

Hans Gunia • Cynthia Quiroga Murcia

Tango in der Psychotherapie

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Dipl.-Psych. *Hans Gunia*, Lehrtherapeut und Supervisor VT und DBT, ist in eigener verhaltenstherapeutischer Praxis in Darmstadt und in der Fortbildung tätig.

Dr. *Cynthia Quiroga Murcia*, Psychologische Psychotherapeutin, ist in eigener verhaltenstherapeutischer Praxis in Darmstadt tätig und forscht über Wirkungen des Tango Argentino.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02673-9 (Print)

ISBN 978-3-497-60421-0 (PDF)

© 2017 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Covermotiv: © h3l3na / Fotolia

Fotos im Innenteil: Wolfgang Fuhrmanek, Frankfurt a. M.

Satz: JÖRG KALIES – Satz, Layout, Grafik & Druck, Unterumbach

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort und Danksagung	7
Einleitung	9
Theoretischer Teil	13
Geschichte der Verhaltenstherapie	13
Die Ursprünge in der Lerntheorie	13
Die kognitive Wende	15
Die dritte Welle der Verhaltenstherapie	16
Körperverhaltenstherapie.....	19
Tango Argentino und Verhaltenstherapie.....	20
Verhaltenstherapeutische Bausteine für die Kombination mit Tango Argentino	21
Das SORKC-Schema.....	22
Kommunikationsstrategien	23
Psychoedukation.....	27
Achtsamkeit	28
Tango Argentino	33
Grundelemente und Regeln des Tango Argentino	33
Geschichte des Tango Argentino	34
Praktischer Teil	42
Qualifikation der Trainer	42
Setting in den Workshops	42
Allgemeiner Ablauf der Workshops	43
Borderline-Persönlichkeitsstörungen	46
Information über die Störung	48
SORKC-Analyse in der Behandlung von Borderline- Persönlichkeitsstörungen	50
Manual für einen Tages-Workshop	52
Schizophrenien	57
Information über die Störung	57

SORKC-Analyse in der Behandlung von Schizophrenien	59
Manual für einen Tages-Workshop	61
Depressionen	66
Information über die Störung	67
SORKC-Analyse in der Behandlung von Depressionen	68
Manual für einen Tages-Workshop	70
Parkinson	75
Information über die Störung	76
SORKC-Analyse in der Behandlung der Parkinson-Erkrankung	77
Manual für einen Tages-Workshop	79
Paartherapie	84
Information über Paarprobleme	84
SORKC-Analyse in der Behandlung von Paarproblemen	86
Manual für einen Zwei-Tages-Workshop	87
Exkurs: Tango und Achtsamkeit	96
Übungen zum Wahrnehmen	96
Übungen zum Teilnehmen	97
Indikationen, Kontraindikationen und Probleme	100
Ausblick	102
Literatur	103
Sachregister	108
Anhang	109
Anhang 1: Fragen zum Kennenlernen	109
Anhang 2: Validierung	109
Anhang 3: Aktives Zuhören	110
Anhang 4: Ich-Botschaften	110
Anhang 5: Eine Bitte äußern	111
Anhang 6: Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	112