



„Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus“

– ein Einführungswochenende in die Bodydynamic Arbeit

08. - 10. Juli 2022 im ZIST in Penzberg

Leben wir in einem postmodernen Zeitalter des Narzissmus und der Selbstbezogenheit? Viele würden diese Frage wohl bejahen.

In den Medien werden wir Zeugen von immer neuen Realityshows, in denen Körperkult und Selbstoptimierung zelebriert werden. Parallel dazu hat die neue Ideologie des Individualismus in unser Denken Einzug gehalten und propagiert Leistungsbereitschaft, Unabhängigkeit und Selbstverwirklichung um jeden Preis.

Die Folgen sind ein progressiver Verlust an Bindung und Beziehungsfähigkeit, an wahrer Freundschaft und Familienzusammenhalt. Wir werden verstärkt mit inneren Gefühlen der Leere, Sinnlosigkeit und Einsamkeit konfrontiert und suchen den Ausweg über Ersatzbefriedigungen wie z.B. obsessives Konsumverhalten.

Inzwischen ist auch wissenschaftlich bestätigt, dass narzisstische Prägungen unmittelbar auf mangelnde oder traumatische Bindungserfahrungen in unserem frühen Leben zurückzuführen sind. In dem Maße, wie uns liebevolle, haltgebende Beziehungserfahrungen versagt wurden, lernen wir, uns auf ein oberflächliches - weil über fehlende emotionale Spiegelung eines tiefergehenden Selbstgefühls beraubt - Selbst zu beziehen; Wir werden „selbstbezogen“!

Kaum bekannt ist aber, wie und auf welche Art wir in diesem Prozess auch den Zugang zu tieferen Dimensionen unserer Selbsterfahrung, beginnend mit dem „Körperselbst“, verlieren. Tatsächlich ist es so, dass der schrittweise Verlust an Tiefensensibilität, die Aufspaltung wie auch die Verhärtung speziell der Oberflächenmuskulatur die Grundlage narzisstischen Erlebens ausmachen. D.h. Narzissmus wird über eine spezifische körperliche Konstituierung in uns angelegt!

In diesem Zusammenhang vermittelt uns die präzise Beschreibung unserer psychomotorischen Entwicklung im Rahmen des Bodydynamic Charakter Struktur Modells wertvolle Hinweise wie auch praktische Behandlungsansätze für eine nachhaltige therapeutische Arbeit mit narzisstischen Phänomenen:

Das kleine Baby (1 Monat bis ca. 1 Jahr, Bindungsphase) erlebt (Ver-) Bindung zu seinen frühen Bezugspersonen unmittelbar körperlich auf Grundlage einer inneren Verbundenheit mit seinem Körperzentrum und seinen Körpersensationen.

Werden dem Baby natürliche Bedürfnisse versagt oder wird es durch Trennung oder Unfähigkeit der Eltern, eine sichere körperlich wie emotionale Bindung einzugehen, traumatisiert, verliert das Kind nicht nur die sichere (Ver-) Bindung zu seinen Eltern im Außen; Es verliert darüber hinaus auch die Verbindung zum eigenen Körper selbst bzw. zu seinem Kernselbst. Die Folge ist eine „Aushöhlung“ und (Körper-) Sinnentleerung auf einer sehr fundamentalen Ebene. Dieser Verlust an tieferem Selbsterleben und die daraus resultierende innere Leere und tiefe Resignation in Bezug auf natürliche Bindungsbedürfnisse machen den Kern der narzisstischen Veranlagung aus.

In der Folge erlernt das kleine Kind sukzessive Strategien, um sich mit dem eigenen Selbst bzw. Selbstbild zu beschäftigen und sich auf selbst zurückzuziehen.

So fängt es in der Phase der Autonomie (ca. 1 Jahr bis 2,5 Jahre) an sich fortzubewegen und die Welt jenseits seiner nächsten Bezugspersonen zu explorieren. Wenn es zuvor Bindung als Mangel erlebt hat, wird die Bewegung im Außen zu einer Fortbewegung auch im Sinne einer Vermeidung. Dazu werden wichtige, tief liegende Rumpfmuskeln wie z.B. der Psoas besonders angespannt bzw. „hyperaktiviert“ und damit der Oberkörper vom Unterkörper „abgetrennt“. Seine Bewegungen werden vom Zentrum „abgekoppelt“ und nicht mit seinem tieferen Selbsterleben verbunden sein. In dem Maße wie seine neue Selbstständigkeit und entsprechende Aktivitäten im Außen dann auf Kosten tieferer Bindung von seinen Eltern Anerkennung erfahren, entsteht ein „Oberflächenselbst“, das sich primär über Aktivität im Außen bestätigen und auch schützen muss. Es entsteht eine starke Selbstbezogenheit auf das eigene Tun, das immer wieder narzisstischer (Selbstwert-) Bestätigung von anderen bedarf.

An diesem Wochenende „reisen“ wir mittels spezifischer körperlicher Übungen durch die frühen Entwicklungsphasen des Kindes und wollen uns darüber wieder mit den tieferen Dimensionen unseres Selbsterlebens im Spüren wie auch in der Bewegung verbinden.

Dabei nutzen wir besonders altersspezifische motorische Bewegungen, um die jeweiligen Faszien und Muskeln – besonders um unser Herz- und unser Bauchzentrum herum- und die ihnen innewohnenden natürlichen Ressourcen neu zu aktivieren.

Alle Übungen werden mit einem Partner/Partnerin oder in der Gruppe ausgeführt, damit wir die Möglichkeit haben, neue, heilsame Beziehungserfahrung zu machen, um so neue (Ver-) Bindung im Innen wie im Außen zu schaffen.

Neben der Selbsterfahrung wird es auch eine kurze theoretische Einführung in die frühen Entwicklungsphasen und die korrespondierende Entstehung narzisstischer Strukturen geben.

Seminarleitung:

Michael Rupp ist Psychotherapeut (HPG) und arbeitet in eigener Praxis in München.

Davor war er viele Jahre als Sozialpädagoge in der Jugendhilfe tätig, davon 5 Jahre als Leitung und gleichzeitig Therapeutischer Fachdienst in 2 Heil-pädagogischen Tagesstätten.

Er wurde darüber hinaus in verschiedenen humanistischen Therapieformen, wie Bioenergetik, Arbeit mit den Inneren Kind u.s.w. ausgebildet und studierte 7 Jahre lang transpersonale Psychologie, Diamond Logos, unter Faisal Muqqadam.



Seit der Beendigung seiner Ausbildung zum Bodydynamic Practitioner und Bodydynamic Schock/Trauma-Therapeuten ist er Teil des internationalen Trainer Teams und leitet Ausbildungsmodul in Deutschland, Portugal und Russland.

