

Rezensionen von Buchtips.net

Peter Dold: Körperarbeit in der systemischen Therapie

Buchinfos

Verlag: [Beltz \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-621-28857-6 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 44,00 Euro (Stand: 29. April 2025)

Bewegungen und Berührungen als Impulse für Erkenntnisse und Veränderung

Schon im Kleinkindalter lassen sich die wesentlichen und zentralen Entwicklungen körperlicher Nähe und Distanzen leicht nachweisen. Ein zentrales Moment des menschlichen Lebens, der eigene Körper und dessen Wahrnehmung, welches sich durch das Leben zieht und immer wieder auch Möglichkeiten der Be- und Verarbeitung gibt. So wird deutlich, dass körperliche Distanz im Kleinkindalter mit einer der zentralen Ursachen psychischer Störungen darstellt. Egal, ob diese sich bereits umgehend oder erst im Lauf des späteren Lebens manifestieren.

„Berührung ist nicht allein ein Urbedürfnis des Neugeborenen, sondern auch des erwachsenen Menschen. Dieser braucht sie bis zu den letzten Phasen seines Lebens“;

Demgegenüber steht die Beobachtung, wie vernachlässigt der Körper (fast) generell in den menschlichen Gesellschaften ist. Er bekommt Aufmerksamkeit meist erst dann, wenn er „nicht mehr“ oder „gerade nicht“ funktioniert. So beginnt Dold seine interessanten, nachvollziehbaren und „aus der Praxis für die Praxis“ entstanden Darlegungen mit einer fundierten Einführung in den notwendigen Dialog mit dem eigenen Körper. Wie Körpererfahrungen aufmerksam wahrgenommen und gedeutet werden können und damit auch die körperliche Ebene als integraler Teil des gesamten Bewusstseins ihr Recht findet.

„Der Beziehungskörper ist die Erkenntnisquelle und auch ein Königsweg zum Unterbewussten“;

In sehr verständlicher Abfolge und auch sprachlich eingängig, bringt Dold im Weiteren alle Bereiche der „Körperarbeit“ im Sinne einer Bewusstwerdung und als Bestandteil therapeutischer Prozesse zu Gehör. Im Wechselspiel der Abfolgen zwischen Grundlagenwissen und gut erklärten Übungen. Um die Sinneswahrnehmungen zu schärfen, um die Körperarbeit als „Systemarbeit“ vor die Augen des Lesers zu legen. Um dann überzugehen in eine folgerichtig und logisch empfundene Integration der Körperarbeit in die Abläufe der systemischen Therapie, um am Ende eine „Veränderung des Systems durch Körperarbeit“ konstatieren und für den Leser nachvollziehbar vorzulegen.

Eine interessante, in Teilen gar spannende zu lesende Zusammenfassung all dessen, was seit Jahren bereit in einzelnen Elementen in verschiedenen psychotherapeutischen Richtungen mit aufgenommen worden ist und nun als komplettes System in diesem Werk vorliegt. Mit dann konkreter und praktisch orientierter Impulse und Methoden für die Nutzung der Körperarbeit bei der Arbeit mit depressiven Patienten, in der Begegnung mit Abhängigkeiten, bei Zwangsstörungen und „Intellektualisierung“;

Besonders intensiv kann dabei die körperliche Ebene im Anblick „sich auflösender Systeme“ (Scheidungen, Trennungen, Verlusterfahrungen, Druck-Erfahrungen) als hilfreiche Intervention und „systemverändernde“ Komponente vor Augen geführt werden. „Scheidung spaltet sogar den Körper“. Wobei auch fast „normal“ wirkende Lebenssituationen wie „Jobnomaden-Systeme“ nicht spurlos am Körperbewusstsein vorbeigehen.

Dass dabei als erster Momente des „Einstiegs“ weniger der Patient im Mittelpunkt steht (und „Sinneserfahrungen zu lernen hat“), sondern Dold immer wieder den im therapeutischen Bereich tätigen Lesern die eigenen Wahrnehmungen des Körpers und des eigenen Körperbewusstseins angesichts von Verhaltensweisen von Patienten „übersetzt und deutet“, bietet vielfache Impulse, jenen „Eingebungen“ mehr und mehr zu vertrauen, die der eigene Körper im Umgang mit Patienten als

beschreibbare Körpererfahrungen vermittelt.

So dass im besten Falle ein fließender Austausch von eigenem Körpererleben und Nutzung dieses Erlebens durch klare, bildkräftige Mitteilungen an den Patienten insgesamt ein "System des Körperbewusstseins" umfassend im therapeutischen Prozess zum Tragen kommt.

Eine hervorragende Darstellung der Bedeutung des körperlichen Erlebens, der Öffnung des Zugangs zu diesem Erleben und vielfacher praktischer Verweise und "Sprachhilfen" für die Körperarbeit in der (nicht nur) systemischen Therapie.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[05. April 2022]