

Inhalt

1	Einleitung	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	2.2.7	Achtsamkeitsbasierte Psychotherapie – ein Novum?	17
1.4	Einfluss von externalisierenden Phänomenen	3	2.3	Übung oder Aufgabe?	18
1.5	Annäherung an eine Definition von Körpersprache	4	2.4	Die Auseinandersetzung mit der Körpersprache ist eine Auseinandersetzung mit »Embodiment«.....	19
1.6	Zum Aufbau des Buches	5			
1	Die Körpersprache als Kommunikationssystem		3	»Embodiment« als Dialektik zwischen Körpersprache und verbaler Kommunikation	23
2	Zum Bedeutungswandel des Begriffs Körpersprache	9	3.1	Gemeinsamkeiten und Unterschiede ..	23
2.1	Historischer Abriss der Bedeutung von Bewegung	9	3.1.1	Die Kombination von körpersprachlichen Zeichen zu größeren Einheiten	24
2.2	Die Bedeutung der Körpersprache in der Psychotherapie	11	3.1.2	Wortarten auf der Ebene der Körpersprache: Gestik ohne feste Normierung	25
2.2.1	Von der Vegetotherapie zur bioenergetischen Analyse	11	3.1.3	Reihenfolge des Einsatzes körpersprachlicher Elemente: Rituale, Regeln, Konventionen.....	26
2.2.2	Veränderte Wahrnehmung des Körpers nach dem Zweiten Weltkrieg	13	3.1.4	Eine Tiefenstruktur der Körpersprache	27
2.2.3	Funktionelle Entspannung: die Einführung des rhythmischen Prinzips	14	3.1.5	Nonverbale Universalien.....	27
			3.1.6	Die Spiegelung der Körpersprache in der Psyche.....	29

3.2	Sprache und Körpersprache im Kontext sozialen Handelns	29	4.2.2	Die Stadien der vorgeburtlichen Entwicklung und die fetalen Sinne ..	53
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
3.3	Körpersprache als natürliches Signal- und Zeichensystem	37	4.3	Frühkindliche Reflexentwicklung: die automatische Entwicklung der Körpersprache	59
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
3.4	Aspekte einer gemeinsamen Handlungstheorie von Sprache und Körpersprache	39	5	»Body, Brain, Sense« – Vernetzung und Selbstregulation des komplexen Systems »Mensch«	87
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 Bewegungs- entwicklung: Entwicklungsstufen der automatisierten Körpersprache ..	88
3.4.3	Sprache und Denken über Körpersprache	43	5.1.2	Der spezielle Aufbau des Kleinhirns ..	92
II	Die Entwicklung der Körpersprache aus biologischer und evolutionsgeschichtlicher Perspektive		5.1.3	Die beiden Seiten des Kortex	94
4	»Embodied Self« – angeborene Reflexe, pränatale Bindung und Kommunikation	49	5.1.4	Die Rolle der Spiegelneuronen	97
4.1	Einleitung	49	5.2	Die Vernetzung und Bedeutung der Sinne	102
4.2	Pränatale Entwicklungsfaktoren: die früheste Körpersprache	51	5.2.1	Vernetzung der Sinne	103
4.2.1	Genexpression und Plastizität	51	5.2.2	Vestibuläres System	103
			5.2.3	Visueller Sinn	105
			5.2.4	Taktiler Sinn	107
			5.2.5	Auditiver Sinn	112
			5.2.6	Propriozeptiver Sinn	113
			5.2.7	Olfaktorischer Sinn	114
			5.3	Die Bedeutung von Sensibilitätsmustern	115
			5.4	Das frühe Selbstempfinden als Körper-Selbst	117
			5.4.1	Vitalitätsaffekte, psychische Intimität und Episodengedächtnis ..	119

5.4.2	Affektabstimmung, Symbolisierung und Intersubjektivität	120
5.4.3	Komplexität von Bewegung und Ausdruck – wie implizites Wissen entsteht.	121
5.5	Motivationsregulation und frühe Handlungsthemen	123
5.5.1	Motivationssysteme und ihre Auswirkungen auf die Körpersprache ..	123
5.5.2	Zur Selbstregulation früher Systemzustände	126
5.6	Grundlagen der Säuglingsforschung und der Mentalisierungstheorie.	130
5.6.1	Das frühe Selbsterleben.	130
5.6.2	Die psychische Entwicklung als spiegelnder Interaktionsprozess.	131
5.6.3	Wie sich eine gute Mentalisierungsfähigkeit ausprägen kann	131

III Diagnostik und Intervention durch Körpersprache

6	Körpersprache lesen: bewegungsanalytische Grundlagen	135
6.1	Der moderne Ausdruckstanz als Ursprung der Bewegungsanalyse.	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

6.1.5	Herausforderungen für eine andere Handhabung der Gegenübertragung	151
6.2	Das Kestenberg Movement Profile (KMP)	152
6.2.1	Beziehungsdynamik in der Körpersprache.	152
6.2.2	Kritik am Rhythmuskonzept	154
6.2.3	Einschätzung von Spannungseigenschaften	156
6.3	Das Body Movement Mind Paradigma (BMP)	157
	Yona Shahar-Levy und Sabine Trautmann-Voigt	
6.3.1	Die Verknennung der körperlichen Selbstregulation – ein kulturelles Phänomen.	158
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
6.4	Bewegungsanalytische Modelle im Vergleich	181
6.5	Ein Beispiel für Ambivalenz in der Körpersprache zwischen einer Mutter und ihrem Säugling	182

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

9.2	Tabellarische Übungsbeschreibungen	254
9.2.1	Themenzentrierte Übersicht	254
9.2.2	Tabellenaufbau	257
9.2.3	Übungskatalog	259
9.2.4	Zusammenfassung	306
	Anhang	309
1	Definitionen in der Bewegungs- analyse	309
2	Hinweise für die (vereinfachte) Bewegungsanalyse in der Praxis	310
3	Arbeitsblätter zur Bewegungsanalyse	312
	Bewegungsanalysebogen	312
	Formenfluss, Bedeutung der Kombination zweier Antriebsfaktoren, Spannungsregulation	313

Bipolare Bewegungskategorien	314
BMMA – Bewegungsprofil	315
Ausführliche Bewegungsanalyse ...	316

4	Übung für die Praxis zum Selbst- studium der Bewegungsanalyse	328
---	-------------------------------------------------------------------------------	-----

5	Kompaktcurriculum Analytische Bewegungstherapie (ABT)/ Körperpsychotherapie – »Körpersprache lesen lernen«	329
---	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

Literatur	331
------------------------	-----

Sachverzeichnis	343
------------------------------	-----