

Udo Baer, Gabriele Frick-Baer
Tanztherapie: Leibbewegungen, Herzkreise und der Tanz der Würde
Berlin
Semnos Verlag 2025 / 4. überarbeitete Auflage
ISBN: 978-3-934933-63-7

© 2025 Semnos Verlag, Berlin
Alle Rechte vorbehalten
www.semnos.de
Umschlaggestaltung und Satz: Schacht 11, Essen
Druck: CPI books GmbH

Udo Baer, Gabriele Frick-Baer

Tanztherapie

Leibbewegungen, Herzkreise und der Tanz der Würde

Kreative Leibtherapie Band 6



Gabriele Frick-Baer (Neukirchen-Vluyn, Jg. 1952)

Dr. phil. (Erziehungswissenschaften), Diplom-Pädagogin, Kreative Leibtherapeutin Tanztherapeutin, Vorstandsmitglied der Stiftung Würde, Kreative Traumatherapeutin, Autorin. www.baer-frick-baer.de

Udo Baer (Neukirchen-Vluyn, Jg. 1949)

Dr. phil. (Gesundheitswissenschaften), Diplom-Pädagoge, Kreativer Leibtherapeut Vorsitzender der Stiftung Würde, Leiter der Semnos-Akademie für Kreative Leibtherapie, Autor. www.baer-frick-baer.de

Inhalt

	Vorbemerkung und Statement 2025	10
	Vorwort 2001	14
	Vorwort	17
1	Tanzen und Erleben.	20
	1.1 Was dem Tanzen innewohnt	20
	1.2 Tanz zwischen Domestizierung und Erlebnisöffnung	30
2	Leibwahrnehmung.	39
	2.1 Leib	39
	2.2 Achtsamkeit	45
	2.3 Integrierte Körperwahrnehmung	52
	2.4 „Lebendige“ und „stille“ Leibinseln	57
3	Regungen des Leibes	65
	3.1 Leibregungen	65
	3.2 Erregungskonturen und Leibbewegungen	70
	3.3 Impulse und Improvisation	75
4	Wege der Veränderung	80
	4.1 Leibmuster	80
	4.2 Therapie-„Ziele“	83
	4.3 Wodurch verändert Tanz- und Bewegungstherapie?	90
	4.3.1 Veränderung in Alltag und Therapie	90
	4.3.2 Tänzerische Identifikation und Haltungsverwechsel	95
	4.4 Defragmentierung und Integration	99
5	Leibresonanz und therapeutische Haltung	101
	5.1 Kontakt, Begegnung und Resonanz	101
	5.2 Feedback und Sharing	105
	5.3 Leibresonanz in der therapeutischen Praxis	108
	5.4 Übertragung und Gegenübertragung	115
	5.5 Klient*innenkompetenz statt Körperlesen	120

6	Vom Gespräch zur Bewegung	135
6.1	Körperaspekte aufgreifen	137
6.2	Beziehungsaspekte aufgreifen	139
6.3	Verraumungaspekte aufgreifen	142
6.4	Sprache und Stille	144
7	Leibbewegungen und Erregungskonturen in der therapeutischen Praxis	146
7.1	Vorbemerkungen	146
7.2	Erregungskonturen	148
7.2.1	Erregungsverläufe, Erregungskonturen, Leibmuster. . .	148
7.2.2	Erlebnisöffnende Zugänge	153
7.2.3	Hinweise zur Therapie	160
7.3	Primäre Leibbewegungen	167
7.3.1	Wieso „primär“?	167
7.3.2	Schauen	173
7.3.3	Tönen	179
7.3.4	Greifen	181
7.3.5	Drücken	187
7.3.6	Lehnen	191
7.3.7	SchAR: Scham, Angst, Resignation	194
7.4	Richtungs-Leibbewegungen	197
7.4.1	Richtung, Raum, Bewegung	197
7.4.2	Zugänge: hinein-hinaus (innen-außen)	200
7.4.3	Zugänge: rechts-links	206
7.4.4	Zugänge: hoch-hinunter (oben-unten)	210
7.4.5	Zugänge: vor-zurück (vorn-hinten)	212
7.5	Konstitutive Leibbewegungen	215
7.5.1	Vom Sein zum Tun	215
7.5.2	Diffus und prägnant.	218
7.5.3	Erlebnisöffnende Zugänge	222
7.6	In sich wohnen – sich fremd sein	225
7.7	Diagnostik, Pathologie und Therapie – Leitlinien und Hinweise	228

