

Inhalt

Einleitung ... 9

1 Systemische Perspektiven ... 12

- 1.1 Zirkulär ... 12**
- 1.2 Strukturell ... 14**
- 1.3 Strategisch-lösungsorientiert ... 16**
- 1.4 Mehrgenerational ... 19**
- 1.5 Wachstumsorientiert ... 21**
- 1.6 Narrativ ... 23**
- 1.7 Phänomenologisch ... 25**
- 1.8 Symbolisch-erfahrungsorientiert ... 27**

2 Körperpsychotherapeutische Konzepte ... 30

- 2.1 Vegetotherapie ... 30**
- 2.2 Bioenergetik und Core-Energetik ... 32**
- 2.3 Tiefenpsychologisch fundierte
Körperpsychotherapie ... 33**
- 2.4 Hakomi ... 34**
- 2.5 Psychoanalytische Körperpsychotherapie ... 34**
- 2.6 Neurowissenschaftliche Implikationen ... 35**
- 2.7 Handlungs- und erlebnisintensivierende
Interventionen ... 36**

3 Methoden der Körperpsychotherapie ... 38

- 3.1 Sanfte Körperarbeit ... 38**
- 3.2 Verbundatmung ... 39**
- 3.3 Schreien ... 42**
- 3.4 Spannung verstärken ... 44**
Warum Schmerz? ... 47

3.5	Begrenzen ... 50
3.6	Bonding ... 53
3.7	Selbstbewegungen ... 56
3.8	Modellszenen ... 59
3.9	Übergang vom Reden zum Erleben ... 63
	Hinlegen ... 63
	Lokalisieren ... 63
	Interaktion ... 64

4 Integration des Körpers in die systemische Praxis ... 66

4.1	Einführung ... 66
4.1.1	Energetisches Niveau ... 67
4.1.2	Kontextbezug ... 70
4.1.3	Situation ... 71
4.1.4	Imagination ... 72
4.1.5	Lösungsorientierung versus Traumakonfrontation ... 74
4.1.6	Interaktion ... 76
4.2	Fallbeispiel ... 78
4.2.1	Imagination der Szene ... 78
4.2.2	Interaktive Gestaltung des Problemerlebens ... 79
4.2.3	Imaginatives Probehandeln ... 80
4.2.4	Realisation der Choreografie ... 81
4.2.5	Das Geschehen intensivieren ... 85
4.2.6	Entfaltung der Selbstgestaltungs-kompetenz ... 88
4.2.7	Emotionale Schleusen ... 89
4.2.8	Bezug zur Vergangenheit ... 91
4.2.9	Perspektivenwechsel ... 92
4.2.10	Seiten ... 94
4.2.11	Symbole ... 95
4.2.12	Dosierung ... 97
4.2.13	Gedanken zur Arbeit mit Paaren ... 100
4.2.14	Konfliktkultur ... 106

4.2.15	Paarchoreografie ...	108
4.2.16	Lösende Interaktion ...	110
4.2.17	Projektionsauflösung ...	113
5	Ausblick ...	116
5.1	Von der linearen zur zirkulären Kausalität ...	116
5.2	Politische Dimensionen ...	119
5.3	Von der Destruktion zur Aggression ...	120
5.4	Ethische Disziplin ...	122
	Literatur ...	124
	Über den Autor ...	127