DIPLOMARBEIT

"Grüne Beratung?

Neue Perspektiven für eine Integration von *Natur* in die systemische Lebens- und Sozialberatung"

Verfasserin

Mag.^a Anna Kromer

zukünftig angestrebter Titel

Dipl. LSB

Wien, am 27.04.2018

Ausbildung It. Studienbuch: Lebens- und Sozialberatung

Lehrgangsnummer: ZA-LSB 175.0/2009

laut 140. Verordnung vom 14.03.2003 Lebens- und Sozialberatung in der Fassung 112/2006.

BegutachterInnen: Mag.a Helga Ansorge / Mag. Martin Köberl

Eidesstattliche Erklärung

Ich, Mag.^a Anna Kromer, geboren am 07. April 1985 in Wien, erkläre,

dass ich meine Diplomarbeit, den Praxisfall und das Prüfungsdesign selbständig verfasst habe, anderes als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt habe und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe;

dass ich meine Diplomarbeit, den Praxisfall und das Prüfungsdesign bisher weder im In- noch Ausland in irgendeiner Forma als Prüfungsarbeit vorgelegt habe;

dass ich, falls diese Diplomarbeit und/oder der Praxisfall bzw. das Prüfungsdesign ein Unternehmen betrifft, für das ich tätig bin oder war, ich meine/n Arbeitgeberln über Titel, Form und Inhalt der Diplomarbeit und/oder des Praxisfalls bzw. Prüfungsdesigns unterrichtet und sein/ihr Einverständnis eingeholt habe.

Wien, am 27.04.2018 / Unterschrift

Inhaltsverzeichnis

VORWORT	1
EINLEITUNG	2
1. DAS SYSTEM UND DIE NATUR	6
1.1 Der System-Begriff in der Beratung	6
1.1.1 Theoretische Grundlagen: Systemtheorie und Konstruktivismus	6
1.1.2 Das ,System' in der Praxis	9
1.2 Überlegungen zum Natur-Begriff	10
1.2.1 Natur als lebendiges System	11
1.2.2 Die instabilen Grenzen von Natur	11
1.3 Ein Natur-Begriff für die Systemische Beratung	13
1.3.1 Natur und Soziales als Akteure eines relationalen Netzwerks	13
1.3.2 Relevanz von Natur für die Systemische Praxis	15
2. DAS VERHÄLTNIS VON MENSCH UND NATUR	17
2.1 Grundannahmen zum Verhältnis Mensch-Natur	17
2.1.1 Konstruktivismus, ANT und die relationalen Kategorien	17
2.1.2 Verbundenheit und 'ökologisches Selbst' in der Tiefenökologie	18
2.1.3 Kommunikation zwischen Mensch und Natur in der Waldtherapie	20
2.2 Die Position von <i>Natur</i> im Verhältnis Klientln-Beraterln	23
2.2.1 Verhältnisverschiebung in der Systemischen Naturtherapie	23
2.2.2 Die Rolle der <i>Natur</i> im Verhältnis Klientln- <i>Natur</i> -Beraterln	25
3. NEUE PERSPEKTIVEN FÜR EINE 'GRÜNE BERATUNG'	27
3.1 Perspektiven einer radikalen Relationalität	27
3.1.1 Überlegungen zur Subjektivierung des System-Begriffs	27
3.1.2 <i>Natur</i> als Spiegel des Eigenen	28
3.2 Aspekte einer naturbezogenen Systemischen Beratung	29
3.2.1 Die innere Haltung in der Arbeit mit <i>Natur</i>	29
3.2.2 Sinnliche Kommunikation und Biophilia-Effekt	30
3.3 Möglichkeiten und Relevanz für KlientInnen	31
ZUSAMMENFASSUNG & RESÜMEE	32
LITERATURVERZEICHNIS	36
Internetverzeichnis	39
ABSTRACT	41

VORWORT

Ich habe mich selbst lange Zeit als nicht außerordentlich naturverbundenen Menschen gesehen. In der Stadt aufgewachsen, habe ich Natur zunächst als Park für Freizeitgestaltung kennengelernt oder im Urlaub als Erholungsraum. Die Natur war für die Pausen da - die grünen Wiesen, der frisch-duftende Wald, der glasklare See. Darüber hinaus begleitete mich die Natur im Alltag nicht mehr als in Form von ein paar Topfpflanzen, die glücklicherweise wenig Wasser brauchten. Erst meine Erfahrungen während der mexikanischen Schwitzhüttenrituale¹, die ich erstmals vor neun Jahren kennenlernte, brachten mir etwas näher, wovon ich davor nicht gewusst hatte, wie fern es mir tatsächlich lag: unsere menschliche Verwobenheit mit der Natur. So verquer das zunächst klingen mag - nur langsam dämmerte mir das existenziale Potential, welches dieses Erlebnis und die sich dadurch verändernde Haltung für mein Selbst- und Weltverständnis in sich trug. In dieser Diplomarbeit möchte ich mich daher gerne dem Thema widmen, inwiefern Natur für die psychologische Begleitung in der systemischen Lebens- und Sozialberatung relevant sein kann. Dabei geht es allerdings weder darum, Aspekte der traditionell-indigenen Naturmedizin² zu übersetzen, noch einen deterministischen "Natur'-Begriff zu retten, sondern vielmehr um eine ganz pragmatische (Wieder-)Entdeckung der gesundheitsfördernden Eigenschaften des regionalen Naturraumes für die menschliche Psyche.

Das Schwitzhüttenritual ist Teil amerikanischer indigener Traditionen. Ich lernte eine Form der 'Temazcal' aus dem heutigen Mexiko kennen. Das Aufgießen heißer Steine mit Wasser in einem kleinen Raum ähnelt der hiesigen Sauna, unterscheidet sich aber grundlegend davon durch Einbeziehen aller Elemente, Hintergrundsymbolik und Ablauf.

² Vgl. dazu den WHO-Bericht, 1978

EINLEITUNG

Den Aufenthalt in der Natur als ganzheitliche, gesundheitsfördernde Präventivmaßnahme zu erörtern, ist in der Wissenschaft ein einigermaßen junges Unterfangen. Bestehende Literatur nimmt vorrangig Bezug auf Studien aus Japan und Südkorea, in denen die Wirkungsweisen des Shinrin-yoku seit den 1980er-Jahren erforscht wird. Aus dem Japanischen übersetzt bedeutet Shinrin-yoku ,Waldbaden', womit nicht das Baden in einem Waldsee, sondern vielmehr das Eintauchen in den Wald mit allen Sinnen oder das "Einatmen der Wald-Atmosphäre" gemeint ist. Das Forschungsinteresse dreht sich dabei um die Frage, inwiefern das menschliche Immunsystem im Wald auf – über chemische und elektrische Signale – kommunizierende Pflanzen reagiert und wie sich diese Kommunikationsfähigkeit mit biotischer Natur auf die körperliche und psychische Gesundheit auswirkt. Die Ergebnisse über das gesundheitsfördernde Potenzial des "Waldbadens" sind so überzeugend, dass 2012 an japanischen Universitäten der eigene Forschungszweig "Waldmedizin' gegründet und das Einatmen der Wald-Atmosphäre als präventive und behandlungsunterstützende Maßnahme offiziell anerkannt wurde.³ Mittlerweile finden sich auch Literatur und Praxis im deutschsprachigen Raum unter dem Begriff der "Waldtherapie". Eine Studie aus dem Jahr 2014 zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften der Medizinischen Universität Wien und der Universität für Bodenkultur kommt zu dem Schluss, dass ein Aufenthalt im Wald und damit die Aufnahme von Terpenen⁴, welche nachweislich die Produktion von Immunzellen im Körper anregen⁵, nicht nur körperlich gesundheitsfördernde Wirkung im Bereich

³ Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 27 f.

⁴ Bisher erforscht und bekannt ist in diesem Bereich die Pflanzenstoffgruppe der Terpene, welche beispielsweise in ätherischen Ölen enthalten sind und für die verschiedenen Pflanzen eine Vielzahl an verschiedenen Funktionen übernimmt. Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 25 f.

⁵ Die Duftstoffe Terpene können über Haut und Lunge aufgenommen werden und

Herzkreislauf, Blutdruck, Blutzucker, Asthma, Kopfschmerzen und sogar Krebs aufweist, sondern ebenso bei emotionalen und psychischen Belastungen und Krankheiten ausgleichend wirkt. So wurde evident, dass regelmäßiges "Einatmen der Wald-Atmosphäre' positiven Einfluss auf die Bewältigung von Schlaflosigkeit, Stress, Aggressionen, ADHS, Burnout, Depression, Sucht und Ängsten hat. Der Bericht kam zu dem Schluss, der Wald könnte ein vielversprechendes Setting für medizinische Therapien sein. Auf dieser Grundlage beabsichtige ich mit der vorliegenden Arbeit die Qualitäten der Natur für die Praxis der Lebens- und Sozialberatung – mit ihrem Auftrag der präventiven Tätigkeit im Bereich psychosozialer Gesundheit – herauszuarbeiten und die Möglichkeiten einer Integration zu beleuchten.

Im Besonderen liegt das Forschungsinteresse dabei auf einer philosophietheoretischen Betrachtung des Themenkomplexes aus Perspektive der konstruktivistischen Systemik. Mit der Akteur-Netzwerk-Theorie nach Bruno Latour sollen die Begriffe "Natur", "System" und "Selbst" neu befragt werden. Dem Ansatz der Systemischen Naturtherapie nach Astrid H. Kreszmeier folgend, soll dargelegt werden, "welche Räume sich auftun, wenn Menschen mit einer bestimmten Ausrichtung und Haltung in der Natur unterwegs sind."⁷ Was geschieht, wenn wir Natur nicht nur als Objekt annehmen, das uns gegenübersteht, sondern wenn wir uns der Natur zugehörig fühlen? Was passiert, wenn wir uns auf dieses "geheimnisvolle Zwiegespräch der Natur mit uns und unseren "inneren" Räumen"⁸ einlassen? In Anlehnung an Systemtheorie, Konstruktivismus, Tiefenökologie, Waldmedizin und Systemischer Naturtherapie sollen jene Aspekte aufgegriffen wer-

steigern nachweislich die Anzahl jener speziellen Form weißer Blutkörperchen, die das körperliche Abwehrsystem bilden. Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 31 ff.

