

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	1
1 Theoretische Einführung: Ausdrucksgymnastik und Ausdruckstanz.	3
1.1 Charakterisierung der Ausdrucksgymnastik.	3
1.1.1 Definition und Methode	3
1.1.2 Wirkungsweise	4
1.1.3 Praktisches Vorgehen	5
1.1.4 Wie erreichen wir den Menschen?	7
1.1.5 Exkurs: Ausdrucksbewegungen des Fußes	9
1.1.6 Beispiele: Themenpläne für Ausbildungskurse in Ausdrucksgymnastik	13
1.1.7 Ergebnisse der Auswertung von 350 Behandlungsserien mit Ausdrucksgymnastik	15
1.2 Charakterisierung des Ausdruckstanzes	21
1.2.1 Ziele der Tanzbewegung	21
1.2.2 Glossar: Stilrichtungen des Modernen Tanzes	22
1.2.3 Über Mary Wigman	24
1.2.4 Lehrpläne der Wigman-Schule	27
1.2.5 Rhythmusübungen	30
1.2.6 Anleitungen zur tänzerischen Improvisation	35
2 Praxis: Grundübungen der Ausdrucksgymnastik	39
2.1 Vorbereitendes Entspannungstraining	39
2.2 Grundübungen der Ausdrucksgymnastik – Demonstration und Erläuterungen.	44
2.2.1 Übungsanregungen in Entlastung und Halbbelastung	45
2.2.3 Grundübungen im Stehen und in der Fortbewegung	53
3 Beispiel: eine Therapiestunde	77
4 Die Arbeit der Tanzgruppe der Medizinischen Akademie Dresden: ein Bericht	109

VIII Inhaltsverzeichnis

5 Gedichte aus dem Tanzerleben	
<i>Katharina Knauth</i>	127
6 Literatur	143
Sachwortverzeichnis	147