

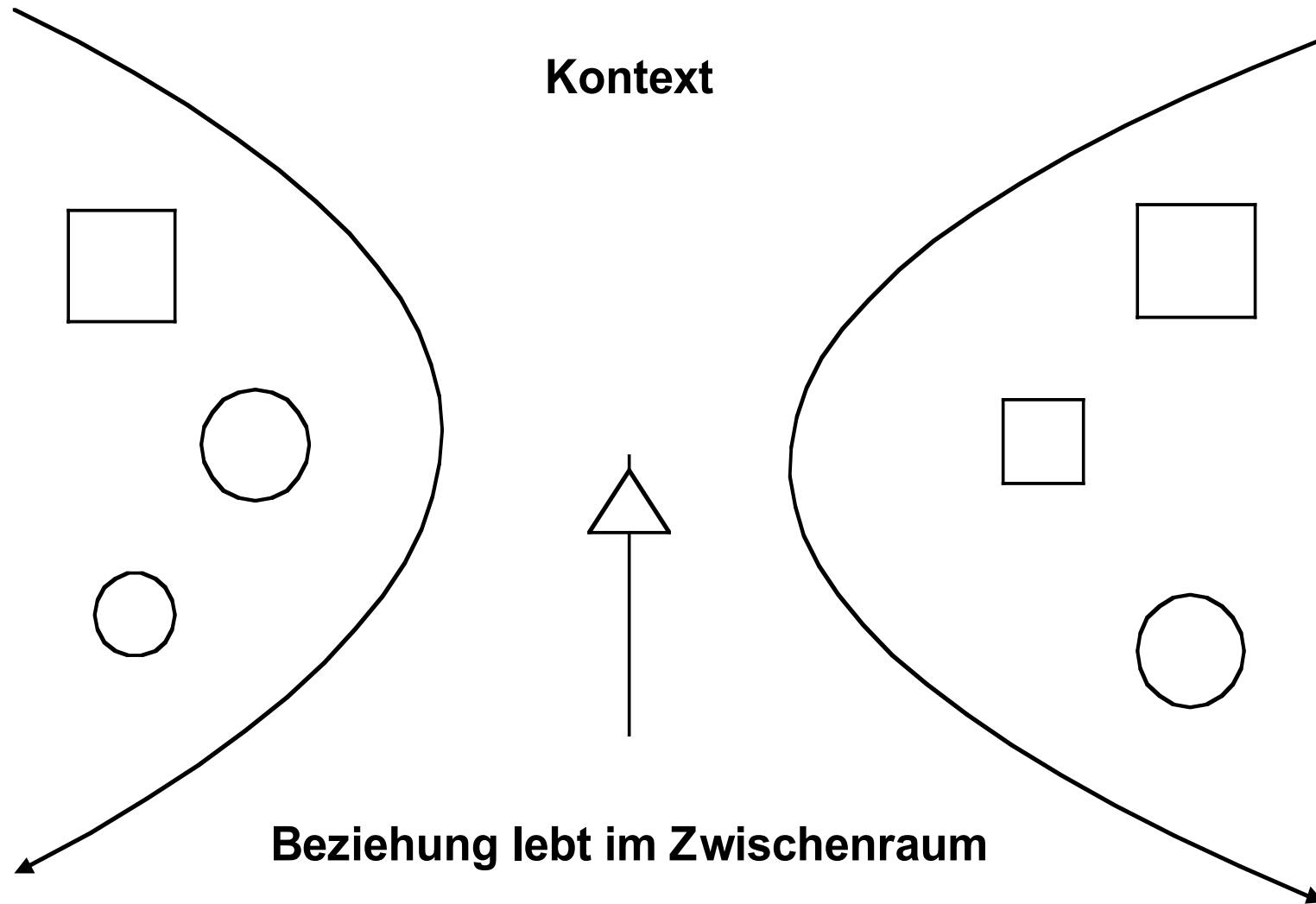
# Mit Hirn – Herz – und Körper

## Paartherapie in Bewegung

Erika Lützner-Lay

