

## Gestaltung der Bewegtheit mit Metapher in der Tanz- und Ausdruckstherapie

Material zu einer Übung bei den Lindauer Psychotherapiewochen April 2006

von Marianne Eberhard, Tanz- und Ausdruckstherapeutin BTd

Wissenschaftliche Leiterin: Langen Institut für Tanz- und Ausdruckstherapie

### I. Einstimmendes:

„Wenn wir Form und Ordnung im künstlerischen Handeln einführen, fördern wir eine höhere Ebene menschlicher Artikulation. Dies ist der Prozess der Heilung – die Flucht aus der emotiven Fragmentierung hin zum schöpferischen Akt der Ganzwerdung. Unser inneres Leben in all seiner Tiefe und seinem Reichtum erhält Kohärenz und wird nach außen präsentiert als gestaltete Form. Auf diese Weise helfen wir unseren Patienten, ihre innere Realität mit Schönheit zu artikulieren. Dies ist die Manifestation des Ästhetischen.“ (Aldridge 1990 S. 195)

„Tiefer als in einer Aufführung kann sich Kunst wohl kaum auf das Leben einlassen, weiter als hier sich ihm wohl kaum annähern.“ (Erika Fischer-Lichte 2004)

„Betrachtet man die Psychopathologie aus klinischer Sicht, so besteht die Hauptaufgabe darin, den (narrativen) Ausgangspunkt zu finden – die Schlüsselmetapher(n). . . . Was den Zugang zu den „Urfassungen“ aus dem Säuglingsalter letztlich versperrt, ist wohl die Übertragung in den verbalen Modus. Dies stellt jedoch weder eine Verdrängung noch eine Entstellung im dynamischen Sinne dar.“ (Stern 1992, S. 363)

### II. Definitorisches:

**II. 1. Tanztherapie** ist ein psychotherapeutisch ausgerichtetes Verfahren, welches sowohl am Körper des Patienten als auch an den kreativen Prozessen, die sich in der Therapie ereignen, ansetzt. Ausgehend von der Tatsache, dass Körper und Psyche in Wechselwirkung miteinander stehen, kann Bewegung zur Dekodierung (Diagnostik) und zur Enkodierung (Intervention) von psychischen Informationen und Strukturen dienen. (Eberhard 2003)

Anders als in verbal orientierten Verfahren werden Tanz und Bewegung dazu verwendet, den therapeutischen Prozess in Gang zu setzen, ihn zu strukturieren und bis zum Ende durchzuarbeiten. Verbale Reflexion wird als Mittel zur Förderung der Bewusstwerdung und Integration von Bewegungserfahrung, dem Adressaten und dem tanztherapeutischen Ansatz entsprechend, unterschiedlich intensiv genutzt.

Tanztherapie unterscheidet sich von anderen körpertherapeutischen Verfahren durch spezielle Techniken, die aus ihrem tanz-künstlerischen Ursprung entstanden sind, wie u. a. die Bewegungsanalyse und Gestaltungsprozesse. Dieser Aspekt verbindet die Tanztherapie mit anderen künstlerischen Therapien. Die Rolle des Patienten ist durch kreative Aktion geprägt: das Bewegen/Tanzen als solches ist Vehikel therapeutischer Veränderung. In dieser Auffassung divergiert die Tanztherapie von Verfahren, die das Erspüren von oder das Sprechen über dem Körper in den Mittelpunkt der Intervention stellen.

Die wichtigste Form von Therapeutenverhalten für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung ist das Interagieren in der Bewegung, entsprechend dem strukturellen Niveau des Patienten. (Eberhard 1997)

**II.2 Die klassische Definition der Metapher** stammt aus dem griechischen *metaphéreîn* (übertragen). In der Metapher wird eine Form der Substitution, der Übertragung eines Ausdrucks aus einem ursprünglichen in einen neuen, fremden Kontext, gefunden. Metaphern tragen Kodierungen von Wahrnehmung und Vorstellung von Welt in sich und stellen damit einen Experimentierbereich menschlicher Vorstellungskraft dar. Sie ermöglichen nicht nur Analogien, sondern einen Brückenschlag zwischen den Bereichen des Wissens und denen des Fühlens. (Saß, 2002)

**Eine Metapher in der Sprachwissenschaft** ist der Vergleich zweier ungleicher Dinge unter Verwendung des Verbs "sein" – im Unterschied zum Gleichnis, bei dem der Vergleich durch die Verwendung von "als" oder "wie" ausgedrückt wird. Das Phänomen ist bei der Metapher nah, verdichtet, gegenwärtig. Linguistisch werden Metaphern des Weiteren an Hand der Begriffe *Ziel* (das was Beschrieben werden soll) und *Quelle* (das was genutzt wird, um das Ziel zu Beschreiben) analysiert. Häufig finden Körperphänomene metaphorische Verwendung in der Alltagssprache.

*Zum Beispiel:*

*Körper als Ziel: Ihr Körper ist ein Land ohne Grenzen*

*Körper als Quelle: Er war die Rechte Hand des Chefs im Unternehmen.*

Weitere Analyse Kriterien aus der Linguistik sind die Begriffe *Grund* und *Spannung*. Der Grund besteht aus den Ähnlichkeiten zwischen dem Ziel und der Quelle der Metapher. Die Spannung der Metapher besteht hingegen aus den Ungleichheiten zwischen Ziel und Quelle. Die Begriffe Ziel, Quelle, Grund und Spannung bieten selbst einen Reiz zur Verwendung als Metapher bzw. dazu, Metaphern therapeutisch weiter zu erforschen.

**II.3. In der Bewegung ist eine Metapher** die Verschmelzung zweier Phänomene im Erleben. (vgl. Karkou 2006, S. 59) (*Zum Beispiel kann das Erlebnis, das Gleichgewicht zu verlieren und zu stürzen in der Therapiesitzung unter Umständen mit dem Erleben gleichgesetzt werden, in der Biographie aus dem seelischen Gleichgewicht gekommen zu sein und einen Nervenzusammenbruch erlitten zu haben.*) Die Funktion einer Bewegungsmetapher geht über das Repräsentieren einer Sache (Symbol) hinaus und schafft eine neue Realität. In unserem Beispiel findet ein Kontrollverlust in einem bestimmten Moment real statt und zeigt sich in der entsprechenden emotionalen Bewegtheit der Beteiligten. Eine Metapher in der Bewegung kann spontan entstehen und eventuell nicht vom Betroffenen, sondern nur von Außenstehenden, bemerkt werden. (*zum Beispiel, das Fallenlassen eines Stabs bei der Bewegung entspricht ein Verlust an Kompetenz und Macht im Beruf nach dem Motto „das Zepter aus der Hand geben“.*) Sie kann auch bewusst gestaltet werden, und von dieser Form handelt dieser Aufsatz.

**Eine Bewegungsmetapher als technisches Werkzeug in der Tanztherapie**, nutzt die gestaltete Bewegung als Quelle, um ein dem Zielphänomen vergleichbares Empfinden hervorzurufen. Die Gestaltung und Aufführung einer Bewegungsmetapher ist Selbst-referenziell: es ist nicht nur das Abbild von etwas, sondern im Moment der Aufführung ist es die Sache selbst. (vgl. Fischer-Lichte 2004).

