

Ute E. Jülly



Haptik wirkt!

Neue Wege in Coaching und Training

BELTZ

Jüly | Haptik wirkt!

Für meine Mutter, die mich mit Ihren Geweben entflammt hat.

Die Icons bedeuten:



Beispiele



Berührungspunkt



Infos



Literaturtipps



Tip



Übung

Ute E. Jülly

Haptik wirkt

Neue Wege in Coaching und Training

BELTZ



Über die Autorin:

Ute E. Jülly lebt mit ihrer Familie in Heidelberg. In ihrem Unternehmen JÜLLYS arbeitet sie in der internationalen Personal- und Organisationsentwicklung seit 14 Jahren mit Textilien. Gerade im Coaching hat sie hochwirksame Ergebnisse erzielt und ist damit die Erste überhaupt, die Textilien in der Personalarbeit einsetzt. JÜLLYS steht für auf Maß geschneiderte Lösungen im Executive-Coaching und der Personalentwicklung innovativer Organisationen und Unternehmen.

2004 gründete sie das exklusive Textilunternehmen SEIDEN und GLANZ, welches in der Haute Couture und in der Raumgestaltung hauptsächlich natürliche Stoffe einsetzt. Nur Stoffe mit kulturhistorischem Wert finden Eingang in ihre Kollektion.

Davor war sie in der Geschäftsführung einer der größten Stiftungen Deutschlands verantwortlich für den internationalen Aufbau.

Homepage: www.juellys.com

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist auch erhältlich als:

ISBN 978-3-407-36612-2 (Print)

ISBN 978-3-407-29537-8 (PDF)

1. Auflage 2017

© 2017 Beltz Verlag

in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Ingeborg Sachsenmeier

Reihengestaltung: glas ag, Seeheim-Jugenheim

Umschlaggestaltung: Antje Birkholz

Umschlagillustration: gettyimages © Aslan Alphan

Herstellung: Michael Matl

Satz: publish4you, Bad Tennstedt

Druck und Bindung: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autoren und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhaltsverzeichnis

.....	
Einleitung	9
.....	
Dank	12
.....	
Nabelschnur und Muskelfasern: Grundlagen für alles Kommende	13
.....	
Die Interdependenz von Mensch und Gewebe	15
.....	
Der menschliche Körper und seine Gewebe	15
Unsere Gewebe können speichern und absorbieren	17
Der menschliche Körper »webt«	18
Erfahrungen und Mimik führen zur konkreten Physiologie	20
.....	
Das Denken und die Sprache im Spiegel der textilen Entwicklung	22
.....	
Die Entwicklung des Denkens in der Wechselwirkung mit Textilien: Bindungen, Gewebe, Netzwerke	22
Gesellschaftlich-kulturelle Entwicklung steht in Verbindung mit unserem textilen Vermögen	25
Interdependenz von Mensch und Textilem	26
Sprache und Lebenswelt	27
Sprache und Sprechen durch Berührung	28
Textilien und Gewebe in der Mythologie	30
Multivalenz des Textilen	35
Die Bibel und die christliche Religion	35
Märchen	37
Textilanthropologie	38
Kleidung: Funktion, Werte und Bedeutungen	40

	Das Gehirn	45
	Das Oxytocin und sein Potenzial	48
	Die Haptik und unsere anderen Sinne	50
	Informationsaufnahme über die Sinnesorgane	52
	Lernen und Sinne	60
	Bewegung und Lernen	69
	Sensorische Integrität verstärken	71
	Die Haptik	72
	Neutralität im Denken entwickeln	81
	Sophrologie	82
02	Der rote Teppich: Material, Vorbereitung, Haltung	83
	Einführung	84
	Selbstwertgefühl – Persönlichkeitsbildung	84
	Materialien	88
	Unterschiedliche Stoffarten	89
	Oberflächen als Generatoren	98
	Mattigkeit und Glanz (Lüster/Lichtbrechung)	104
	Drucke und Farbverläufe	109
	Formen, Muster, Symbole	111
	Farben	116
	Unsere Haltung als Coach: Sensibilisierung für Berührung	142
	Ihre eigene Entwicklungsarbeit	142
	Die Weite und Tiefe von Berührung	144
	Die Haltung als Coach, Führungskraft, Berater: COACHES	153

