

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> .....	<b>1</b>		
<b>1.1</b>	<b>Grammatik und Körpersprache: Begriffsklärungen für psychotherapeutische Kontexte</b> .....	<b>1</b>	<b>2.2.4 Psychoanalytisch orientierte Körperpsychotherapie</b> ..... 14	
<b>1.2</b>	<b>Kulturspezifische Handlungsmuster</b> ....	<b>2</b>	<b>2.2.5 Theoretische Ansätze der Tanz- und Ausdruckstherapie</b> ..... 15	
<b>1.3</b>	<b>Wahrnehmung der Körpersprache</b> .....	<b>2</b>	<b>2.2.6 Verhaltenstherapeutische Entwicklungen</b> ..... 17	
<b>1.4</b>	<b>Einfluss von externalisierenden Phänomenen</b> .....	<b>3</b>	<b>2.2.7 Achtsamkeitsbasierte Psycho- therapie – ein Novum?</b> ..... 17	
<b>1.5</b>	<b>Annäherung an eine Definition von Körpersprache</b> .....	<b>2.3 Übung oder Aufgabe?</b> .....	<b>18</b>	
<b>1.6</b>	<b>Zum Aufbau des Buches</b> .....	<b>2.4 Die Auseinandersetzung mit der Körpersprache ist eine Auseinandersetzung mit »Embodiment«</b> .....	<b>19</b>	
<b>1</b>	<b>Die Körpersprache als Kommunikationssystem</b>	<b>3</b>	<b>»Embodiment« als Dialektik zwischen Körpersprache und verbaler Kommunikation</b> .....	<b>23</b>
<b>2</b>	<b>Zum Bedeutungswandel des Begriffs Körpersprache</b> .....	<b>3.1 Gemeinsamkeiten und Unterschiede</b> ..	<b>23</b>	
<b>2.1</b>	<b>Historischer Abriss der Bedeutung von Bewegung</b> .....	<b>3.1.1 Die Kombination von körper- sprachlichen Zeichen zu größeren Einheiten</b> .....	<b>24</b>	
<b>2.2</b>	<b>Die Bedeutung der Körpersprache in der Psychotherapie</b> .....	<b>3.1.2 Wortarten auf der Ebene der Körpersprache: Gestik ohne feste Normierung</b> .....	<b>25</b>	
<b>2.2.1</b>	<b>Von der Vegetotherapie zur bioenergetischen Analyse</b> .....	<b>3.1.3 Reihenfolge des Einsatzes körper- sprachlicher Elemente: Rituale, Regeln, Konventionen</b> .....	<b>26</b>	
<b>2.2.2</b>	<b>Veränderte Wahrnehmung des Körpers nach dem Zweiten Weltkrieg</b> .....	<b>3.1.4 Eine Tiefenstruktur der Körpersprache</b> .....	<b>27</b>	
<b>2.2.3</b>	<b>Funktionelle Entspannung: die Einführung des rhythmischen Prinzips</b> .....	<b>3.1.5 Nonverbale Universalien</b> .....	<b>27</b>	
		<b>3.1.6 Die Spiegelung der Körpersprache in der Psyche</b> .....	<b>29</b>	