**Abgrenzung zu Symbol:** Ein Symbol ist eine Repräsentanz von oder ein Zeichen für etwas anderes. Das Zeichen kann das Ziel durch gemeinsame Eigenschaften von Zeichen und Ziel (*zum Beispiel eine runde Bewegung als Symbol für die Sonne*) symbolisieren. Andererseits können das Zeichen und das Ziel auch auf andere Weise verbunden werden – nicht etwa durch Wesensgleichheit, sondern durch Konventionen (*z.B. Ein Kreis, gebildet mit Daumen und Zeigefinger steht für „O.K., alles in Ordnung!“*) bzw. konsistente individuelle Assoziation (*z.B. Eine runde Bewegung dient mir als Symbol für Geborgenheit — weil ich das so bestimme und es konsequent so verwende*). (Vgl. Karkou S.57) In der Bewegung stellt das Symbol eine Verbindung zu etwas her, wobei gleichzeitig eine gewisse Distanz erhalten wird. Durch eine Metapher hingegen wird diese Distanz überwunden, was Vor- und Nachteile haben kann.

**Abgrenzung zu Imagination:** Eine Imagination ist eine **innere** Repräsentanz von Objekten oder Ereignissen, die innerhalb der Körpergrenzen stattfindet und willkürlich, ohne äußeren Stimulus, erzeugt werden kann. Sie beruht auf sinnliche Erfahrungen und kann jede sinnesbezogene Gestalt haben, d.h. Imaginationen können bildlich, akustisch, kinästhetisch, olfaktorisch usw. beschaffen sein. (Karkou 2006, S.55, Damasio 2004, S. 20) Therapeuten können die Imaginationen ihrer PatientInnen nicht direkt wahrnehmen, sondern lediglich deren Folgen, es sei denn, eine Patientin bringt ihre Imagination verbal oder nonverbal zum Ausdruck.

Manche Patienten konnten ihre Symbolisierungsfähigkeit im Laufe ihrer Biographie gut entwickeln. Sie sind nun bereits in der Lage, durch einen Hinweis, eine bestimmte Sache zu imaginieren, oder mit Hilfe eines angebotenen symbolischen Reizes, eine neue Erfahrung zu machen oder unbewusstes psychisches Material und Erinnerungen zu erschließen und zu bearbeiten. (*Zum Beispiel, Th: „Stellen Sie sich vor, Sie könnten Ihre pessimistischen Gedanken mit einer Geste wegschieben!“ Oder Th: „Dieser Stab könnte im übertragenen Sinne Ihr Rückgrat symbolisieren. Setzen Sie ihn nun in einem symbolischen Tanz mit Ihrem Chef ein!“*)

Patienten, deren Symbolisierungsfähigkeit nicht verfügbar ist, werden eher mit konkreten, sinnlichen Erfahrungen in Form von Metaphern unterstützt. (*Zum Beispiel, Th: „Eine Mitpatientin stärkt Ihren Rücken mit so viel Druck, wie sie benötigen, während Sie mit einer anderen Mitpatientin kämpfen, die versucht, Sie in die Ecke zu drängen, so wie Sie den Zeitdruck im Beruf beschrieben haben.*) Bewegungsmetaphern können besonders für traumatisierte Personen, die mit imaginativen Stabilisierungsübungen nicht zu Recht kommen, hilfreich sein.

**II.4. Zur Abstraktion:** Metaphern erfordern eine gewisse Abstraktionstätigkeit. Als Abstraktion (von lat. *abstrahere*: abziehen, wegziehen) bezeichnet man den Prozess der rationalen Verarbeitung von konkretem Sinnesmaterial, wobei von bestimmten äußeren, individuellen oder zufälligen Merkmalen, Eigenschaften und Beziehungen des betreffenden Objekts abgesehen wird, wohingegen andere, allgemeingültige (evtl. unsichtbare) strukturelle Eigenschaften als wesentlich herausgehoben und zugleich variabel oder modellhaft betrachtet werden. (Wikipedia)

Bewegungsmetaphern sind abstrakter als Rollenspiele im üblichen Sinn. Es wird im Idealfall nicht „die Mutter“ dargestellt, sondern die Qualität der Mutter (zum Beispiel „die Aufdringlichkeit“) welche viele andere Wesen und Phänomene ebenfalls haben könnten.

Eine Wissensstruktur ist abstrakt, wenn sie im Gedächtnis auf eine Weise gespeichert wird, die von einer bestimmten Domäne von Erfahrung oder Wissen unabhängig ist. Eine Abstraktion enkodiert beispielsweise

Beziehungsinformationen, während sie über die Sachverhalte, die in Beziehung stehen, schweigt. Zur Illustration besagt die Definition des Konzeptes "parallel", dass die Beziehung zwischen mehreren Entitäten räumlich in gleicher Richtung und stets im gleichen Abstand bzw. zeitgleich und/ oder in ähnlicher Weise neben etwas anderem verlaufe. Jedoch lässt diese Definition offen, ob diese Entitäten Bahnschienen, Tänzer, Gedanken oder Arbeitsabläufe sind. (Ohlsson & Regan 2001)

Die Abstraktion von Erfahrung und Wissen erlaubt es, Informationen, die aus verschiedenen Domänen gewonnen wurden, miteinander zu kombinieren. Diese Fähigkeit ist die Basis der Kreativität, die eine der bestimmenden Eigenschaften menschlicher Kognition ist. Wenn im Alltag das spezifische Wissen über einen Sachverhalt nicht ausreicht, um eine Lösung zu erarbeiten, greift eine Person auf ihr Repertoire von Abstraktionen zurück. (Ohlsson & Regan 2001) Die Vermutung liegt nahe, dass die Größe des Repertoires von Abstraktionen Auswirkungen auf die Bewältigungskompetenz der Person hat. Dieses Prinzip ist der Grundstein der Bewegungsanalyse und Ausdruckstanzpädagogik von Rudolf von Laban.

### III. Geschichtliches:

Alle Vertreter der Tanztherapie nutzen in ihrer Arbeit Symbole oder Metaphern in irgendeiner Weise. Die hier vorgestellte Form der Verwendung von Bewegungsmetaphern stammt von Prof. Julianna Lau, der ersten Lehrstuhlinhaberin für Tanztherapie in Kanada, bei der ich meine Ausbildung erhielt. Leider verfasste sie nie etwas Schriftliches über diese Arbeitsweise. Insofern ich es nachvollziehen kann, wurde ihre tanztherapeutische Arbeit mit Bewegungsmetaphern durch folgende Quellen gespeist:

1. Als Medium der Gestaltung nutzte Lau das System der Bewegungslehre von Rudolf von Laban und Warren Lamb. Sie war sehr von ihrem Konzept der Entsprechung von Bewegungsrepertoire und Bewältigungs-(*Coping*)Repertoire beeinflusst.
2. Ihrer Ausbildung in der Klienten-zentrierten Psychotherapie nach Carl Rogers entnahm Lau das Prinzip, die Empfindung des Klienten komprimiert zurückzuspiegeln, ohne von sich aus einen Lösungsvorschlag zu machen, sondern mit Vertrauen darauf, dass die Selbsterkenntnis des Klienten und das gesteigerte Verständnis für die eigene Problematik automatisch Lösungen generieren.
3. In der Gestalttherapie inspirierte sie die Technik der Externalisierung und Personifizierung abstrakter Phänomene wie „Verantwortung“.
4. Die Arbeit ihrer tanztherapeutischen Kollegin und Zeitgenossin, Marian Chace, regte Lau zu einer eigenen Interpretation der Arbeit mit Spiegelung und Symbolik an. Chace arbeitete mit wenig verbal kompetenten, an Psychosen erkrankten Menschen, in dem sie in einen andauernden, fließenden Prozess deren Bewegungen aufnahm, spiegelte, und wenn möglich ihre symbolischen Bedeutung, im Sinne einer Dekodierung, erschloss.