.....		
Kunst- und Textilpädagogik	157	
.....		
Textile Didaktik im Coaching und in Seminaren	157	
.....		
Leinen los: Textilarbeit in der Praxis, im Management, in Seminaren und Coachings	163	03
.....		
Einführung	164	
.....		
Die Grundausrüstung	165	
.....		
Die Stoffanalyse im Einzel-Coaching	167	
.....		
Das Touch-Lab	169	
.....		
Vorbereitung und Beginn	169	
Das Touch-Lab, seine Auswahl und Bestückung	171	
Das Touch Lab Typ C (Kinder): Das Drachenfest	178	
.....		
Weitere Materialien und Formen, die Sie in der Textilarbeit einsetzen können	189	04
.....		
Repräsentationskarten: großformatige Gewebekarten	189	
Paarige Gewebe-Handkarten	192	
Memory-Touch	194	
»I touch«	196	
Textile Farbbänder in Seminaren und Workshops	198	
Bänder und Bewegung im Coaching	198	
.....		
Das Wirkstoffnetz: Dimensionen und Weisen der Textilien	201	05
.....		
Wirken statt Leisten	202	
.....		
Druck	204	
Der Wille und andere Kräfte unserer Powerstation	206	

	Wirkstoffe: Textilien und ihre inhärenten Qualitäten	207
	EVAS BAD	207
	Kopf hindert Körper	219
	Was haben Gewebe mit Mut zu tun?	220
	Die acht Weisen: Funktionen von Textilien	221
	Die elf Dimensionen der textilen Welt	226
	Auf den Punkt gebracht: Textiles Coaching und Textilmanagement bereichern	229
	Erfahrungen mit den textilen Qualitäten	229
06	Die »Stoffkollektion«: Triptychon, Stoffanalyse, Textilformate und -management, textiler Appendix, Fragebogen, Literatur	231
	Triptychon	232
	Die Stoffanalyse im Einzel-Coaching	234
	Textiler Appendix	243
	Literatur	251
	Bildnachweis	255

Einleitung

Worin liegt der Zauber von Berührung? Worin besteht die Faszination von Textilien? Wie ist die Beziehung zwischen menschlichen und textilen Geweben? – All diese Fragen zogen mich schon immer in ihren Bann. Mittlerweile bin ich der tiefsten Überzeugung, dass ein Mysterium für uns Menschen darin liegt. Hätte ich mich sonst Jahre meines Lebens oft ruhelos damit herumgetrieben?

Der Tastsinn – genauso wie unsere anderen Sinne – birgt ein oft ungenutztes Potenzial. Dieses Potenzial möchte ich mit diesem Buch zugänglich machen. Möge dieses Buch auch Sie darin unterstützen, Ihren multisensorischen Weg zu finden, zu verfolgen und vor allem: zu genießen! Und Sie können diese Erfahrungen mit Ihren Kunden, Klienten oder Ihren Seminarteilnehmern teilen. Mit Sinnen zu arbeiten ist erfüllend. Viele Menschen macht es sogar glücklich.

Zunächst ein paar Worte zu mir selbst, damit Sie wissen, mit wem Sie es zu tun haben: Gewebe faszinieren mich seit meinem elften Lebensjahr. Meine Mutter war Schneiderin und türmte Stoffberge unter ihrer Nähmaschine auf. Eines Tages vergrub ich mich buchstäblich darin und bin nun seit mehr als 40 Jahren damit immer noch zutiefst verbunden. Auf all meinen Reisen suchte und erstand ich Stoffe, besuchte zahlreiche für Textilien relevante Stätten und lernte wichtige Persönlichkeiten der Textilbranche kennen (beispielsweise den amerikanischen Stoffdesigner Jack Lenor Larson, die Kuratorin für Seide und Stickereien der Verbotenen Stadt in Peking, international bedeutende Textilkünstlerinnen wie Marika Szàraz und viele andere). Stoffe waren und sind für mich Ausdruck von Kultur, Wirtschafts- und Sozialgeschichte, damit Identität und Potenzial eines Landes mit seinen Menschen.

Nachdem ich seit mehr als 25 Jahren in der Personalentwicklung aktiv wirke, ist mir folgende Einsicht wichtig: Damit Menschen bereit sind, in ihrem Arbeitsleben Wichtiges zu verändern, sind wirkungsvolle Begegnungen, Beziehungen, also eine Art »Berührung« notwendig. Dieses Phänomen ist meines Erachtens wichtiger, aber auch kritischer Erfolgsfaktor. »Wir lernen von dem, den wir lieben«, brachte es Goethe auf den Punkt.

Was dieses Gefühl der »Berührung« – auch der geistigen, neurophysiologischen – für uns im Hinblick auf Lernen öffnet, betonen die Autoren des Buches »The Sense of Touch and its Rendering«: »It is no coincidence that in many languages, deeply involving emotions and feelings are described as »touching«. Touch appears indeed to be the most direct, less intellectually mediated sense. As such, it

should be a fundamental ingredient of any system aimed at providing compelling sensations of remote presence« (Bicchi u. a. 2008, S. 7).

Als wirkungsvoller Coach, als Trainerin oder Trainer, als Führungskraft, Professorin oder Professor sollten wir versuchen, diesen fundamentalen Veränderungsimpuls aufzuspüren. Aus der echten Überzeugung heraus, dass uns dies gelingen kann, spreche ich von der sogenannten »Can-do-Mentalität«. Und es kann oft gelingen.