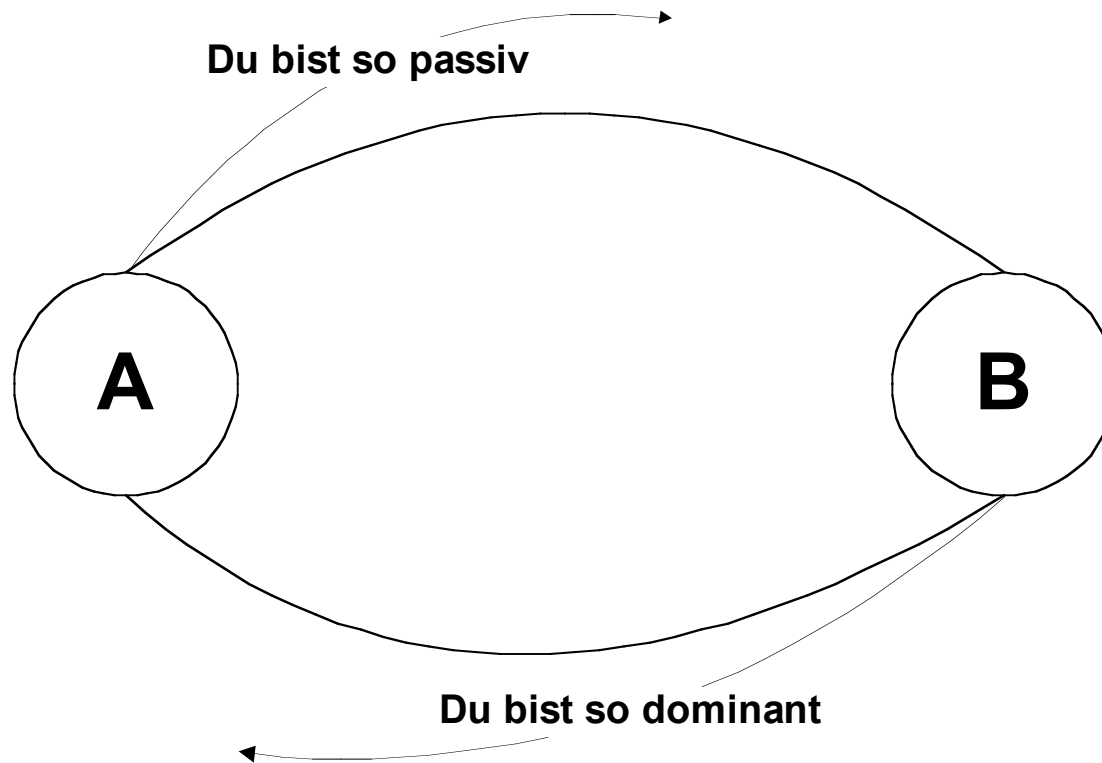
[www.luetzner-lay.de](http://www.luetzner-lay.de)