*Beispiel: Eine Patientin schleudert ihre Arme nach vorne. Die Therapeutin greift diese Bewegung im Sinne eines empathischen Verstehens und Anerkennens auf und klarifiziert den Ausdruck durch Verstärkung der Intensität und der Richtung der Bewegung etc. Dann äußert die Therapeutin verbale Assoziationen zu der Bewegung, etwa „Ich glaube, Sie möchten etwas weg werfen. Was könnte es sein, was Sie da wegwerfen möchten?“ und regt die Patientin zur Mitarbeit an der Symbolentwicklung an. Daraus könnte sich ein gemeinsames Spiel ergeben, in dem alle PatientInnen ihren Ballast in ein großes imaginäres Feuer hineinwerfen und verbrennen.*

Im Unterschied zu Chace nutzte Lau ihre Technik der Bewegungsmetapher, um PatientInnen, die der Therapeutin zunächst verbal begegneten, in die Bewegung einzuführen, bzw. um gruppenspezifische oder alltägliche Phänomene, welche die therapeutische Arbeit tangierten, in die Bewegungsbeziehung einzubringen. Ihr ging es nicht, wie Chace, um den Fokus auf einzelne, bereits vorhandene Bewegungsfragmente, sondern um die Übersetzung komplexerer Phänomene und Erfahrungen in eine einfache, verdichtete Bewegungsstruktur, die als Metapher für die ursprüngliche Sache diente. Insofern könnte Laus Absicht eher als Enkodierung bezeichnet werden, wobei der Prozess im weiteren Verlauf oft zur Dekodierung tieferer Schichten biographischer Erfahrungen führte.

*Beispiel: Das Phänomen des „Zu-spät-kommens“ könnte mit all seinen Folgen als Kreistanz choreographiert werden. Alle TeilnehmerInnen mit Ausnahme einer zu spät Kommenden gehen auf 8 Takte zur Kreismitte und auf 8 weitere Takte wieder nach außen. Die zu spät gekommene Teilnehmerin beginnt mit der Fortbewegung später als die restliche Gruppe. Dabei könnte sie beispielsweise die zeitliche Versetzung konstant halten oder frei mit dem Zeitelement in der Bewegungsbeziehung zur Gruppe spielen. Der Effekt des Zeitelements auf räumliche Beziehungen wird bei dieser Metapher sehr schnell deutlich: Ereignisse, die mit Verspätungen in Verbindung stehen wie „Autarkie“, „ausgeschlossen sein“ oder „im Zentrum der*

*Aufmerksamkeit sein“ werden automatisch abgebildet und sinnlich erfahren. Qualitative Aspekte des Ausdrucks können hinzukommen, wie eine feindselige oder fürsorgliche Gruppe gegenüber einem ängstlichen oder provozierenden Spätankömmling.*

Besonders wichtig bei der Gestaltung der Bewegungsmetapher im Sinne Laus ist, dass die Metapher den **Ist-Zustand**, das Dilemma, den Konflikt darstellen soll, und **nicht der Soll-Zustand** oder die Lösung. Die Lösung soll während der Improvisationsphase im weiteren Verlauf, aus der spontanen Bewegung hervorgehen. Dieses Vorgehen beruht auf der Vorstellung, dass, wenn eine Situation vollständig wahrgenommen werden kann, die Person durch die metaphorische Situation in der Wahl ihre Reaktion frei ist und letztlich die impliziten Ressourcen der Person durch die körperliche Ebene angeregt werden, sich die Lösungen von selbst ergeben.

## IV. Praktisches:

### IV.1. Die Technik der Gestaltung der Bewegtheit mit Bewegungsmetaphern besteht aus 7 bis 8 Schritten:

**IV.1.1. Wahrnehmung:** Die Patientin richtet ihre Aufmerksamkeit auf ein Phänomen ihres Interesses (alleine oder mit Hilfe der Therapeutin).

*Beispiel:* Th: „Was bewegt Sie heute?“ P: „Ich bekomme so oft Durchfall.“

**IV.1.2. Abstraktion:** In Vorbereitung auf die Übertragung auf Bewegung werden die amodalen Eigenschaften des Phänomens erforscht. Hierzu kann ein Vorstellungsbild oder eine sprachliche Metapher als Übergang dienen.

*Beispiel:* Th: „Können Sie die Erfahrung, Durchfall zu bekommen, mit einem Bild beschreiben?“

P: „Es ist als ob in mir eine tickende Zeitbombe wäre, die jederzeit explodieren könnte.“

Andernfalls können mit Hilfe der Therapeutin die abstrakten Eigenschaften des Phänomens analysiert werden. Hierzu kann die Bewegungslehre nach Laban hilfreich sein.

*Beispiel:* Th: „Wie empfinden Sie es Durchfall zu bekommen? Kommt es plötzlich oder schleichend? Ist es heftig oder schwach? In welche Richtung geht es, nach unten oder ungerichtet überall hin?“

P: „Ich versuche es zurückzuhalten und es bricht umso heftiger durch und versaut dann alles.“

**IV.1.3. Gestaltung:** Es wird eine Bewegungsmetapher entwickelt (allein oder mit Hilfe der Therapeutin) welche das Phänomen in der Bewegung affektiv oder physisch spürbar macht.

*Beispiel:* Th: „Wie wäre es, wenn es eine Kraft gäbe, die ausbrechen möchte, und eine andere Kraft, die diese zurückhält?“

P: „Ja, klingt gut. Dann wird die ausbrechende Kraft immer hektischer und bricht von ihrem Halt los. Vielleicht könnte sie viele Tücher im Arm halten, die sie dann überall verteilt.“

Th: „Oder wir stellen Matten auf, die für „Ordnung“ oder „Sauberkeit“ stehen, und diese wirft die Kraft in ihrem Ausbruch um.“

P: „Wir können doch beides verbinden, die Tücher verteilen und dabei die Matten umwerfen.“

**IV.1.4. Ausführung:** Die Metapher wird ausgeführt. Die Aufmerksamkeit wird auf entstehende körperliche und emotionale Empfindungen, Erinnerungen und Gedanken gerichtet.

*Beispiel:* Die Patientin spielt die ausbrechende Kraft, die Therapeutin die zurückhaltende Kraft. In der Umsetzung hat die Patientin gar nicht die Matten umgeworfen, sondern die zurückhaltende Kraft vollkommen mit den Tüchern bedeckt.

**IV.1.5. (optional) Reflexion:** Selbst- und Fremdwahrnehmungen werden erfasst, die Metapher eventuell weiterentwickelt.

*Beispiel:* P: „Mir wurde klar, wie Ohnmächtig ich mich fühle, wenn es ausbricht. Da ist meine ganze Kontrolle weg, begraben unter dem Mist.“

**IV.1.6. Improvisation:** Die Metapher wird erneut aufgeführt und dabei auftretenden Bewegungsimpulsen jedweder Akteure werden in einer Improvisationsphase spontan gefolgt. Diese Bewegungsimpulse weisen auf mögliche Lösungen/ Weiterentwicklungen des ursprünglichen Phänomens hin.

*Beispiel:* Die Patientin spielt dieses Mal die Zurückhaltende Kraft. Sie wird zunächst in Tüchern begraben. Ihr Impuls ist es dann, ein langes Tuch zu ergreifen, und damit die ausbrechende Kraft wie ein Pferd einzufangen und in eine von ihr gewünschte Richtung zu ziehen, schließlich setzen sich beide Tanzenden erschöpft auf den Boden.

