

INHALTSVERZEICHNIS

0. Vorwort	5
1. Einleitung	7
2. Krebs	9
2.1. Krebs - Ein Dämon	9
2.2. Krebs - Hypothesen und Therapieansätze	11
2.2.1. Medizin und Biologie zu Krebs	12
2.2.2. Der Krebs und die Psyche	13
2.3. Resümee der Krebs Hypothesen	22
3. Tanztherapie - Allgemeines Menschen- und Krankheitsbild	24
3.1. Tanztherapie als Krisentherapie in der Krebsnachsorge	25
4. Atmung	34
4.1. Atmen - Ein universeller Vorgang	34
4.2. Anatomie und Physiologie der Atmung	36
4.3. Psychologie der Atmung	39
4.3.1. Atmungstypen	39
4.3.2. Die Wellenform der gesunden Atmung	40
4.3.3. Atmen und Emotionen	42
4.3.4. Atmungsmuster und Charaktertypen	45
4.4. Atemmethoden	46
4.5. Die Atmung in der Körperpsychotherapie	53
5. Das Atmen in Tanztherapie und Tanzkunst	56
5.1. Die Rolle des Atems in Tanzkunst und -technik	57
5.2. Tanztherapeutische Konzepte der Atemarbeit	60
5.2.1. "Dürfen nur Tiere schnaufen?", Trudi Schoop	60
5.2.2. Kontrolle der Atmung bei Liljan Espenak	61
5.2.3. "Breathing together" bei Elaine Siegel	63
5.2.4. Chinesische Einflüsse bei Fe Reichelt	64
5.2.5. "Inner Shaping" bei Irmgard Bartenieff	66

5.3. Die frühe Mutter-Kind-Beziehung in Atem- und Formenflussmustern nach J. S. Kestenber	68
5.3.1. "Shape-Flow-Shaping"-System	69
5.3.2. KMP II in Bezug zu anderen entwicklungspsychologischen Konzepten	78
6. Anwendung tanztherapeutischer Atemarbeit bei Tumornachsorge-PatientInnen	82
6.1. Rahmenbedingungen, Setting	82
6.2. Bewegungsdiagnostische Merkmale der KrebspatientInnen	85
6.3. Tanztherapeutische Atemarbeit	91
6.3.1. Eingrenzung tanztherapeutischer Atemarbeit	92
6.3.2. Ziele und Wirkungen tanztherapeutischer Atemarbeit anhand von Fallbeispielen	95
6.4. Wellenstruktur atemgeleiteter Prozesse in der Tanztherapie mit KrebspatientInnen	121
7. Prozessbeispiel "Ein Haus mit Mutter"	124
7.1. Verlaufsbeschreibung	125
7.2. Auswertung	141
8. Zusammenfassung und Ausblick	143
9. Literaturverzeichnis	147

VORWORT

Fast 20 Jahre sind seit der Fertigstellung dieser Arbeit anlässlich des Abschlusses meiner Vollzeit-Ausbildung zur Tanz- und Ausdruckstherapeutin vergangen. Noch 1996 habe ich den ersten Preis ex aequo der IAACT (Internationale Gesellschaft für Kunst, Gestaltung und Therapie) für eine Kurzfassung der hier vorliegenden Abschlussarbeit mit dem Titel "Atem als formgebende Kraft im tanztherapeutischen Prozess mit Krebspatienten/Innen" gewonnen. Nun ist der Akademiker-Verlag ganz unverhofft an mich herangetreten. In Windeseile habe ich die alte Datei umformatiert und dabei minimale Veränderungen vorgenommen. Die Fassung wie „damals“ wurde ganz ohne Lektorat und ohne weiteres Anschauungsmaterial wie Fotos und auch ohne Ergänzung neuerer Literatur angefertigt, sozusagen als Rohling.