<b>3.2 Sprache und Körpersprache im Kontext sozialen Handelns . . . . .</b>	<b>29</b>	<b>4.2.2 Die Stadien der vorgeburtlichen Entwicklung und die fetalen Sinne . . . . .</b>	<b>53</b>
3.2.1 Die beziehungsstiftende Funktion der Körpersprache im Alltag . . . . .	30	4.2.3 Intrauterine körpersprachliche Interaktionsphänomene . . . . .	55
3.2.2 Körperteilbesetzungen verschiedener Kulturen und Zeiten. . . . .	31	4.2.4 Risiken für die frühe Kommunikation . . . . .	55
3.2.3 Zusammenfassung. . . . .	36	4.2.5 Pränatale Bindung . . . . .	56
<b>3.3 Körpersprache als <i>natürliches Signal- und Zeichensystem</i> . . . . .</b>	<b>37</b>	<b>4.3 Frühkindliche Reflexentwicklung: die automatische Entwicklung der Körpersprache . . . . .</b>	<b>59</b>
3.3.1 Von Borkenkäfern und dem Duft des anderen Geschlechts . . . . .	37	4.3.1 Frühe Reflexmuster . . . . .	60
3.3.2 Zum Unterschied zwischen Signalen und Zeichen . . . . .	37	4.3.2 Vom Reflex zur Haltungskontrolle . . . . .	76
3.3.3 Auf die Perspektive kommt es an! . . . . .	38	4.3.3 Zusammenfassung . . . . .	82
<b>3.4 Aspekte einer gemeinsamen Handlungstheorie von Sprache und Körpersprache . . . . .</b>	<b>39</b>	<b>5 »Body, Brain, Sense« – Vernetzung und Selbstregulation des komplexen Systems »Mensch« . . . . .</b>	<b>87</b>
3.4.1 Die dreidimensionale Konzeption der Körpersprache: Körpersemiotik . . . . .	39	5.1 Körpersprachliche Reifung und frühe Hirnentwicklung . . . . .	87
3.4.2 Die Bedeutung von Ausdruck, Appell und Hinweis: Körpersprache als Organon . . . . .	42	5.1.1 Die Evolution in der Bewegungsentwicklung: Entwicklungsstufen der automatisierten Körpersprache . . . . .	88
3.4.3 Sprache und Denken über Körpersprache . . . . .	43	5.1.2 Der spezielle Aufbau des Kleinhirns . . . . .	92
5.1.3 Die beiden Seiten des Kortex . . . . .	94	5.1.4 Die Rolle der Spiegelneuronen . . . . .	97
<b>II Die Entwicklung der Körpersprache aus biologischer und evolutionsgeschichtlicher Perspektive</b>		<b>5.2 Die Vernetzung und Bedeutung der Sinne . . . . .</b>	<b>102</b>
<b>4 »Embodied Self« – angeborene Reflexe, pränatale Bindung und Kommunikation . . . . .</b>	<b>49</b>	5.2.1 Vernetzung der Sinne . . . . .	103
4.1 Einleitung . . . . .	49	5.2.2 Vestibuläres System . . . . .	103
<b>4.2 Pränatale Entwicklungsfaktoren: die fruhste Körpersprache . . . . .</b>	<b>51</b>	5.2.3 Visueller Sinn . . . . .	105
4.2.1 Genexpression und Plastizität . . . . .	51	5.2.4 Taktiler Sinn . . . . .	107
		5.2.5 Auditiver Sinn . . . . .	112
		5.2.6 Propriozeptiver Sinn . . . . .	113
		5.2.7 Olfaktorischer Sinn . . . . .	114
		<b>5.3 Die Bedeutung von Sensibilitätsmustern . . . . .</b>	<b>115</b>
		<b>5.4 Das frühe Selbstempfinden als Körper-Selbst . . . . .</b>	<b>117</b>
		5.4.1 Vitalitätsaffekte, psychische Intimität und Episodengedächtnis . . . . .	119