**IV.1.7. Reflexion:** Erkenntnisse über das Phänomen und über mögliche Lösungen/Ressourcen werden erfasst.

*Beispiel:* P: „Ich weiß nicht woher ich die Kraft plötzlich hatte, aber es war ein gutes Gefühl, diesen Durchfall einzufangen und rechtzeitig zur „Toilette“ zu bringen. Das war meine Vorstellung als wir uns setzten.“

Th: „Gibt es andere Kräfte in Ihrem Leben die Sie auf ähnliche Weise begraben, die Sie gerne so in Zaum halten würden?“

*P: „Wo Sie es jetzt sagen, fällt mir sofort meine Mutter ein, wie sie mich immer zuschüttet mit ihren gesundheitlichen Problemen. Und bei der Arbeit habe ich auch oft das Gefühl, unter Akten begraben zu werden.“*

*Th: „Vielleicht hat Ihr Symptom des Durchfalls diese Situationen abgebildet.“*

*P: „Ja, aber gleichzeitig daraus gerettet. Bei meiner Mutter oder bei der Arbeit muss ich ja auf die Toilette verschwinden, wenn der Durchfall kommt, und bin so für einen Moment aus dem Mist, der da abläuft, befreit.“*

*Th: „Welche Ideen hat Ihnen die Gestaltung für diese realen Erfahrungen gebracht?“*

*P: „Zunächst habe ich einen neuen Eindruck von mir selbst bekommen, dass ich überhaupt etwas tun kann. Und was mir aufgefallen ist: Ich habe ja ein Tuch aus dem ganzen Haufen ausgewählt, um den Ausbruch wieder einzufangen. Das wäre allgemein eine Idee, wenn ich mich überschüttet fühle: eine Sache auszuwählen, und erstmal damit etwas anzufangen, statt mich vom riesigen Berg einschüchtern zu lassen.“*

**IV.1.8. (eventuell) Ressourcen stabilisieren:** Die im Prozess erschlossenen Lösungen/Ressourcen werden als allgemeine Qualitäten in das Bewegungsrepertoire der PatientInnen integriert.

*Beispiel: Th: „Finden Sie eine Bewegung, die dieser tatkräftigen Version ihrer haltenden Kraft entsprechen könnte? (Eventuell muss die Therapeutin einen Vorschlag machen). Machen Sie sie allmählich immer kleiner, so dass Sie es als bloße Geste, am Tisch sitzend, ausführen könnten. Machen Sie das Gleiche für die Kompetenz des Auswählens.“*

## **IV.2. Variante der Bewegungsmetapher-Technik nach Steve Harvey:**

Steve Harvey (1990) nutzt Bewegungsmetaphern bei Familien mit kleinen Kindern, bei denen eine verbale Erschließung der Themen und Konflikte selten angemessen ist. Seine besonderen klinischen Schwerpunkte sind Fälle von Gewalt-Erfahrungen (auch sexuelle Gewalt), Adoption und Milieuschädigungen. Bei Harvey durchläuft der Prozess der Verarbeitung folgende Schritte:

### **IV.2.1. Initialstruktur/ Metapher in der Bewegung:**

*Beispiele: durch den Raum gehen, Fangen spielen, Stopp – Spiel, Führen und Folgen, Tauziehen, Fallschirm heben und senken während darunter abwechselnd eine(r) aus der Gruppe einen bestimmten Affektausdruck seiner Wahl gestaltet, Gefühls T.V. (Personen „im Fernseher“ stellen Gefühle dar, während die „Zuschauer“ per „Fernbedienung“ das Programm wechseln können).*

**IV.2.2. Emergenz:** Die Initialstruktur stimuliert und organisiert expressive Tätigkeit in den PatientInnen und gibt der Therapeutin Gelegenheit ihre Beziehungsmuster zu beobachten. Bei der Analyse wird die therapeutische Aufmerksamkeit auf Verschiebungen, Transformationen und Abweichungen von den Initialstrukturen auf der Ebene des nonverbalen Verhaltens wie der nonverbalen Kommunikation gelenkt.

*Beispiel: Beim Gefühls-TV gelingt es den Zuschauern nicht, das Programm zu wechseln, es spielt immer der gleiche Affekt.*

Hier zeigt sich eine emergente Struktur, welche die Bindungsmuster der PatientInnen sowie ihre interaktiven Konflikte bzgl. ihrer Affekte ahnen lässt.

**IV.2.3. Umstrukturierung = individuelle Metaphergestaltung:** Harvey integriert die beobachteten Veränderungen in die Metapher, durch Veränderung der Regeln der Initialstruktur. Diese bildet erneut den Ausgangspunkt für eine Improvisation.

*Beispiel: Die Fernbedienung (Symbol für die Affektregulation) für das Gefühls-TV ist kaputt, der Akteur muss die ganze Zeit einen bestimmten Affekt beibehalten, und die Zuschauer (sowie eventuell auch der Akteur) sind ganz verzweifelt auf der Suche nach einer Lösung aus dem „blockierten Affektprogramm“.*

Der Transformationsprozess sollte dem Prinzip folgen: je simpler die Struktur/ Bewegung, umso näher reicht sie an die Kernthematik heran.

**IV.2.4. Deutung:** Nachdem die emergente Struktur in einer bewussten Gestaltung erforscht wurde, kann die metaphorische Bedeutung dieser Strukturen für das alltägliche Leben der PatientInnen erschlossen werden.

*Beispiel: Das Kind hat durch die Eltern bisher zu wenig Unterstützung bei der Regulierung seiner Wut erfahren können. Sie waren so hilflos, wie mit einer kaputten Fernbedienung beim TV. Heute wagten sie die „Reparatur“ durch festes Drücken -- zuerst auf die Fernbedienung, und als das nicht half, den Akteur direkt--was das Programm tatsächlich ändern konnte.)*

**IV.2.5. Optionen erschließen:** In einem finalen Schritt wird das Bewusstsein für und die Kompetenz zu selbstbestimmten Entscheidungen innerhalb der metaphorischen, interaktiven Prozesse gefördert.

*Beispiel:* *Wie geht man mit dem eintönigen Gefühls-TV Programm um? Fernbedienung reparieren oder austauschen? Gefühls-TV ausschalten? Steigen die Zuschauer in das „Fernsehstudio“ ein und nehmen Einfluss? Steigt der Akteur aus dem Fernseher aus?*

Die Vielfältigkeit der Lösungen wird gefördert, in dem die Metapher in mehreren Durchgängen oder „Klappen“ (wie bei der Filmproduktion) mit unterschiedlichem Ausgang erprobt werden. Meist gibt es nicht eine einzelne richtige Lösung, sondern mehrere denkbare Strategien, die je nach Situation (*beispielsweise bei einer Affektentgleisung im häuslichen Alltag*) angewendet werden können.

**IV.2.6. Transfer:** Bei allzu abstrakten Metaphern könnte die Umgestaltung zu einer gegenständlicheren Darstellung zum Beispiel in Form eines Rollenspiels helfen, um durch Probehandlungen den Transfer therapeutischer Erfahrungen in den Alltag des Klienten zu ermöglichen.

Harveys Prozess entspricht dem Prozess der Abstraktion bei Entdeckung und Lernen/ Problemlösung welche von Ohlsson und Regan erforscht wurde. (2001, S.247-248 „*activation, assembly and articulation*“) Darin wirken die drei Komponenten Aktivierung, Aufbau und Artikulation wechselseitig, parallel und zyklisch auf einander ein, um eine neue Entdeckung oder Lösung zu ermöglichen: Das Repertoire an gespeicherten Abstraktionen wird aktiviert (Harveys Schritt 1) während verschiedene Strukturen daraus aufgebaut werden (Harveys Schritte 2 und 3). Durch versuchte Anwendung oder Artikulation der Strukturen werden in einem weiteren Schritt zusätzliche Informationen gesammelt oder aktiviert (Harveys Schritte 4 bis 6).