Vgl. Richter, 2016 und Berichte zur "Landscape and Human Health"-Konferenz wie bspw. vom Waldverband Österreich (Vgl. WV, 2017)

⁷ Kreszmeier, 2012², S. 7

⁸ Kreszmeier, 2012², S. 8

den, die für den Bereich der Lebens- und Sozialberatung gelten, um aus den vorhandenen Ansätzen die Perspektiven für systemische Prozesse mittels Natur – innerhalb des für die psychologische Beratung definierten Rahmens – zu besprechen. Anhand der vorliegenden Literatur zu dem Thema, wird darzulegen sein, welche Aspekte übertragen werden können und wo weiterführende Fragen zu formulieren sind. Die Leitfrage der vorliegenden Arbeit lautet: Inwiefern lässt sich *Natur* in die systemische Lebensberatung integrieren? Der Aufbau des Themas kann wie folgt vorgenommen werden:

Kapitel (1) steckt den begrifflichen Rahmen, um den Boden für weitere Betrachtungen zu bereiten. So ist zu Beginn (1.1) mit der Frage "Was ist Systemische Beratung?" zunächst das Feld und seine theoretischen Grundlagen zu klären. Darauffolgend (1.2) wird der Naturbegriff erläutert: Wie ist der Begriff "Natur" anschließend an Akteur-Netzwerk-Theorie und Gaia-Hypothese zu definieren? Um schließlich (1.3) eine begriffliche Integration zu wagen: Inwiefern ist Natur nun für die Systemische Beratung einzuordnen bzw. zu positionieren? Und vor allem: Welche Aspekte der Natur sind aus systemischer Perspektive für den/die Klientln relevant?

Kapitel (2) geht der Frage nach, von welchen Grundannahmen zum Verhältnis Mensch-Natur auszugehen ist, um für die Systemische Beratung anwendbar zu sein. Besonders (2.1) die Hinweise dazu im Konstruktivismus, sowie in der Tiefenökologie und Waldmedizin, sollen hier erörtert werden, um folglich (2.2) zu untersuchen, wie mit der Systemischen Naturtherapie ein dreihaftes Verhältnis Klientln-Natur-Beraterln zu definieren ist. Gerade die Rolle der Natur wird diesbezüglich genauer zu erörtern sein.

Kapitel (3) beleuchtet schließlich, welche Perspektiven die Integration von Natur in die Systemische Beratung für den/die Klientln bietet. Es ist zu erkunden (3.1), inwiefern eine Einbeziehung von Natur die System- und Selbstdefinition des/der Klientln beeinflussen kann. Darüber hinaus ist her-

auszuarbeiten (3.2), welche Aspekte für die innere Haltung des/der Beraterln in der Arbeit mit Natur und welche Momente für das Erleben im Prozess des/der Klientln relevant werden. Abschließend sind (3.3) die Möglichkeiten im Prozess der Klientlnnen zu reflektieren, die mit einer Integration von Natur in die Systemische Beratung einhergehen können, um damit deren Relevanz zu befragen.

Ausgehend von der Fragestellung, inwiefern Natur aus systemischer Perspektive in die psychologische Beratung integriert werden kann, soll diese Arbeit ein Beitrag zur Verbindung der gesundheitsfördernden Qualität der lebendigen "Grünkraft"⁹, mit meiner Tätigkeit als Lebens- und Sozialberaterin darstellen. Natur soll dabei als dritter eigenständiger Aspekt im Verhältnis Klientln-Natur-Beraterln befragt werden, welcher im Besonderen als Spiegel für das Innere System des/der Klientln eine neue Perspektive bieten und eine spezifische Haltung fördern könnte. Inwiefern diese Grundannahmen die Kommunikation des/der Klientln im und mit dem eigenen System ermöglicht und unterstützt, wird ans Licht zu bringen sein. Erst vor dem Hintergrund einer nicht deterministisch gedachten Definition von Natur kann diese, in ihrer besonderen Weise als mitbestimmende Instanz in ihrer eigenen Lebendigkeit und als qualitatives Moment des Heilsamen, für Themen des existenzialen Sinns, Übergangs, der Selbstpositionierung und Friedfertigkeit in der Welt, verstanden werden. Der Frage folgend, in welchen Aspekten eine sinnvolle Verknüpfung zwischen Natur und Systemischer Beratung gegeben ist und welche Möglichkeiten daraus entstehen, können aus dieser Auseinandersetzung gar neue Perspektiven, für ein zukunftsweisendes Plädoyer, für 'Grüne Beratung' entstehen.

⁹ Dieser Begriff stammt von der kräuterkundigen Benediktinerin Hildegard von Bingen. Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 19

1. DAS SYSTEM UND DIE NATUR

Beginnen wir damit, den begrifflichen Rahmen zu stecken, um den theoretischen Boden für eine Betrachtung von Natur als lebendiges System aus systemischer Perspektive zu bereiten.

1.1 Der System-Begriff in der Beratung

1.1.1 Theoretische Grundlagen: Systemtheorie und Konstruktivismus

Dem systemischen Blick verpflichtet, lege ich ein Netzwerk von Ideen, Modellen und Begriffen dar, um daraus das Feld der Systemischen Beratung zu erschließen. Mit der linearen Form des Textes wird daraus ein ,roter Faden' gesponnen, ohne dass die Begriffsentwicklung selber notwendigerweise dieser Reihung entspräche. Vielmehr wird deutlich werden, wie die Entwicklungsgeschichte dieses erkenntnistheoretischen Ansatzes ein Ineinanderwirken verschiedener Elemente beeinflusst ist. In nahezu allen wissenschaftlichen Bereichen hat sich im 20. Jahrhundert ein neuartiges Paradigma Bahn geschlagen. Je nach Fachdisziplin unterscheiden sich die Theoriegebäude und ihre Namen - ihnen gemeinsam ist allerdings ein grundlegender Wandel der Perspektive ihrer Untersuchung: So wird nicht mehr länger eine ontologisch zu begründende Kausalität für die Erklärung beobachtbarer Phänomene konstruiert, sondern vielmehr der Fokus auf ihre Relationalität gelegt, wie es der Systemiker Fritz B. Simon in seinen Abhandlungen über Systemtheorie und Konstruktivismus beschreibt. Knapp auf den Punkt gebracht, definiert er 'systemisches Denken' folgendermaßen: "(...) An die Stelle geradlinig-kausaler treten zirkuläre Erklärungen, und statt isolierter Objekte werden die Relationen zwischen ihnen betrachtet."10 Jegliche Wahrnehmungen und Verhaltensweisen sind dementsprechend

¹⁰ Simon, 2013⁶, S. 13

innerhalb eines interaktionellen Kontexts zu verstehen, das als (geschlossenes) "System" definiert wird und sich von einer "Umwelt" abgrenzt. Das Interesse der wissenschaftlichen Betrachtungen verschob sich so von einem – dem cartesianischen Weltbild entsprechenden – statischen, "wesenhaften" Objekt, auf eine beliebig begrenzte Vielzahl von Elementen und ihr Zusammenwirken. Genauer, auf die aus mehreren Teilen zusammengesetzten Einheiten bzw. "Ganzheiten" wie es Luhmann im systemtheoretischen Modell mit Bezug auf soziale Systeme formulierte.

Mit diesem komplexen Modell dynamischer Systeme wurde es möglich, nicht nur Zustände vereinzelter Elemente, sondern darüber hinaus relationale Prozesse und Interaktionen zu beschreiben, die innerhalb ihres definierten "Netzwerkes" eine selbstbezügliche" Wirkung entfalten. Diese veränderte Betrachtungsweise bringt die nicht weniger bedeutende Wendung mit sich, innerhalb eines vernetzten Systems der wechselwirkenden Elemente keine objektiv unterscheidbaren Ursache-Wirkung-Erklärungen mehr ausmachen zu können. Anders ausgedrückt: in Anbetracht der relationalen Verhältnisse eines Systems, obliegt es nun dem/der Beobachterln mehr oder weniger willkürlich, sowohl die Grenzen der "Ganzheit" zu definieren, als auch Anfang und Ende einer beobachteten Seguenz, Innen und Außen des Systems, zu setzen. 13 Insofern wurde der subjektive Charakter von Erkenntnis, der perspektivische Aspekt von Realität, evident, sowie die damit verbundenen strukturellen Bedingungen und Funktionen, sogenannte Muster, ihres Systems, die dieses erhalten und verwirklichen. Betrachtungsgegenstand wurden mit dieser Entwicklung somit "die Beziehungen und Positionen von Elementen zueinander innerhalb eines Gesamtgefüges, die

¹¹ Simon, 2013⁶, S. 14

¹² Zum Begriff der Selbstreferentialität von geschlossenen Systemen sei an dieser Stelle auf die Arbeiten über Autopoiese von Maturana (Vgl. Maturana, 1985²) verwiesen.

¹³ Vgl. Simon, 2013⁶, S. 12 ff.

Regeln ihrer Interaktion und Kommunikation, sowie die Gesetzmäßigkeiten der Stabilisierung und Veränderung von Systemzuständen und -strukturen."¹⁴

Indem systemische Konzepte abstrakt sind und keiner materiellen Inhalte bedürfen, eignet sich ihre Anwendung nicht nur im naturwissenschaftlichen, sondern ebenso im psychischen und sozialen Bereich. Theoretisches Fundament bieten hier zuvorderst die philosophischen Ansätze des radikalen Konstruktivismus. Diese gehen davon aus, dass

"individuelle Weltbilder durch eine Geschichte von Interaktionen, die ein Individuum mit seiner psychischen und sozialen Umwelt erfährt, geformt und aktiv 'konstruiert' werden. Dabei ist Konstruktion (…) als unbewusster Prozess [zu verstehen, Anm.], bei dem Erfahrungen geordnet und zueinander mehr oder weniger konsistent in Beziehung gesetzt werden."¹⁵

In der individuellen Konstruktion einer eigenen Realität spielt die Sprache, die Zuweisung von Bedeutung innerhalb des Systems, eine besondere Rolle. Sie ermöglicht es, sowohl über sich selbst nachzudenken, als auch über diesen Prozess zu kommunizieren und damit ein subjektives So-Sein von Selbst und Welt, System und Umwelten, Eigenem und Anderem im Akt der performativen Wiederholung zu 'realisieren'. Neben der sachlichen Beschreibung von Phänomenen, tragen vor allem subjektive Erklärungen und Bewertungen derselben zur Realitätskonstruktion bei. "Handlung orientiert sich immer an Erklärungen"¹⁶, schreibt Simon dazu. Vor diesem Hintergrund sind auch psychische wie soziale Konflikte, (Un)Möglichkeit der Anwendung von Bewältigungsstrategien und gelingende Veränderungen durch neu geord-

¹⁴ Simon, 2013⁶, S. 16

¹⁵ Simon, 2013⁶, S. 68

¹⁶ Simon, 2013⁶, S. 75

nete oder entwickelte Strukturen und Prozesse im eigenen System zu verstehen. In einem solchen Prozess der Selbstorganisation bei gekoppelten System-Umwelt-Einheiten, wie etwa Körper und Psyche des Menschen, können Strukturveränderungen als koevolutionär verstanden werden. Auch wenn Veränderungsimpulse durch die Momente von Zufall und Notwendigkeit bestimmt sind, werden viable Intervention und Reaktion, sowohl Innen (System) wie auch Außen (Umwelt), möglich.¹⁷ Mit einem systemtheoretisch-konstruktivistischen Blick auf so definierte Systeme im sozialen Sinne, ist davon auszugehen, dass nicht "wesenhafte" Menschen, sondern vielmehr relationale Ereignisse die kleinsten Einheiten sind, die ein soziales System als solches konstituieren. Diese Ereignisse sind alle noch so unscheinbaren, (non) verbalen *Kommunikationen*, wie es Luhmann formuliert.¹⁸

1.1.2 Das ,System' in der Praxis

Die oben dargelegten erkenntnistheoretischen Überlegungen aus Systemtheorie und Konstruktivismus beeinflussten maßgeblich die Perspektiven der, sich aus der Familientherapie heraus entwickelten, Systemischen Therapie und Beratung. Wird nun die subjektive BeobachterInnen-Perspektive des/der KlientIn, dem/der schließlich die Definition des Bedeutungsrahmens während einer systemischen Sitzung obliegt, berücksichtigt, ergibt sich auch eine veränderte Aufgabe des/der BeraterIn: statt eines aktiven Eingreifens, steht seither rezeptives Widerspiegeln als Anregung im Vordergrund. Schlippe/Schweitzer zeichnen diese Entwicklung folgendermaßen nach:

"Der Fokus verschob sich mehr und mehr auf die innere, autonome Selbstorganisationslogik lebender Systeme, auf ihre operationale

¹⁷ Vgl. Simon, 2013⁶, S. 71 ff.