5.4.2	Affektabstimmung, Symbolisierung und Intersubjektivität .....	120	6.1.5	Herausforderungen für eine andere Handhabung der Gegenübertragung .....	151
5.4.3	Komplexität von Bewegung und Ausdruck – wie implizites Wissen entsteht. ....	121	6.2	<b>Das Kestenberg Movement Profile (KMP)</b> .....	152
5.5	<b>Motivationsregulation und frühe Handlungsthemen</b> .....	123	6.2.1	Beziehungsdynamik in der Körpersprache.....	152
5.5.1	Motivationssysteme und ihre Auswirkungen auf die Körpersprache ..	123	6.2.2	Kritik am Rhythmuskonzept .....	154
5.5.2	Zur Selbstregulation früher Systemzustände .....	126	6.2.3	Einschätzung von Spannungsflusseigenschaften .....	156
5.6	<b>Grundlagen der Säuglingsforschung und der Mentalisierungstheorie.</b> ....	130	6.3	<b>Das Body Movement Mind Paradigma (BMMP)</b> .....	157
5.6.1	Das frühe Selbsterleben.....	130		Yona Shahar-Levy und Sabine Trautmann-Voigt	
5.6.2	Die psychische Entwicklung als spiegelnder Interaktionsprozess....	131	6.3.1	Die Verkennung der körperlichen Selbstregulation – ein kulturelles Phänomen .....	158
5.6.3	Wie sich eine gute Mentalisierungsfähigkeit ausprägen kann .....	131	6.3.2	Begriffsbestimmungen: Gefühl – Empfindung – Affektmotorik. ....	158
			6.3.3	Das Körpergedächtnis .....	160
			6.3.4	Die Struktur des Körpers: das Körper-Selbst als Basis für das Selbst. ....	160
			6.3.5	Vier anatomische und physikalische Basisaussagen über die Affektmotorik/Körpersprache ..	161
			6.3.6	Zwei archetypische Bewegungsphasen: <i>parental envelope</i> und Expansion nach außen .....	163
			6.3.7	Die doppelte Wurzel der Affektmotorik und die sich daraus entwickelnde Körpersprache .....	166
			6.3.8	Die Analyse der Körpersprache ..	170
			6.3.9	Das Bewegungsprofil in doppelter Kreisform: das Symbol des <i>parental envelope</i> .....	173
			6.3.10	Die Anfertigung eines Bewegungsprofils .....	180
			6.3.11	Zusammenfassung .....	181
6	<b>Körpersprache lesen: bewegungsanalytische Grundlagen</b> .....	135	6.4	<b>Bewegungsanalytische Modelle im Vergleich</b> .....	181
6.1	<b>Der moderne Ausdruckstanz als Ursprung der Bewegungsanalyse.</b> ...	135	6.5	<b>Ein Beispiel für Ambivalenz in der Körpersprache zwischen einer Mutter und ihrem Säugling</b> .....	182
6.1.1	Grundsätzliche Aussagen .....	136			
6.1.2	Reduzierte Laban-Bewegungsanalyse für die psychotherapeutische Praxis. ....	139			
6.1.3	Körpersprachliche Analysen des rhythmisch-dynamischen Handlungsdialogs: die Dimensionen Raum, Kraft und Zeit .....	146			
6.1.4	Psychotherapeutisches Embodiment .....	148			

### III Diagnostik und Intervention durch Körpersprache

6	<b>Körpersprache lesen: bewegungsanalytische Grundlagen</b> .....	135
6.1	<b>Der moderne Ausdruckstanz als Ursprung der Bewegungsanalyse.</b> ...	135
6.1.1	Grundsätzliche Aussagen .....	136
6.1.2	Reduzierte Laban-Bewegungsanalyse für die psychotherapeutische Praxis. ....	139
6.1.3	Körpersprachliche Analysen des rhythmisch-dynamischen Handlungsdialogs: die Dimensionen Raum, Kraft und Zeit .....	146
6.1.4	Psychotherapeutisches Embodiment .....	148