Harvey sieht Kreativität als die Generierung von Wahlmöglichkeiten und die Individuation innerhalb eines sozialen Kontextes. Die Kompetenz, Optionen erkennen und nutzen zu können, ist für ihn die Basis des „freien Willens“. Die Generierung vielfältiger Optionen zur Lösung von Konflikten dient den PatientInnen als Meta-Lösung, die dauerhaft und auf unzählige verschiedene Prozesse angewendet werden kann. Die mühsame Entwicklung einer einzelnen Lösung für eine spezifische Konstellation ist dagegen schnell überholt, sobald sich Bedingungen ändern.

### IV.3. Technische Feinessen:

- Besonders in der Psychosomatik empfiehlt es sich, nicht nur emotionale und soziale Erfahrungen, sondern auch somatische Vorgänge, in eine metaphorische Bewegungsstruktur zu übertragen.
- Sehr wichtig ist dabei, dass man den PatientInnen die Gestaltung der Metapher weitgehend selbst überlässt, ihn also in seiner Autonomie bestärkt und von seinem Experten-Wissen über seine eigene Person profitiert.
- In Bewegungs-Interaktionen wird die Selbstwirksamkeit der Patienten durch Kontingenzentdeckung und –Maximierung betont.

*Beispiel:* *Ein Patient gestaltet seine Beziehungsproblematik als Bewegungsmetapher: Wenn er sich seiner Partnerin zuwendet, entfernt sie sich. Ist er abgewandt, kommt sie ihm näher. Das Muster wiederholt sich immer wieder. Zunächst fühlt der Patient sich von seiner Partnerin veralbert, später spürt er ein Gefühl der Verlassenheit. Die Therapeutin schlägt vor, dass er die Drehbewegung bewusst nutzt, seine Möglichkeiten (Tempo, Intensität) ausschöpft. Der Patient fühlt sich mächtiger, spürt seinen Einfluss auf die Situation, sodass die Partnerin seinen Handlungen folgt, wenn auch nicht in einer Weise, die zu Nähe führen würde. Plötzlich erkennt er, dass seine Partnerin Angst vor Nähe hat. Die Mitpatientin, die die Partnerin spielt, integriert diesen Affekt in ihren Ausdruck. Darauf bemerkt der Patient: „Ich hatte selbst Angst vor Nähe, deshalb habe ich diese Frau als Partnerin genommen. Aber jetzt möchte ich doch mehr wagen.“*

### IV.4. Ergänzende Maßnahmen vor/ während/ nach der Arbeit mit Bewegungsmetaphern:

1. **Sichere Beziehung** (allgemeines therapeutisches Handwerk)
2. **Ressourcenaktivierung** (schafft die Voraussetzungen für die Bewältigung von Konflikten oder Defiziten, zum einen auf der Ebene der konkreten Handlungskompetenzen, zum anderen auf der Ebene des Selbstbildes der PatientInnen. Dies kann so erfolgen, dass die Gestaltung des konfliktorientierten Phänomens durch eine Bewegungseinheit vorbereitet wird, in der sich die Patienten mit (?) den Qualitäten der Ressourcen, die sie brauchen, um sich den Konflikten zu stellen, bewegen. *z.B. schnell, ausdauernd, gelassen etc.* Eventuell können die Ressourcen von Gruppenteilnehmern verkörpert werden, die die Patientin bei der Gestaltung begleiten.)

3. **Erweiterung des Bewegungsrepertoires:** Neue Elemente können durch die Kombination oder Kontrastierung mit Ressourcen eingeführt werden.  
*Beispiel: Die Patientin ist bereits langsam, sie kombiniert nun die Langsamkeit gleichzeitig mit Gelassenheit, oder sie kontrastiert nacheinander zwischen Langsamkeit und Schnelligkeit.)*
4. **Psychoedukation an Hand von physikalischen Gesetzmäßigkeiten.**  
*Beispiele: Wenn ich einen Ball zu feste werfe, prallt er zu mir zurück = wenn ich aggressive Gefühle mit zu viel Intensität äußere, kommen entsprechend heftige Reaktionen zu mir zurück.  
Wenn ich mein Gewicht [=Verantwortung] auf einem anderen Menschen übertrage, muss ich damit rechnen, hinzufallen, wenn er mir die Unterstützung plötzlich entzieht [= Abhängigkeit].*
5. **Aktivierung der kinästhetischen Imagination.** (siehe unten)

#### IV.5. Schritte zur Aktivierung der kinästhetischen Imagination:

Nach Dosamantes-Alperson (1981 in Karkou 2006) können folgende Schritte hilfreich sein, für PatientInnen, die noch keinen Zugang zur Entwicklung von Metaphern aus der oder für die Bewegung haben.

1. **Rezeptivität fördern** (Entspannung, Lenkung der Aufmerksamkeit auf sich selbst)
2. **Körperwahrnehmung** mit dem Fokus auf subtile Unterschiede, Reize, Impulse.
3. **(Psycho-)physische Erfahrung mit Bildern verbinden**, Klärung der gemeinsamen Eigenschaften der Bewegung und des Bildes. Ein fließender Übergang wird hergestellt zwischen somatischer Beschreibung und emotional-symbolischer Bedeutungszuschreibung.  
*Beispiele: geschmeidige Bewegung und eine Katze, die sich um ein Stuhlbein schlängelt.  
Zusammengerollte Körperform und eine kleine Murmel.*
4. Die **Wechselwirkung zwischen Bild und Bewegung zur Entfaltung bringen**  
*Beispiele: Katze wird müde = Bewegungen werden langsamer;  
Bewegungsimpuls des Kopfes = Katze hat eine Maus entdeckt usw.*
5. **Reflexion und Artikulation** der wesentlichen Elemente der aktuellen Lebenserfahrung der Person aus den wesentlichen Elementen der Bild-Bewegung  
*Beispiele: Langsamer, müder = Ich kann nicht mehr so viel leisten, wie ich es mit 30 Jahren konnte.  
Beutejagd = Ich springe sofort an, auf jede Möglichkeit Anerkennung zu bekommen.)*

#### IV.6. Distribution der Verantwortung für die Strukturierung von Bewegungsmetaphern:

Folgende Varianten für die Verteilung der Verantwortung können differenziert werden:

**IV.6.1. Therapeutin als Resonanzboden/ Choreograph:** Die Therapeutin schlägt eine Bewegungsmetapher vor, die er aufgrund seiner Wahrnehmung der Patientin entwickelt hat. Das Vorstellungsbild des Therapeuten trägt die gesamte Gestaltung. Angemessen als Form des empathischen Einfühlens, bei nonverbalen PatientInnen (zum Beispiel geistig Schwerbehinderte), bei nicht-aufdeckendem Arbeiten, wenn die Patienten zu tief in der Thematik verstrickt sind, um diese in ihren Strukturen zu erkennen bzw. eine *containing-function* von der Therapeutin benötigen, und letztlich als positive oder kritische Rückmeldung/ Resonanz bei strukturell stärkeren PatientInnen.

**IV.6.2. Therapeutin und Patientin als Co-Choreographen:** Die Therapeutin greift Reize der Patientin auf, bietet dazu eine grobe Metapher an und fragt die Patientin, was sie verändern möchte, um sie insgesamt stimmiger zu machen. Bei nonverbalen PatientInnen oder bei nicht-aufdeckendem Arbeiten betrachtet die Therapeutin die nonverbale Resonanz auf seine Metapher und nimmt entsprechende Änderungen vor. (siehe wo?)

