

# Syst. Sicht und Vorgehensweise in der Körperarbeit

## im Rahmen eines ganzheitlichen Körper-Seele-Geist-Zusammenhangs

Analogien für eine vorläufige Hypothesenbildung mit nachfolgender Aufstellung in der systemischen Arbeit mit Einzelklienten

<i>Im Familiensystem</i>	^ v	<i>Im Körper</i>
Konfliktvermeidung	^ v	Schmerzvermeidung
Starre Regeln	^ v	Ausdruckschmammung
Verstrickungen	^ v	Lähmung / wenig Bewegung
Dynamik	^ v	Ausdruck / Bewegung
Ordnungshaltung	^ v	Integrationshaltung
Grenzenlosigkeit	^ v	Suchtverhalten
Kooperationsbereitschaft	^ v	Wachstum / Regeneration
Bewegung	^ v	Wachstum
Ausschluss	^ v	Blockierung
Störungen	^ v	Symptome

### Bei Einzelklienten:

<b>Stunde 1 + 2:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdichten der Situation:</li> <li>• Primäre Gefühle herausarbeiten:</li> <li>• Festlegen der Körperstellen</li> <li>• Hausaufgabe:</li> </ul>	<p>„Stell dir das ganz genau vor ....“</p> <p>Symptom, Suchtproblematik etc.</p> <p>Symbole für die Gefühle/Teile finden</p>
<b>3. Stunde:</b>	<p>(nicht mehr als 5 Symbole verwenden)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Symbole aufstellen</li> <li>• jedes Symbol bekommt einen Satz</li> <li>• K. geht in Kontakt mit jedem Symbol</li> <li>• Klient ist mit dem Teil identifiziert                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schau auf die anderen Symbole</li> </ul> </li> <li>• Befindlichkeitsabfrage des K. mit dem Teil                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klient geht wieder raus</li> <li>- Klient kommt wieder rein</li> </ul> </li> <li>• Bedürfnis abfragen</li> <li>• Jedes Teil macht seine Veränderung                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fokus: Veränderung</li> </ul> </li> </ul>	<p>mit Blickrichtung benutzen, auch Erhöhung/Erniedrigung</p> <p>„wie u. wo du das Symbol hingestellt hast, was heißt das jetzt?“</p> <p>Handkontakt am jeweiligen Platz</p> <p>2- 3 Sätze sagen lassen</p> <p>wohin gibt es Verbindung/Unterbrechung? (wichtig: wohin richtet sich der Satz?)</p> <p>Interaktion</p> <p>„was kennst du davon in deinem Leben?“</p> <p>„was bräuchte dieses Teil, damit er eine bessere Befindlichkeit entwickeln könnte?“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- was hat sich für die Wut etc. verändert</li> <li>- was gewonnen?</li> <li>- was aufgegeben?</li> </ul> <p>dass es besser ist als es war!</p> <p>Nicht optimal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- es kostet was? Verzicht</li> <li>(- heimlicher Gewinn von „Altem“)</li> </ul>
<b>4. Stunde:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übersetzung in dein Leben!</li> <li>• Was kann sich jetzt in Deinem Leben verändern?</li> <li>• Integration auf der Körperebene                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- sitzen, liegen, stehen</li> </ul> </li> <li>- Therapeut legt seine Hand auf diese Stelle und Klient legt seine Hand dazu</li> </ul>	
<b>5. + 6. Stunde:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integration ins Paar- bzw. Familiensystem / Nachbetreuung- und Nachbegleitung / mentale Festigung der neuen Körpererfahrung</li> </ul>	

■ Aus dem therapeutischen Fundus von Heribert Döring-Meijer hier Anregungen in stichwortartiger Form für die Arbeit mit Einzelklienten unter Bezug auf Körperwahrnehmung und Körperarbeit.



**Heribert Döring-Meijer**, verheiratet, Vater von 3 Kindern, Gründer und ehem. Geschäftsführer des Forums für ressourcenorientierte Lösungen (FroL) Karlsruhe, Autor div. Fachbücher und Fachartikel, Trainer und Lehrsupervisor (EAS), Supervisor (DGSv), Psychotherapeut (HPG), appr. Kinder- u. Jugendpsychotherapeut (LPK-BW), Dipl. Sozialarbeiter, Kaufmann, System. Supervisionsausbildung und Ausbildungen in syst. Familientherapie/Hypnotherapie (G. Schmidt) n. Erickson, Familienaufstellungen u.a. (Hellinger), Gesprächstherapie (Rogers), Bioenergetik (Lowen), TA (Berne). Ich leite Familienrekonstruktionen (V. Satir) und verschiedene Formen von Systemaufstellungen sowie Familienstammbaumarbeit an, die ich teilweise selbst entwickelt oder mitentwickelt habe.

Kontakt:  
Systemische Privatpraxis CLARO!,  
Kaiserstraße 50,  
76133 Karlsruhe,  
Tel. 0721-618 41 43, Fax -44  
doering-meijer@claro-vita.net  
www.claro-vita.net

Dieser Text ist wissenschaftliches Eigentum von H. Döring-Meijer und nur zur persönlichen Verwendung bestimmt!