¹⁸ Vgl. Simon, 2013⁶, S. 90 f.

Abgeschlossenheit (...) und damit auch auf die Grenzen externer Einflussnahme. (...) Damit sehen sich auch Therapeuten (sic!) nur in der Lage, das System anzustoßen, anzuregen, zu 'verstören' und in Eigenschwingung zu versetzen."¹⁹

Insofern ist vor diesem theoretischen Hintergrund zu verstehen, welche Möglichkeiten die Systemische Beratung strukturell bieten kann: das Ingangsetzen von Dialogen über die subjektiven Wirklichkeitskonstruktionen des/der KlientIn innerhalb seines/ihres so definierten Systems und Rahmens der Betrachtung. So wird es ihm/ihr möglich, mit alternativen Perspektiven – im Hinblick auf eine sich stets weiterentwickelnde Selbstorganisation – zu spielen und dienliche Bedeutungskonstruktionen zu generieren.²⁰

1.2 Überlegungen zum Natur-Begriff

Der Begriff Natur weist zweifelsohne eine konfuse Vielfalt auf. Insofern sei an dieser Stelle festgehalten, dass es nicht darum gehen wird, ein Konzept der "Natur des Menschen" für die systemische Praxis anzuwenden und damit zu einem deterministischen Verständnis von Selbst zurückzukehren. Vielmehr wird – insbesondere vor dem Hintergrund subjektiver Realitätskonstruktion – mit der Frage nach einem sinnvollen Natur-Begriff für die Systemische Beratung, das dichotome Verhältnis von System/Umwelt zu zerstreuen sein, um mit dem Konzept des "Netzwerks" (das später erläutert wird) darüber hinausreichende Relationen im Spannungsfeld Mensch-Natur neu denken zu können.

¹⁹ Schlippe/Schweitzer, 2012, S. 94

²⁰ Vgl. Schlippe/Schweitzer, 2012, S. 95

1.2.1 Natur als lebendiges System

Um uns einer Begriffsdefinition zu nähern, gehen wir zunächst von Natur als lebendigem Ökosystem aus, wie es Maturana/Varela mit dem Konzept des autopoietischen Systems beschreiben und James Lovelock später mit der Gaia-Theorie. Ontologisch und erkenntnistheoretisch wurde biotische Natur zunächst weithin folgendermaßen definiert:

"Natur bezieht sich auf die Gesamtheiten derjenigen Entitäten und Kräfte oder Teile von Gegenständen, die, bei allem menschlichen Einfluss auch immer, dennoch spontan, ohne willentliche und absichtliche Intervention vom Menschen materialiter nicht fabriziert ist und insofern etwas Unverfügbares darstellt."²¹

Die zu Beginn kontrovers diskutierte Gaia-Theorie des Physikers James Lovelock definierte die 'Erde' erstmals in ihrer planetarischen Gesamtheit als lebendigen 'Organismus', welcher es vermag, sich selbstregulierend in Balance zu halten. Mit dieser sich langsam ändernden Sichtweise gingen die Geo- und Klimawissenschaften schließlich weg von der mechanischen Erforschung vereinzelter Komponenten und ihren Abläufen, hin zu einer Betrachtungsweise, welche die komplexen Wechselwirkungen in der Interaktion (un)belebter Komponenten in den Fokus rückte.²² Von dieser Grundlage ausgehend entwickelte der Soziologe und Philosoph Bruno Latour eine Definition von 'Gaia', die für die vorliegende Arbeit von besonderer Relevanz sein wird.

1.2.2 Die instabilen Grenzen von Natur

Während im sozialwissenschaftlichen Diskurs lange der Konsens bestand, die Konstruktion des sozialen Gefüges per definitionem einer Natur als des-

²¹ Holzinger, 2004, S. 11

²² Vgl. Podbregar, 2013, S. 153 ff.

sen Umwelt gegenüberzustellen²³ oder gar – im konstruktivistischen Sinne – semantisch einer objektivierbaren Realität zu entziehen, stellt der Grenzgänger zwischen Natur- und Geisteswissenschaften Bruno Latour genau diese Konstruktion der Dichotomie infrage und geht gewissermaßen über beide hinaus. Sowohl die Eigenständigkeit der Kategorie Natur erhaltend, als auch deren relationale Konstruiertheit berücksichtigend, verweist er auf die Undeutlichkeit vermeintlicher Grenzen, ohne diese gänzlich aufzuheben.²⁴ Mit Latours Theorie ist das Verhältnis Kultur/Natur, Subjekt/Objekt und System/Umwelt zu öffnen und neu zu begreifen, um auch für die systemische Beratung zu einer, innerhalb der Forschungsfrage dieser Arbeit, relevanten Anwendung zu kommen.

Natur ist in diesem Sinne weder jene unberührt-universelle Selbstverständlichkeit der abendländischen Metaphysik, noch ein konstruiertes Artefakt gesellschaftlicher Kolonisierung. "Natur/Kultur"²⁵, wie es Latour nennt, beschreibt ein Hybrid-Gebilde, in dem natürliche Elemente das Soziale gleichsam durchdringen, so wie gesellschaftliche Tätigkeiten das Natürliche erst formen.²⁶ "Latour zufolge gibt es (…) weder rein natürliche Dinge noch rein soziale menschliche Beziehungen, sondern stets Mischwesen zwischen Natur, Gesellschaft und Kultur."²⁷ Um über das dichotome Begriffspaar hinauszukommen, setzt Latour diesem, anknüpfend an Lovelock, die kosmologische Figur namens "Gaia⁴²⁸ entgegen und definiert "Welt" –

²³ Für die Soziologie war diese Gegenüberstellung Gesellschaft/Natur von entscheidender Notwendigkeit, um die Eigenständigkeit ihrer Disziplin gegenüber den Naturwissenschaften zu argumentieren. Vgl. Holzinger, 2004, S. 12 f.

²⁴ Vgl. Holzinger, 2004, S. 12 f.

²⁵ Latour, 2017, S. 36

²⁶ Ein wachsendes Bewusstsein über die Instabilität der Natur selbst und des Natur-Begriffs tritt heute gerade durch die Ökologie-Diskurse zum, durch menschliche Aktivitäten beeinflussten, Klimawandel zutage. Vgl. Holzinger, 2004, S. 19

²⁷ Ruffing, 2009, S. 39

²⁸ Wie der Physiker James Lovelock wählt auch Bruno Latour den aus der griechischen

"worlding"²⁹ – damit vehement offen und relational als "das, was einerseits die Tür öffnet zur Vielfalt der Existierenden und andererseits zur Vielfalt ihrer Existenzweisen"³⁰.

1.3 Ein *Natur*-Begriff für die Systemische Beratung

Wagen wir an dieser Stelle eine begriffliche Verknüpfung entlang der Frage, inwiefern Natur, im Rahmen unseres neu gewonnenen Verständnisses über die relationale Offenheit des Begriffs, nun für die Systemische Beratung einzuordnen beziehungsweise zu positionieren ist.

1.3.1 Natur und Soziales als Akteure eines relationalen Netzwerks

Als besonders geeignet, um das Verhältnis sowohl der Begriffe, als auch der materiellen Realitäten von Natur und sozialen Systemen zueinander zu begreifen, erweist sich die von den Soziologen Bruno Latour und Michel Callon entwickelte Akteur-Netzwerk-Theorie (kurz 'ANT'): Diese "geht davon aus, dass sich die Technik, die Natur und das Soziale wie in einem Netzwerk gegenseitig beeinflussen."³¹ Jegliche Konzepte, Ideen, Dinge, ob lebendig und menschlich oder nicht, gelten in der ANT als figurierte Entitäten (*Akteur*), die materiell und semiotisch in Verbindung zueinander (*Netzwerk*) stehen, einander beeinflussen und denen ihre jeweils eigene Wirkungsmacht (*agency*) zukommt.³² Denn: "Nicht nur der Mensch sei Akteur im gesellschaftlichen Geschehen, sondern es gebe viele Faktoren bzw. Aktanten, die

Mythologie entlehnten Namen GAIA für seine Theorie. Paradoxerweise trägt die Gestalt den Namen einer göttlichen Personifizierung der Erde und ist dabei "die am wenigsten religiöse Entität, die je von der okzidentalen Wissenschaft produziert wurde." Vgl. Latour, 2017, S. 75 und 143 ff. bzw. Podbregar, 2013, S. 155

²⁹ Er verwendet den Begriff *to world* (eng.) bzw. *welten* (dt.) unter Rekurs auf Donna Haraway. Vgl. Latour, 2017, S. 67

³⁰ Latour, 2017, S. 67

³¹ Ruffing, 2009, S. 29

³² Latour, 2017, S. 17

die konkreten Ereignisse bzw. Operationsketten von Handlungen beeinflussten."³³

Als Beispiel für die Wirkmacht von Natur führt Latour, als einen Akteur unter vielen, die sich Bahn schlagenden Bewegungen der Wassermassen eines großen Flusses an, dessen "Naturgewalt (...) natürlich ganz das Gegenteil eines leblosen Akteurs [ist, Anm.] "34 und dadurch einen soziale Realität (mit-)konstituierenden Charakter erhält. Welche Bedeutung diese sich materiell realisierende Entität erhält, steht dabei in Relation zur Perspektive der betrachtenden und die Phänomene begreifenden Person (zb. Ingenieurln, Bewohnerln der Umgebung, Fischerln...). An dieser Stelle ist hervorzuheben, dass es weder Lovelock noch Latour darum ging, dem Fluss, der Natur oder einer planetarischen "Gaia" selbst – im teleologischen Sinne – Intentionalität, Willen oder "Beseeltheit" zuzuschreiben³⁵, sondern vielmehr darum, auf eine wechselwirkende "Spannkraft"36 innerhalb eines veränderlichen Handlungsfeldes mit belebten und unbelebten Akteuren hinzuweisen. Insofern schafft Latour mittels der Begriffe der ANT eine Definition, um die der Physiker Lovelock, im Versuch den transzendenten Beigeschmack seiner Theorie zu vermeiden, noch rang - und schlussfolgert in seinem interdisziplinären Ansatz, dass "Gaia" "(...) lediglich ein Vorschlag zur Benennung aller ineinander verschränkten und unvorhersehbaren Folgen der Wirkungsmächte ist, von denen jede durch Manipulation ihrer jeweiligen Umwelt ihr eigenes Interesse verfolgt."³⁷ Und weiter:

"Wenn es keinen Rahmen, kein Ziel, keine Leitung gibt, müssen wir GAIA als Namen für den Prozeß (sic!) auffassen, durch den variable

³³ Ruffing, 2009, S. 29

³⁴ Latour, 2017, S. 95

³⁵ Vgl. Podbregar, 2013, S. 156

³⁶ Latour, 2017, S. 97

³⁷ Latour, 2017, S. 245

und kontingente Möglichkeiten die Gelegenheit erhielten, spätere Ereignisse wahrscheinlicher zu machen. In diesem Sinne ist GAIA ebensowenig ein Produkt des Zufalls wie der Notwendigkeit. Was bedeutet, daß (sic!) sie sehr dem ähnelt, was wir schließlich als die Geschichte selbst wahrnehmen."³⁸

Mit diesem Verständnis von den relationalen Kommunikationen zwischen jeglichen, existierenden Akteuren wird es möglich, die *Natur*³⁹ schließlich ganz von einem Anspruch der Absolutheit zu lösen und sie darüber hinaus selbst als einen soziale Prozesse anstoßenden, kategorialen Akteur zu begreifen, der als innerhalb des – die Gesamtheit der Dinge umfassenden – prozessualen Netzwerkes namens GAIA mitzudenken ist. Insofern kann die Kategorie *Natur* selbst, Holzinger und Latour folgend, als 'sozialer Akteur' in einem wechselwirkenden Netzwerk oder Beziehungssystem von sozialen, technischen und natürlichen, materiell-semiotischen Figurationen, mit je spezifischen Eigenaktivitäten, konzipiert und positioniert werden. ⁴⁰

1.3.2 Relevanz von *Natur* für die Systemische Praxis

Die Idee vom "Handlungspotential von Gegenständen"⁴¹, welche der Akteur-Netzwerk-Theorie zugrunde liegt, ist der Systemischen Praxis keineswegs fremd und im Grunde auch nicht besonders neu. Beispielsweise verdeutlicht die Arbeit mit dem Inneren Team nach Friedemann Schulz von Thun⁴², beziehungsweise das Einbeziehen von Symptomen, Ereignissen oder anderen systemrelevanten 'Dingen' – durch Zuweisung einer eigenen

³⁸ Latour, 2017, S. 187

³⁹ Der typografische Behelf einer kursiven Schreibweise soll in der vorliegenden Arbeit ein Hinweis auf die hier gewonnene Lesart und Definition des Natur-Begriffs, in Anlehnung an den in Kapitälchen gesetzten Natur- bzw. Gaia-Begriff von Bruno Latour, sein. Vgl. Latour, 2017, S. 71

⁴⁰ Vgl. Holzinger, 2004, S. 18 f.

⁴¹ Ruffing, 2009, S. 29

⁴² Vgl. Kumbier, 2013

Position für dieselben durch Bodenanker oder RepräsentantInnen – den Ansatz, nicht nur menschlichen, sondern jeglichen Entitäten mit realitätskonstituierender Bedeutung Wirkungsmacht innerhalb eines definierten Systems zuzuschreiben – so eben auch unterscheidbaren, eigenen Anteilen oder "Stimmen" im psychischen System oder körperlichen und ereignishaften Momenten, um nur ein paar wenige herauszugreifen.

Relevant für die Systemische Praxis und ein eher neuer Ansatz in diesem Bereich ist allerdings, diese Aspekte von Wirkungsmacht, Verbundenheit durch "Kommunikationen" und relationalem Einfluss über die Grenze des Sozialen hinaus auch im Hinblick auf die Phänomene des lebendigen Organismus Natur anzuwenden und während des Prozesses mit dem/der Klientln in Bezug zu setzen. So wird es plausibel, *Natur* nicht nur als (verdrängten) Lebensraum, übermächtige Wildheit oder Umwelt wahrzunehmen und womöglich aus der Reflexion der Systemischen Praxis auszuklammern oder maximal als Ort eines ,Outdoor' zur Verfügung zu stellen -, sondern sich selbst relational zu jeglichen Komponenten derselben, sowie ihrer Ganzheit zu begreifen und damit im Hinblick auf einen lösungsorientierten Möglichkeit Re-Evaluation Prozess bewusst als zur der eigenen (Selbst-)Erzählungen zu integrieren.

2. DAS VERHÄLTNIS VON MENSCH UND NATUR

Wie wir im Rahmen unserer theoretischen Überlegungen erfahren haben, können *Natur* verschiedene Attribute zugeschrieben werden – Lebendigkeit, Selbstregulation, Wirkungsmacht, Kommunikation, Prozesshaftigkeit. Die Idee ihrer vermeintlichen Wesenhaftigkeit mit Intentionalität wurde ausgeräumt und das Konzept ihrer Existenz als bloße Umwelt für das Menschliche und Soziale aus einer neuen Perspektive in Relation gesetzt. Anschließend an die Erkenntnisse der Akteur-Netzwerk-Theorie, mit der 'Gaia' als Alles-was-ist – oder genauer Alles-was-sich-zueinander-verhält – begrifflich erfassbar gemacht werden konnte, wollen wir nun das Verhältnis zwischen Mensch und *Natur* betrachten, um daraus die Möglichkeiten der Bezugnahme von *Natur* auf das Verhältnis Klientln-Beraterln zu befragen.

2.1 Grundannahmen zum Verhältnis Mensch-Natur

2.1.1 Konstruktivismus, ANT und die relationalen Kategorien

Es verwundert nicht, dass man in Bezug auf den geschichtlichen Akteur der "Menschheit" – ähnlich wie bei Natur – Gefahr läuft, im Denken ontologischer Trennung die "Figuren der Konnexion mit denen der Totalität zu verwechseln."⁴³ Insofern ist auch hier gleich zu Beginn an die bisherigen Überlegungen anzuknüpfen und festzuhalten, dass "der Mensch als einheitlicher Akteur, als bloß virtuelle politische Entität, als universelles Konzept (…) aufgelöst werden"⁴⁴ muss, und nur von einer Vielzahl an kontextabhängigen, divergierenden Subjekten oder sozialen Figurationen mit Eigeninteressen gesprochen werden kann, die jeweils in Bezug zu ihren unterschiedlichen biotischen, technischen und semiotischen, menschlichen und nichtmenschlichen Akteuren stehen, welche diese wiederum in ihrer Realisierung

⁴³ Latour, 2017, S. 224

⁴⁴ Latour, 2017, S. 210 f.

mitkonstituieren. Diese radikale Relationalität scheint Latour zu erleichtern, wenn er schreibt: "Endlich steht er [der Mensch, Anm.] nicht mehr außerhalb der irdischen Geschichte!"⁴⁵ Diese neue Perspektive auf das Verhältnis von menschlichem Akteur und *Natur* verabschiedet sich bis zu einem gewissen Grad provokant davon, jegliche Dinge auf der Welt schlicht als eine Sache des Diskurses *oder* des Ursprungs zu begreifen, und betont gleichzeitig vor allem, "dass jede Möglichkeit von Diskursen auf die Präsenz von Akteuren angewiesen ist, die auf der Suche nach ihrer Existenz sind."⁴⁶ Wenn Heinz von Foerster den menschlichen Beobachter als Person beschreibt, "die sich als Mitspieler (sic!) im Drama der gegenseitigen Interaktion des Gebens und Nehmens in der Zirkularität menschlicher Beziehungen sieht"⁴⁷, so ist diese subjektive Position der beobachtenden Person nun mit (a) dem Aspekt der Assoziation, in Hinblick auf (b) oszillierende Wirkungsmächte innerhalb (c) selbstregulierender Prozesse zu ergänzen. Mit Latour lässt sich schließlich folgern:

"Sobald man sich den nicht-menschlichen Wesen nähert, begegnet man bei ihnen nicht mehr der Leblosigkeit, die uns erlauben würde, uns im Unterschied von ihnen als Agens zu verstehen, im Gegenteil: wir begegnen Wirkungsmächten, die mit dem, was wir sind und tun, nicht mehr ohne Verbindung sind."⁴⁸

2.1.2 Verbundenheit und 'ökologisches Selbst' in der Tiefenökologie

Die Tiefenökologie ist ein pädagogischer Ansatz⁴⁹, der auf der Idee des

⁴⁵ Latour, 2017, S. 211

⁴⁶ Von den Erkenntnissen über das poststrukturelle Subjekt (vgl. Stuart Hall, 1994) beeinflusst, formuliert Bruno Latours Konzeption neben diskursiven auch biotische und technische Rückbezüge als subjektkonstitutiv. (vgl. auch Donna Haraway, 2004) Latour, 2017, S. 125

⁴⁷ Foerster, 2008⁴, S. 75

⁴⁸ Latour, 2017, S. 112

⁴⁹ Die Tiefenökologie integriert Systemtheorie, Ökologie, Psychologie, Öko-Feminismus

Menschen als verbunden mit seiner Umwelt, mit der biotischen Natur, aufbaut. "Die Aufgabe tiefenökologisch inspirierten Tuns ist es, Gleichgewicht und Ganzheit zu fördern in unseren Beziehungen zu uns selbst, zu unseren Gemeinschaften, zur Natur und zur spirituellen Dimension unserer Existenz. "50 Intention der tiefenökologischen Praxis von Hinterfragen, Erleben und Engagieren – wie es Andreas Schelakovsky anschließend an die Systemtheoretikerin und Tiefenökologin Joanna Macey beschreibt – ist es "den eigenen persönlichen Weg mit einem größeren Muster zu verweben, bzw. diese immer bestehende Verwobenheit zu erfahren und mit dem eigenen Leben darauf zu antworten."51 Diese Momente des Außen und Innen, das 'Ich' als Teil eines größeren Zusammenhangs existenziell zusammen zu denken, führt in diesem Ansatz dazu, die psychische oder emotionale Verfasstheit der individuellen Person mit den Zuständen ihrer Lebensgrundlage, der Natur, in unauflösbare und doch durchwegs verdrängte, Relation zu setzen.⁵² An dieser Stelle ist der Aspekt der Wahrnehmungsveränderung des Selbst hervorzuheben, welche Joanna Macey mit den Worten von Arne Naess als eine Verschiebung hin zu einem "ökologischen Selbst" bezeichnet, denn: "Durch kreisförmig wachsende Identifikation [mit jeglichen Aspekten von Natur, Anm.] erweitern wir die Grenzen unseres Selbst-Interesses und empfinden mehr Freude und Sinn im Leben."53 Durch eine solche Verschiebung in der Selbstzuschreibung erübrige sich eine Erhabenheit (als ,Mensch') über das Andere (die ,Natur'), welche die Idee von Getrennt-Sein mit sich bringe, und führe zurück zur Selbstverantwortlichkeit. Im Moment eines erweiterten und vertieften Selbst, werde die Fürsorge für sich selbst

und Erkenntnisse aus abendländischer Philosophie, Buddhismus und schamanischen Traditionen und ist dabei vor allem auf praktische Anwendbarkeit ausgelegt.