Dieses Buch ist entstanden für all jene, die in der Arbeit mit Menschen, die Sinne sinnhaft integrieren möchten. Für jene, die Durst haben, ihrer Arbeit Farbe und Gewürze beizumischen. Die sich ummanteln lassen möchten von taktilen Essenzen. Mit diesem sinnlichen Fokus als Türöffner – bewusst gewählt – ist es eine relativ leichte Aufgabe, Menschen individuell verschiedenste Impulse dazuzugeben. Dadurch entsteht Bindung (bitte beachten Sie auch hier die textile Metapher). Durch Bindung baut sich Vertrauen auf, welches hoffentlich zu einer Öffnung führt. Diese Öffnung ist die Grundlage für Veränderungs- beziehungsweise Transformationsprozesse.

In der Forschung kenne ich bisher keinen Ansatz, der das im weitesten Sinne textile Vermögen der Menschheit in Verbindung bringt mit der Personal- und Organisationsentwicklung im Allgemeinen beziehungsweise dem Coaching und der Beratung insbesondere. Aber: Seit rund 20 000 Jahren leben, schaffen und denken wir in textilen Strukturen (in Form von Schnüren, Körben, Matten, Gerüsten und anderem mehr). Wie kein anderes Material verkörpern textile Gewebe Qualitäten, die in der Arbeit mit Menschen signifikant sind (mehr dazu in den Buchteilen »Der rote Teppich«, S. 85 ff., und »Das Wirkstoffnetz«, S. 203 ff.). Meines Erachtens steht uns kein anderes Material näher!

Beherrschende Marktsegmente wie Automobilindustrie, IT, Fashion, Dekoration, Marketing oder Medizintechnik wissen um die extrem hohe Wirkungsreichweite der Sinne im Allgemeinen und der Haptik im Besonderen. Hier liegt eine kostbare Ressource für unsere Lebens- und Arbeitszeit.

Unsere Sinne sind kein Luxus, sondern Notwendigkeit, »Nahrung« und Brücke: Eine differenzierte, feine Wahrnehmungsfähigkeit führt zu innerer und damit äußerer Stabilität. Gerade für die Resilienz sind die Sinne eine gewichtige Ressource. – Ein Beispiel dazu: Wenn ich nur Schwarz und Weiß wahrnehme, ist meine Position sehr instabil. Je mehr Schattierungen oder gar Dissonanzen ich psychisch integrieren kann, umso üppiger, tiefer und diverser wird meine Standfläche und Widerstandsfähigkeit.

Mit dieser sinnlichen Methode möchte ich Ihnen eine Möglichkeit vorstellen, wie Sie, Ihre Mitarbeiter, Coachees und Seminarteilnehmer mit Genuss und Lebendigkeit miteinander wirken können. Meine Methode verbindet bunt die Ratio und den Geist mit unserem Körper. Sie betreten dabei ein freies Feld. Sie können

Ihre gesamte Kreativität und damit Ihre »Uniqueness«, wie meine Kollegin und Zukunftsforscherin Imke Keicher das in ihrem Buch »Sie bewegt sich doch! Neue Chancen und Spielregeln für die Arbeitswelt von morgen« (2008) nennt, zum Einsatz bringen. Ihre Klienten werden überrascht, erfrischt und hoffentlich langfristig begeistert sein.

In meiner Aufgabe, für Menschen da zu sein, möchte ich meine Kompetenz im Hinblick auf textile Gewebe mit Ihnen teilen. Mögen Sie meine Worte nähren. Wiederholungen sind beabsichtigt, weil wir Inhalte dreimal lesen, hören, fühlen müssen, um das Wissen zu integrieren.

Wenn wir uns als Personalverantwortliche (in welcher Form auch immer) der Relevanz und der Tragweite von Berührung klar werden, öffnen wir ein Portal: für viele Menschen und für uns selbst. Berührung macht unsere Verbindung zu anderen Menschen deutlich, erhöht unsere Wahrnehmungskompetenz, erweitert unser Spüribewusstsein, stimuliert unser Herz und Gehirn und macht uns damit wirkungsvoller.

Ich freue mich, Sie auf diese berührende Expedition mitzunehmen. Ich freue mich über Sie! Ich freue mich, dass Sie dabei sind!

Dank

Mein Dank gilt in erster Linie meiner Lektorin Ingeborg Sachsenmeier, die von der ersten Minute an meine »Mission Textile« glaubte. Sie betreut mich geduldig und liebevoll, um dann im richtigen Moment den richtigen nächsten Schritt zu fordern.

