

Achim Schubert

Das Körperbild

Die Körperskulptur als modulare Methodik
in Diagnostik und Therapie

Klett-Cotta

Leben lernen 219

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659,
Stuttgart 2009

Alle Rechte vorbehalten

Fotomechanische Wiedergabe

nur mit Genehmigung des Verlages

Printed in Germany

Umschlag: Hemm & Mader, Stuttgart

Titelbild: Amedeo Modigliani: »Stehender Akt (Elvira)«, 1918

Satz: Kösel, Krugzell

Auf holz- und säurefreiem Werkdruckpapier gedruckt und gebunden
von Kösel, Krugzell

ISBN 978-3-608-89082-2

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im
Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ZU DIESEM BUCH

Wie beeinflussen *Körpererleben* und *Körperbild* unsere Identität und unser Verhalten? Zu dieser Kernfrage der Psychologie legt der Autor ein empirisch begründetes Konzept vor. Mit der »modularen Körperskulptur-Methode« hat er ein Instrumentarium entwickelt, das

- zu Diagnosezwecken eingesetzt werden kann
- sich in der Behandlung chronischer Krankheiten bewährt hat und
- bei Beeinträchtigungen des Selbstwerterlebens oder Störungen der Identität, z. B. bei Traumafolge-Erkrankungen und sexuellen Störungen, direkt am Problem ansetzt.

Das Buch baut auf einer prägnanten Übersicht der entwicklungs- und lerntheoretischen Grundlagen sowie neuropsychologischer Forschungen auf. Ein ausführlicher Praxisteil fasst die klinischen Erfahrungen eines Berufslebens zusammen und zeigt Anwendungen der Körperskulptur-Methode auf ganz unterschiedliche Probleme und Krankheitsbilder.

Dr. rer. nat. Achim Schubert, Diplom-Psychologe, arbeitet in freier psychotherapeutischer Praxis in Ebersberg bei München; er ist Lehrtherapeut und Supervisor bei der Bayerischen Landespsychotherapeutenkammer. Sein Ausbildungsweg widerspiegelt die Grundhaltung, das Wissen und die Erfahrungen verschiedener Therapierichtungen zu integrieren: Dissertation zur Neuropsychologie der Hemisphärenspezialisierung (*Ebbinghauspreis* 1985); Forschungspraktikum bei der Orthopädin und Körper-Psychotherapeutin Dr. med. *Hildegund Heintl*, Mitbegründerin des *Fritz-Perls-Institutes*; Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Ulm – Abteilung (psychoanalytische) Psychotherapie und Psychosomatische Medizin unter Leitung von Prof. *Horst Kächele*; Ausbildungen in Verhaltenstherapie und Klinische Hypnose (M. E. G).

www.psychotherapie-coach.de

Alle Bücher aus der Reihe ›Leben Lernen‹ finden Sie unter:
www.klett-cotta.de/lebenlernen

Inhalt

Vorwort	9
Einstimmung und Orientierung im Text	11
1. Theoretische Grundlagen: Konzepte und Modelle	13
1.1 Begriffliche Grundlagen	13
1.1.1 Objekt-Subjekt-Dualismus: Körper haben oder Körper sein	13
1.1.2 Zur Integration des Körper-Selbstkonzeptes in verbale Therapieformen	15
1.1.3 Körperschema – Körperbild	19
1.1.4 Kovariationen von Körperbild und Körper-Selbstkonzept	21
1.1.4.1 Dissoziation	21
1.1.4.2 Regression	22
1.1.4.3 Introjektion	23
1.2 Neuropsychologische Konzepte	26
1.2.1 Stress und Körper-Gedächtnis	26
1.2.2 Verhaltensmotivierende Systeme	29
1.2.3 Emotionen und Gefühle	30
1.2.4 Das »Bauchgefühl«: Hypothese somatischer Marker	31
1.2.5 Interaktion und Empathie: Spiegel-Neuronen	32
1.3 Entwicklungspsychologische Aspekte	33
1.3.1 Entwicklungspsychologische Phasenmodelle	33
1.3.2 Kleinkind- und Bindungsforschung	35
1.3.3 Verkörperlichung prägender Interaktionsmuster ...	36