Beziehung lebt im Zwischenraum



Zirkularität

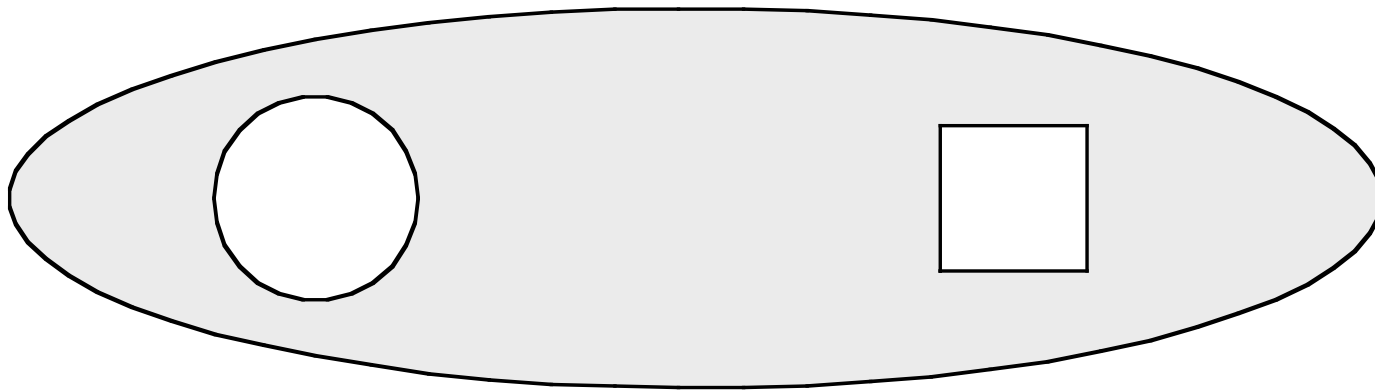
## Zirkularität



## Prozess wechselseitiger Beeinflussung

Das Paar als Holon

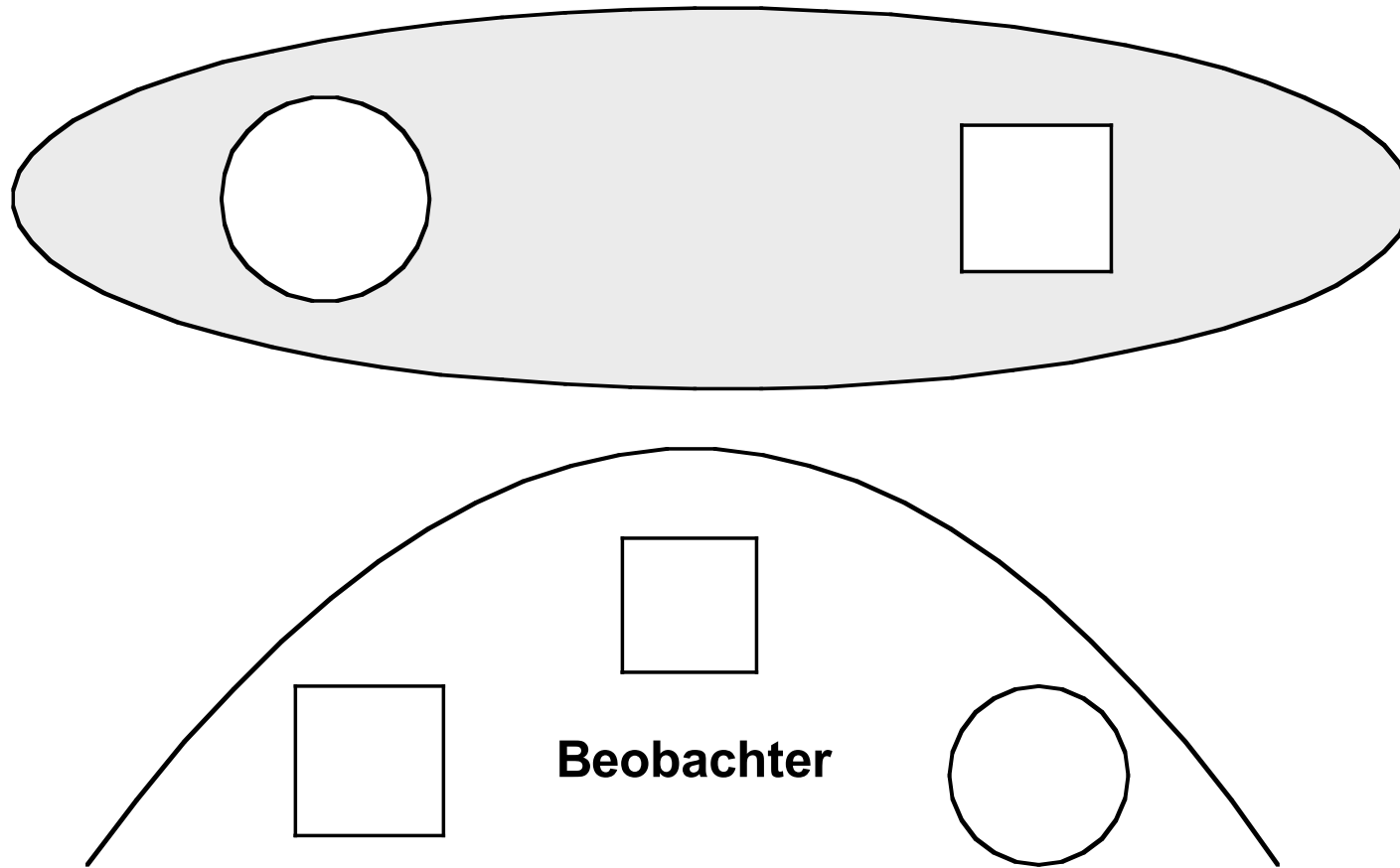
## Das Paar als Holon



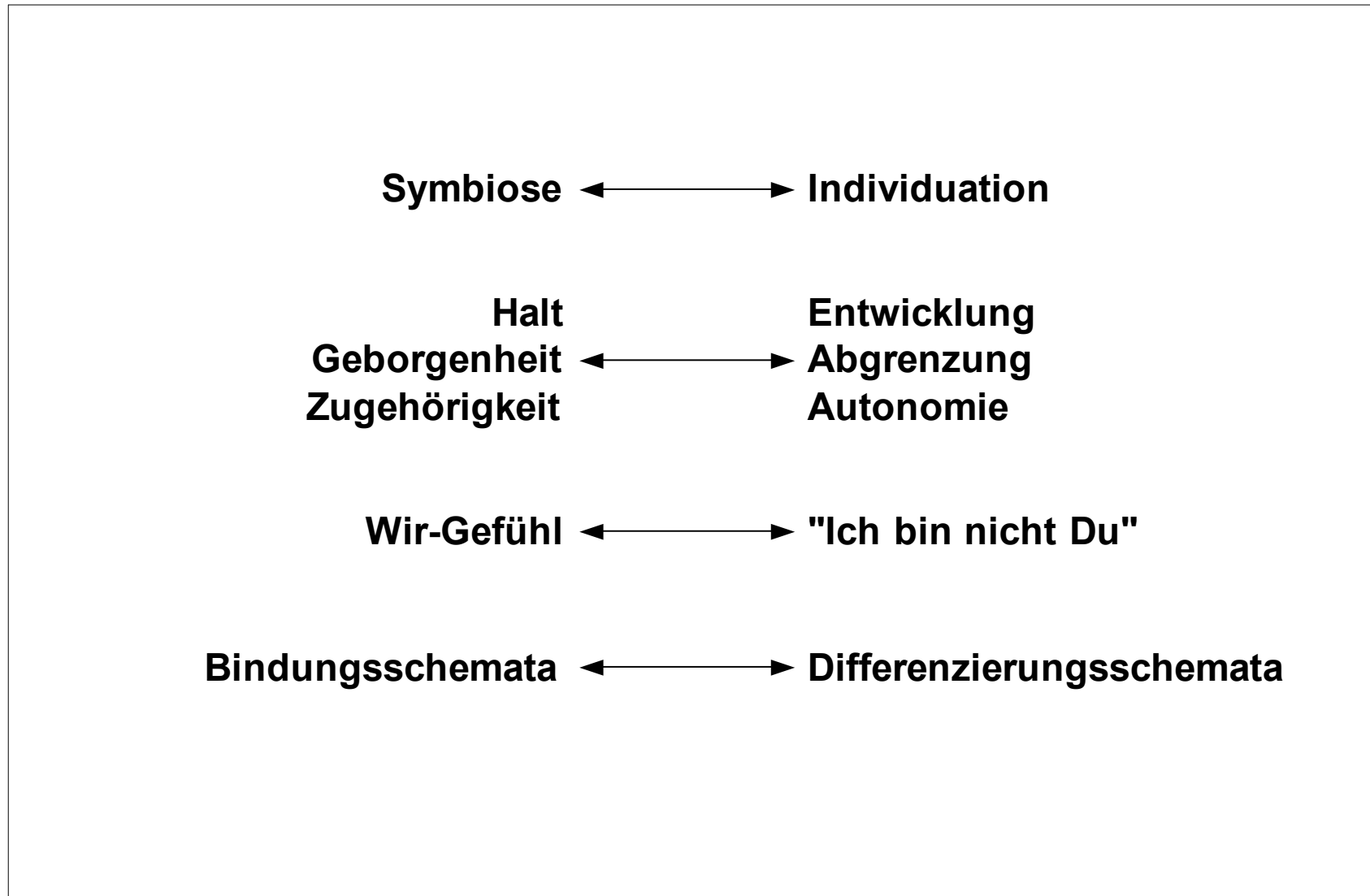
**Das "Animal" - Paar**  
**Jeder vertritt einen Teil fürs Ganze**

Kontext der Beobachterposition

**Die Beobachterperson beeinflusst aus ihrem Kontext den Prozess**



# Symbiose - Individuation



Veränderungswunsch – Beharrungstendenzen

Homöostase (Fließgleichgewicht)

