

1	Einleitung	1
1.1	Körperpsychotherapie als erlebenszentriertes Verfahren	5
1.2	Der Körper in der allgemeinen Psychotherapie	7
1.3	Der Body-turn in der Wissenschaft	10
1.4	Die intersubjektive Wende zu einer relationalen Körperpsychotherapie	12
1.5	Körper und Gesellschaft	14
1.6	Aufbau des Buches	16
2	Begriff und Definition der Körperpsychotherapie	19
3	Auf der Suche nach natürlicher Lebendigkeit – Zur Entstehung der Körperpsychotherapie	33
3.1	Psychoanalyse und Reformgymnastik – Zwei frühe Quellen der Körperpsychotherapie	36
3.2	Verbindungen – Expressionismus, Ausdruckstanz und Körperpsychotherapie	45
3.3	Jugend- und Lebensreformbewegung	46
3.4	Elf Denkfiguren eines Mentalitätswandels	47
3.5	Natur und Sexualität – Beherrschung oder Befreiung	62
3.6	Die Verstofflichung des Lebens – Reichs Weg zur naturwissenschaftlichen Energiearbeit	63
3.7	Erleben und Wachsen – Die Humanistische Therapiebewegung als dritte Quelle der Körperpsychotherapie	65
4	Das Erbe der Schulen	71
5	Das lebendige Subjekt	83
5.1	Das Subjekt und seine Beziehung zur Welt	84
5.2	Verkörperte Erfahrung – Enaktivismus und Embodied Mind	93
5.3	Erleben und Bedeutung	101
6	Körpererleben – Basis des Selbsterlebens	111
6.1	Drei Ebenen des Erlebens	115
6.2	Der Atem als Pforte zum Selbsterleben	121
6.3	Selbstsinne	128
6.4	Das Selbst als gelebte Einheit der Erfahrung	134
6.5	Kernselbst und narratives Selbst – Ein Stufenmodell	139

6.6	Körperselbst und Identität	142
6.7	Störungen des Körpererlebens und Psychopathologie.	144
7	Der erlebte Körper und der Körper der Naturwissenschaft.	151
7.1	Vegetatives Nervensystem und menschliches Erleben und Handeln.	155
7.2	Die Grenzen einer neurowissenschaftlichen Fundierung der Körperpsychotherapie	168
7.3	Die Schwächen des Energiemodells	174
8	Embodimentforschung – Die Sensomotorik des Denkens und Fühlens	183
9	Gedächtnis – Verkörperte Erinnerung	193
9.1	Episodisches Gedächtnis	199
9.2	Prozedurales Gedächtnis	202
9.3	Das emotional-prozedurale Gedächtnis in der Körperpsychotherapie	203
10	Emotionen – Modelle der Emotionalität als Grundlage körperpsychotherapeutischer Praxis	209
10.1	Drei Schritte der Bewertung in einem emotionalen Prozess	215
10.2	Drei therapeutische Aufgaben	221
10.3	Emotion und Bedürfnis	226
10.4	Die kategorialen Emotionen	228
10.5	Emotionsregulation und der affektive Zyklus	234
10.6	Die Neuorganisation der Emotionen	240
11	Kindliche Entwicklung – Prägungen des Erlebens im frühen affektmotorischen Dialog	245
11.1	Prä- und perinatale Prägungen.	248
11.2	Die Entstehung des Selbst	253
11.3	Der Körper in der Interaktion der ersten Jahre	258
11.4	Widrige Erfahrungen und Stressreaktivität	266
11.5	Elternverhalten und Emotionsregulation der Kinder	269
11.6	Bindung	272
11.7	Lebenslange Entwicklung	275
12	Affektmotorische Schemata als körperliche Narrative	277
13	Abwehr und Bewältigung – Körperliche Formen der Verarbeitung von Erfahrung	289
13.1	Körperabwehr.	293
13.2	Muster der Abwehr und Bewältigung – Das Konzept der Charakterstrukturen	301
14	Kommunikation mit dem Körper – Körperverhalten und die therapeutische Interaktion.	313
14.1	Der Ausdruck der Körperhaltung.	322

14.2	Bewegung	327
14.3	Die Gestik der Hände	335
14.4	Mimische Interaktion	338
14.5	Die Prosodie der Stimme	343
15	Übertragung und somatische Resonanz	351
15.1	Übertragung und Gegenübertragung	352
15.2	Resonanz	359
15.3	Empathie und Spiegelneuronen	364
15.4	Simulation und unmittelbare Wahrnehmung	366
15.5	Zum Umgang mit Resonanz	368
16	Präsentisches Verstehen	371
17	Selbstregulation und Lebensregulation	377
18	Körperpsychotherapie und ihr Beitrag zur Integration	389
	Bibliographie	395
	Stichwortverzeichnis	443