⁵⁰ Schelakovsky, 2015, S. 13

⁵¹ Schelakovsky, 2015, S. 18

⁵² Vgl. Schelakovsky, 2015, S. 22 f.

⁵³ Macey/Young Brown, 2011³, S. 64

und die *Natur* – oder: Alles-was-ist – als gleichzeitig und wechselwirkend wahrnehmbar. Durch die Pflege der eigenen assoziierten Lebensgrundlagen wirken eben diese wiederum auf die Person pflegend, nährend, gebend zurück – ein zutiefst zirkulärer beziehungsweise zyklischer Ansatz. Die Öko-Psychologie, an welche die Tiefenökologie anknüpft, beschäftigt sich in dieser Hinsicht mit dem Verhältnis menschlicher Psyche und ihrem Kontext Natur und erforscht, inwiefern eine Entfremdung davon bekannte Krankheitsbilder, wie Depression oder Sucht, hervorzurufen vermag. Ihre These lautet, dass gerade im Erleben wechselseitiger Verbundenheit mit allem Leben und im aktiven Eintreten für dieses im Besonderen Kraft und Sinn zu ziehen sei. Sarah Conn schreibt über die Öko-Psychologie, dass diese einlade "durch unseren Schmerz und unser Leid die Erde sprechen zu hören und uns selbst zu lauschen, als lauschten wir einer Botschaft aus dem Universum." 166

2.1.3 Kommunikation zwischen Mensch und Natur in der Waldtherapie

Bereits im zwölften Jahrhundert schrieb die Benediktinerin und kräuterkundige Gelehrte Hildegard von Bingen über die "Grünkraft", welche in den Pflanzen und allen Lebewesen wirke und sprach damit von einem "heilenden Band zwischen Mensch und Natur"⁵⁷. Der Biologe Clemens G. Arvay knüpft an dieses alte Wissen mit neuen Erkenntnissen aus Neurowissenschaft und Molekularbiologie an und führt auf faszinierende Weise Belege für die verschiedenen Arten der Kommunikation zwischen Pflanzen, Immunsystem und Unbewusstem zusammen, welche das revolutionäre Potential bergen, ein neues Menschenbild für Medizin und Therapie zu befördern. Kommunikation

⁵⁴ Vgl. Macey/Young Brown, 2011³, S. 64 f.

⁵⁵ Zum Begriff der Zirkularität vgl. Schlippe/Schweitzer, 2012, S. 205

⁵⁶ Macey/Young Brown, 2011³, S. 67

⁵⁷ Arvay, 2017⁴, S. 19

definiert er dabei weniger als soziale Handlung, denn - entsprechend dem nachrichtentechnischen Modell nach Shannon/Weaver - als "Informationsübertragung zwischen einem Sender und einem Empfänger"58. Die Kodierung, welche Pflanzen benützen, um Signale zu ver- und entschlüsseln, passiert allerdings weder über Sprache oder technologische Zahlenreihen, sondern über chemische Substanzen⁵⁹. Mittlerweile sei bewiesen, dass auch biotische Natur relevante Informationen transportieren, Aussenden und Empfangen, kann. "Und somit sind sie [die Pflanzen, Anm.] Meister der Kommunikation⁶⁰, wie Arvay pointiert heraushebt. Vergleichsweise neu sind die Erkenntnisse, dass die Kommunikationen dieser Art ebenso mit dem menschlichen Immunsystem in Austausch stehen und chemische Pflanzenstoffe so einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf die Aktivierung von Immunzellen im menschlichen Abwehrsystem nimmt. Die Wirkung dieser kommunikativen Relationalität beziehe sich hier sowohl auf die körperliche, wie auf die psychische Ebene, da beide an das Immunsystem gekoppelt sind. In seinen Auslegungen nimmt er dabei besonders Bezug auf die psychosomatische Medizin.61

Hinsichtlich der Frage nach dem Verhältnis von Mensch und *Natur*, betont Arvay, inwiefern die Immunologie dazu beitragen könne, die überholte Idee einer Trennung des menschlichen Organismus von seinem natürlichen Lebensraum auszuhebeln und das mit ihm einhergehende Bild vom Menschen als isolierte Einheit kollabieren zu lassen. ⁶² Seine Ausführungen über die verschiedenen Kommunikationen von *Natur* mit menschlichen Akteuren des Körpers und der Psyche sind inspiriert von der japanischen

⁵⁸ Arvay, 2017⁴, S. 23

⁵⁹ Solche chemischen Pflanzenstoffe sind z.B. Terpene, wie weiter oben beschrieben.

⁶⁰ Arvay, 2017⁴, S. 23

⁶¹ Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 41 ff.

⁶² Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 27

Forschung über das *Shinrin-Yoku*⁶³ oder Waldbaden. Gerade die Kombination aus spezifisch angereicherter Waldluft und meditativer Imaginationsfähigkeit, dieses Verhältnis aus Pflanzenkommunikation und inneren Bildern, das Zusammenwirken von Mensch und *Natur*, stelle einen Verstärker des Immunsystems und ein besonders gesundheitsförderndes Moment dar.

"Alle drei, Körper, Psyche und natürliche Umwelt, bilden also eine noch größere, evolutionär entstandene Einheit und sind ebenfalls untrennbar miteinander verbunden. So gesehen endet der menschliche Körper eben nicht an seinen Außengrenzen, sondern ist Teil eines öko-psychosomatischen Systems."

Obwohl Arvay dabei bleibt, ontologisch und entlang einer evolutionären Korrelation zu argumentieren, sollen an dieser Stelle – mittels Begriffen der ANT – seine Erläuterungen, hinsichtlich neuer Perspektiven für eine Integration von *Natur* in die Systemische Beratung, produktiv gemacht werden. Indem wir das Augenmerk darauf richten, die Aktanten der sinnlich-somatischen Wahrnehmung (Sehen, Hören, Riechen, Fühlen und Schmecken), chemisch-reaktiver Pflanzenstoffe und ihren Immunantworten, sowie imaginative Formen der subjektiven Bedeutungszuschreibung als relational zusammen zu denken, kann argumentiert werden, dass demzufolge *Natur* qua 'agency' – und relational zu den Kommunikationen ihrer Phänomene – es vermag, nicht nur soziale, sondern auch psychische Prozesse zu beeinflussen. Diese Perspektive ermöglicht es, jene spezifischen Aspekte zu konkretisieren, mit denen eine Integration von *Natur* in die Systemische Beratung besser fassbar wird.

⁶³ In Japan forscht u.a. der Agrarwissenschafter und Mediziner Yoshifumi Miyazaki anhand physiologischer Daten zu den positiven Effekten des Waldbadens auf das Wohlbefinden. Vgl. Miyazaki

⁶⁴ Arvay, 2017⁴, S. 115

2.2 Die Position von *Natur* im Verhältnis Klientln-Beraterln

2.2.1 Verhältnisverschiebung in der Systemischen Naturtherapie

Die Systemische Naturtherapie, wie sie erstmals von der Pädagogin und Psychotherapeutin Andrea H. Kreszmeier konzipiert wurde, leitet sich aus den Erkenntnissen von systemischen Schulen, erlebnistherapeutischen Verfahren und spirituellen Naturkosmologien ab. Ähnlich wie die Tiefenökologie oder Waldtherapie bleibt Kreszmeier in der Beschreibung der Systemischen Naturtherapie ontologischen Begriffen von Natur verhaftet, während sie gleichzeitig den Versuch unternimmt, eine Imagination von Zugehörigkeit zu etablieren, um ihre Wesenhaftigkeit als das 'Andere' aufzulösen. Wenn sie Natur allerdings wiederum als Objekt des Gegenüber – durch ihre Funktion als Spiegel subjektiver Realisierung - produktiv zu machen sucht, wird es in ihren Ausführungen begrifflich unschlüssig. Auch indem sie einen möglichen Erfahrungsraum therapeutisch-prozessualen Geschehens als in, mit oder durch die Natur postuliert, bemüht sich Kreszmeier behelfsmäßig um eine Überwindung der dichotomen Trennung, ohne diese allerdings konsequent begrifflich und per definitionem zu vollziehen. Entstanden aus einer praxisorientierten Arbeitsweise, welche naturbezogene Elemente als Basis für die Systemische Praxis heranzieht, können ihre Ausführungen zunächst als erster Ausgangspunkt für theoretische Überlegungen herangezogen werden, um die Position von Natur im Verhältnis Beraterln-Klientln zu reflektieren und schließlich neu zu denken.

Kreszmeier rückt die Interaktion zwischen Therapeutln und Klientln mit ihrer Bedeutung für Erkenntnisgewinn und psychische Genesung in den Hintergrund und ortet darüber hinaus als zentrales Moment für einen therapeutischen Prozess "die Beziehung und das Wechselspiel zwischen Klient (sic!) und Natur"⁶⁵. Insofern versteht sie das Leitungsprinzip der Systemi-

⁶⁵ Kreszmeier, 2012², S. 43

schen Naturtherapie als radikal klientInnenorientiert, indem es die ExpertInnenschaft der KlientInnen im Sinne eines autoregulativen "Mit-sich-selbst-Zurechtkommens" ernst nimmt und herausfordert. Wesentliche Merkmale im naturtherapeutischen Prozess sind das selbstbestimmte "In-Kontakt-treten" von KlientIn und *Natur*, sowie ein nicht direktives Raumhalten durch den/die BeraterIn. 66 Indem sich der/die KlientIn auf ein In-Beziehung-sein mit der *Natur* einlässt – sei es sinnlich wahrnehmend, bewegend, interagierend – wird diese zum "Interaktions- und Spiegelpartner (sic!)"67. Der/die systemische NaturtherapeutIn, wie es Kreszmeier beschreibt, ist "eine Kraft, die aus dem Hintergrund heraus wirkt"68 und die reflexiven Prozesse der KlientIn mit der *Natur* im Vertrauen in die selbstregulativen Kräfte der kommunizierenden Bezugssysteme begleitet.