7.7.1	Diagnostik	228
7.7.2	Zugänge	229
7.7.3	Pathologie	231
7.7.4	Therapeutische Leitlinien	232
8	Schattenbewegungen, Gesten und	
	Bewegungsrituale.	235
8.1	Schattenbewegungen	235
8.2	Gesten und Bewegungsrituale	240
8.2.1	Der Herzkreis	244
8.2.2	Loslassen	254
9	Leibtänze.	260
9.1	Hexentanz	260
9.2	Methoden und Modelle	264
9.3	Praxisanregungen	269
9.3.1	Tanz der Würde	269
9.3.2	Tanz der Sehnsucht / Tanz der Hoffnung	274
9.3.3	Tanz des Glaubens	279
9.3.4	Ich-bin-ich-Tanz	281
9.3.5	Tanz der Närrinnen und Narren	285
9.3.6	Tanz des Reichtums	287
10	Tänzerischer Dialog	290
10.1	Resonanz – Dialog – Therapie	290
10.2	Diagnostik und Veränderung	293
10.3	Kontaktaufnahme – Kontaktmuster	295
10.4	Tridentität	298
10.4.1	Tridentitätsmodell und tänzerischer Dialog	298
10.4.2	Nähren	302
10.4.3	Spiegeln	306
10.4.4	Gegenüber	309
10.5	Beziehungen tanzen	314
10.6	Themenzentrierte Dialoge	318

10.7	Sonderformen des tänzerischen Dialoges	321
10.7.1	Ping-Pong-Dialog.	331
10.7.2	Tanz der Hände	322
10.7.3.	Dialog der Augen	324
10.7.4	Rücken-Dialog	325
10.7.5	Faden-Dialog	328
10.7.6	Tänzerischer Dialog mit Medien	330
10.7.7	Imagination und tänzerischer Dialog	333
10.8	Tänzerischer Dialog mit Gebrechlichen.	334
10.9	Was man falsch machen kann	339
11	Bedeutungsräume	344
11.1	Ökologische Psychologie und Bedeutungsräume	344
11.2	Der Intime Raum	346
11.3	Der Persönliche Raum.	352
11.4	Der Raum der Begegnung.	357
11.5	Niemands-Räume	360
12	Verraumen	369
12.1	Verraumen als therapeutische Methode	369
12.2	Raum und Leib	371
12.3	Raumtriptychon	376
12.4	Verraumen von Leibaspekten	385
12.4.1	Sprache und Imaginationen	385
12.4.2	Körper	389
12.4.3	Gefühle	392
12.4.4	Sozial-Verraumen.	397
12.5	Verraumen von Prozessen	401
12.6	Tanzräume	407

12.7	Verraumen mit Kindern	410
12.8	Und noch einige Anregungen.....	413
12.8.1	Themen	413
12.8.2	Zwischenräume und Übergänge	415
12.8.3	Diffuses und Stockungen	418
12.8.4	Leere und Nichts	419
12.9	Verraumen und therapeutische Veränderung	420
12.10	Tipps und: Was man falsch machen kann	425
13	Körperbild und Körpererleben	430
13.1	Körperbild	430
13.2	Systematische Körperbildarbeit	436
13.3	Fokussierende Körperbildarbeit am Beispiel Krankheit/Gesundheit.....	448
13.4	Körperbildarbeit mit Essgestörten.....	455
13.5	Körperbildarbeit und Trauma.....	462
14	Tanz- und Bewegungstherapie in der Psychiatrie.....	471
14.1	Psychiatrische Erkrankung als chronifizierte Krise.....	471
14.2	Das Erleben der Depression	475
14.3	Das Erleben der Schizophrenie.....	483
14.4	Rahmenbedingungen leiborientierter Tanz- und Bewegungstherapie.....	488
14.5	Senso-motorisches Basistraining	494
14.6	Möglichkeiten und Notwendigkeiten leiborientierter Tanz- und Bewegungstherapie.....	501
	Literaturverzeichnis.....	503
	Literaturverzeichnis Teil 2: aktuelle Ergänzung	521