

## Wissenschaftlichkeit der HAKOMI Methode



Als Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Körperpsychotherapie (DGK) und der European Association for Body Psychotherapy (EABP) ist das HAKOMI-Institut grundsätzlich verpflichtet, die theoretischen Grundlagen und Konzepte und die Interventionstechniken auf dem Hintergrund wissenschaftlich anerkannter Theoriezusammenhänge in regelmäßigen Abständen darzustellen und plausibel zu machen.

Zuletzt geschah dies im Rahmen der Reakkreditierung des HAKOMI Instituts als Ausbildungsinstitut im März 2009 auf dem Treffen des EABP-Forums auf Mallorca.

Die HAKOMI Methode ist eine tiefenpsychologisch fundierte, körperorientierte Psychotherapiemethode. Sie arbeitet auf der Basis von Achtsamkeit und ist erfahrungszentriert. Kernstück der Methode ist die multimodale Untersuchung der Wirkfaktoren des aktuellen Erlebens und Handelns im Zustand der Achtsamkeit. Auf diesem Hintergrund werden mit dem/r KlientIn/PatientIn zusammen spezifische korrigierende neue Erfahrungen kreiert und gemacht, die zu einer heilsamen Erweiterung im Erleben des/r KlientIn/PatientIn führen.

Insofern bezieht sich die HAKOMI Methode auf unterschiedliche wissenschaftliche Erkenntnisse und Theorien. Genannt werden im Folgenden nur **aktuelle** wissenschaftliche Theorien und Forschungsergebnisse:

### Für die Theorien zur kindlichen Entwicklung

- Bentzen, M. (2006): Formen des Erlebens: Neurowissenschaft, Entwicklungspsychologie und somatische Charakterbildung. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 304-328. Stuttgart: Schattauer
- Downing, G. (2006): Frühkindlicher Affektaustausch und dessen Beziehung zum Körper. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 333-350. Stuttgart: Schattauer
- Schore, A.N. (1994): Affect Regulation and the Origin of the Self. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Ass.
- Stern, D. (1985): The Interpersonal World of the Infant. New York. Basic Books.

---

HAKOMI Integrative Psychology Institute of Europe e.V.

Institutsvorstand:  
Cora Cornels  
Hans-Joachim Diehl  
Helga Holzapfel  
Ulrich Holzapfel  
Halko Weiss

Postbank Karlsruhe  
Konto 275538753  
BLZ 660 100 75  
IBAN DE72 660100 750 275538753  
BIC PBNKDEFF  
info@hakomi.de

Eingetragener Verein  
VR 1650  
Gemeinnützigkeit  
Finanzamt Heidelberg  
[www.hakomi.de](http://www.hakomi.de)

Founder: Ron Kurtz  
Verwaltung:  
Weissgerbergasse 2a  
90403 Nürnberg  
Geschäftsführung:  
Ursula Plitt

## **Für den Zusammenhang zwischen Körper und Psyche als Grundlage körperpsychotherapeutischer Arbeit**

- Caldwell, C. (2006): Bewegung als Psychotherapie und in der Psychotherapie. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 430-441. Stuttgart: Schattauer
- Downing, G. (1996): Körper und Wort in der Psychotherapie. München: Kösel
- Grand, I. (2006): Das verkörperte Unbewusste. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 221-230. Stuttgart: Schattauer.
- Geuter, U. (2004): Körperpsychotherapie und Erfahrung. Zur Geschichte, wissenschaftlichen Fundierung und Anerkennung einer psychotherapeutischen Methode. Report Psychologie 29, Heft 2, 98-111
- Kurtz, R. (1990): Body-Centered Psychotherapy. The Hakomi method. The integrated use of mindfulness, nonviolence and the body. Mendocino CA: LifeRhythm.
- Kurtz, R. (1994): Hakomi – Eine körperorientierte Psychotherapie. München: Kösel
- Kurtz, R. (2006): Körperausdruck und Erleben in der körperorientierten Psychotherapie. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 414-422. Stuttgart: Schattauer
- Weiss, H. und Harrer, M. (2006): Der Körper und die Wahrheit. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 273-289. Stuttgart: Schattauer.
- Weiss: H. (2006): Der erfahrende Körper. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 423-429. Stuttgart: Schattauer

## **Für die neurobiologischen Zusammenhänge**

- Damasio, A. (1997): Descartes Irrtum. Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn. München: dtv.
- Damasio, A. (2010): Self Comes to Mind: Constructing the Conscious Brain. New York: Pantheon Books.
- Gottwald, C. (2004): Bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie – Angewandte Neurobiologie? Psychotherapie Bd. 9, Heft 2 185-218. München: CIP-Medien

- Gottwald, C. (2006): Neurobiologische Perspektiven zur Körperpsychotherapie. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 119-137. Stuttgart: Schattauer.
- Morgan, Marilyn (2006): Das Körperunbewusste und die Neurowissenschaft. In: In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 231-245. Stuttgart: Schattauer.

## **Für die spezifische Bedeutung von Achtsamkeit in der Körperpsychotherapie und in der HAKOMI Methode**

- Heidenreich, T. & Michalak, J., (Hrsg.) (2004): Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Tübingen: dgvt
- Johansen, G. (2004): A Survey of the Use of Mindfulness in Psychotherapy. The Annals of the American Psychotherapy Association 9(2), 15-24
- Stern, D. (2004): The present moment. New York: W.W. Norton.
- Weiss, H. (2006): Bewusstsein, Gewahrsein und Achtsamkeit. In: Marlock, G., Weiss, H. (Hrsg.) (2006): Handbuch für Körperpsychotherapie 406-413. Stuttgart: Schattauer
- Weiss, H., Harrer, M.E. & Dietz, T. (2010): Das Achtsamkeitsbuch. Stuttgart: Klett-Cotta

## **Empirische Studien**

- Günther, U. (2006). Hakomi: Strength & Limitations: Indications and Contraindications for the Use of Hakomi with Clients with Significant Clinical Disturbances. Hakomi Forum, 16-17, 35-42.
- Kaschke, Martin 2010: Untersuchung der Störungsspezifität ambulanter Körperpsychotherapien; <http://www.ub.uni-heidelberg.de/archiv/10909>
- Koemeda-Lutz u.a.(2006): Evaluation der Wirksamkeit von ambulanten Körperpsychotherapien EWAK Eine Multicenter-Studie in Deutschland und der Schweiz. In: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie: Thieme Verlag Stuttgart-New York, S. 480-487
- Mehling et al. 2011: Body Awareness: a Phenomenological Inquiry into the Common Ground of Mind-Body Therapies. In: Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine 6:6