Insofern ist *Natur* nicht mehr weiter bloß als Raum zu begreifen, in dem ein therapeutischer Prozess ,outdoor' (,*in Natur'*) erlebbar wird, oder als Material spezifischer Qualität für die Anwendung diverser Interventionen (,*mit Natur'*) oder als Entität, welche auf mystische Weise das Sein durchdringt und transformiert (,*durch Natur'*). Den bisherigen theoretischen Überlegungen folgend, kann *Natur* – im Sinne eines sozialen Akteurs mit kommunikativer Wirkmacht auf Körper und Psyche – vielmehr als dritte relationale Position in das Verhältnis Klientln-Beraterln integriert werden. So sind die Figurationen Klientln-*Natur*-Beraterln mit ihren je spezifischen Aufgaben, Positionen und Möglichkeiten des Zueinander-Wirkens und Kommunizierens als relational in einem therapeutischen beziehungsweise beraterischen Beziehungsfeld situiert zu begreifen.

⁶⁶ Vgl. Kreszmeier, 2012², S. 25

⁶⁷ Kreszmeier, 2012², S. 26

⁶⁸ Kreszmeier, 2012², S. 25

2.2.2 Die Rolle der *Natur* im Verhältnis Klientln-*Natur*-Beraterln

Die oben beschriebene Verhältnisverschiebung im Beratungssetting verweist auf drei grundlegende Aspekte, welche für die Systemische Beratung von entscheidender Bedeutung sind. Die Realisierung einer solchen Integration von Natur in das Beratungsverhältnis setzt, wie im vorigen Kapitel dargelegt, folgendes voraus: (a) theoretische (Er)Kenntnis des/der BeraterIn über das Moment der relationalen Wirkungsmacht von Natur, (b) Selbsterfahrung im Erlebnis des Gefühls von sinnlicher Verbundenheit mit ihr durch Selbst(neu)verortung als ,ökologisches Selbst' -, sowie (c) Miteinbeziehen der spezifischen Ebenen der Kommunikationen in eine sich dadurch gleichermaßen verändernde Praxis. Den sozialen Akteur Natur im Beratungsverhältnis mitzudenken bedeutet also, eine Veränderung der Positionen im System ,Beratung' und damit auch die Systemische Praxis in gewissem Sinne herauszufordern. Doch bringt nicht nur die Einbeziehung von Natur für den/die BeraterIn ein Befragen und Neuentdecken des persönlichen Selbst-Welt-Bezugs, sowie eine verschobene Lokalisierung der eigenen Position, mit sich. Sie vermag es darüber hinaus, für den/die KlientIn impulsgebende, kommunizierende und reflexive Momente für die Realisierung seiner/ihrer subjektiven Veränderungsprozesse anzubieten.

Kreszmeier folgend ist *Natur* innerhalb naturtherapeutischer Verfahren besonders dafür geeignet als "Resonanz- und Referenzraum"⁶⁹ mit unmittelbarer Spiegelfunktion zu dienen. Die *Natur* in der Wahrnehmung als Raum und mögliche Bewegungen darin, machen diese sowohl zu einem Interaktionsraum, als auch zu einem Referenzraum der Assoziationen. Dabei gehe es weder darum, jegliche Gebilde oder Organismen zu klassifizieren, noch hinter jeder Blattbewegung ein Zeichen zu vermuten.⁷⁰ Vielmehr ist aus

⁶⁹ Kreszmeier, 2012², S. 23

⁷⁰ Vgl. Kreszmeier, 2012², S. 26

ihren Ausführungen zu entnehmen, dass Natur dazu einlade, mit ihr in Beziehung zu treten und mittels der Vielfalt von Akteuren je nach Thema und Fokus eigene Sinnzusammenhänge zu reflektieren und erlebbar zu machen, sowie entsprechend mit den verschiedenen Ebenen des Eigenen körperlich, geistig und emotional - in Kontakt zu kommen. In Kreszmeiers Uberlegungen kommt gerade diesem In-Bewegung-sein im naturbezogenen Prozess besondere Bedeutung zu. Diese Charakterisierung bezieht sie dabei sowohl (1) auf die Momente des Hinstrebens nach "Erfüllung" und des zyklischen ,Wandels' - im Sinne von Erneuerungsprozessen - in der Natur, sowie im menschlichen Körper; als auch (2) auf die Aspekte von 'Integration' abgespaltener innerer Anteile und die damit verbundene Etablierung von "Frieden" in der eigenen Geschichte durch Zuschreibung von Sinnhaftigkeit und Bedeutung, dort, wo die Dinge - systemisch betrachtet - ihren richtigen Platz finden. Darüber hinaus nennt Kreszmeier (3) das Prinzip der Freiheit oder die Bewegung des "Befreiens", welche als schöpferischer Impuls zur Entfaltung wirke und in der jegliche Bezüge als kohärent erlebbar sind.⁷¹ Erst die phänomenologische Wahrnehmung von Allem-was-ist im Bewegt-Sein, diese offene Hinwendung, Sich-aussetzen und In-sich-Aufnehmen relational zur Natur, berge die Möglichkeit für Erkenntnisresonanzen, Einsichten und Inspirationen, um neue Bedeutungsverknüpfungen zu setzen.⁷²

"Einmal zärtlich, das nächste Mal grob, dann wieder belebend oder auch abstoßend nimmt die Natur uns Menschen und unsere Körper auf und zeigt mit Präzision und Witz, wo sich der Tod eingeschlichen hat, wo das Leben brachliegt, wo der Hunger am größten ist, aber ebenso, wo kraftvolles Leben pulsiert."⁷³

⁷¹ Kreszmeier, 2012², S. 23 ff.

⁷² Vgl. Kreszmeier, 2012², S. 45

⁷³ Kreszmeier, 2012², S. 25 f.

3. NEUE PERSPEKTIVEN FÜR EINE 'GRÜNE BERATUNG'

Entlang der Frage, inwiefern sich Natur in die Systemische Lebens- und Sozialberatung integrieren lässt, haben wir uns zunächst auf eine Spurensuche der Begriffe gewagt, welche erstaunliche Hinweise auf mögliche neue Perspektiven zutage gefördert hat. Damit reformulierten wir nicht nur den Natur-Begriff, sondern forderten damit jenen des (sozialen) Systems in Abgrenzung zu seiner (natürlichen) Umwelt heraus. Mit einem veränderten Blick auf bisher genannte Ansätze der Pädagogik, Therapie und Medizin, welche transformative Prozesse des Lernens und Genesens in Zusammenhang mit Natur erforschen und praktizieren, wurde die Erfordernis evident, die interagierenden (menschlichen) Subjekte, unter Einbeziehung des Akteurs Natur in Begleitungskontexten, wie der Psychologischen Beratung, neu zu positionieren und das Spannungsfeld ihrer Verhältnisse als damit selbst veränderlich zu begreifen. Im Folgenden wollen wir erörtern, inwiefern diese Perspektiven Einfluss auf die Beratungspraxis nehmen, welche Aspekte der Reflexionsfähigkeit und dem Erkenntnisgewinn im Prozess des/der KlientIn zuträglich sind und welche daraus entstehenden Möglichkeiten für den/dieselbe relevant sein können.

3.1 Perspektiven einer radikalen Relationalität

3.1.1 Überlegungen zur Subjektivierung des System-Begriffs

Mit Bruno Latour wurden im ersten Kapitel die Trennungen System/Umwelt, Soziales/Natur eindrücklich erschüttert – und wenn nicht gänzlich aufgehoben, so dennoch verwischt. So verbleiben wir mit einer rationalen Unfassbarkeit all dessen, was existenzial in Erscheinung tritt und sich assoziativ zueinander verhält. Mit den Worten Latours: "Dieses Gewirr ist Gaia".⁷⁴ Wie

_

⁷⁴ Latour, 2017, S. 176

kann nun das Konzept des Netzwerks an kommunizierenden Akteuren jeglicher Art für die Systemische Praxis Anwendung finden - im Allgemeinen, wie im Speziellen hinsichtlich eines Bezugs zur Kategorie Natur? "Nach und nach ist man gezwungen, vollständig neu zu verteilen, was früher einerseits Natürliches, andererseits Soziales oder Symbolisches genannt wurde."75 Ebenso dürfte es sich, Latour folgend, mit dem Begriff des "Systems' verhalten. Denken wir aus dieser Perspektive konsequent weiter, bleibt uns schließlich nichts weiter übrig, als die Begriffe des Systems und der Umwelt selbst als radikal subjektiv und sich erst im Diskurs mit Bedeutung aufladend und im Handeln einer Realisierung vollziehend zu verstehen. Latour hat mit Sloterdijk den Begriff der Umwelt "auf alle Blasen, Innenräume, Umhüllungen ausgedehnt, die sich die Akteure zur Differenzierung ihres Innen und ihres Außen ausdenken mußten (sic!)."⁷⁶ Hier kommt, hinsichtlich einer Systemischen Praxis, das zu tragen, was ich an dieser Stelle als Radikale Relationalität bezeichnen möchte: Das individuelle Definieren des eigenen Systems in Abgrenzung zu einer veränderlichen Umwelt als momenthaftes Konstrukt, welche einer subjektiven Reflexion der Folgen von relational kommunizierenden Wirkungsmächten dient. Insofern wird das Einbeziehen jeglicher Akteure der Kategorie Natur als zugehörig zum aktuell eigenen System möglich. Denn was zum Spannungsfeld des zu betrachtenden Systems gehört, obliegt der Definitionsmacht des/der Klientln.

3.1.2 *Natur* als Spiegel des Eigenen

"Wir bekräftigen, dass der Kosmos, mehr als allem anderen, einem lebenden Wesen gleicht, von dem alle anderen lebenden Wesen ein Teil sind"⁷⁷, konstatierte der griechische Philosoph Plato. Aus der bisher etablierten

⁷⁵ Latour, 2017, S. 208

⁷⁶ Latour, 2017, S. 212

⁷⁷ Podbregar, 2013, S. 154

Perspektive mutet diese Auffassung beinah metaphorisch an. Wenn wir mit Susanne Lummerding, die sich auf Jacques Lacan bezieht, davon ausgehen, dass sich die Realisierung eines Selbstverständnisses, das Subjekt, "(...) über den Bezug auf ein 'Anderes' konstituiert"78, wird es möglich, genau dieses im Verhältnis zur Kategorie Natur zu orten: Erst durch eine Imagination der *Natur* als 'Anderes' oder Gegenüber, wie es Kreszmeier nennt, könnte sie im Prozess der Beratung als Impulsgeberin für eine Umformulierung von system-logischen Bedeutungszusammenhängen im Eigenen zur Verfügung gestellt werden. So wirkt Natur, metaphorisch gesprochen, als Spiegel des Selbst, der als sozialer Akteur rückbezüglich wieder auf das Eigene der betrachtenden Person verweist und dieses damit zur bewussten Reflexion bringt. Eine subjektive Sinnerschließung durch Differenzierung verweist dann nicht mehr auf ein vermeintlich objektives Ursache/Wirkung-Prinzip zwischen den wesenhaften, ineinander liegenden Entitäten Mensch/Natur, sondern auf ein relationales Realisieren und performatives Selbstwerden im Moment des Präsenten.