Es ist möglich aus den Erfahrungen mit PatientInnen einen Katalog mit Übungen zu verschiedenen Themen anzulegen,. Diese können als Fundus dienen, ähnlich einem Medienschränk. Beachtet werden sollte jedoch, dass eine Patientin spürt, wenn ihm, ungeachtet seiner Situation, eine Übung aus einem anderen Fall übergestülpt wird. Stattdessen sollten solche Übungen mit kleinen Modifikationen genau auf seine persönliche Situation abgestimmt werden. Diese Problematik ist auch bei der Anwendung von manualisierten Stabilisierungstechniken oft zu beobachten.

**IV.6.3. Therapeutin als choreographischer Assistent, Patientin als Choreograph:** Die Patientin gestaltet sich seine Metapher selbst, wobei die Therapeutin lediglich Hilfestellung gibt, in dem er Fragen stellt, die der Patientin helfen, seine Metapher klarer zu fassen (z.B. „*Wo möchten Sie beginnen?*“). Notfalls kann er Vorschläge für die Gestaltung einzelner Phänomene aus dem Repertoire der Bewegungsanalyse machen.

**IV.6.4. Therapeutin als Zeuge, Patientin als Choreograph:** Hier stellt sich die Patientin ihre Metapher vollkommen allein zusammen. Besonders wenn sich Schwierigkeiten anbahnen, hält die Therapeutin sich zurück, um auch dem Scheitern im therapeutischen Prozess Raum zu geben.

Die Wahl, welche dieser 4 Möglichkeiten eingesetzt werden sollte, hängt mit dem psychischen Strukturierungsgrad der PatientInnen und dem Zeitpunkt im therapeutischen Prozess zusammen. Als Faustregel gilt: Verfügt die Patientin über wenige intrapsychischen Strukturen, oder befindet sie sich früh im Verarbeitungsprozess, sollte man eher mit den ersten beiden Möglichkeiten arbeiten und je strukturierter die Patientin ist, bzw. je später im Prozess, sollte man mit den letzten drei Möglichkeiten arbeiten. Im Idealfall internalisieren die Patienten dann nicht nur die Metaphern die sie gestaltet haben, sondern auch die Erfahrung des Meisterns und der Autonomie die entstehen, wenn sie selbst gestalten können.

Eventuell ist bei der Arbeit der geläufigere Begriff des Regisseurs aus dem Theater, für die Beteiligten weniger befremdlich, als der Begriff Choreograph aus dem Tanzbereich.

#### **IV.7. Mit dem Körper sprechen:** Potentiale in der Bewegung der Therapeutin

Eine wesentliche Interventionstechnik in der Tanz- und Ausdruckstherapie ist das Zur-Verfügung-Stellen der Bewegung der Therapeutin bei der Gestaltung, besonders in der Einzeltherapie oder wenn keiner in der Gruppe sich traut, eine bestimmte unliebsame oder heikle Qualität zu verkörpern.

- Die Therapeutin eröffnet den Zugriff auf das volle Spektrum der Bewegungsmöglichkeiten und somit auch auf die Selbstregulation. (Schottenloher, 1994) Dies kann durch psychoedukative Einheiten zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires oder direkt bei der Entwicklung einer Gestaltung geleistet werden, in dem die Therapeutin ihr Wissen über die bekannten Affinitäten zwischen Affekten/ Phänomenen und Bewegungsqualitäten zur Verfügung stellt (siehe Tabellen zur Bewegungslehre nach Laban/Kestenberg).
- Gegebenenfalls verkörpert die Therapeutin selbst die Zielkompetenzen der Patientin, damit diese sie über visuelle (Spiegel-Neurone) oder taktil-kinästhetische Identifikation aufnehmen kann. Hierzu gehören alle Bewegungsqualitäten, auch solche, die sonst als Therapeutenverhalten nicht üblich sind wie zum Beispiel Aggression, Erotik und Faulenzen.
- Durch den wechselseitigen Rollentausch in Übungen mit hierarchischen Strukturen, z.B. Führen/ Folgen, Fallen/ Auffangen, Aktiv/ Passiv begrenzen wir Regressionstendenzen und aktivieren die Ressourcen der Patientin. Das Vertrauen in andere Körper wirkt sich reziprok auf das Selbstvertrauen aus.

#### **IV.8. Nutzung der verbalen Sprache:**

Eine genaue Analyse der sprachlichen Äußerungen der Patienten kann bei der Entwicklung der Metapher sehr hilfreich sein. Es sollte besonders Acht gegeben werden auf Aspekte wie:

1. Räumlich-örtliche Bestimmungen (*Beispiele: „Es kommt ÜBER mich“; „die Stimmung war ganz UNTEN“; „was kommt AUF MICH ZU“, „ich bin HIN UND HER gerissen“*)
2. Bewegung (*„hin und her GERISSEN“, „Es KOMMT (wie?) auf mich zu“*)
3. Akteure, Kräfte oder Instanzen, die auf die Patienten einwirken (*„ES kommt auf MICH zu“*)

#### **IV.9. Arbeit mit Inneren Kräfte vs. Introjekte:**

Oft stellen die Kräfte oder Instanzen, die von PatientInnen beschrieben werden, Anteile von Bezugspersonen dar, welche durch Identifikationsprozesse verinnerlicht wurden, und nun ein Teil der Psyche dieser Patienten ausmachen. Diese Anteile wieder zu externalisieren und zu personifizieren ermöglicht eine Distanzierung und Neu-Bewertung der Botschaft dieser Anteile, und somit eine mögliche Veränderung im Denken, Fühlen, und Handeln. Ziel solcher Prozesse ist die Transformation von zerstörerischen inneren Kräften in beschützende, versorgende Kräfte und ihre **Reintegration** in die Gesamtpersönlichkeit. (vgl. Goodman & Peters 1995)

## V. Theoretisches:

### V.1. Wirkungen:

Die Wirkung von Bewegungsmetapher basiert auf dialektischen Beziehungen zwischen:

Zugang zum Unbewussten	und	Zugang zum Bewusstsein
Zugang zu Erinnerung oder Erkenntnis	und	Distanzierung, Ablenkung, sowie Vermeidung (als Schutz)
Zugang zur Phantasie	und	Zugang zur Realität
Zugang zu Emotionen	und	Abstand von und Kontrolle über Emotionen
Von Innen nach Außen: Ausdruck Mitteilung, Einflussnahme	und	Von Außen nach Innen: Eindruck, Eingebung, Inspiration
Dekodieren von Bedeutung	und	Enkodieren von Bedeutung
Erfahrung der Selbstwirksamkeit	und	Akzeptanz des Unverfügbaren
Abstraktion von Erfahrung	und	Konkretisierung von Erfahrung

### Weitere Wirkungen:

- Die inneren Bilder des Therapeuten als synchrones Geschehen oder Korrespondenz zu den inneren Bildern der PatientInnen stellen eine Form empathischer Einfühlung in die innere Welt der PatientInnen dar. Als Resonanz auf die inneren Bilder der Patienten bilden Metaphern die Grundlage des Sich-Erkennens und des Sich-Erkant-Fühlens (vgl. Wellendorf 2001).
- Gestaltung ist ein Symbolisierungsprozess, der die Kontrolle über die Erfahrung und eine Veränderung der inneren Bedeutung ermöglicht. Die Symbolisierungsfähigkeit kann durch Gestaltung erschlossen oder verbessert werden.
- Die Ausdrucksphase selbst bedeutet oft bereits eine Entlastung, sowohl energetischer Art als auch durch das Bezeugen und/ oder *containing* durch die Gruppe oder die Therapeutin.
- Soziale Rückkopplung fördert die Entwicklung der PatientInnen. (Sie bekommen Rückmeldungen oder erfahren die Folgen ihres Handelns.)
- Metaphorische Kontrolle in einer künstlerischen Aktion wird auf das reale Empfinden von Kontrolle in anderen Situationen übertragen (Harvey 1992, S. 6). Ich nehme an, dass die affektive Realität, die in der therapeutischen Situation geschaffen wird, für diesen Effekt entscheidend ist. Sind die Patienten in einer metaphorischen Szene in der Lage, affektive Bewegtheit in den MitpatientInnen oder den Therapeuten zu erzeugen und spüren sie diese Wirksamkeit selbst, erleben sie einen realen Effekt, auch wenn das Vehikel eine metaphorische Aktivität war.
- Nachvollzug der Bewegungsmetapher und der darauf folgenden Improvisation können neue Erkenntnisse, Potenziale und Verhaltensalternativen erzeugen, die rein kognitiv/ verbal nicht verfügbar sind (implizites vs. explizites Wissen).