<b>7</b>	<b>Körpersprache und Psychodynamik</b> .....	191	<b>8.3</b>	<b>Sucho Krankheit</b> .....	225
7.1	<b>Die Wirksamkeit von Interventionen unter Einbezug der Körpersprache</b> ..	191	Christina Puzicha, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		
7.1.1	Behandlungsprinzipien .....	194	8.3.1	Störungsbild .....	225
7.1.2	Bezugspunkte der Interventionsentwicklung .....	195	8.3.2	Selbsterleben .....	225
7.1.3	Phasen in der Psychotherapie .....	199	8.3.3	Psychodynamischer Befund .....	225
7.1.4	Erkennen, verstehen und intervenieren mit Körpersprache ..	201	8.3.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben .....	226
<b>8</b>	<b>Fallbeispiele</b> .....	205	8.3.5	Behandlungsziele .....	227
8.1	<b>Emotionale Störung und Bindungsstörung des Kindesalters</b> .....	205	8.3.6	Patientenbeschreibung .....	228
	Anita Weissenberger, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		8.3.7	Therapieverlauf: »Komm mir nicht zu nah!« – Frau L. findet ihren Sicherheitsraum .....	229
8.1.1	Störungsbild .....	205	<b>8.4</b>	<b>Posttraumatische Belastungsstörung und Traumafolgestörungen</b> .....	233
8.1.2	Selbsterleben .....	206	Jochen Kehr und Sabine Trautmann-Voigt		
8.1.3	Psychodynamischer Befund .....	207	8.4.1	Störungsbild .....	233
8.1.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben .....	207	8.4.2	Selbsterleben .....	234
8.1.5	Behandlungsziele .....	208	8.4.3	Psychodynamischer Befund .....	235
8.1.6	Patientenbeschreibung .....	209	8.4.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben .....	236
8.1.7	Therapieverlauf: Martha baut sich ihr neues Haus und zähmt den Tiger .....	209	8.4.5	Behandlungsziele .....	236
8.1.8	Körpersprache in der (Psycho-)Therapie mit Kindern .....	214	8.4.6	Patientenbeschreibung .....	237
8.2	<b>Ängste bei depressiver Persönlichkeit</b> .....	215	8.4.7	Therapieverlauf: Frau K. tanzt ihre eigene Schutzhülle und lernt den kontrollierten Dialog kennen ..	238
	Marlene Damm, Sabine Trautmann-Voigt und Jochen Kehr		<b>9</b>	<b>Interventionskatalog oder Embodiment fördern</b> .....	243
8.2.1	Symptomatik .....	215	Sabine Trautmann-Voigt, Bernd Voigt, Jochen Kehr, Anita Weissenberger, Marlene Damm, Christina Puzicha, Claudia Wiedemann und Karin Kröger		
8.2.2	Selbsterleben .....	217			
8.2.3	Psychodynamischer Befund .....	217	<b>9.1</b>	<b>Allgemeine Anwendungshinweise</b> ..	243
8.2.4	Phänomenologie des Bewegungsbildes – körpersprachliche Vorlieben .....	217	9.1.1	Aufbau von Übungen .....	243
8.2.5	Behandlungsziele .....	218	9.1.2	Aufbau von Therapiestunden .....	244
8.2.6	Patientenbeschreibung .....	221	9.1.3	Wie finde ich die passende Bewegungsintervention zum Thema? .....	245
8.2.7	Therapieverlauf: Frau S. berührt die Leichtigkeit des Seins .....	221			

<b>9.2</b>	<b>Tabellarische Übungsbeschreibungen</b>	254	Bipolare Bewegungskategorien . . . . .	314
9.2.1	Themenzentrierte Übersicht . . . . .	254	BMMA – Bewegungsprofil . . . . .	315
9.2.2	Tabellenaufbau . . . . .	257	Ausführliche Bewegungsanalyse . . . . .	316
9.2.3	Übungskatalog . . . . .	259		
9.2.4	Zusammenfassung . . . . .	306		
	<b>Anhang</b> . . . . .	309		
<b>1</b>	<b>Definitionen in der Bewegungsanalyse</b> . . . . .	309		
<b>2</b>	<b>Hinweise für die (vereinfachte) Bewegungsanalyse in der Praxis</b> . . . . .	310	<b>Literatur</b> . . . . .	331
<b>3</b>	<b>Arbeitsblätter zur Bewegungsanalyse</b> . . . . .	312	<b>Sachverzeichnis</b> . . . . .	343
	Bewegungsanalysebogen . . . . .	312		
	Formenfluss, Bedeutung der Kombination zweier Antriebsfaktoren, Spannungsregulation . . . . .	313		