Dynamik von Stabilität und Wandel

## Struktur des Gehirns

### **Schutzmuster aus dem Zentralnervensystem:**

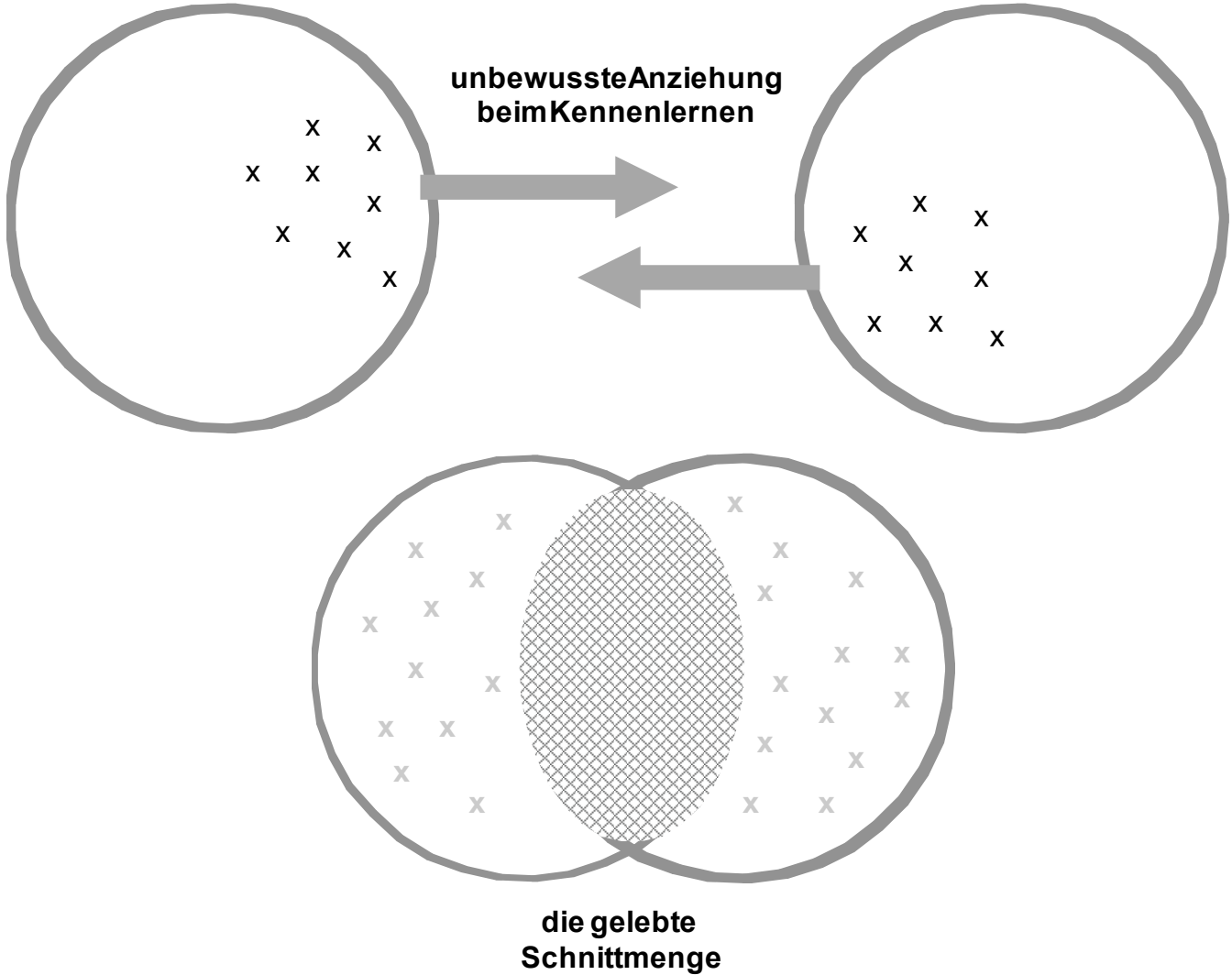
Kämpfen -----Tiger

Flüchten -----Hase

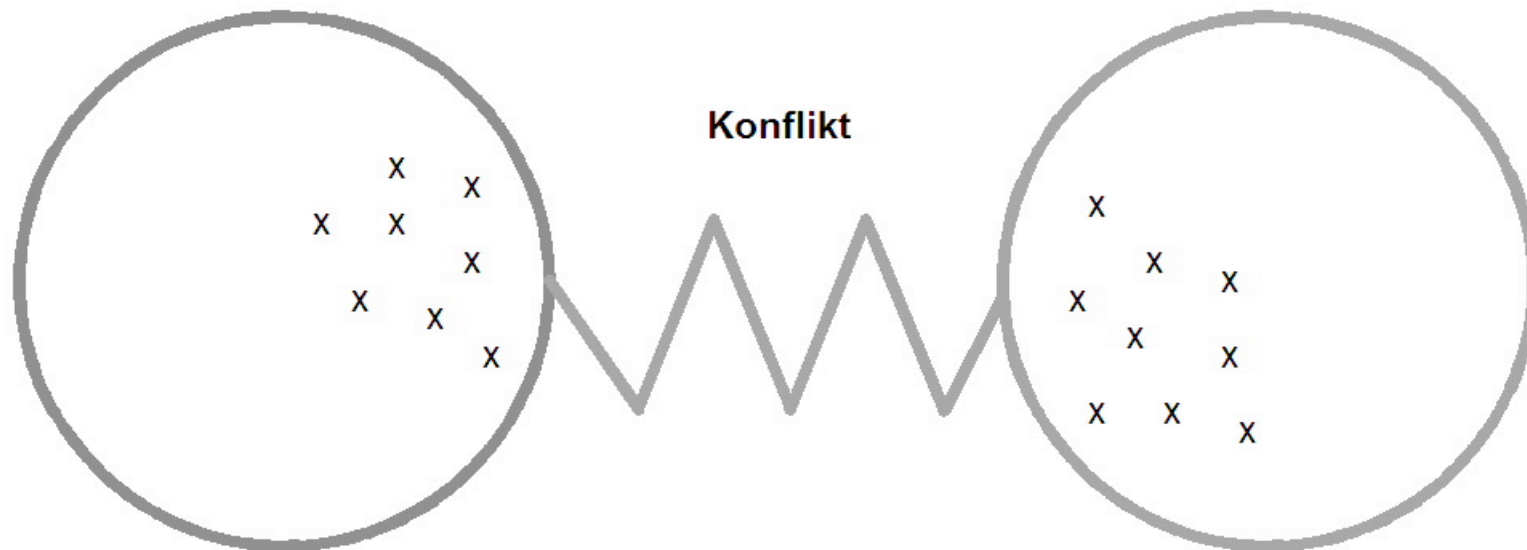
Erstarren -----Schildkröte

