

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> . . . . .	1	2.2.4	Psychoanalytisch orientierte Körperpsychotherapie . . . . .	14
1.1	Grammatik und Körpersprache: Begriffsklärungen für psychotherapeutische Kontexte . . . . .	1	2.2.5	Theoretische Ansätze der Tanz- und Ausdruckstherapie . . . . .	15
1.2	Kulturspezifische Handlungsmuster . . . . .	2	2.2.6	Verhaltenstherapeutische Entwicklungen . . . . .	17
1.3	Wahrnehmung der Körpersprache . . . . .	2	2.3	Übung oder Aufgabe? . . . . .	17
1.4	Einfluss von externalisierenden Phänomenen . . . . .	3	2.4	Die Auseinandersetzung mit der Körpersprache . . . . .	18
1.5	Annäherung an eine Definition von Körpersprache . . . . .	4	<b>3</b>	<b>Die Dialektik zwischen Körpersprache und verbaler Kommunikation</b> . . . . .	21
1.6	Zum Aufbau des Buches . . . . .	5	3.1	Gemeinsamkeiten und Unterschiede . . . . .	21
<b>I</b>	<b>Die Körpersprache als Kommunikationssystem</b>		3.1.1	Die Kombination von körpersprachlichen Zeichen zu größeren Einheiten . . . . .	22
<b>2</b>	<b>Zum Bedeutungswandel des Begriffs Körpersprache</b> . . . . .	9	3.1.2	Wortarten auf der Ebene der Körpersprache: Gestik ohne feste Normierung . . . . .	23
2.1	Historischer Abriss der Bedeutung von Bewegung . . . . .	9	3.1.3	Reihenfolge des Einsatzes körpersprachlicher Elemente: Rituale, Regeln, Konventionen . . . . .	24
2.2	Die Bedeutung der Körpersprache in der Psychotherapie . . . . .	11	3.1.4	Eine Tiefenstruktur der Körpersprache . . . . .	25
2.2.1	Von der Vegetotherapie zur bioenergetischen Analyse . . . . .	11	3.1.5	Nonverbale Universalien . . . . .	25
2.2.2	Veränderte Wahrnehmung des Körpers nach dem Zweiten Weltkrieg . . . . .	13	3.1.6	Die Spiegelung der Körpersprache in der Psyche . . . . .	27
2.2.3	Funktionelle Entspannung: die Einführung des rhythmischen Prinzips . . . . .	14	3.2	<b>Sprache und Körpersprache im Kontext sozialen Handelns</b> . . . . .	27
			3.2.1	Die beziehungsstiftende Funktion der Körpersprache im Alltag . . . . .	28
			3.2.2	Körperteilbesetzungen verschiedener Kulturen und Zeiten . . . . .	29
			3.2.3	Zusammenfassung . . . . .	34

<b>3.3 Körpersprache als natürliches Signal- und Zeichensystem</b> . . . . .	<b>35</b>	<b>4.3 Frühkindliche Reflexentwicklung: die automatische Entwicklung der Körpersprache</b> . . . . .	<b>57</b>
3.3.1 Von Borkenkäfern und dem Duft des anderen Geschlechts . . . . .	35	4.3.1 Frühe Reflexmuster . . . . .	58
3.3.2 Zum Unterschied zwischen Signalen und Zeichen . . . . .	35	4.3.2 Vom Reflex zur Haltungskontrolle . .	74
3.3.3 Auf die Perspektive kommt es an! . . .	36	4.3.3 Zusammenfassung . . . . .	80
<b>3.4 Aspekte einer gemeinsamen Handlungstheorie von Sprache und Körpersprache</b> . . . . .	<b>37</b>	<b>5 Körpersprache im Gehirn und in Beziehung</b> . . . . .	<b>85</b>
3.4.1 Die dreidimensionale Konzeption der Körpersprache: Körpersemiotik . .	37	5.1 <b>Körpersprachliche Reifung und frühe Hirnentwicklung</b> . . . . .	<b>85</b>
3.4.2 Die Bedeutung von Ausdruck, Appell und Hinweis: Körpersprache als Organon . . . . .	40	5.1.1 Die Evolution in der Bewegungsentwicklung: Entwicklungsstufen der automatisierten Körpersprache . .	85
3.4.3 Sprache und Denken über Körpersprache . . . . .	41	5.1.2 Der spezielle Aufbau des Kleinhirns . .	90
<b>II Die Entwicklung der Körpersprache aus biologischer und evolutionsgeschichtlicher Perspektive</b>		5.1.3 Die beiden Seiten des Kortex . . . . .	92
<b>4 Angeborene Reflexe, Entwicklung des Gehirns und Bedeutung der fünf Sinne</b> . . . . .	<b>47</b>	5.1.4 Die Rolle der Spiegelneuronen . . . . .	95
4.1 <b>Einleitung</b> . . . . .	47	5.2 <b>Die Vernetzung und Bedeutung der Sinne</b> . . . . .	<b>100</b>
4.2 <b>Pränatale Entwicklungsfaktoren: die früheste Körpersprache</b> . . . . .	<b>49</b>	5.2.1 Vernetzung der Sinne . . . . .	100
4.2.1 Genexpression und Plastizität . . . . .	49	5.2.2 Vestibuläres System . . . . .	101
4.2.2 Die Stadien der vorgeburtlichen Entwicklung und die fetalen Sinne . .	51	5.2.3 Visueller Sinn . . . . .	103
4.2.3 Intrauterine körpersprachliche Interaktionsphänomene . . . . .	53	5.2.4 Taktile Sinn . . . . .	105
4.2.4 Risiken für die frühe Kommunikation . . . . .	53	5.2.5 Auditiver Sinn . . . . .	110
4.2.5 Pränatale Bindung . . . . .	54	5.2.6 Propriozeptiver Sinn . . . . .	111
		5.2.7 Olfaktorischer Sinn . . . . .	112
		5.3 <b>Die Bedeutung von Sensibilitätsmustern</b> . . . . .	<b>113</b>
		5.4 <b>Das frühe Selbstempfinden als Körper-Selbst</b> . . . . .	<b>115</b>
		5.4.1 Vitalitätsaffekte, psychische Intimität und Episodengedächtnis . .	116
		5.4.2 Affekt Abstimmung, Symbolisierung und Intersubjektivität . . . . .	118
		5.4.3 Komplexität von Bewegung und Ausdruck – wie implizites Wissen entsteht . . . . .	119

