

Maja Storch
Benita Cantieni
Gerald Hüther
Wolfgang Tschacher

Embodiment

Die Wechselwirkung von Körper und Psyche
verstehen und nutzen

Verlag Hans Huber

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkungen	7
1. Wie Embodiment zum Thema wurde	11
Wolfgang Tschacher	
1.1 Künstliche Intelligenz	13
1.1.1 Argument 1: Das Phänomen der Täuschungen	17
1.1.2 Argument 2: Die kombinatorische Explosion	20
1.1.3 Argument 3: Das symbol-grounding Problem	24
1.1.4 Embodiment und Glück?	27
1.2 Echte Intelligenz erfordert Embodiment	27
2. Wie Embodiment in der Psychologie erforscht wurde	35
Maja Storch	
2.1 Einleitung	37
2.2 Wie der Körper auf die Psyche wirken kann	40
2.2.1 Paul Ekman und das Facial feedback	40
2.2.2 Körperhaltung und Emotion	44
2.2.3 Kopfbewegung und Einstellung	49
2.2.4 Exkurs zum Thema Ausstrahlung	53
2.2.5 Handflächenexperimente	56
2.2.5.1 Handflächen und Verhalten	56
2.2.5.2 Handflächen und Denkstile	59
2.3 Embodiment und Selbstmanagement	62
2.3.1 Eine unerwünschte psychische Verfassung mit Embodiment loswerden	63
2.3.2 Eine erwünschte psychische Verfassung mit Embodiment erzeugen	65
2.3.3 Das Auftauchen einer unerwünschten psychischen Verfassung mit Embodiment präventiv verhindern	67
2.3.4 Das Basis-Embodiment: bereit für jede Gelegenheit	70

3. Wie Embodiment neurobiologisch erklärt werden kann	73
Gerald Hüther	
3.1 Cogito ergo sum?	75
3.2 Die untrennbare Einheit von Soma und Psyche	78
3.3 Die wechselseitige Abhängigkeit von körperlicher und psychischer Entwicklung ...	82
3.4 Der Verlust der Verbindung zum eigenem Körper	87
3.5 Vom Wiederfinden der verloren gegangenen Einheit	91
4. Wie gesundes Embodiment selbst gemacht wird	99
Benita Cantieni	
4.1 Die Grundhaltung des Wirbeltieres Mensch	101
4.2 Körperhaltung praktisch	103
4.2.1 Aus der Hölle in den Himmel	103
4.2.2 Anleitung für sechs schiefe Embodiments	106
4.3 Gesundes Embodiment selbst erzeugen	115
4.3.1 Haltung – aber bitte mit Gefühl	121
4.4 Checkliste für den spontan erlebnisbereiten Körper	125
Nachbemerkungen	127
Allgemeines Glossar	129
Anatomisches Glossar	139
Literatur	153
Internetadressen	156
Schlagwortverzeichnis	157
Personenverzeichnis	163