### V.2. Nebenwirkungen

„ . . . Metaphern mögen als Formen der Beschreibung wertvoll sein, aber sie sind erzeugte Beschreibungen und damit nicht neutral oder wertfrei. Metaphern sind sowohl beschreibend wie transformierend. Sie formen, formen um oder verformen das, was wir zu begreifen streben, und erlauben dabei einigen dieser Möglichkeiten oder Potentialen sich zu offenbaren. Aber diese Transformationen schließen zahlreiche unbekannte Möglichkeiten und Potentiale aus. So sehr Metaphern es uns auch erlauben zu „sehen“, erreichen sie das doch nur dadurch, dass sie dem Grenzen setzen, was gesehen wird und wie es gesehen wird. Wenn jede Metapher einen Spiegel darstellt, bietet sie auch einen Hammer, um alle anderen potentiellen Spiegel zu zertrümmern, welche, in verschiedenen Winkeln platziert, miteinander im Wettbewerb stehende oder widersprüchliche transformative Metaphern hervorrufen könnten.“ (Spinelli 2002, p. 41 übersetzt von M. Eberhard)

Metaphern können demnach als Katalysatoren, aber nicht als finite Wahrheiten im therapeutischen Prozess betrachtet werden. Wir müssen jederzeit für Neuinterpretationen offen sein und regelmäßig reflektieren, ob die Gestaltungsprozesse der Abwehr oder der Erkenntnis und Integration von zuvor abgespaltene Aspekte der Person dienen.

### V.3. Gedanken zur Wirkweise:

- Die therapeutische Arbeit mit physikalischen und physiologischen Gesetzmäßigkeiten stellt Erklärungsmodelle für intra-psychische und zwischenmenschliche Phänomene zur Verfügung, die sinnlich be-greifbar sind. In der Krankheit sind wir *von Sinnen* – in der Gestaltung können wir uns *be-sinnen*. (Marcia Plevin in Aldridge 1990)
- Physikalische Empfindungen bieten eine zuverlässige Orientierung für Handlungsimpulse zur Selbstaktualisierung und Problemlösung (*Beispiel: Eine Patientin spürt am eigenen Körper plötzlich ganz genau, wie es ihr geht, was die Situation mit ihr macht, was sie unter diesen Umständen zu tun hat*).
- Der metaphorische Kontext erleichtert den Ausdruck von Qualitäten, die noch nicht sicher im Repertoire der Patienten verankert sind, bzw. die von deren aktuellen Wertesystem verurteilt werden.
- Die kognitive Erfassung der Symptome bzw. der Lebenssituation nimmt dadurch zu, dass die Patienten einzelne Aspekte differenzieren und auf das Wesentliche reduzieren müssen, um sie gestalten zu können.

### V.4. Metapher sind verkörpertes Wissen (*Embodiment Theory*):

Die Verkörperungs-Hypothese (*embodiment hypothesis*) liefert eine Erklärung für unsere Beobachtung, dass die therapeutische Arbeit mit Bewegungsmetaphern die kognitive Verarbeitung von Erfahrungen unterstützt. Viele neue Entwicklungen in der Kognitionsforschung sind durch die Hypothese motiviert, dass der Geist durch Strukturen entsprechend den biologischen, anatomischen, biochemischen und neurophysiologischen Eigenschaften des Körpers konstituiert, begrenzt und organisiert wird.

Sprachliche Symbolisierungsprozesse zeigen deutliche Verbindungen zur Verkörperungs-Hypothese auf – besonders im Bereich der Metapher. Menschen bezeichnen systematisch abstrakte Ideen, Gedanken, religiösen Glauben, politische und ethische Situationen mit Begriffen der Körperfunktionen und –Bewegungen. (*Beispiel: Die Lehrjahre gehen schnell vorbei. Das Böse greift um sich. Er hat die Kritik nicht verdaut.*) Die Verkörperungstheorie behauptet, die Wahl des Körpers als Quelle für Metaphern ist nicht willkürlich, sondern die natürliche Folge der Struktur des Geistes. (Rohrer 1995) In der Tanztherapie folgen wir den natürlichen, körpergebunden Prozessen bei der Bearbeitung von psychischen Defiziten oder Konflikten.

Die Tanztherapeutin und Psychologin Sabine Koch (2006, in Druck) stellt fest, dass Theorien des *Embodiment* die Speicherung und das Abrufen jeder Form von Wissen als an sensorische, motorische und erlebnisorientierte Zustände gebunden sehen. (z.B. Damasio, 1989; Rizzolatti, Fadiga, Fogassi, & Gallese, 2002). Die Erinnerung oder das Erkennen entsteht also durch ein partielles Simulieren sensorischer, motorischer und erlebnisorientierter Zustände, die zur fraglichen Zeit aktiv waren (vgl. auch Engelkamp 2004; Lakoff & Johnson 1999; Varela, Thompson, & Rosch 1991). Bewegungsmetaphern zielen genau auf die Aktivierung dieser Zustände.

Metaphern erfüllen lebenserhaltende Funktionen wie Affektregulation und Kategorisierung. Auf der Suche nach den Mechanismen der Affektregulation entdeckten die Säuglingsforscher Judith Kestenberg und Daniel Stern, dass Emotionen und die Repräsentanzen von Beziehungserfahrungen sich aus abstrakten Gestaltungsmerkmalen zusammensetzen. Kestenberg (1965) verwertete die Bewegungsanalyse nach Laban und Lamb und nannte sie *Spannungsfluss-Eigenschaften* (wie Intensität, Zeitstruktur, Fluktuation), die sich zu komplexen Kombinationsformen, wie *Zustände* oder *Antriebsaktionen*, gruppieren. Stern (1992) nutzte die Begriffe *Wahrnehmungseigenschaften* (wie Dauer, Intensität), *Vitalitätsaffekte* (wie aufwallend, sich hinziehend, explosionsartig) und *kategoriale Affekte* (wie zornig, traurig, froh) sowie *generalisierte Interaktionsrepräsentationen* (RIGs = *representations of interactions that have been generalised*). (Eberhard 2004)

„Aufgrund dieser abstrakten Repräsentationen kann dann möglicherweise intermodale Korrespondenz zwischen ähnlichen Aktivierungskonturen unterschiedlicher Verhaltensäußerungen hergestellt werden. Extrem unterschiedliche Ereignisse können auf diese Weise, solange sie die gleiche, von uns als

Vitalitätsaffekte bezeichnete Gefühlsqualität besitzen, miteinander verknüpft sein. Metaphern beruhen möglicherweise auf Entsprechungen dieser Art.“ (Stern, 1992 S. 89)

Es ist anzunehmen, dass der Gebrauch von Metaphern und Analogien aus sub-menschlichen (also auch von Tieren zu leistenden) Kapazitäten wie Mustererkennung, Kategorisierung, Vergleich und Nachahmung entstanden ist. Menschen und Tiere sichern damit ihr Überleben, indem sie auf dieser Basis entscheiden, wie sie mit einem Objekt, dem sie begegnen, umgehen: essen, entfliehen, umsorgen, sich damit paaren, ignorieren usw. (The Open University UK, 2004)