5.5	<b>Motivationsregulation und frühe Handlungsthemen</b> . . . . .	120	6.3	<b>Das Body Movement Mind Paradigm (BMMP)</b> . . . . .	149
5.5.1	Motivationssysteme und ihre Auswirkungen auf die Körpersprache . .	121		Yona Shahar-Levy und Sabine Trautmann-Voigt	
5.5.2	Zur Selbstregulation früher Systemzustände . . . . .	122	6.3.1	Die Verknennung der körperlichen Selbstregulation – ein kulturelles Phänomen . . . . .	150
			6.3.2	Begriffsbestimmungen: Gefühl – Empfindung – Affektmotorik . . . . .	150
			6.3.3	Das Körpergedächtnis . . . . .	152
			6.3.4	Die Struktur des Körpers: das Körper-Selbst als Basis für das Selbst . . . . .	152
			6.3.5	Vier anatomische und physikalische Basisaussagen über die Affektmotorik/Körpersprache . .	153
			6.3.6	Zwei archetypische Bewegungsphasen: <i>parental envelope</i> und Expansion nach außen . . . . .	155
			6.3.7	Die doppelte Wurzel der Affektmotorik und die sich daraus entwickelnde Körpersprache . . . . .	158
			6.3.8	Die Analyse der Körpersprache mithilfe der Body Movement Mind Analysis (BMMA) . . . . .	162
			6.3.9	Das Bewegungsprofil in doppelter Kreisform: das Symbol des <i>parental envelope</i> . . . . .	165
			6.3.10	Die Anfertigung eines Bewegungsprofils . . . . .	169
			6.3.11	Zusammenfassung . . . . .	170
			6.4	<b>Bewegungsanalytische Modelle im Vergleich</b> . . . . .	170
			7	<b>Körpersprache und Psychodynamik</b> . . . . .	173
			7.1	<b>Die Wirksamkeit von Interventionen unter Einbezug der Körpersprache</b> . .	173
			7.1.1	Behandlungsprinzipien . . . . .	176
			7.1.2	Bezugspunkte der Interventionsentwicklung . . . . .	177
			7.1.3	Phasen in der Psychotherapie . . . . .	181
			7.1.4	Erkennen, verstehen und intervenieren mit Körpersprache . .	183
<b>III Psychotherapie als rhythmisch-dynamischer Handlungsdialog: Diagnostik und Intervention durch Körpersprache</b>					
6	<b>Körpersprache lesen: bewegungsanalytische Grundlagen</b> . . . . .	129			
6.1	<b>Der moderne Ausdruckstanz als Ursprung der Bewegungsanalyse</b> . . .	129			
6.1.1	Grundsätzliche Aussagen . . . . .	130			
6.1.2	Reduzierte Laban-Bewegungsanalyse für die psychotherapeutische Praxis . . . . .	133			
6.1.3	Körpersprachliche Analysen des rhythmisch-dynamischen Handlungsdialogs: die Dimensionen Raum, Kraft und Zeit . . . . .	140			
6.1.4	Herausforderungen für eine andere Handhabung der Gegenübertragung . . . . .	143			
6.2	<b>Das Kestenberg Movement Profile (KMP)</b> . . . . .	144			
6.2.1	Beziehungsdynamik in der Körpersprache . . . . .	144			
6.2.2	Kritik am Rhythmuskonzept . . . . .	146			
6.2.3	Einschätzung von Spannungsflusseigenschaften . . . . .	148			