3.2 Aspekte einer naturbezogenen Systemischen Beratung

3.2.1 Die innere Haltung in der Arbeit mit Natur

Wie bereits weiter oben, in Zusammenhang mit der Neuverortung im Verhältnis von Klientln-*Natur*-Beraterln, angedeutet, ist die Kenntnis des/der Beraterln vom eigenen Selbst und Selbst-Welt-Bezug wichtig für eine Empathiefähigkeit im Beratungsprozess. Diese Anforderung haben bereits Schlippe/Schweitzer neben anderen beschrieben: Achtsamkeit, Neugier und Wertschätzung und "(...) zugleich aber frei von eigenen biografischen Beschränkungen auf Beziehungseinladungen der Klienten (sic!) so reagieren und intervenieren zu können, dass es der Weiterentwicklung des Klienten-

78 Lummerding, 2005, S. 100

systems dient"⁷⁹ sind wesentliche Aspekte der inneren Haltung eines/einer Systemischen Beraterln. Darüber hinaus gilt, das Vertrauen in die selbstregulativen Mechanismen des/der Klientln zu stärken, um eine Lösung zu finden, sowie die Gewissheit über ein In-Erscheinung-treten von "Nützliche[m], Sinnhafte[m], Bedeutsame[m], Heilsame[m]"⁸⁰ in der *Natur* während einer ressourcen- und prozessorientierten Begleitung.

3.2.2 Sinnliche Kommunikation und Biophilia-Effekt

Um mit *Natur* in Kommunikation zu treten, braucht es zunächst nur die einfache Präsenz als Eintauchen in die 'Grünkraft'.⁸¹ Sie gilt es sinnlich und durch In-Bewegung-sein zu erfahren. Wesentlich dabei ist das "Beingaway"⁸² als Weg-sein vom Alltag, sowie eine damit verbundene Verlangsamung – körperlich und geistig. "Der Raum ist nicht ihr [Gaia, Anm.] Rahmen, nicht einmal ihr Kontext: *Der Raum ist das Kind der Zeit.* (...) Er dehnt sich ebensoweit aus wie wir; wir dauern solange wie die, die uns ermöglichen zu atmen."⁸³ Gerade das Gefühl von Eingebettet-sein in ein größeres Ganzes als relationale Verbundenheit in einem dynamischen Spannungsfeld, das Erleben von zyklischer Lebendigkeit, sowie das Moment des innerlichen Befreiens, um sich zu lösen und neu zu sortieren – durch symbolische Assoziationen und veränderte Bedeutungszusammenhänge –, stellen wesentliche Aspekte für einen transformativen Prozessverlauf in der *Natur* dar. Arvay streicht zwei Komponenten besonders hervor, welche das Erleben eines kohärenten 'Seinszustandes' – er nennt das den Biophilia-Effekt –

⁷⁹ Schlippe/Schweitzer, 2012, S. 214

⁸⁰ Grote/Schmid, 2016, S. 4

⁸¹ Dieses Eintauchen ist nicht nur einem Draußen-Sein in der Landschaft vorbehalten, sondern kann auch im Rahmen von Fantasiereisen und Meditationen passieren. Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 187 f.

⁸² Arvay, 2017⁴, S. 143

⁸³ Latour, 2017, S. 186 f.

hervorzubringen vermag: die Fülle an "beruhigenden Reizen"⁸⁴ der *Natur* und ein Still-Werden, sowie das Gefühl von Ich-sein-dürfen, da Pflanzen, Tieren und Mikroorganismen keine Urteilsfähigkeit über einen Selbst zugeschrieben wird. Dieses zuletzt genannte Gefühl stellt einen der bekanntesten psychologischen Heilaspekte der *Natur* dar.⁸⁵

3.3 Möglichkeiten und Relevanz für KlientInnen

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit seien an dieser Stelle vorläufig einige Möglichkeiten im Prozess der Klientlnnen angeführt, die mit einer Integration von Natur in die Systemische Beratung einhergehen können, um damit deren Relevanz zu verdeutlichen. Mit einem Einbeziehen von *Natur* in den Beratungsprozess und einer damit verbundenen Verhältnisverschiebung Klientln-Natur-BeraterIn wird es für den/die KlientIn möglich, das eigene Selbst-Welt-Verhältnis zu befragen. Im sinnlichen Erfahrungsfeld und Spiegel der Natur potenzieren sich die kommunikativen Reize für Körper und Geist, um sich fallen zu lassen und hinzugeben in ein Feld des Auf-sich-zurückgeworfen-seins. Im pädagogischen Sinne ist es das (Wieder)Entdecken einer inneren Haltung des Lauschens zur Welt hin und in sich selbst hinein. Die *Natur* wird damit zur eigenen Resonanzstrategie – als bewusstes Atmen, Berühren, Staunen, "Empfangen" und "Lesen" von Zeichen, In-Bewegung-sein und Re-formulieren der eigenen Geschichte. Damit einher kann eine Erweiterung des individuellen Fähigkeiten-Sets in Selbstverantwortung gehen und zu Selbstermächtigung im Handeln führen. Insofern ist Natur nicht nur Akteur eines ressourcenorientierten Prozesses, sondern vermag es, selbst aus diesem als Ressource für den/die KlientIn hervorzugehen.86

⁸⁴ Arvay, 2017⁴, S. 57

⁸⁵ Vgl. Arvay, 2017⁴, S. 59 f.

⁸⁶ Siehe dazu weiterführend die Methodik der "Vier Phasen" in der tiefenökologischen Bildungsarbeit. Vgl. Schelakovsky, 2015, S. 13

ZUSAMMENFASSUNG & RESÜMEE

In der vorliegenden Arbeit sind wir der Frage nachgegangen, inwiefern eine Integration von *Natur* in die Systemische Lebensberatung möglich ist und sind Hinweisen zu ihrer Beantwortung in verschiedenen Theorien und Forschungszweigen gefolgt, um schließlich zu überraschend aufschlussreichen Perspektiven zu kommen. Durch diese Eröffnung anderer Blickwinkel fällt neues Licht auf den theoretischen Unterbau der Systemischen Beratung und ermöglicht eine begriffliche Integration von *Natur* darein.

Mit der Systemtheorie hatten sich neue Paradigmen Bahn gebrochen und damit den Boden geebnet für eine systemische Ausformulierung der sich entwickelnden Familientherapie. So konnte der Blick von der Annahme des statisch Wesenhaften auf den Kontext Interagierender und deren Prozess gelegt werden; statt ihrer Kausalität betrachtete man ihre Relationalität; und bezog sich auf die Zirkularität eines Geschehens, statt ihrer Linearität. Wesentlich dabei war es, die vorherrschende Auffassung eines vermeintlich objektiven Ursache/Wirkungsprinzips, zugunsten einer subjektiven Betrachtungsweise durch eine/n Beobachterln, aufzugeben. Insofern wurde es möglich die Vielfalt (sozialer) Systeme in Abgrenzung zu ihren (natürlichen) Umwelten zu erfassen und individuelle, systemabhängige Muster ihrer Stabilisierung zu erforschen. Die (non)verbalen Kommunikationen relationaler Ereignisse und ihre Performativität rückten damit in den Vordergrund. Mit den Erkenntnissen des Konstruktivismus wurde es möglich, Realität als unbewusst zueinander in Beziehung gesetzte Erfahrungen und - durch die Sprache als Bedeutungs- und Sinnerschließung – semantisch konstruiert zu formulieren. Insofern etablierte sich der Akt der Realisierung als sich immer wieder aktualisierend. Für die Systemische Praxis wurde es damit zu einem Grundprinzip, dass phänomenologische Wahrnehmung erst mit ihrer subjektiven Erklärung zur Realität werden kann. Jegliches Verhalten und Handlungen orientieren sich an diesen Erklärungen und sind auf diese zurückzuführen. Im Vordergrund stand damit das Vertrauen in die systemische Selbstregulation der Klientlnnen durch Veränderungsimpulse. Aufgabe der Therapeutlnnen war das Ingangsetzen von Dialogen durch Anregungen, um "blockierte" Systeme semantisch umbauen zu können.

Durch diese Auffassungen inspiriert und gleichsam über sie hinauswachsend, zerstreut die Akteur-Netzwerk-Theorie nun jegliche (noch aufrecht gebliebenen) Grenzen, verweist auf deren Konstruiertheit und legt den Fokus auf die hybride Diversität der Dinge, zwischen denen keine exakten Grenzen a priori existieren. Damit wird es möglich, die Wechselwirkung jeglicher (un)belebter Komponenten in ein kommunikatives Spannungsfeld zueinander zu setzen, ohne dabei in der Trennung von Kultur/Natur zu erstarren. Mit den Begriffen der relationalen Akteure innerhalb eines Netzwerkes, konnte somit auch eine Brücke geschlagen und die planetarische Erde als lebendiger Organismus ,Gaia' im Sinne einer Vielfalt der Existenzen und Existenzweisen erfassbar gemacht werden. Natur erhielt damit entsprechend den Status einer semantischen Kategorie und konnte als sozialer Akteur mit Wirkungsmacht für das systemisch-konstruktivistische Theoriefeld belebt werden. Gerade diese Präsenz der Akteure verschiedener Kategorien (Soziales, Natur, Technik) ermöglicht einen integrativen Diskurs darüber mittels Assoziation. Die subjektive Relationalität zu den Phänomenen des lebendigen Organismus Natur konnte so als Möglichkeit zur Re-Evaluation der eigenen (Selbst)Erzählungen produktiv gemacht werden.