Mein Dank gilt auch der Abegg-Stiftung und Dr. Michael Peter, Spezialist für italienische Samte des 16. Jahrhunderts. Er zeigte mir unermüdlich wichtige Gewebe dieser einzigartigen Sammlung im Berner Oberland. Die Leiterin, Dr. Regula Schortla, weltweit führende Expertin zu mittelalterlichen Seiden- und Reliquienweben, diskutierte mit mir den großen Bogen der Interdisziplinarität. Ebenso danken möchte ich Dr. Annette Paetz gen. Schieck, Direktorin des Deutschen Textilmuseums Krefeld.

Besonders danken möchte ich zudem meiner Familie. Mein Mann, meine Tochter Viktoria und mein Sohn Richard sausten bereits 2004 mit mir über den chinesischen Seidenmarkt in Hangzhou am Westsee. Sie mussten oft auf mich verzichten, weil mich Textilien lautlos riefen oder mich ein Buch in die kreative Isolation schickte. Ich bin sicher, sie fühlen meine tiefe Liebe und Beziehung zu Geweben jedweder Art. Viele Kollegen und Freunde schenkten mir beim Lesen ihre Zeit und Hingabe, weil sie überzeugt sind von der Relevanz des Themas für unsere Zeit.

Meine langjährige Lehrerin Ursa Paul unterstützte mich jederzeit bei all meinen großen Fragen, die mir sonst niemand hätte beantworten können.

Nabelschnur und Muskelfasern: Grundlagen für alles Kommende

01

Die Interdependenz von Mensch und Gewebe	15
Das Denken und die Sprache im Spiegel der textilen Entwicklung	22
Das Gehirn	45
Die Haptik und unsere anderen Sinne	50

In diesem ersten Teil erhalten Sie die Grundlagen für alles Kommende an die Hand:

- die Interdependenz von Mensch und Gewebe
- das Denken und die Sprache im Spiegel der textilen Entwicklung
- das Gehirn
- die Haptik und unsere anderen Sinne

Ein dicht bestelltes Feld. Wenn es Ihnen zu viel wird, legen Sie bitte in Ruhe das Buch zur Seite! Es ist wichtig, unserem Körper, um lernen und wachsen zu können, immer wieder Ruhe zu gönnen! So ist dieses Buch kein Buch im normalen Sinne. Mein Wunsch ist es, ein Buch für Körper, Geist, Seele und Gewebe zu schreiben. Jeder Gedanke, jedes Wort entstand aus der Anbindung an die Überzeugung, dass dieses Buch für Sie geschrieben werden muss. Möge es Sie beflügeln.

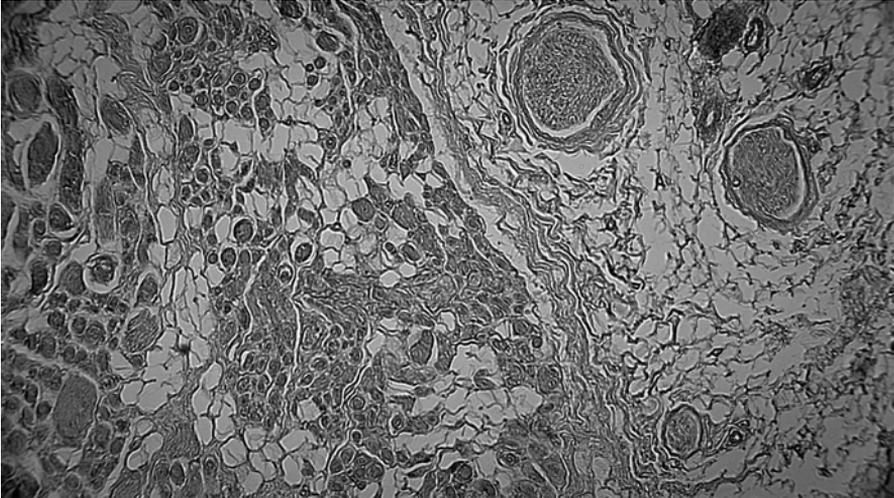
Die Interdependenz von Mensch und Gewebe

Der menschliche Körper und seine Gewebe

Lassen Sie uns zum Einstieg markante »textile« Strukturen im menschlichen Körper betrachten: die Nabelschnur, die Muskelfasern, das zentrale Nervensystem mit dem Rückenmark, um uns nur einige sehr eindruckliche Strukturen vor unser geistiges Auge zu holen.



Die Nabelschnur



Muskelfasern



Menschliches Nervensystem

Damit Sie alles besser nachvollziehen können, baue ich »Berührungspunkte« als Zwischenschritt ein. Sie können Ihre Gedanken direkt in dieses Buch schreiben oder ein eigenes Lerntagebuch anlegen. Vielleicht kleben Sie zudem kleine individuelle Gewebe oder rote Fäden in dieses Lerntagebuch, die Ihr Geschriebenes illustrieren.