Unterwerfen -----Tier, das die Kehleinhält

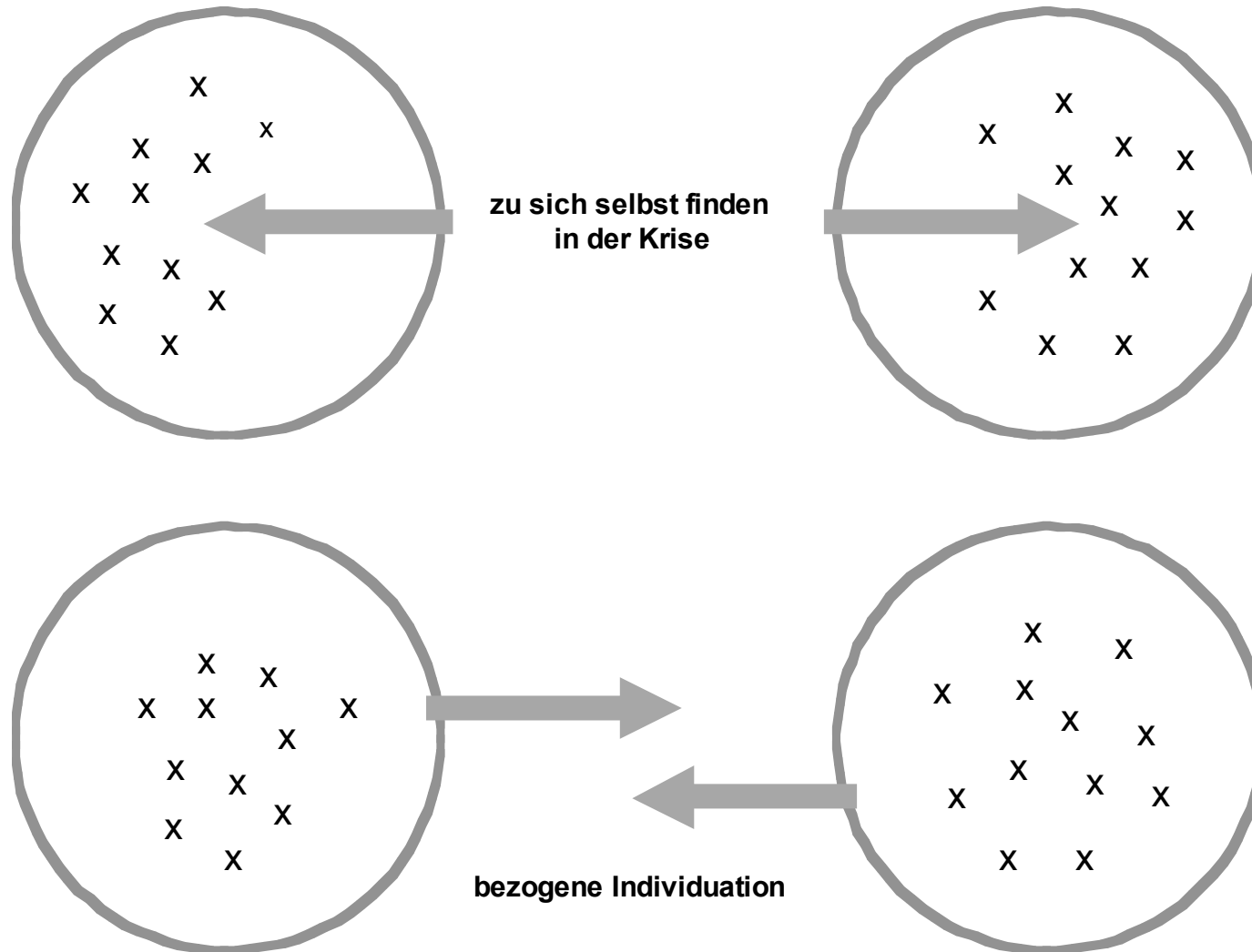
# Phasen im Paarkonflikt (1)



