

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkungen	9
1. Wie Embodiment zum Thema wurde	13
Wolfgang Tschacher	
1.1 Künstliche Intelligenz	15
1.1.1 Argument 1: Das Phänomen der Täuschungen	21
1.1.2 Argument 2: Die kombinatorische Explosion	23
1.1.3 Argument 3: Das symbol grounding-Problem	28
1.1.4 Embodiment und Glück?	30
1.2 Echte Intelligenz erfordert Embodiment	32
2. Wie Embodiment in der Psychologie erforscht wurde	41
Maja Storch	
2.1 Einleitung	43
2.2 Wie der Körper auf die Psyche wirken kann	46
2.2.1 Paul Ekman und das Facial feedback	46
2.2.2 Körperhaltung und Emotion	50
2.2.3 Kopfbewegung und Einstellung	55
2.2.4 Exkurs zum Thema Ausstrahlung	59
2.2.5 Handflächenexperimente	62
2.3 Embodiment und Selbstmanagement	68
2.3.1 Eine unerwünschte psychische Verfassung mit Embodiment loswerden	69
2.3.2 Eine erwünschte psychische Verfassung mit Embodiment erzeugen	71
2.3.3 Das Auftauchen einer unerwünschten psychischen Verfassung mit Embodiment präventiv verhindern	73
2.3.4 Das Basis-Embodiment: bereit für jede Gelegenheit	76
2.4 Neue Studien	78
2.4.1 Körperhaltung und Kreativität	78
2.5 Verkörperte Kognition – Verkörperung von Metaphern	81

3. Wie Embodiment neurobiologisch erklärt werden kann	85
Gerald Hüther	
3.1 Cogito ergo sum?	87
3.2 Die untrennbare Einheit von Soma und Psyche	90
3.3 Die wechselseitige Abhängigkeit von körperlicher und psychischer Entwicklung ...	94
3.4 Der Verlust der Verbindung zum eigenem Körper	99
3.5 Vom Wiederfinden der verloren gegangenen Einheit	103
3.6 Verwandlung heißt das Zauberwort	109
 4. Wie gesundes Embodiment selbst gemacht wird	 111
Benita Cantieni	
4.1 Die Grundhaltung des Wirbeltieres Mensch	113
4.2 Typologie der Körperhaltung	116
4.2.1 Aus der Hölle in den Himmel	116
4.2.2 Anleitung für sechs schiefe Embodiments	118
4.3 Gesundes Embodiment selbst erzeugen	127
4.3.1 Haltung – aber bitte mit Gefühl	136
4.4 Checkliste für den spontan erlebnisbereiten Körper	140
4.5 Digitales Embodiment	140
 5. Embodiment im Zürcher Ressourcen Modell (ZRM)	 143
Maja Storch	
5.1 Theoretische Grundlagen	145
5.2 Die Theorie von Wilma Bucci	146
5.3 ZRM-Motto-Ziele	149
5.4 Die Arbeit mit Embodiment im ZRM-Training	151
5.4.1 Der Aufbau des Embodiments im ZRM-Training	152
5.5 ZRM-Embodiment Online	158
5.6 Embodiment en passant	162
 Nachbemerkungen	 163
 Allgemeines Glossar	 165
 Vivatomisches® Glossar	 175

Literatur	190
Internetadressen	195
Schlagwortverzeichnis	197
Die Autorinnen und Autoren	202