Inhoud

Woord vooraf 9

Woorden van dank 13

Reflecties bij de titel 15

Het transdisciplinaire kader van Experiential Bodywork® 19

Illustraties vooraf 29

Deel 1
Basisbegrippen ontwikkelingsdynamisch denken in geïntegreerd lichaamswerk 35

Hoofdstuk 1
Zelf, bewustwording en fulcra 37
Wie of wat is er onderweg? 37
Bewustworden als kernproces van de individuele ontwikkeling 38
Het zelf onderweg 41
De vroegste fulcra, een eerste verkenning 43
Het derde tot zesde fulcrum in vogelvlucht 45

Hoofdstuk 2
Het gelaagde lichaam 51
De ontdekking van het fysieke lichaam 51

De ontdekking van het emotionele lichaam 56
Een bijzonder bruggetje 61
De ontdekking van het conceptuele lichaam 63
De ontdekking van het sociale lichaam 65
De ontdekking van het rijp-mentale lichaam 66
De ontdekking van het existentiële lichaam 67
De ontdekking van het versmeltende lichaam 69

Hoofdstuk 3
Spierpantser, lichaamsgeheugen en psychosomatisch conflict 71
Het spierpantser 71
Het lichaamsgeheugen 82
Het psychosomatische conflict 88

Deel 2
De praktijk van geïntegreerd lichaamswerk 103

Hoofdstuk 4
Het gelaagde lichaam verschijnt in therapie 105
Fulcrum 0: aan de slag met het versmeltende lichaam 105
Fulcrum 1a/b: aan de slag met het bewegend-prikkelbare lichaam 107
Fulcrum 1c: aan de slag met het bewegend-waarnemende lichaam 109
Overgang fulcrum 1 naar 2: aan de slag met het oeroborische lichaam 110
Fulcrum 2a: aan de slag met het vitaliserende lichaam 111
Fulcrum 2b: aan de slag met het emotionele beeldlichaam 113
Fulcrum 3: aan de slag met het vroeg-talige 'verbale' lichaam 114
Fulcrum 4: aan de slag met het verbindende 'sociale' lichaam 117
Fulcrum 5: aan de slag met het rijp-mentale 'verhalende' lichaam 118
Fulcrum 6a: aan de slag met het integrerende 'centaurische' lichaam 120
Fulcrum 6b: aan de slag met het existentiële 'unheimliche' lichaam 122

Hoofdstuk 5
Aan de slag met het gelaagde lichaam in Experiential Bodywork® 125
Enkele basisinstrumenten 125
Een blik op het ruimere kader 133

Hoofdstuk 6
Casuïstiek 139
Experiential Bodywork®, een typische opbouw 139
Experiential Bodywork®, een andere opbouw 147

Slotbeschouwing 155

Bijlage
Het lichaam in lichaamsgerichte psychotherapie, een gelaagde verschijning? 161

Eindnoten 177

Referentielijst 189