## Phasen im Paarkonflikt (2)

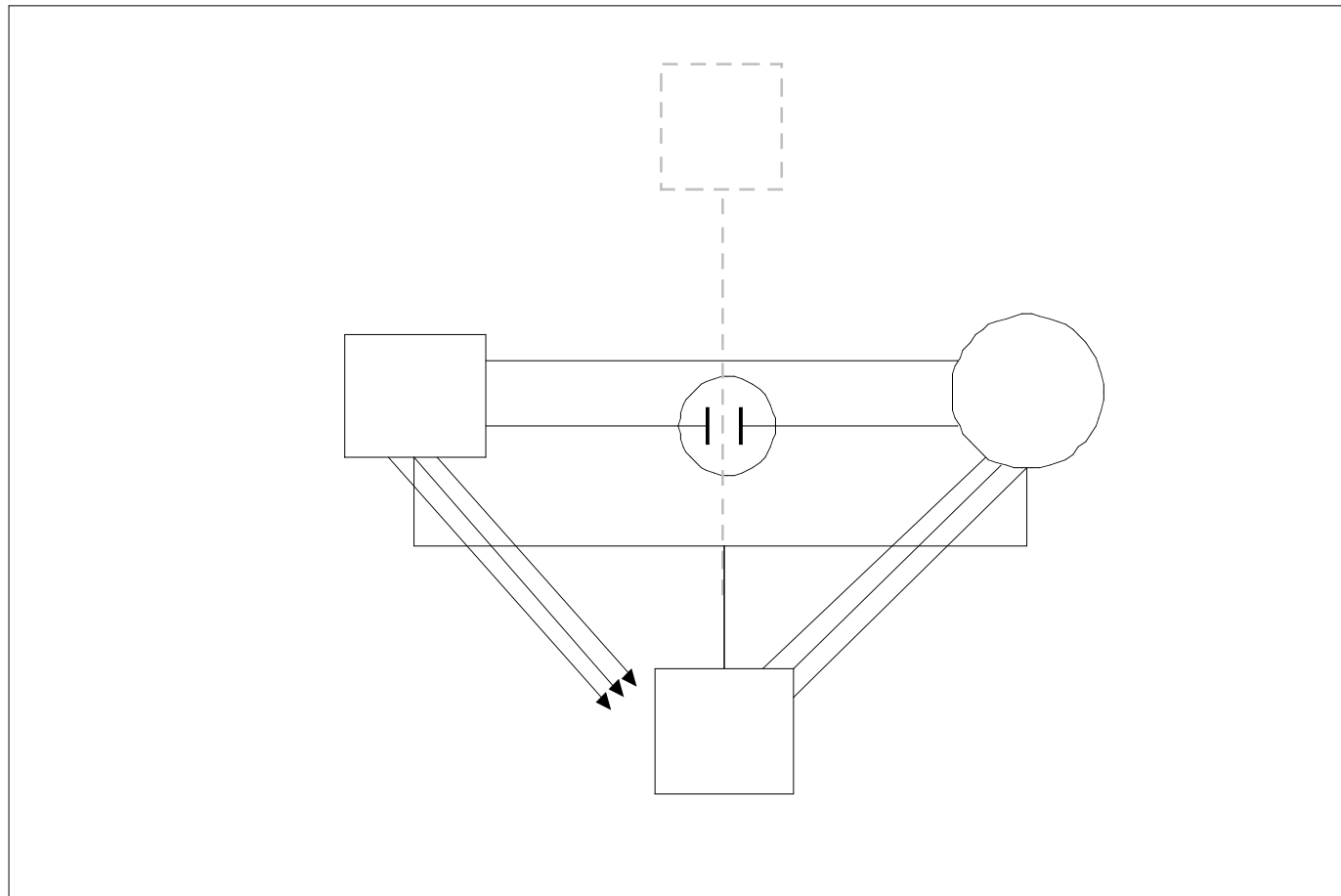


### Phasen im Paarkonflikt (3)



Triangulation

## Triangulation und heimlicher Symptom - "Gewinn" im System



## Ebenen des Bewußtseins

### **Ebenen des Bewusstseins**

- **Verbal, kognitiv**
- **bildlich**
- **emotional, affektiv**
- **Körper – Empfindungsebene**
- **Körper – Bewegungsebene**

## Methoden zum Brückenschlag

### **Methoden zum Brückenschlag**

Körper – System, System – Körper

**Verbindung zwischen den Systemen, z. B. :**

- **Übertragungsthema aktuell**
- **Parallele zur Geschichte**
- **Körperwahrnehmung**
- **Bilder, Erinnerungen**
- **Objektbeziehungsmuster**  
**gelernte Erfahrung, eingefahrenes Verhalten auf der Körperebene**
- **Auswirkungen im aktuellen Leben**  
**Körperarbeit, neuer Impuls**
- **Verbale, kognitive Verarbeitung**
- **Systemdeutung und Prozessbeschreibung im Sinne haltender Funktion**

## Methoden zum Brückenschlag (2)

oder:

- ⌘ Konflikt im System
- ⌘ Körperwahrnehmung: Gefühle, Affekte, Bilder
- ⌘ Objektbeziehungsmuster
- ⌘ Verhalten und Erleben im Körper
- ⌘ Übertragung, (Gegenübertragung)
- ⌘ Hilfe, alte Szenen abzukoppeln vom aktuellen Konflikt
- ⌘ Wahlmöglichkeit im Verhalten erweitern durch  
Körperarbeit und Körperimpulse
- ⌘ Rückkopplung ins aktuelle System

## **Interventionen auf wechselnden Ebenen des Bewußtseins**

- Sprache und Kognition
- Körperempfinden und Körpersprache
- Körperausdruck mit Atem, Stimme, Gebärden
- Sinneserfahrungen
- Affektives Erleben
- Innere Bilder
- Erinnerung
- Wertesysteme
- Szenisches Verstehen
- Imagination und Visionen
- Kognitive Zusammenfassung
- Prozessbeschreibung

# Interaktion im Raum

- Skulptur
- Symbole, Seile, Kissen, Stühle
- Bewegung im Raum
- Begegnung im Raum
- Gestaltarbeit mit leerem Stuhl
- Parts Party mit Persönlichkeitsteilen
- Lebensstrom
- Stühle der Eltern
- Platz fürs Innere Kind
- Heilsames Dissoziieren mit Symbolen
- Externalisieren
- Helferfiguren u. „Ideale Eltern“ im Raum