

Feldenkraisisch forschen

Beitrag zu einer kleinen Methodologie

von Corinna Eikmeier

Immer wieder äußern wir als Feldenkrais-Practitioner den Wunsch nach einer wissenschaftlichen Untermauerung unserer Arbeit. Immer wieder wird uns deutlich, dass die gesellschaftliche Anerkennung unserer Methode einen wissenschaftlichen Diskurs erfordert. Dagegen stehen die Komplexität unserer Arbeit und die Problematik, dass wissenschaftliche Messungen Teilaspekte der Feldenkrais-Methode beleuchten und erklärbar machen, dass aber wesentliche Aspekte unserer Arbeit nur unbefriedigend erfassbar sind.

Geht die Forschung also an der Sache vorbei? Welche Methodologie wäre geeignet, um „feldenkraisische“ Forschungsfragen zu bearbeiten?

Ich habe mich vor zwei Jahren entschieden, eine komplexe Fragestellung, die mich schon lange beschäftigt hatte, zum Thema meiner Dissertation zu machen(1). Das erste halbe Jahr dieses Doktoratsstudiums befand ich mich in einer inneren Zerrissenheit mit der Frage, ob ich mich wirklich auf Wissenschaft einlassen kann und will. Auf der einen Seite war da der Versuch, mein Thema in ein lineares Forschungsdesign zu quetschen, und auf der anderen Seite das Bedürfnis, meine Frage in ihrer Komplexität nicht zu beschneiden –, das ganze dann noch gepaart mit dem Gefühl, im Umgang mit Forschungsmethoden ein absoluter Anfänger zu sein. Da ich meine Promotion an einer künstlerischen Universität (2) mache und zudem einen ganz besonders weitsichtigen, aufgeschlossenen Betreuer (3) habe, dessen Doktoranten alle sehr außergewöhnliche Themen bearbeiten, kam ich schnell mit anderen Forschungsansätzen in Kontakt. Dies hatte zwei große Vorteile: 1. Ich lernte, dass ich ein Forschungsdesign an mein Thema anpassen kann und nicht umgekehrt und 2. Meine Abneigung gegenüber randomisierter Forschung schlug um in einen freudigen, kreativen Umgang und ich begann, Alternativen zu sehen. Im Folgenden also einige methodische Vorgehensweisen, die mir auch für die Erforschung der Feldenkrais-Methode als sinnvoll erscheinen.

Künstlerische Forschung und qualitative Heuristik

Laut UNESCO-Definition ist Forschung „jede kreative systematische Betätigung zu dem Zweck, den Wissensstand zu erweitern, einschließlich des Wissens der Menschheit, Kultur und Gesellschaft, sowie die Verwendung dieses Wissens in der Entwicklung neuer Anwendungen“ (*OECD Glossary of Statistical Terms 2008*)

Ich bin der Meinung, dass wir unsere „feldenkraisischen“ Fragen auch zum Zweck der Forschung „feldenkraisisch“ stellen sollten. Forschungsdesigns sollten sich an uns anpassen und nicht anders herum.

Die Forschungsmethoden künstlerische Forschung (artistic research) und qualitative Heuristik habe ich exemplarisch ausgewählt, um zu zeigen, wo man sich Anregungen holen kann.

Künstlerische Forschung: „Für künstlerische Erfahrung gilt in besonderem Maß, dass sie nicht von den zu Grunde liegenden Erlebnissen zu trennen sind“. (4) Wahrnehmung und sinnliche und körperliche Erfahrung sind mit Gegenstand der Forschung. „Das Wissen, nach dem künstlerische Forschung strebt, ist ein gefühltes Wissen.“ (5)

