichkeit entspricht. Beschreibe ich beispielsweise, wie sich Kopf- und Brustkorbmasse eines anderen Menschen bewegen, lasse ich viele Aspekte weg, die eine große Rolle spielen können; so die Augenbewegungen, die Bewegungen der mimischen Muskulatur, die auditive Wahrnehmung des Gegenübers, aber auch was dieses dabei spürt und, noch schwieriger, vielleicht denkt. Es ist also eine sehr vereinfachte Perspektive, die zwar nützlich ist, um in mir Ideen für Veränderungen entstehen zu lassen. Dennoch bleibt sie eine Simplifizierung.

Umgebung. Ein anderes Beispiel begegnete mir im Zusammenhang mit dem Konzept Umgebung. Vor dem Hintergrund des theoretischen Modells der Autopoiese in der Kinästhetik ist Umgebung erst einmal all das, was sich um einen Menschen herum befindet. Es gibt unter TrainerInnen die mitunter aufgeregte Diskussion, ob nun Menschen und auch andere Lebewesen zu dieser Umgebung gehören oder nicht. So sagte mir einmal ein Kollege: «Ich lasse mich nicht mit einem Stuhl vergleichen!» Abgesehen davon, dass man unterschiedliche Aspekte der Umgebung benennen kann, ist dies auch ein Beispiel einer «Landkartenverwechslung». Die Kinästhetik-Konzepte sind als Modelle zunächst einmal wertneutral, sie kategorisieren nur etwas als Strukturierungshilfe, so wie Autobahnen auf vielen Straßenkarten gelb markiert sind und Landstraßen beispielsweise weiß. Trotzdem sind beides Straßen,



Abb. 3: Wanderkarte Sinzig (Wanderroute Ahrtal)



Abb. 4: Ahr, Mündung

die in der Realität keine unterschiedliche Farbgebung aufweisen. Und so ist es auch beim Konzept Umgebung. Es geht nur darum, was aus meiner Innenperspektive heraus außerhalb von mir ist. Denn dieses ist durchaus für Bewegung und Interaktionen relevant. Und das gilt grundsätzlich sowohl für einen Stuhl als auch einen anderen Menschen. Damit ist gleichzeitig aber nicht gesagt, dass ein Mensch das Gleiche ist wie ein Stuhl.

Landkarten genau zeichnen. Eine andere Gefahr bei Landkarten ist, dass sie unsauber beschrieben oder benutzt werden, weil deren ErstellerInnen mit anderen Annahmen als die NutzerInnen an diese herangehen. Mit unsauber meine ich, dass die eigentlichen Kriterien umgangen oder verändert werden, ohne dass es den AnwenderInnen dieser Landkarte kommuniziert wird.





Ein Beispiel: Das Konzept Anstrengung hat in seiner Entstehungsgeschichte (Kasten) vielerlei Veränderungen erfahren. Derzeit beschreiben etliche KollegInnen das Konzept als Drücken und Ziehen zwischen den Massen. Diese Perspektive, so meine starke Vermutung, entstand vor dem Hintergrund des Modells von Blechschmidt. Dieser war Mediziner auf dem Gebiet der Humanembryologie und befasste sich unter anderem mit Zytologie. Er beschrieb Zug- und Druckkräfte als wesentliche Mechanismen zur Ausdifferenzierung der inneren Gewebe und Organe:

«Die entscheidenden Bedingungen dafür, dass sich der Organismus als Einheit differenziert, sind physikalische Entwicklungsreize, die das Ei treffen (z. T. als Auswirkung chemischer Stoffwechselprozesse), aber nicht etwa ein vermeintlicher chemischer Induktor» (vgl. Blechschmidt 1989, S. 44).

Es bot sich an, das Konzept von Blechschmidt anzupassen und auf das Kinästhetik-Konzept Anstrengung zu übertragen: Ziehen und Drücken zwischen den Massen. Mein Problem dabei war, dass ich beim Drücken zwischen den Massen kein Drücken bemerken konnte. Viele KollegInnen versuchten, mich mit spezifischen Aktivitäten anzuleiten, damit ich die «richtige» Erfahrung mache. Aber ich konnte – übrigens bis heute – kein Drücken der Massen gegeneinander feststellen. Ich bemerkte nur ein Drücken gegen die Umgebung und das sehr deutlich. Irritiert fragten dann die KollegInnen: «Das auch, aber merkst du nicht, wie ...»