Berührungspunkt



Was nehmen Sie wahr, wenn Sie diese Strukturen bewusst anschauen?!

Sicherlich wird der hohe Organisationsgrad der Strukturen deutlich. Sie erahnen vielleicht die reibungslos funktionierende Komplexität dahinter. Alle diese Geflechte und Gewebe sind wahre Meisterwerke. Sehr wichtig ist es, zu erahnen, vielleicht zu verstehen, dass unser Gewebe viel mehr ist als nur Materie.

Unsere Gewebe können speichern und absorbieren

Wir sind viel mehr als Fleisch und Blut. Alle unsere Lebensfunktionen spielen sich in unseren Geweben ab: in Blutbahnen, Nervenendigungen, Lymphe. Informationen sind darin »materialisiert«. Das menschliche Gewebe ist Leben! Wir wissen mittlerweile, dass menschliche Schockzustände in unserer DNA gespeichert werden. Sie können das zum Beispiel in der Zeitschrift »Neuroscience« nachlesen (<http://www.nature.com/neuro/journal/v16/n1/full/nn.3275.html>). Die Professorin Elisabeth Binder, die zu diesem Thema am Münchner Max Planck Institut für Psychiatrie forscht, berichtet in Heft 01/2013 (S. 33–41) von ihren hochspannenden Forschungsergebnissen.

Das bedeutet: Genetische Vorbedingungen und Umweltfaktoren prägen unser Gehirn. Schockzustände werden in der Gentranskription gespeichert. Wenn beispielsweise – wie bei einem meiner Klienten – die Ahnung existiert, ein ungewolltes Kind gewesen zu sein, kann das das Ergebnis der Information der überforderten, gestressten Mutter gewesen sein. Ihr Zustand der Überforderung wird durch Hormone über das Blut auf das Kind übertragen und dort gespeichert. Die Studie von Elisabeth Binder zeigt weiterhin Folgendes: Traumatisierte afroamerikanische Kinder weisen lange Zeit in ihrem Nervensystem diese Traumatisierung nach. Das macht es nachvollziehbar, wie wichtig es ist, achtsam und in Verantwortung für jeden Moment zu leben.

Stellen Sie sich bitte vor: In unserem Gehirn landen zehn Millionen Informationen pro Sekunde! Während Sie diese Worte also lesen, gehen circa 20 Millionen Informationen in Ihr Gehirn ein. 20 davon werden Ihnen bewusst. Der Rest landet im Unbewussten: etwa zehn Millionen Informationen pro Sekunde!



Berührungspunkt

Kennen Sie selbst solche Erfahrungen?

Sind also unsere Gewebe eine Art »Speicher«, einer Festplatte ähnlich? Hätten Sie das gedacht? Wir absorbieren somit genauso wie Textilien absorbieren.

Der menschliche Körper »webt«

Ich möchte Ihnen noch weitere Beispiele für die textile Analogie unseres Körpers anbieten: Beim Wundverschluss bilden sich durch die Lymphe Fibrinfasern. An diesen Fäden entlang siedeln sich die entsprechenden Zellen an, die die Wunde wieder schließen.

Auch der folgende Fall gehört dazu. Beispielsweise kann sich bei Schwierigkeiten in der Paarbeziehung im Körper »neues Gewebe« bilden: Zysten, Myome, Polypen oder andersartige Strukturen an unterschiedlichen menschlichen Geweben entstehen (zum Beispiel im Muskel- oder Nervengewebe, in der Bindehaut oder der Schleimhaut). Auch hier materialisieren sich psychische und seelisch-geistige Informationen in Form eines neuen, veränderten menschlichen Zellgewebes. Natürlich laufen gleichzeitig ganz normale, alterungsbedingte, veränderte Zellteilungsvorgänge im Körper ab. Und vererbte, individuelle, seelisch-geistige Prädispositionen spielen ebenfalls eine Rolle (wie wir bereits festgestellt haben).



Gewebe als Ausdruck unseres Lebens

Ich durfte mit einer hochsensiblen Frau arbeiten, die sich als junge Studentin zu zwei Schwangerschaftsabbrüchen entscheiden musste, und über Jahre nicht in Kontakt kam mit dieser für sie bedeutenden Situation. Sie schien »neutral und unberührt« von ihrer Entscheidung. Erst als sie erfuhr, dass sich ein größer werdender Polyp am Gebärmutterhals ausgebildet hatte, war sie in der Lage, mit dieser Stelle ihres Körpers zu rasonieren, in Kontakt zu kommen und das Erlebte zu verarbeiten. Ihr Körper und seine Ausdrucksfähigkeit in Form von »Gewebe« war notwendig, um die seelischen Prozesse spürbar werden zu lassen und damit schrittweise zu lösen.

