

Martin Fischer, Universität Bremen, Diplomarbeit Weiterbildung, 1999  
"Über den Zusammenhang von Bewegung, Körpererfahrung und Lernen"  
Kontakt: [martin.fischer@01019freenet.de](mailto:martin.fischer@01019freenet.de) in Bremen

## Gliederung

Einleitung

Gliederung

1. Der Körper in der gegenwärtigen Kultur
  - 1.1. Paradoxien von Körperkult und Körperferne
  - 1.2. Der Körper in der Erwachsenenbildung
  - 1.3. Erörterung des Begriffs 'Bewegung'
  - 1.4. Zur Verwendung des Begriffs 'Körperarbeit'
2. Das Gehirn – physiologische Grundlage des Lernens und des Bewusstseins
  - 2.1. Die Nervenzellen
  - 2.2. Zum Aufbau des Gehirns
    - 2.2.1. Die vertikale Einheit des Gehirns
    - 2.2.2. Die horizontale Einheit des Gehirns
  - 2.3. Was heißt 'Lernen' in der Psychologie?
  - 2.4. Was heißt 'Lernen' auf neurophysiologischer Ebene?
  - 2.5. Wie lassen sich Gehirn und Bewusstsein in Beziehung setzen?
    - 2.5.1. Über die Begriffe 'Bewußtsein' und 'Bewußtheit'
  - 2.6. Das fühlende Gehirn – Gefühle, denken und Lernen
3. Über die sensomotorische und kognitive Lernentwicklung des Menschen
  - 3.1. Entwicklung der Sinne
    - 3.1.1. Sensorische Integration – Verarbeitung sinnlicher Wahrnehmung
  - 3.2. Abriß der Bewegungsentwicklung
  - 3.3. Körperbild – Körperschema
4. Das medizinische und das somatische Verständnis des Körpers
  - 4.1. Die Entwicklung der Körperkonzepte in der Medizin
  - 4.2. Die Somatik-Bewegung
    - 4.2.1. Körper und Soma
    - 4.2.2. Das Konzept des somatischen Lernens
  - 4.3. Über Stress und Zivilisationskrankheiten
5. Körperorientierte Lernmethoden
  - 5.1. Die Feldenkrais-Methode
    - 5.1.1. Grundlagen/ Theorien der Feldenkrais-Methode
  - 5.2. Eutonie
  - 5.3. F.M. Alexander-Technik
  - 5.4. Kontaktimprovisation
  - 5.5. Kinesiologie
  - 5.6. Body-Mind-Centering
  - 5.7. NLP

- 5.8. Traditionelle Formen: Zen – Aikido – Tai Chi Ch'uan – Yoga
- 5.9. Sinnesorientierte Pädagogik

## 6. Fazit/ Abschluß

- 6.1. Implikationen für die Praxis der Erwachsenenbildung
- 6.2. Gemeinsamkeiten der körperorientierten Lernmethoden
- 6.3. Abschluß

Quellennachweis

Literatur

Abbildungen