Sabina Pauen (2005) konnte mit ihrer Säuglingsforschung Sterns (1992) Hypothesen belegen, die besagt, dass bereits Kleinstkinder differenziert wahrnehmen, Ähnlichkeiten zwischen Reizen abstrahieren und ihre Erfahrungen in Kategorien ordnen. Kinder können Informationen präverbal repräsentieren und Zusammenhänge zwischen Erfahrungen herstellen, lange bevor sie sprechen können. Diese so genannte *empirische oder implizite Abstraktion* (Clancey 2001) ist eine essentielle und basale Kompetenz eines jeden Menschen, und somit von der *formellen Abstraktion* wie Aristoteles, Locke oder Piaget sie als Kennzeichen einer gehobenen Stufe kognitiver Leistungsfähigkeit konzipierten zu unterscheiden. (vgl. van Oers 2001)

Die Arbeit mit Bewegungsmetaphern spiegelt die vorbewussten Kategorisierungsprozesse der PatientInnen wieder und ermöglicht eine Überwindung von erstarrten Kategorisierungen (Übertragungen) und eine flexiblere, regulatorische Verwendung vorhandener Informationen.

## VI. Schluss:

Künstlerische Prozesse sind Ordnungsprozesse. Jedes Kunstwerk, wie auch eine Bewegungsmetapher, ist ein materialisierter Prozess der Ordnungsbildung. Jede Therapie versucht, die für die eigene Lebensgestaltung nicht passenden inneren Ordnungen in passfähigere zu verwandeln. Immer ist der Gestaltungsprozess auch ein Ausloten der eigenen Grenzen und ein Stück Selbstüberwindung. (Völker 1997)

- Bewegungsmetaphern eröffnen den Zugang zum impliziten, verkörperten Wissen des Menschen.
- Sie bieten Modelle für die Regulation von Affekten und die Erfassung und Modulation von Beziehungsmustern.
- Der Mensch ist dazu fähig, sich seiner automatischen Verwendung impliziter Abstraktionen bewusst zu werden, und diese Kompetenz gezielt zu nutzen.
- Das metaphorische Denken organisiert Gedanken, Gefühle und Handlungen in griffige Einheiten und erleichtert die Entwicklung von Problemlösungen.
- Metaphern fördern den Transfer von Erfahrungen aus der Therapiesitzung in den Alltag der PatientInnen.

## Hinweis:

Im Interesse der Leserlichkeit wurde in diesem Artikel die weibliche Form der Personenbestimmung gewählt. Beide Geschlechter sind dabei gemeint.

## Literatur:

Aldridge, A. (1996) The Body, its Politics, Posture and Poetics. The Arts in Psychotherapy. Vol. 23, No. 2 pp 105 – 112.

Aldridge, A. (1990) Toward a common language among the creative art therapies. The Arts in Psychotherapy. Vol. 17, pp 189 – 195.

Clancey, W. (2001) Is Abstraction a Kind of Idea? Or: How Conceptualisation works. In: Strube, G. (Hrsg.) Cognitive Science Quarterly Vol. 1 No. 3-4/200-2001, S. 243 - 278. Paris: Hermes Science Publications.

Damasio, A. (2004) Ich fühle also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins. Berlin: List Verlag.

Eberhard, M. (2005) Spuren der Bewegtheit: Kongruenzen der Sprachen von Zeichnung und Bewegung tiefenpsychologisch betrachtet. In: Titze, D., Hrsg. Aus der Mitte - (Band 1) Die Kunst der Kunst Therapie. Dresden: Michel Sandstein.

Eberhard, M. (2004) Mit dem Körper Sprechen. Körpertherapie bei Somatoformen Störungen. Vortrag anlässlich der Psychotherapietage NRW, Bad Salzuflen.

Eberhard, M. (2003) Tanztherapie: Indikationsstellung, Wirkfaktoren, Ziele. In: Landschaftsverband Rheinland, Hrsg.: Kreativtherapien: Wissenschaftliche Akzente und Tendenzen. Pulheim: Rhein-Eifel-Mosel.

Eberhard-Kaechele, M. (2003) A Sounding Board for the Soul: The Aesthetic Response of the Therapist in the context of a clinic for psychosomatics and psychotherapy in Germany.  
Unveröffentlichte Magisterarbeit. Zu finden in der Datenbank des European Graduate School, Leuk, Schweiz.

Eberhard, M. (1997) Tanz- und Ausdruckstherapie. In: Österreichische Gesellschaft für Medizinische Psychologie, Psychotherapie und Psychosomatik, Hrsg.: Psychologie in der Medizin. 8. Jahrgang 1997, Nummer 2. WUV – Universitätsverlag.

Fischer-Lichte, E. (2004) Ästhetik des Performativen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Goodman, L. und Peters, J. (1995) Verfolger-Persönlichkeiten, und Ego-States: Beschützer, Freunde und Verbündete in *Dissociation*, Vol. VIII Nr. 2, Juni, S. 91 ff)

Harvey, S. (1990) Dynamic Play Therapy: An Integrative Expressive Arts Approach to the Family Therapy of Young Children. *The Arts in Psychotherapy* Vol. 17, pp 239-246

Karkou, V und Sanderson, P. (2006) Arts Therapies. A Research Based Map of the Field. Edinburgh: Elsevier.

Koch, S. (2006 in Druck) Embodiment Ansätze in den künstlerischen Therapien.  
Zur Wirkung motorischer Reize auf das Leibsubjekt. In: Kunst – Reiz. Martius, P. Hampe, R., von Spreti, F. (Hrsg.)

Quellen in Koch, S. (2006 in Druck):

(Damasio, 1989; Rizzolatti, Fadiga, Fogassi, & Gallese, 2002)

(Engelkamp, 2004; Lakoff & Johnson, 1999; Varela, Thompson, & Rosch, 1991)

Ohlsson, S., Regan, S. (2001) A Function for Abstract Ideas in Conceptual Discovery and Learning. In: Strube, G. (Hrsg.) *Cognitive Science Quarterly* Vol. 1 No. 3-4/200-2001, S. 243 - 278. Paris: Hermes Science Publications.

Pauen, S. (2005) Wie lernen Babys? Vortragsfolien veröffentlicht im Internet von den Lindauer Psychotherapiewochen.

Rohrer T (1995) The cognitive science of metaphor from philosophy to neuropsychology.

<http://www.uoregon.edu/~uophil/metaphor/neuophl.htm>

Saß, J. (2002) Die Organisation als pulsierender Kollektivkörper

<http://www.diplomarbeiten.de/db/diplomarbeiten5078.html>

Schottenloher, G. (1994) Wenn Worte fehlen, sprechen Bilder. München: Kösel

Van Oers, B. (2001) Contextualisation für Abstraction. In: Strube, G. (Hrsg.) *Cognitive Science Quarterly* Vol. 1 No. 3-4/200-2001, S. 243 - 278. Paris: Hermes Science Publications.

Völker, S. (1997) Hochschule für Bildende Künste Dresden. Abschlussbericht für den Modellversuch „Kunst-Therapeutische Zusatzqualifikation für Bildende Künstler“. Unveröffentlichtes Manuskript.

Wellendorf, E. (1990) Die inneren Bilder des Therapeuten und ihre Bedeutung für die Therapie, Synchrones Geschehen in der Therapie. In: Petersen, P (Hrsg.) *Ansätze kunsttherapeutischer Forschung*. Springer, Berlin