<b>8</b>	<b>Fallbeispiele</b>	187	8.3.5	Behandlungsziele	209
<b>8.1</b>	<b>Emotionale Störung und Bindungsstörung des Kindesalters</b>	187	8.3.6	Patientenbeschreibung	210
	Anita Weissenberger, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		8.3.7	Therapieverlauf: »Komm mir nicht zu nah!« – Frau L. findet ihren Sicherheitsraum	211
8.1.1	Störungsbild	187	<b>8.4</b>	<b>Posttraumatische Belastungsstörung und Traumafolgestörungen</b>	215
8.1.2	Selbsterleben	188		Jochen Kehr und Sabine Trautmann-Voigt	
8.1.3	Psychodynamischer Befund	189	8.4.1	Störungsbild	215
8.1.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben	189	8.4.2	Selbsterleben	216
8.1.5	Behandlungsziele	190	8.4.3	Psychodynamischer Befund	217
8.1.6	Patientenbeschreibung	190	8.4.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben	217
8.1.7	Therapieverlauf: Martha baut sich ihr neues Haus und zähmt den Tiger	191	8.4.5	Behandlungsziele	218
8.1.8	Körpersprache in der (Psycho-)Therapie mit Kindern	196	8.4.6	Patientenbeschreibung	219
<b>8.2</b>	<b>Ängste bei depressiver Persönlichkeit</b>	197	8.4.7	Therapieverlauf: Frau K. tanzt ihre eigene Schutzhülle und lernt den kontrollierten Dialog kennen	219
	Marlene Damm, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		<b>9</b>	<b>Interventionskatalog</b>	225
8.2.1	Symptomatik	197		Sabine Trautmann-Voigt, Bernd Voigt, Jochen Kehr, Anita Weissenberger, Marlene Damm, Christina Puzicha, Claudia Wiedemann und Karin Kröger	
8.2.2	Selbsterleben	199	<b>9.1</b>	<b>Allgemeine Anwendungshinweise</b>	225
8.2.3	Psychodynamischer Befund	199	9.1.1	Aufbau von Übungen	225
8.2.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben	199	9.1.2	Aufbau von Therapiestunden	226
8.2.5	Behandlungsziele	200	9.1.3	Wie finde ich die passende Bewegungsintervention zum Thema?	227
8.2.6	Patientenbeschreibung	202	<b>9.2</b>	<b>Tabellarische Übungsbeschreibungen</b>	236
8.2.7	Therapieverlauf: Frau S. berührt die Leichtigkeit des Seins	203	9.2.1	Themenzentrierte Übersicht	236
<b>8.3</b>	<b>Suchtkrankheit</b>	207	9.2.2	Tabellenaufbau	238
	Christina Puzicha, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		9.2.3	Übungskatalog	241
8.3.1	Störungsbild	207	9.2.4	Zusammenfassung	288
8.3.2	Selbsterleben	207			
8.3.3	Psychodynamischer Befund	207			
8.3.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben	208			

	<b>Anhang</b> .....	289		BMMA – Bewegungsprofil .....	295
				Ausführliche Bewegungsanalyse ...	296
<b>1</b>	<b>Definitionen in der Bewegungs-</b>				
	<b>analyse</b> .....	289	<b>4</b>	<b>Übung für die Praxis zum Selbst-</b>	
				<b>studium der Bewegungsanalyse</b> ....	307
<b>2</b>	<b>Hinweise für die (vereinfachte)</b>				
	<b>Bewegungsanalyse in der Praxis</b> ....	290	<b>5</b>	<b>Kompaktcurriculum Analytische</b>	
				<b>Bewegungs- und Tanztherapie</b>	
<b>3</b>	<b>Arbeitsblätter</b>			<b>(ABT) – »Körpersprache lesen</b>	
	<b>zur Bewegungsanalyse</b> .....	292		<b>lernen«</b> .....	308
	Bewegungsanalysebogen .....	292			
	Formenfluss, Bedeutung			<b>Literatur</b> .....	310
	der Kombination zweier				
	Antriebsfaktoren,				
	Spannungsregulation .....	293		<b>Sachverzeichnis</b> .....	321
	Bipolare Bewegungskategorien ...	294			