Eines der Probleme ist die Sprache. Die Wissenschaft bedient sich einer Art Monopol, was die versprochenen Darstellungsformen angeht. Ähnlich wie Feldenkrais es an vielen Stellen anmerkt, gilt auch für jegliche Art von künstlerischer Handlung, dass die Sprache als Darstellungsmedium eines Ergebnisses begrenzt zu sein scheint. In der künstlerischen Forschung werden deshalb auch andere Präsentationsformen für die Forschungsergebnisse, wie Bilder, Theaterstücke usw., gewählt. Wichtig erscheint dabei vor allem, dass es einen klaren Forschungsgegenstand gibt. Interdisziplinäre Vernetzung mit anderen Kunstformen und Wissenschaftsdisziplinen sind wichtig und es bleibt der Kunst vorbehalten, Aspekte zu fassen, die mit der systematischen Wissenschaft nicht zugänglich sind. (6)

Moshé Feldenkrais war dafür ein wunderbares Beispiel: Auf der einen Seite eine Vernetzung mit führenden Wissenschaftlern seiner Zeit und zum anderen die ständige Erforschung seiner Methode, die als solche als ein Ergebnis stehen könnte.

Wissenschaftliche Forschung geht in der Regel von einer Forschungsfrage aus, die als Hypothese formuliert im Rahmen eines Forschungsprojekts falsifiziert oder verifiziert wird. Dieses Vorgehen bereitet in den Künsten Schwierigkeiten. Die Künste geben selten eindeutige Antworten und die Formulierung der Frage als Hypothese zu Beginn der Forschung stellt meist ein unüberwindliches Hindernis dar. Vielleicht sollte man den Prozess umkehren und von den Künsten das Entgegengesetzte verlangen: Ein Projekt möge mit einer Antwort beginnen, dem Umreißen des Themenfeldes und erst zum Abschluss hin die bestmögliche Frage formulieren. Diese Ergebnisse würden gerade durch ihren Fragecharakter mit der wissenschaftlichen Forschung als Gegenpol harmonieren. Statt des üblichen IMRAD-Formats (Introduction-Methods-Results-and-Discussion) könnte die Kunst mit einem „DARMI-Format“ die wissenschaftliche Forschung fruchtbar fordern: IMRAD-DARMI-IMRAD-DARMI-IMRAD....

Entspricht dies nicht genau dem forschenden Charakter einer Feldenkrais-Stunde? Wir stellen als Feldenkrais-Practitioner ständig Fragen. Wir führen fragende Bewegungen aus. Und wir setzen einen Lernprozess in Gang, der nicht zum Ziel hat, festgelegte Antworten zu vermitteln, sondern so neugierig zu werden, dass wir immer weiter fragen können.

Ein zweiter Forschungsansatz, der mir sehr angemessen erscheint, ist die qualitative Heuristik. Die Grundzüge sollen hier kurz ausgeführt werden und auf Anwendbarkeit zur Erforschung der Feldenkrais-Methode überprüft werden.

„Das qualitativ-heuristische Verfahren „begrifflich: Entdeckung ist Ersatz oder Erweiterung von Bekanntem durch Neues, ist also Veränderung.“(7)

Heuristische oder entdeckende Forschung mit qualitativen Methoden basiert auf einer an der Universität Hamburg entwickelten Methodologie (Kleining 19982) (8) die in vielen Bereichen Anwendung fand (KLEINING 1994, = 1995) (9).“ (10) „Der Forschungsprozess wird als dialogisch gefasst, als angewandte Dialektik.“ (11) Die Methode der qualitativen Heuristik folgt vier Grundregeln.

Vier Grundregeln der qualitativen Heuristik

Regel 1: „Die Forschungsperson soll neuen Konzepten gegenüber offen sein und ihr Vorverständnis ändern, wenn die Daten dem entgegenstehen.“(12) Dies Prinzip praktizieren Feldenkrais-Practitioner täglich in ihren Stunden. Durch unsere Erfahrung haben wir zu Beginn einer Stunde selbstverständlich Vermutungen. Aber wir treten in einen beständigen dialogischen Kontakt mit unseren Klienten und hinterfragen und ändern unsere Annahmen laufend. Übertragen auf das Vorgehen in einem Forschungsprojekt kann diese Regel zu heftigeren Einschnitten führen, wenn die Hypothesen sich nicht bestätigen. Äußere Faktoren, wie Förderungen und Zeitpläne, können unerwarteten Erkenntnissen unangenehm im Wege stehen. Dies kann für die Forscherpersönlichkeit eine Herausforderung bedeuten.