Nun konnte meine Coachee weinen, die Trauer fühlen und den kleinen Wesen sogar Namen geben. Sie war in der Verarbeitung einen Schritt weitergekommen. Ausgelöst durch Gewebe! Gewebe zeigten ihr bei der Lösung (auch das ist eine textile Metapher) eines Lebensthe-

mas einen Weg. Sie verstand, dass es darum ging, alles in Ihrem Körper zu würdigen. Aus dieser Würdigung heraus konnte sie ihre Opferrolle verlassen und die Lebensverantwortung einer reifen Frau übernehmen.

Warum spielt das im Coaching eine Rolle? Es ist deswegen so wichtig, weil wir im Coaching – wie meine langjährige Erfahrung zeigt – auch den Körper im Blick haben sollten. Hinweise der Art, wie eben entfaltet, offenbaren wichtige Lebensmuster. Diese sind eine Art Schlüssel für die individuellen Coaching-Themen. Erfahren Sie also von solchen »äußeren« Geschehnissen, speichern Sie sie behutsam ab.

Unser Körper kann mit der Bildung von Geweben auf unser Leben reagieren. In gewisser Weise »webt« er, metaphorisch gesprochen. Vielleicht können wir in der Moderne den Psalm 139 so verstehen:

»Denn du hast mein Inneres geschaffen,/
mich gewoben im Schoß meiner Mutter.
Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast./
Ich weiß, staunenswert sind deine Werke./
Als ich geformt wurde im Dunkeln,
/kunstvoll gewirkt in den Tiefen der Erde,
/waren meine Glieder dir nicht verborgen./
 (139. Psalm Vers 13–15, S. 685, 2002)

Dieser Text nach der Einheitsübersetzung der Bibel kommt dem Urtext nahe. Bitte beachten Sie jedoch, dass dies *eine* Übersetzungsmöglichkeit ist. Man müsste den Urtext direkt zur Hand nehmen, um die ganz genaue historische Bezeichnung zu eruieren.

Ich finde jedenfalls die Tatsache, dass die Vorstellung des Menschen als Gewebe, kunstvoll »gewirkt«, bereits rund 2 000 Jahre alt ist, sehr aufregend.

Berührungspunkt



Wie geht es Ihnen? Berührt Sie das? Wenn ja, können Sie es möglicherweise in Worte »fassen«? Be-greifen?

.....

.....

.....

Erfahrungen und Mimik führen zur konkreten Physiologie

Wir gehen einen Schritt weiter: Denken Sie nun bitte in diesem Zusammenhang an die Experimentalpsychologie: Dort weist man seit einiger Zeit nach, dass Erfahrungen und Gefühle zu einem Gesichtsausdruck werden, und dass umgekehrt beispielsweise unsere Mimik zu einer bestimmten Physiologie führt. Banal ausgedrückt: Wenn wir lachen, haben wir andere Transmitter im Blut, als wenn unsere Muskulatur verkrampft ist. Letzteres ist zudem eine echte Energieverschwendung. Verkrampfungen und Verspannungen bedeuten für unseren Körper einen unnötigen Kraftaufwand).

In meiner Zusammenarbeit mit einem renommierten Sonderforschungsbereich zum Verhalten von Stammzellen geht es um die Frage: Was bewirkt gesundes kontinuierliches Zellwachstum und wodurch treten Veränderungen auf? Stammzellen können sich zu verschiedenen Zelltypen und verschiedenen Geweben ausbilden. Ist der Mensch also »Weber« seiner selbst?! Ich finde diese Frage in der heutigen Medizindiskussion durchaus relevant. Die sich entwickelnde Individualmedizin kann dem hoffentlich in Zukunft Rechnung tragen. Und: Die körperlichen Reaktionen stellen für das Coaching und die Arbeit mit Menschen im Allgemeinen eine wichtige Informationsquelle dar. Meine Coachees sind sehr offen und dankbar, wenn ich Ihnen beispielsweise die Zusammenhänge und Auswirkungen zwischen äußerem Stress am Arbeitsplatz und ihrer Physiologie transparent mache. Wir können heute durch die Elektroneurographie (ENG) die Nervenreizleitungen verfolgen. Wir wissen wie wir welche Nervenfasern stimulieren können.

Das kann nun in der Praxis Eingang finden!



Berührungspunkt

Nun wieder zu Ihnen: Wenn Sie einen Impuls verspüren, genießen Sie bitte den suchenden Gedanken, ob Sie Ähnliches bei sich selbst, in Ihrem Arbeitskontext oder in Ihrem nahen familiären Umfeld erfahren haben?