Nach einer Phase der Verunsicherung (ich fragte mich, ob ich zu unempfindlich, zu wenig sensibel bin) ging ich dazu über, diese Differenz in der Wahrnehmung in meinen Basiskursen und TrainerInnen-Bildungen zu thematisieren. Da stellte ich fest, dass es den meisten Befragten auch so ging. Neben der erheblichen Entlastung, die ich dadurch erfuhr (Puh, ich bin vielleicht doch nicht so unsensibel!), begann ich nun über dieses Phänomen grundsätzlich nachzudenken.

Meines Erachtens handelt es sich hier um eine weitere Verwechslung, nämlich dass die Annahmen für die «Landkarte» verändert worden sind. Natürlich kann ich mir vorstellen, dass zum Beispiel mein Brustkorb das Becken drückt. Diese Vorstellung mag durchaus hilfreich sein, um eine Bewegungsvariante zu entwickeln. Nur erfahre ich das nicht als drückende Erfahrung, sondern als ein leichtes, unterschiedliches Ziehen. Das ist ein wesentlicher Unterschied. Zu Blechschmidts Erklärung möchte ich nur anmerken, dass wir wissen, dass die Ausdifferenzierung der Gewebe und Organe ein hochkomplexer Prozess ist, der durch genetische, epigenetische und molekulare Interaktionsprozesse kontrolliert wird. Da ist die Erklärung von Drücken und Ziehen etwas zu sehr vereinfacht. Taleb schrieb schon: «Das Problem ist, dass unsere Ideen klebrig sind: Sobald wir eine Theorie produziert haben, ändern wir unsere Meinung kaum noch» (Taleb 2019, S. 229). Sehr viele gut erforschte Beispiele dieser «Klebrigkeit» beim Denken lassen sich nachlesen im sehr lesenswerten Buch von Daniel Kahnemann «Schnelles Denken – langsames Denken» (Kahnemann 2012). Blechschmidt präparierte damals leblose Embryonen, aus denen er dann ursächliche Mechanismen interpretierte. Dies führte zu Begriffen wie «Dilatationsfelder» und «Extraktionsfelder». Man kann daher sagen, dass er eine Landkarte zu diesen Phänomenen schrieb und zeichnete. Diese Landkarte wurde wiederum in Kinästhetik genutzt, um eine Konzeptperspektive wissenschaftlich zu untermauern. Also eine Landkarte für eine Landkarte. Die beeindruckenden präparierten Modelle Blechschmidts sind sicher sehr interessant. Seine Landkarte beweist aber nicht seine Theorie und noch weniger die Mechanismen, wie sich Zellen und Gewebe zunehmend ausdifferenzieren. Dies wird in der heutigen Wissenschaft ganz anders und viel differenzierter erläutert und ist wohl der Hauptgrund, warum seine Theorien in der Wissenschaft nicht weiterverfolgt wurden.

Evolution des Konzepts Anstrengung

Zeit	Inhalt	Thema
1980	Falling Bodys	Theater
1990	Hängen und Verstreben	Fixe Transfers
1992	Hängen und Verstreben, Zug und Druck	Transferklassen
1996	Zug und Druck	Fortbewegung
2000	Ziehen und Drücken	Eigenaktivität
ab 2003	Ziehen und Drücken im Körper	Qualität der eigenen Bewegung und Lernen

Alle Jahresangaben sind nur als grobe Zeitangabe zu verstehen.

Herausforderungen in der Kinästhetik

Die große Verwechslung. Eine Herausforderung bei der «Landkarte» der Kinästhetik-Konzepte ist folgendes Phänomen: Da wir mithilfe der Konzepte versuchen, Erfahrungen zu machen und zu beschreiben, sind wir mit dem Gegenstand der Untersuchung (unsere Erfahrungen) sehr nah am Zusammenhang von Sprache (Konzept) und Erfahrung. Dieses Phänomen birgt ebenfalls die Gefahr, die Landkarte (Konzept) mit der Landschaft (Körper) zu verwechseln. Dies lässt sich in Anleitungen beobachten. Ebenso kann man dies in Gesprächen darüber, was man in den Anleitungen erfahren hat, feststellen. Denn es ist eine enorme Schwierigkeit für unsere TeilnehmerInnen, diesen Unterschied zu verstehen. Viele TeilnehmerInnen äußern, dass sich die Konzepte nicht umsetzen ließen. Ich frage dann stets nach, was genau sie damit meinen. Denn wie wollte ich eine Landkarte im echten Leben mit einer echten Person «anwenden»?