Die Regel 1 weist einige Parallelen zur grounded Theorie nach Glaser und Strauß (1967) (13) auf. Hier wird der flexible Gebrauch der Daten vorgeschlagen und das Prinzip, dass die Theorie nicht am Beginn des Forschungsprozesses besteht, sondern im Verlaufe des Prozesses aus den Daten hervor emergiert. (14)

Regel 2: „Offenheit des Forschungsgegenstandes“(15)

Diese Regel steht in enger Beziehung zu Regel 1 und besagt: „Der Forschungsgegenstand kann sich im Laufe der Forschung verändern; die Forschungsperson soll der Veränderung

folgen."(16) Auch diese Regel entspricht einer immanenten inneren Grundeinstellung des Feldenkrais-Practitioner im gemeinsamen Lernprozess mit seinen Klienten.

„Regel 3: Die Forschungsdaten sollen den Forschungsgegenstand unter maximal strukturell verschiedenen Perspektiven abbilden."(17) Dies bedeutet, dass die Daten aus möglichst vielen verschiedenen Perspektiven befragt werden. Die Grenzen des Forschungsgegenstandes werden dadurch möglichst stark erweitert. Übertragen auf die Feldenkrais-Methode könnte eine Anwendung dieser Regel sein, dass wir eine Stunde mit möglichst vielen verschiedenen Menschen durchführen und im ständigen Vergleich heraus bekommen, was die Gemeinsamkeiten im Lernprozess sind. Dies könnte vergleichbar mit dem Vorgehen von Moshé Feldenkrais in der Entwicklung der Alexander-Yanai-Lektionen sein.

Regel 4: Während die Regel 3 die Grenzen erweitert, werden sie durch Regel 4 wieder geschlossen. Regel 4 besagt: „Die verschiedenen Daten werden auf ihre Gemeinsamkeiten hin analysiert".(18) Unter Gemeinsamkeiten sind hier auch Analogien zu verstehen. Aspekte, die sich nicht in die Struktur integrieren lassen, werden außerhalb der Grenzen angesiedelt. Das Ergebnis folgt der so genannten 100% Regel. (19) Zum besseren Verständnis ein mögliches Beispiel: Nehmen wir an, der Gegenstand einer Forschung wäre die Sprache in ATM-Lektionen. Die Forschungsperson testet ihre Grenzen maximal aus und stößt auf einen taubstummen Teilnehmer, bei dem offensichtlich der Umgang mit Sprache in einer ATM sich unterscheiden wird. Um die 100%-Regel zu befolgen, kann die Forscherpersönlichkeit entscheiden, dass Taubstumme nicht zu der untersuchten Personengruppe gehören, oder sie kann austesten, welche Gemeinsamkeiten Taubstumme mit ATM-Anweisungen haben im Vergleich mit anderen Personengruppen. Auf jeden Fall beruft sich der Forscher nur auf die Fakten, die tatsächlich in den Daten zu finden sind. Die Entscheidung, ob Taubstumme in einem solchen Projekt relevant sind, entscheidet der Forscher nicht vorher, sondern in der Beschäftigung mit dem Forschungsgegenstand, und er erwähnt seine Entscheidung entsprechend in seinem Forschungsbericht.

Für die Erforschung der Feldenkrais-Methode hat mich in der heuristischen Forschungs-Methodologie besonders die Offenheit während des gesamten Forschungsprozesses, der dialogische Umgang mit dem Forschungsgegenstand und die Möglichkeit zum Experimentieren angesprochen. Hierzu gibt es in der heuristischen Forschung ein spezifisches Forschungsdesign, das qualitative Experiment, dessen Grundzüge hier kurz skizziert werden sollen.