1.4	Das Körperbild unter lerntheoretischem Aspekt	38
1.4.1	Die topische Analyse der Körperskulptur – Anwendungsbeispiel	42
2.	Diagnostik des Körperbildes	47
2.1	Zeichnerische Verfahren	47
2.2	Das Formen der Körperskulptur als projektives Verfahren ..	50
2.3	Konstrukt und kriterienbezogene Validität	52
2.3.1	Körperbilder und Motorik	52
2.3.2	Sensumotorische Voraussetzungen: eine Pilotstudie an Vorschulkindern	52
2.3.3	Körperbild und Körpergedächtnis: Traumaspuren .	58
2.4	Differenzielle Validität – Pilotstudie zu Formtypen	59
2.5	Reliabilität: State- oder Trait-Konzept?	66
2.6	Zur Nützlichkeit der Körperskulptur	67
2.7	Vom Körperskulpturtest zum modularen theragnostischen Programm	69
2.8	Das modulare theragnostische Programm	72
3.	Anwendungen der modularen Körperskulptur-Methoden	77
3.1	Von der Anamnese zum Behandlungsplan – ein Fall über 5 Module	77
3.2	Körper-, Selbst- und Fremdbild	91
3.3	Körperliche Aspekte der Regulation von Identität (des Körper-Selbst)	98
3.3.1	Projektive Identifikation: Introjektion	98
3.4	Körperbild und Sexualität	123
3.4.1	Anregung der Selbst-Exploration intimer Themen	123
3.4.2	Ahedonie und Anaphrodisie	128

3.4.3	Geschlechtsidentität	137
3.4.4	Erektionsstörungen	146
3.4.5	Geburt und Weiblichkeit im Körpergedächtnis	150
3.5	Somatisierung von Traumafolgen	159
3.5.1	Das HWS-Beschleunigungstrauma und weitere schmerzliche Erschütterungen	160
3.5.2	Demütigung und Tinnitus	165
3.5.3	Gangstörungen und Körperdysmorphie	169
3.5.4	Depressionen als Distanzierung zum verkörperlichten Schmerz	175
3.5.5	Überleben als Schildkröte	181
3.5.6	Somatisierung von Schuld und Strafe (als Täterintrojektion)	191
3.5.7	Spuren elterlicher Gewalt nach einem halben Jahrhundert	198
3.5.8	Grundsätze der Diagnostik bei mehrfach traumatisierten Patienten	204
3.6	Angststörungen als Spätfolgen existenzieller Traumata	206
3.6.1	Fallbeispiel: Die Brustquetsche – panische Erinnerungen an den Erstickungstod	207
3.6.2	Körperbilder von Panikpatienten	210
4.	Modulare Körperbildskulptur-Methoden in der Therapie	218
4.1	Behandlungskonzepte	218
4.1.1	Das Kaskaden-Modell	218
4.1.2	Die Arbeit mit dem Körperbild als sanfte Konfrontationsmethode	222
4.1.3	Körperbildmethoden zur Therapie von Angststörungen mit Paniksyndrom	224
4.2	Methode der Wahrnehmung von Körper-Farb-Tönen	238
4.3	Zur Arbeit mit Skulpturfragmenten: Symptom- und Symbolskulpturen	243
4.3.1	Symbolskulpturen	250

4.3.2	Kontrastierende Körperskulpturen – Zeitreisen – Visionen	255
4.3.3	Körperskulptur – Körpergeschichten: ein narrativer Ansatz	274
5.	Methodische Empfehlungen	283
5.1	Anleitung zur Durchführung der modularen Körperskulptur-Methode	283
5.2	Übung mit heilsamen Körperfarben	289
5.3	Das sensumotorische Koordinationstraining	296
5.4	Hilfsmittel	299
5.4.1	Das Koppelogramm	299
5.4.2	Zeitlinie: Stationen der Biografie	302
	Motorik-Pilotstudie Kindergartenkinder – Datenerfassungsblatt	304
	Danke!	306
	Literatur	307