So klein und so flach? Hierzu fällt mir eine nette Geschichte ein, die mir jemand über den bekannten spanischen Bildhauer und Maler Pablo Picasso (1881–1973) erzählt hat. Ein wohlhabender Mann habe Picasso damit beauftragt, ein Portrait seiner Frau anzufertigen. Als Picasso das getan hatte und das Bild dem Auftraggeber zeigte, sei dieser enttäuscht gewesen und habe gesagt: «Aber so sieht meine Frau doch nicht aus!» Daraufhin habe Picasso ihn gefragt: «Wie sieht Ihre Frau denn aus?» Worauf der Mann ein kleines Foto aus seiner Brieftasche geholt und es Picasso mit den Worten gezeigt habe: «So sieht meine Frau aus!» Picasso soll daraufhin geantwortet haben: «Wie, so klein und so flach ist ihre Frau?»

Kognitive Verzerrung. Vor diesem Hintergrund könnte eine Empfehlung lauten, sich mit unterschiedlichen Modellen zu beschäftigen und nicht nur mit denjenigen, von denen man überzeugt ist. Letzteres bezeichnen KognitionswissenschaftlerInnen als «kognitive Verzerrung» (Kahnemann, S.38), ein ebenfalls häufig anzutreffendes Phänomen. Setze ich mich mit verschiedenen Modellen auseinander, kann das meine innere Landkarte bereichern.

Gefahr: Dogmatismus. Eine weitere Gefahr von Modellen ist, dass sie zu dogmatischen Weltauffassungen werden können. Die Geschichte der Menschheit ist voll davon, und es gibt genügend Beispiele, wo Modelle als Teil von Weltbildern zu nicht angreifbaren Glaubenssätzen wie zum Beispiel «Die Erde ist eine Schei-

be» wurden. Für entgegengesetzte Aussagen wurden im Schlimmsten Fall gar Menschen auf den Scheiterhaufen gebracht.

Fazit: Es ist eine spannende Reise, sich mit der eigenen Sprache auseinanderzusetzen. Wie erzähle ich über die Welt da draußen und was sagt mir das über meine Überzeugungen? ●

Quellen Abbildungen:

- > **Abb. 1:** https://de.wikipedia.org/wiki/Alfred_Korzybski (Zugriff am: 15.08.2020).
- > **Abb. 2:** eigene Aufnahme.
- > **Abb. 3:** <https://www.outdooractive.com/de/route/wanderung/ahrta/aufzeichnung-16.08.18-14-20/116668434/#dm=1>
- > **Abb. 4:** Von Wolkenkratzern – eigenes Werk, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=21972199> (Zugriff am: 15.08.2020).

Quellen:

- > **Blechschmidt, Erich (1989):** Wie beginnt das menschliche Leben. Vom Ei zum Embryo. 6., neubearbeitete Auflage. Stein am Rhein: Christiana Verlag. ISBN 3-7171-0653-8.
- > **European Kinaesthetics Association (Hg.) (2017):** Kinaesthetics. Konzeptsystem. Verlag European Kinaesthetics Association, Linz. ISBN 978-3-903180-00-0.
- > **Kahnemann, Daniel (2012):** Schnelles Denken, Langsames Denken. Aus dem amerikanischen Englisch von Thorsten Schmidt. München: Siedler Verlag, ISBN 978-3-88680-886-1. S.38
- > **Korzybski, Alfred (1994):** Science and Sanity. An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics. 5. Auflage. New York 1994. ISBN 0-937298-01-8. Deutsche Übersetzung zitiert nach Wikipedia (2021): Artikel «Alfred Korzybski». URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Alfred_Korzybski (Zugriff: 15.08.2020).
- > **Taleb, Nassim Nicholas (2019):** Der Schwarze Schwan. Die Macht höchst unwahrscheinlicher Ereignisse. Pantheon-Verlag. ISBN 978-3-570-5.



Axel Enke ist Kinaesthetics-Trainer und Ausbilder für die European Kinaesthetics Association (EKA), Systemischer Berater und Supervisor (DGSF) und Lehrender für systemische Beratung (DGSF). www.axelenke.de.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____