

## Rezension

Kirstin Mayser

### Sabine C. Koch: Embodiment – Der Einfluss von Eigenbewegung auf Affekt, Einstellung und Kognition (Logos Verlag, Berlin, 2011)

Mit der vorliegenden Arbeit der promovierten Psychologin sowie Tanz- und Bewegungstherapeutin Sabine C. Koch, „Embodiment – Der Einfluss von Eigenbewegung auf Affekt, Einstellung und Kognition“ (Logos Verlag, Berlin, 2011), ist eine sehr umfangreiche, differenzierte und anspruchsvolle Beschäftigung mit diesem Phänomen gelungen, die einerseits kleinschrittig empirische Grundlagen auf Basis eigener Studien beleuchtet, andererseits im Rahmen von Anwendungsstudien auch dem praxisnahen Leser Ideen und Anregungen mit auf den Weg gibt bzw. Perspektiven für weitere Forschung aufzeigt.

Die Arbeit gliedert sich in 6 Kapitel, beginnend mit einem theoretischen Teil, der philosophisch-phänomenologischen Grundlegung – semantische und begriffliche Einbettung, u. a. Herleitung des Begriffes Leiblichkeit nach Merleau-Ponty im Sinne eines dynamischen, bidirektionalen Konstruktes – und auch psychologischen Grundlegung – kognitionswissenschaftlich (Körperfeedbackforschung und social Embodiment) sowie bewegungsanalytisch (Kerstenberg Movement Profile, KMP, 1995). Diese KMP-Theorie nach Kerstenberg dient der Autorin als Grundlage, da diese recht griffig erstmals den Einfluss von Bewegungsformen (z. B. Annäherung vs. Vermeidung, wachsen vs. schrumpfen) und auch Bewegungsqualitäten (z. B. rund vs. eckig, leicht vs. kraftvoll) enthält und sich daraus Vorhersagen auf Bedürfnisse und Affekte durch bestimmte Bewegungen bzw. Rhythmen ableiten lassen, weniger auf Einstellungen oder gar Kognitionen – beides ließ sich theoriekonform empirisch nachweisen.

Letztlich konnte die Autorin in sehr sorgfältig und aufwändig geplanten insgesamt 15 Studien (8 Grundlagen- und 7 Anwendungsstudien) von intelligentem Design zeigen, dass neben der Tatsache, welche Bewegung ausgeführt wurde (Form, z. B. Annäherungsbewegung beidarmig), auch die Art und Weise, wie die Bewegung ausgeführt wurde (Qualität, z. B. rund vs. eckiger Rhythmus, vgl. Studie 3), entscheidenden Einfluss auf Affekt und Einstellung hatte. Dabei zeigte sich in ihren methodisch fundierten Analysemethoden (je nach Fragestellung bzw. angepasst an ihre Hypothesen multivariante

Varianzanalysen oder einfaktorielle ANOVA bzw. t-Tests für Mittelwertsunterschiede), dass z. B. bei der Beurteilung von valenzfreien chinesischen Schriftzeichen durch die Pbn die Bewegungsform z. B. wachsen vs. schrumpfen eher kongruente Auswirkungen auf den Affekt, die Bewegungsqualität eher entsprechende Effekte auf die Einstellung hatte. Kognitive Maße wie z. B. Reaktionszeit bei der Beurteilung dieser Zeichen oder Gedächtnisleistung durch free recall wurden gemäß der KMP-Theorie wenig beeinflusst.

Im praxisbezogenen Teil zeigt die Autorin anschaulich auf, welche spezifischen klinischen Wirkungen Rhythmen haben, im Speziellen wirken Hüpfbewegungen antidepressiv und vitalisierend, Wiegebewegungen eher anxiolytisch und beruhigend. Auch lässt sie nicht unerwähnt, dass sich Hypnose durch die Benutzung des Pendulums runder, immer kleiner werdender Rhythmen bedient, womit Regression gefördert und damit gewünschtes freies Assoziieren erleichtert wird. Dem entgegen verweist sie auf die sakkadischen Augenbewegungen bei EMDR, eckige Rhythmen auf horizontaler Bewegungsebene, die eine Trennung von traumatischen Ereignissen und die Förderung einer analytischen Perspektive ermöglicht. Das Buch schließt mit 2 nichtklinischen Anwendungsstudien, einer Pilotstudie zum Körpergedächtnis (wonach leichte Bewegungen und offene Formen positive Affekte hervorrufen, ebenso leichte Bewegungen mehr positive Erinnerungen hervorrufen als kraftvolle) und einer Studie zum Thema Kommunikation durch Händedruck (dazu wählte die Autorin das BIG FIVE Persönlichkeitsfaktorenmodell, wonach ein fester Händedruck eher mit Extraversion und Offenheit, weniger mit Neurotizismus in Verbindung gebracht wurde).

Im letzten Abschnitt diskutiert und reflektiert die Autorin zusammenfassend ihre Ergebnisse und merkt selbstkritisch an, dass – trotz ihrer Befunde mit neuem Forschungspotenzial, wie z. B. weitere Beschäftigung mit der Rolle des Körpergedächtnisses, stärkerer Fokus auf interaktive Implikationen anstelle der KMP-lastigen Individualzentrierung, Einbezug von symbolischer Ebene im Rahmen psychotherapeutischer

Prozesse, Bewegung also als nonverbale Metapher verstehen – Grenzen ihrer Arbeit darin bestehen, dass Bewegungen zu komplex, flüchtig und auch ganzheitlich sind, um sie erschöpfend experimentalpsychologisch zu erfassen. Auch sei ihr Setting überwiegend künstlich gewesen, so dass auch Versuchsleiter – und Erwartungseffekte nicht ausgeschlossen werden könnten.

Trotz allem hat sich die Autorin als Erste an das Forschungsfeld gewagt, den Einfluss von dynamischen Qualitäten auf die Körperfeedbackforschung zu untersuchen und die Motorikseite des Bidirektionalitätsmodells ausdifferenziert. Dies ist ihr auf sehr konzentrierte und engagierte Weise gelungen, wobei ihre Arbeit den Fokus wie beschrieben eher auf der empirischen Grundlegung hat als auf der Anwendungsorientierung. Dem interessierten Leser sei daher empfohlen – und

dies ist ein Vorteil dieser Arbeit, die gute Gliederung und Unabhängigkeit der großen Abschnitte – direkt die Kapitel zu studieren, die für ihn von Interesse sind. Auch Kapitel 6, Diskussion und Ausblick, enthält eine sehr gute überblicksartige Zusammenfassung aller bisherigen Studienergebnisse, so dass sogar mit der Lektüre dieses Abschnitts begonnen werden kann, um sich dann kapitelweise so detailliert wie gewünscht den entsprechenden Untersuchungsgegenständen anzunähern.

#### ■ Korrespondenzadresse

Dipl.-Psych. Kirstin Mayer  
Psychologische Psychotherapeutin  
Nymphenburger Str. 155  
80634 München