In einem qualitativen Experiment folgt der Forscher folgenden Schritten:

1. „Deskription des Gegenstandes“
2. „Experimenteller Eingriff“
3. „Deskription des Gegenstandes“
4. „Schlussfolgerungen auf seine Struktur.“ (20)

Unter dem experimentellen Eingriff ist zu verstehen, dass eine Komponente des zu untersuchenden Gegenstandes verändert wird. Klassisches Beispiel: Wir bewegen in einer ATM den Kopf seitlich, so dass ein Ohr zur entsprechenden Schulter geht. (Phase 1 wäre das Befragen dieser Testbewegung), Wir legen eine Hand auf den Kopf und beobachten die Veränderung. (Phase 2 und 3) und anschließend beobachten wir die Ausgangsbewegung (Phase 4). Häufig erleben wir in Phase 4, dass sich mehr Teile des Rumpfes mitbewegen möchten, was uns Aufschluss über das Bewegungsmuster gibt.

Auffallend ist, dass sowohl die qualitative Heuristik, als auch die künstlerische Forschung auf eine verstärkte Offenheit und Prozesshaftigkeit des Forschungsprozesses aufbauen und in gewisser Weise das weit verbreitete Bestätigen von Hypothesen schon in der Methodologie auf den Kopf stellen.

Es würde mich freuen, wenn neue, kreative Forschungsansätze entstehen könnten, die der Feldenkrais-Methode auch methodisch entsprechen.

1 Der Arbeitstitel der Dissertation lautet: Wirkung von improvisatorischen Handlungsweisen auf die Qualität der Spielbewegungen von Musizierenden. Parallelen zwischen der Feldenkrais-Methode und der Improvisation als Arbeitsmethode.

2 Es handelt sich um die Universität für Musik und darstellende Kunst Wien.

3 Betreuer ist Prof. Dr. Peter Röbbke.

4 Klein, J. (2010): Was ist künstlerische Forschung? in Stock, G. (Hrsg.): Gegenworte 23.

Wissenschaft trifft Kunst. Berlin-Brandenburgische Akademie der Wissenschaft. Akademie Verlag. S. 25-28.

5 Ebenda

6 F. Dombois: „Kunst als Forschung. Ein Versuch, sich selbst eine Anleitung zu entwerfen“, in: Hochschule der Künste Bern (Hg.): *Hochschule der Künste Bern*

7 Kleining, G. (2001): Offenheit als Kennzeichen entdeckender Forschung. Kontrapunkt 2001

8 Kleining, G. (1982): Umriss zu einer Methodologie qualitativer Sozialforschung, in: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 34,224-253.

9 Kleining, G. (1995): Lehrbuch Entdeckende Sozialforschung. Band I. Von der Hermeneutik

zur qualitativen Heuristik. Beltz Psychologie Verlags Union, Weinheim.

Kleining, G., (1994): *Qualitativ-heuristische Sozialforschung*. Schriften zur Theorie und Praxis. Fechner, Hamburg

10 Kleining, G. und Witt, H. (2000): *Qualitativ-heuristische Forschung als Entdeckungsmethodologie für Psychologie und Sozialwissenschaften: Die Wiederentdeckung der Methode der Introspektion als Beispiel*. In: *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* No 1 20000

11 Ebenda

12 Ebenda

13 B. G. & Strauss A. L. (1967/1979): *The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research*. Aldine, New York.

14 Kleining, G. (2001): *Offenheit als Kennzeichen entdeckender Forschung*. Kontrapunkt 2001.

15 Ebenda

16 Ebenda

17 Ebenda

18 Ebenda

19 Kleining, G. (2007). *Qualitative Heuristik. Analyse der Befragung und Bericht*. 3. *Berliner Methodentreffen Qualitative Forschung*, 29.-30.6.2007. Verfügbar über:

<http://www.berlinermethodentreffen.de/material/2007/Texte/Kleining.pdf> (Zugriff 21.05.2012)

20 Mayring, P. (2002): *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken*. Weinheim: Beltz. S. 60. Und Kleining, G. (1986): *Das qualitative Experiment*. In: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 38 Nr. 4 (<http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-863a>) (Zugriff 21.05.2012).