In diesem Buch ist die zentrale Frage, auf die ich mich immer wieder beziehen werde: Kann es gelingen, mit adäquater, stimmiger Berührung oder Kontakt (geistig und/oder physisch) Prozesse in Menschen in Bewegung zu bringen, die zu Erkennt-

nis, Change oder sogar Transformation – also Veränderung im weitesten Sinne – führen? Und dann stellt sich automatisch die nächste Frage: Wie gelingt es oder wie kann das zumindest angeregt werden?

Anne Höfler mit ihrer Bewegung »Open Hands« (s. www.anne-hoefler.de) ist davon aufgrund ihrer mehr als 20-jährigen Erfahrung überzeugt. In ihren Seminaren lehrt sie die Relevanz der Berührung – ohne allzu viel zu sprechen. Hier gilt es abzugrenzen, dass es sich dabei um eine Heilmethode handelt. Ich hatte im Herbst 2015 selbst an einem solchen Kurs teilgenommen. Seit einiger Zeit nahm ich einen Impuls wahr, in meiner Lehr- und Beratungstätigkeit mehr mit Berührung und meinen Händen zu arbeiten. Ich hatte den Eindruck, die Hände »wollten sich öffnen«. So war ich neugierig, darüber mehr zu erfahren und welche Optionen es dazu gibt. Schließlich entschloss ich mich zu einer mehrjährigen Zusatzausbildung im Nährsystem bei Ursa Paul am Heilhaus Kassel.

Als Coach können wir tiefe Prozesse der körperlichen Gesundheit nicht begleiten. Es ist hingegen möglich, bei unseren Klienten vorzufühlen, ob sie für eine solche oder andere *neue* Methoden (wie zum Beispiel die Sophrologie, s. S. 82) offen sind. In einem Netzwerk kompetenter Kolleginnen und Kollegen wird dieser Klient dann weiterhin in dem unterstützt, was er braucht.

Das Denken und die Sprache im Spiegel der textilen Entwicklung

Die Entwicklung des Denkens in der Wechselwirkung mit Textilien: Bindungen, Gewebe, Netzwerke

Ich versprach Ihnen zu Beginn des Buches, dass ich Sie auf eine ungeahnte Expedition mitnehmen würde. Lassen Sie uns bitte circa 12 000 Jahre zurückschlendern: nach Frankreich. Vielleicht waren Sie bereits im Périgord in Lascaux (von Lyon aus kommend Richtung Bordeaux fahrend) oder einer anderen prähistorischen Höhle. Dort finden Sie wunderbare, beeindruckende Wand- und Deckenmalereien. Wie konnten die Menschen in etwa sieben Metern Höhe solche kraftvollen Malereien fertigen? Sie brauchten Gerüste! Welche Struktur hat ein Gerüst? Ein Gerüst ist aufgebaut wie eine Tabelle: mit vertikalen und horizontalen Verstrebungen, die im rechten Winkel miteinander verbunden sind. Erinnert Sie das an etwas?



Berührungspunkt

Schauen Sie sich bitte im Internet die Gewichtwebstühle an, beispielsweise unter <http://www.landschaftsmuseum.de/Seiten/Lexikon/Weben.htm>. Oder Sie suchen einfach nach Bildern von Gewichtwebstühlen.

Was sehen Sie?

.....

.....

.....

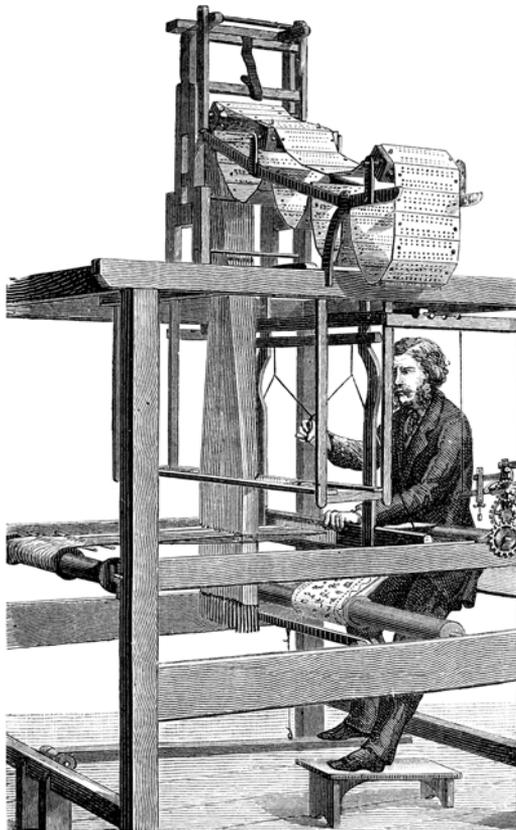
Erkennen Sie dominante Struktur? Genau hier beginnt unser »Tabellendenken«. Wenn Sie sich tiefer gehend für Textilanthropologie interessieren, hier eine Empfehlung.