Einige stark praxisbezogene Strömungen setzen sich bereits mit dem Zusammenhang von *Natur* und psychischer (sowie somatischer und sozialer) Gesundheit auseinander. Obwohl sie dabei tendenziell in naturwissen-

schaftlich-deterministischen oder spirituell-essentialistischen Erklärungsversuchen verhaftet bleiben, konnten einige wichtige Aspekte herausgearbeitet und hinsichtlich der Integration von *Natur* in eine konkrete beraterische Praxis produktiv gemacht werden. Besonders die Tiefenökologie unterstreicht das Moment einer emotionalen Verfasstheit als relational zu ihrer menschlichen Lebensgrundlage Natur und formuliert das Konzept des ökologischen Selbst, welches sich über eine zirkuläre Selbst- und Naturpflege und ein Gefühl von Verwobenheit mit dem "großen Muster" konstituiert. So knüpft sie den Aspekt der Verbundenheit an die Möglichkeit (re-aktivierter) selbstverantwortlicher Handlungsfähigkeit. Die noch vergleichsweise junge Disziplin der Waldmedizin erforscht die kommunikative Wechselwirkung zwischen chemischen Pflanzenstoffen und ihren menschlichen Immunantworten, das heißt inwiefern der bloße Aufenthalt in der Natur Einfluss auf körperliche und psychische Prozesse nimmt. Dabei spielen nicht nur sinnlichkörperliche, sondern auch phänomenologische Wahrnehmung, sowie meditative Formen der Selbsterfahrung und symbolische Bedeutungszuschreibung eine wichtige Rolle. Die Systemische Naturtherapie macht Natur als Resonanz- und Referenzraum für Reflexion in systemischen Prozessen nutzbar, indem der Fokus auf das Prinzip des In-Bewegung-Seins und selbstbestimmten In-Kontakt-tretens mit den Akteuren der Natur gelegt wird. Anschließend an diese Uberlegungen konnte das Verhältnis Klientln-Natur-BeraterIn mit verschiedenen Positionen, Aufgaben, Wirkungsmächten und Formen der Kommunikation als relational im beraterischen Beziehungsfeld neu gesetzt werden. Insofern bleibt abschließend festzuhalten: "Den Menschen als Teil der Natur, als Teil des Netzwerks des Lebens zu verstehen, eröffnet gänzlich neue Perspektiven und Behandlungsmöglichkeiten in der Medizin und Psychotherapie. "87 – Sowie in der Lebens- und Sozialberatung.

⁸⁷ Arvay, 2017⁴, S. 113

Persönliches Resümee

Diese ersten Überlegungen zu einer begrifflichen Neuverortung auf philosophie-theoretischer Ebene führen die konkrete Arbeit mit *Natur* im Rahmen der Lebens- und Sozialberatung an eine wissenschaftliche Basis heran. Das macht sie (1) unabhängig von weltanschaulicher Argumentation⁸⁸ und eröffnet (2) die Möglichkeit zur Etablierung einer Methodik für die Lebensberatung, die (2a) klar einem präventiven und begleitenden Auftrag verschrieben⁸⁹, und (2b) dabei vom Feld der Outdoor-Pädagogik abgrenzbar ist. Durch die Forschungsarbeit wurde deutlich, inwiefern ein In-Kontaktsein mit *Natur*, neben einer körperlichen und auch sozialen, vor allem einer psychischen Regeneration und Stabilisierung zuträglich und insofern sinnvoll für eine Anwendung in meiner eigenen systemischen Beratungspraxis ist.

In weiterer Folge kann daran anschließend herausgearbeitet werden, (1) in welcher methodischen Form eine solche Integration von *Natur* in die systemische Lebensberatung Anwendung finden kann und (2) welche Wirkungsweisen davon zu erwarten sind. Darüber hinaus ist genauer zu definieren (3) bei welchen Themen sich ebendiese im Besonderen eignet und (4) in welchen institutionellen Bereichen ein diesbezügliches Begleitangebot sinnvoll ist. Nicht zuletzt kann durch entsprechende Bewusstseinsarbeit daraus ein Plädoyer für 'Grüne Beratung' entstehen.

⁸⁸ Hiermit grenzt sich die Lebens- und Sozialberatung sowohl von naturverbundener, traditioneller Medzin (lt. WHO), als auch von anderen animistisch-spirituellen bzw. esoterischen Ansätzen ab.

⁸⁹ Die Erkenntnisse aus der Waldmedizin halten mittlerweile auch Einzug in die Forschungen im deutschsprachigen Raum und schlagen eine Brücke zur Anwendung im gesundheitlichen Präventivbereich. Erst im Oktober 2017 hielt der Neurowissenschafter Prof. Dr. Manfred Spitzer einen Vortrag beim "Fachverbandskongress der Personenberater und Personenbetreuer" der WKO zum Thema Prävention in der Psychosozialen Gesundheit, in dem er sich auf die gesundheitsfördernden Aspekte von Natur bezog. Vgl. Spitzer, 2017

LITERATURVERZEICHNIS

Arvay, 2017⁴

Arvay, Clemens G.: Der Biophilia Effekt – Heilung aus dem Wald. 4. Auflage. Wien 2017.

Foerster, 20084

Foerster, Heinz von: Ethik und Kybernetik zweiter Ordnung. In: Watzlawick, Paul/Nardone, Giorgio (Hrsg.): Kurzzeittherapie und Wirklichkeit. Eine Einführung. 4. Auflage. München 2008.

Grote/Schmid, 2016

Grote Bettina/Schmid, Stephan: Systemische Prozessgestaltung in der Natur. In: Fengler, Janne et al. (Hrsg.): e&l – Erleben und Lernen. Internationale Zeitschrift für handlungsorientiertes Lernen. Augsburg 2016. S. 4-6

Hall, 1994

Hall, Stuart: Frage der kulturellen Identität. In: Hall, Stuart (Hrsg.): Ausgewählte Schriften – Rassismus und kulturelle Identität. Bd. 2. Hamburg 1994. S. 180-222

Haraway, 2004

Haraway, Donna: The Haraway Reader. New York/London 2004.

Holzinger, 2004

Holzinger, Markus: Natur als sozialer Akteur. Realismus und Konstruktivismus in der Wissenschafts- und Gesellschaftstheorie. (Forschung Soziologie 197) 1. Auflage. Wiesbaden 2004.

37

Kreszmeier, 2012²

Kreszmeier, Astrid Habiba: Systemische Naturtherapie. 2. Auflage. Heidel-

berg 2012.

Latour, 2017

Latour, Bruno: Kampf um Gaia. Acht Vorträge über das Neue Klimaregime.

1. Auflage. Berlin 2017.

Lummerding, 2005

Lummerding, Susanne: agency@? Cyberdiskurse, Subjektkonstituierung und

Handlungsfähigkeit im Feld des Politischen. Wien 2005.

Macey/Young Brown, 2011

Macey, Joanna/Young Brown, Molly: Die Reise ins lebendige Leben. Strate-

gien zum Aufbau einer zukunftsfähigen Welt. 3. Auflage. Paderborn 2011.

Maturana, 1985²

Maturana, Humberto R.: Erkennen – Die Organisation und Verkörperung von

Wirklichkeit. Ausgewählte Arbeiten zur biologischen Epistemologie. 2. Auf-

lage. Braunschweig/Wiesbaden 1985.

Podbregar, 2013

Podbregar, Nadja: Organismus Erde? Von der Gaia-Hypothese zum System

Erde. In: Podbregar, Nadja/Lohmann, Dieter: Im Fokus - Geowissen. Wie

funktioniert unser Planet? (Naturwissenschaften im Fokus) Heidelberg

2013.

Ruffing, 2009

Ruffing, Reiner: Bruno Latour. 1. Auflage. Paderborn 2009.

Schelakovsky, 2015

Schelakovsky, Andreas: Handbuch Tiefenökologie. Naturverbundene Wege zu Lebendigkeit und einem liebevollen Umgang mit der Welt. Wien 2015.

Simon, 2013⁶

Simon, Fritz B.: Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus. 6. Auflage. Heidelberg 2013.

Schlippe/Schweitzer, 2012

Schlippe, Arist von/Schweitzer, Jochen: Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I. Das Grundlagenwissen. Göttingen 2012.

Internetverzeichnis

Kumbier, 2013

Kumbier, Dagmar: Das Innere Team in der Psychotherapie. In: Psychotherapie, Bd. 18-2. München 2013. [22.02.2018] https://cip-medien.com/wp-content/uploads/07.-Kumbier.pdf

Miyazaki

Miyazaki, Yoshifumi: Science of Natural Therapy. [09.03.2018] https://www.marlboroughforestry.org.nz/mfia/docs/naturaltherapy.pdf

Richter, 2016

Richter, Claudia: Hilfe aus dem Wald – Bäume als Medizin. [17.12.2017] https://diepresse.com/home/leben/gesundheit/5079714/Hilfe-aus-dem-Wald_Baeume-als-Medizin

Spitzer, 2017

Spitzer, Manfred: Bewegung in der Natur. Was geschieht mit uns, wenn wir raus gehen? [09.03.2018] https://www.wko.at/branchen/gewerbe-hand-werk/personenberatung-betreuung/spitzer-bewegung-in-der-natur.pdf

WHO, 1978

World Health Organization: The promotion and development of traditional medicine – Report of a WHO Meeting. In: WHO Technical Report Series, Bd. 622. Geneva 1978 [19.11.2017]

http://apps.who.int/medicinedocs/documents/s7147e/s7147e.pdf

WV, 2017

Waldverband Österreich: Grünräume wirken sich positiv auf die Gesundheit aus. [17.11.2017] http://www.waldverband.at/gruenraeume-wirken-sich-positiv-auf-die-gesundheit-aus

ABSTRACT

Wie wohltuend doch ein Spaziergang in der Natur sein kann oder genussvoll das Kitzeln der Sonne, wie befreiend ein tiefer Atemzug im duftenden Wald nach einem Regenguss. In Japan gibt es dafür einen Begriff: Shinrin-yoku, was übersetzt "Einatmen der Waldatmosphäre" oder "Waldbaden" bedeutet. Obwohl noch ein junges Forschungsgebiet, gibt es mittlerweile genug abgesicherte Daten, um davon ausgehen zu können, dass der Aufenthalt in der Natur eine gesundheitsfördernde Wirkung auf Körper und Psyche hat. Die vorliegende Arbeit hat es sich zur Aufgabe gemacht, nach den Möglichkeiten einer Integration von Natur in die systemische Lebensberatung zu forschen. Dem Geiste des Konstruktivismus verschrieben, mit dem die systemische Methodik einhergeht, sollte der Natur-Begriff theoretisch befragt werden, um neue Perspektiven auf das Verhältnis von Sozialem, Psyche und Natur zu gewinnen. So folgen auf die theoretischen Grundlagen von Systemtheorie und Radikalem Konstruktivismus, Besprechungen zur Akteur-Netzwerk-Theorie nach Bruno Latour, um zu einem geeigneten Natur-Begriff für die Systemische Beratung zu kommen. Darüber hinaus werden jene Disziplinen nach ihren Grundannahmen von Mensch und Natur befragt, welche sich der Arbeit mit Natur in Hinblick auf psychische Gesundheit verschrieben haben: Tiefenökologie, Waldtherapie und Systemische Naturtherapie. Die Erkenntnisse zum Verhältnis Klientln-*Natur*-Beraterln, sowie zur Rolle der Natur als Spiegel des Eigenen, zu sinnlicher Kommunikation und dem Moment der Verbundenheit, um nur einige Aspekte zu nennen, weisen auf vielversprechende Möglichkeiten, um Natur in den präventiven Bereich psychosozialer Gesundheit zu integrieren. "Grüne Beratung'? Erste Überlegungen für ein theoretisches Modell.