

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

Vorwort

Der ursprünglich von den Eutoniepädagogen entwickelte »Körperbildtest« zeigte schon in seinen Anfängen der medizinischen Anwendung das hochinteressante Phänomen, dass sich topische Merkmalsauffälligkeiten bei körperlich Kranken nicht allein auf das aktuelle Körpererleben beziehen, sondern Hinweise auf die Funktion des Körpergedächtnisses geben können.

Der Autor stellt im ersten Teil seines Buches erstmals ein lerntheoretisch begründetes, griffiges Erklärungsmodell zur Erfassung des Körpergedächtnisses dar. Aus der ursprünglichen Idee, die Körperbilder als projektiven Test zu standardisieren, entwickelt er ein diagnostisches und therapeutisches Stufenkonzept, mit dem er den Patienten an sein Körpererleben heranführt und damit seine Verbalisierungsmöglichkeiten unterstützt. Mit dem Einbau des Körperbildes in das modulare Therapiekonzept formalisiert er die diagnostischen und therapeutischen Interaktionen und ermöglicht damit eine praktikable Anwendung der ursprünglichen Körperbildmethode, die somit über ein Testverfahren hinausgeht. Alle diese Elemente versucht der Autor in seinem Kaskadenmodell in eine therapeutische Gesamtkonzeption einzubinden.

Darüber hinaus stellt der Autor ein umfangreiches Anschauungsmaterial in einer großen Zahl eindrucklicher Beispiele zur Verfügung, in denen sich entwicklungspsychische Erfahrungen in der Körperwahrnehmung dokumentieren und über die modulare Skulpturmethode dem Patienten die Wechselwirkung zwischen Körpererleben und psychischem Erleben transparent werden. Zudem geht der Autor mit der Arbeit mit Skulpturfragmenten, d. h. den Symptomskulpturen und den Symbolskulpturen, über die bisherige Nutzung der Körperbilder hinaus und eröffnet damit weitere therapeutische Zugangsweisen.

Er hat in seiner langjährigen Anwendung der Körperbilder die Methode damit um maßgebliche Aspekte erweitert. Wir freuen uns, dass die vor ca. 25 Jahren gegebenen Anstöße eine so fruchtbare und spannende Weiterentwicklung erfahren haben.

Dr. med. Brigitte Wadepuhl
Dr. rer. nat. Martin Wadepuhl

Einstimmung und Orientierung im Text

In der Psychotherapie Tätigen vermittelt dieses Buch langjährige Erfahrungen aus der klinischen Praxis der Anwendung der modularen Körperskulptur-Technik. Daher stammen alle Fallbeispiele aus diesem Arbeitsfeld. Die Auswahl erfolgte im Bestreben, den Umfang des Einsatzspektrums innerhalb der Therapie anzudeuten, ohne Repräsentativität zu beanspruchen.

In weiteren Fachgebieten, in denen das Körpererleben als bedeutender Faktor zu berücksichtigen ist, kann die hier dargestellte modulare Körperskulptur-Methode von Nutzen sein, beispielsweise in der Rehabilitation, in der Behinderten- und Angehörigenarbeit, in der Schmerz- und Palliativtherapie, der Ergotherapie, bei der Schauspiel- und Stimmausbildung, der Suchttherapie oder zur Ergänzung des mentalen Trainings bei der Individualisierung und Effektivierung des Bewegungslernens im Leistungssport, um nur einige zu nennen.

Psychosomatisch interessierte Mediziner finden hier beispielsweise einen Zugang zu verbal nicht zugänglichen subjektiven Krankheitsvorstellungen, welche zu kennen für eine verständnisvolle Gesprächsführung hilfreich ist.

Die Fülle der Beispiele und der Abbildungen erscheint als der Bild- und Symbolhaftigkeit des Themas angemessene Form, auch wenn sie in dieser Dichte unüblich ist. Der Leser soll möglichst nahe an den Daten die Technik kennenlernen und ihre Auswertung selbst überprüfen können.

Alle Fälle wurden aus Datenschutzgründen so weit verfremdet, dass aufgrund der Angaben eine individuelle Zuordnung verhindert wird, jedoch die Authentizität relevanter klinischer und psychosozialer Besonderheiten bewahrt bleibt.

Sofern die darzustellenden Schwerpunkte auf der Hand lagen, wurde auf biografische Kontexte weitgehend verzichtet. In anderen Fällen ist das Lesen in den Körperspuren jedoch ähnlich der Lektüre einer Kriminalgeschichte: Die entscheidenden Details lassen sich erst rück-

blickend auffinden, wenn genügend Zusammenhänge überblickt werden. Daher war in diesen Fällen wichtig, die Komplexität der Kontextinformation darzustellen.

Wenn biografische Zusammenhänge zu gravierenden Einwirkungen auf den Körper in Bezug gebracht werden, wird immer wieder offensichtlich: Das Körpergedächtnis wird im Lebenslauf durch bedeutsame Interaktionen ausgeformt und scheint dabei nichts zu vergessen.

Wer den bewussten Zugang sucht, muss die spezielle Kodierung des Körpergedächtnisses verstehen. Die Einblicke in diese Art »Körpersprache« lassen uns nachvollziehen, unter welchen Umständen scheinbar banale und alltägliche Ereignisse schwere psychische Krisen auslösen. Mit dieser Such- und Denkweise vertraut zu werden, lädt dieses Buch ein.

Zum Gebrauch:

1. Teil: für Leser, die einen Zugang suchen, und für theoretisch Interessierte
2. Teil: beschreibt die diagnostischen Möglichkeiten des projektiven Verfahrens
3. Teil: gibt einen Überblick über praktische Anwendungen der modularen Körperskulpturtechnik
4. Teil: informiert Therapeuten, die ihr Spektrum der Behandlungsmethoden erweitern möchten
5. Teil: beinhaltet Anleitungen, technische Hinweise zum praktischen Erproben der modularen Methode zum Sammeln eigener Erfahrungen

Bei der Darstellung von Modul 5, dem Farbschema, werden die Bewertungen von Körperregionen übereinstimmend mit den Schraffuren, gelb bzw. hellgrün für angenehme und blau für unangenehme Empfindungsqualitäten, dargestellt.