Die Themen des Atem- und Formenflusses sowie die Behandlung von Krebskranken spielen in meiner therapeutischen Arbeit weiterhin eine große Rolle. Durch neue Arbeitsfelder sowie Aus- und Weiterbildungen sowie die Zulassung zur Ausübung der Heilkunde im Fachgebiet der Psychotherapie haben sich sowohl die Erfahrungsbereiche als auch das Spektrum der Angebote noch erweitert. Insbesondere knüpfe ich heute an ein anthroposophisch orientiertes Menschenbild an, das tiefere Sichtweisen auf das Wesentliche von Entwicklungsprozessen ermöglicht. Bei der Arbeit mit den Krebspatienten sind mir zunehmend das zügige Verarbeiten der Verletzungen der Vergangenheit sowie der Aufbau neuer Lebenskräfte wichtig bis hin zu konkreten neuen Lebenszielsetzungen, bei denen es oft um die Neugestaltung des Innen- und Außenbezugs geht. Doch zwischen ganzheitlich-spirituellen und naturwissenschaftlichen Sichtweisen bestehen leider noch große Diskrepanzen, obwohl sich im onkologischen Bereich in den beiden vergangenen Jahrzehnten viel getan hat, u.a. werden die Behandlungsmethoden immer präziser, die Überlebensraten steigen und Patienten wünschen frühzeitig psychotherapeutische Begleitung.

Ein entscheidender psychotherapeutischer Faktor ist Empathie, die bis zu einer neuen Substanz aufbauenden Kraft werden sollte. Eine Leseprobe zu dem Thema „Meditation und Empathie“ sowie weitere Fachartikel finden Sie unter www.yoga-psychotherapie.de.

Mit herzlichen Dank an den Verlag!

Kerstin Löwenstein

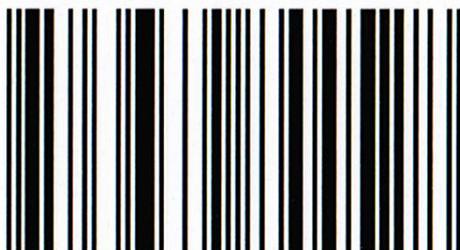
Bad Honnef, Pfingsten 2015

Atem und Bewegung als formgebende Kräfte

Krebstherapie ist eine Krisentherapie. Dabei ist die Fokussierung erneuernder und kräftigender Aspekte äußerst wichtig. Die therapeutische Anwendung des Bewegungsanalyse-Systems der Psychoanalytikerin J.S. Kestenbergs im tanztherapeutischen Prozess zeigt, dass bei den meisten Krebskranken die Atemmuster und die Bewegungsformung tiefgreifend blockiert sind. In diesen Störungen spiegelt sich ein deutlicher Rückzug von der Welt. Dementsprechend kann die Förderung authentischer Atem- und Bewegungsmuster die Fähigkeit zur individuellen Lebensgestaltung fördern. Konkrete Fallbeispiele zeigen auf, wie sehr diese Interventionen die Beziehungsverhältnisse, und den allgemeinen Kontakt zur Umwelt im Rahmen von Gruppentherapie-Prozessen verbessern. Die Empfindungstiefe und Ausdruckfähigkeit werden gefördert und zwar in Richtung des Erlebens von u.a. Nähe, Wärme, Halt, Vertrauen, Offenheit, Freiheit. Tanztherapeutische Atem- und Bewegungsgestaltungen können dazu beitragen, bei Krebskranken aus einer Existenzkrise eine Existenzchance werden zu lassen.



K. Löwenstein, Heilpraktikerin für Psychotherapie, gewann für die vorliegende Arbeit einen ersten Preis der Internationalen Gesellschaft für Kunst, Kreativität & Therapie. Sie arbeitet auch als Dipl. Biologin im Gesundheits- und Umweltbereich, als Supervisorin, Tanz-/Ausdruckstherapeutin, Yogalehrerin sowie -therapeutin und schreibt Fachartikel.



978-3-639-84452-8