Literaturtipp

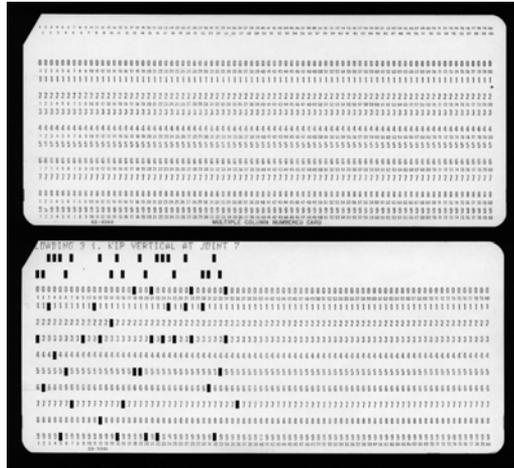


Ein wahrer Schatz ist das Buch meiner amerikanischen Kollegin Elizabeth Wayland Barber: »Prehistoric Textiles« (1991). Sie hat mit Schwerpunkt Ägäis, die ältesten Textilfunde, deren Beschreibung und Katalogisierung in diesem großen Werk zusammengetragen.

Textiles Bewusstsein findet an vielen Stellen seine ästhetische Konkretisierung: Denken Sie beispielsweise an die Fenster von Gerhard Richter im Kölner Dom. Sie sind die gläserne Umsetzung einer Webstuhl-Lochkarte. Der QR-Code erscheint als Fortsetzung des Lochmusters der Jacquardwebstühle. Diese folgten dem Prinzip von Null und Eins: Loch oder kein Loch. Daraus resultierte die Grundlage für das Computersystem.



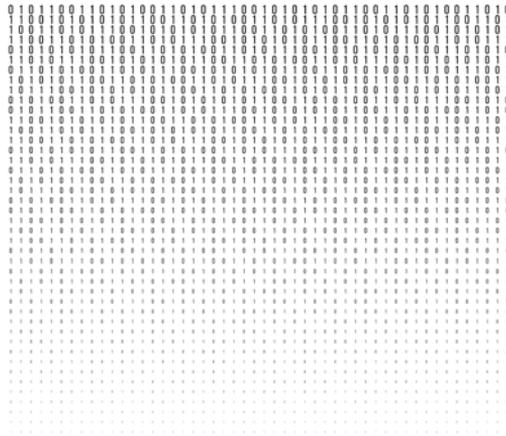
Jacquardwebstuhl



Lochkarte



QR-Code

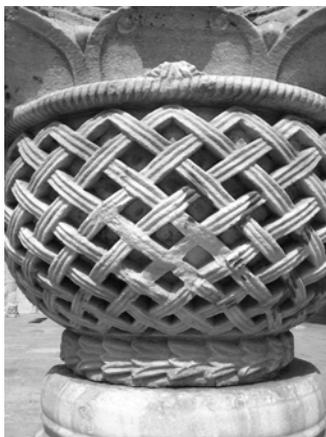


Binärcode

Textile Technik bildet also auch eine Basis für die Welt der Computer und der Informationstechnologie. Waren Sie sich dieser bedeutenden Wirkungsgeschichte der Textilien bewusst? – Da unsere Lebenswelt fast von Anfang an textil geprägt war, wird sie es in der Zukunft wahrscheinlich weiterhin sein.

Textil: Dabei denke ich an Kleidung, an Schutzkleidung, an Textilien für den Innenraum, an Autostoffe, an Baustoffe, an medizinische Gewebe und vieles mehr. Die Bundesrepublik Deutschland ist aktuell dabei, ihr Know-how im Hinblick auf technische Textilien zu nutzen, um sich in diesem Sektor weltweit auf Platz eins zu positionieren (s. dazu den aktuellen Forschungsbericht 2015 des Gesamtverbands »Textil und Mode« auf www.textilforschung.de des Forschungsinstituts Textil e.V. Berlin).

Zum Abschluss und zur Krönung zeige ich Ihnen noch folgende wunderschöne und außergewöhnliche Darstellung:



»Korb« als steinerne Kapitell-Skulptur: Das Kapitel einer Säule an der Al-Aqsa-Moschee in Jerusalem, circa 717 nach Christus

Ich zeige Ihnen dieses Beispiel aus der Architektur, um zu verdeutlichen, wie textil unsere künstlerischen und handwerklichen Arbeiten sind. Selbst in so harten Materialien wie Stein werden diese Strukturen genutzt.

Gesellschaftlich-kulturelle Entwicklung steht in Verbindung mit unserem textilen Vermögen

Die Textil- beziehungsweise Gewebeindustrie ist nach wie vor weltweit ein relevanter Wirtschaftsfaktor. Allein im europäischen Binnenmarkt sind rund 174 000 Unternehmen in der Textilindustrie tätig. Diese generieren in Europa einen Um-