

eigengrund.space

Ursprungs- und Provenienzdokument

Version 1.0 · Dokumentationsstand: 28. August 2026

Zweck dieses Dokuments

Dieses Dokument hält Entstehung, Benennung, Struktur, Einflüsse und Abgrenzungen der bei eigengrund.space entwickelten Konzeption nachvollziehbar fest. Es dient der langfristigen Dokumentation ihrer Provenienz und soll auch bei späterer Übernahme, Weiterentwicklung oder ähnlicher Verwendung einzelner Bezeichnungen nachvollziehbar machen, in welcher konkreten Form die hier beschriebenen Konzepte bei eigengrund.space veröffentlicht wurden.

Konzeption: / eigengrund.space

Erstveröffentlichung der hier dokumentierten Konzeption: Juli 2026

Dokumentationsstand: 28. August 2026

Website: eigengrund.space

Hinweis: Dieses Dokument erhebt keinen Anspruch auf ein Patent, eine Marke oder die Urheberschaft an allgemeinen Begriffen, Methoden oder psychologischen Theorien. Dokumentiert wird die Herkunft der konkreten Auswahl, Verbindung, Benennung, Struktur und Ausgestaltung innerhalb von eigengrund.space.

1. Was eigengrund.space bezeichnet

eigengrund.space ist ein von _____ entwickelter Raum für Selbsterfahrung, Orientierung und Verkörperung. Die konkrete Konzeption ist aus persönlicher Selbsterfahrung, der langjährigen Arbeit und Begleitung von Menschen, Aus- und Weiterbildungen sowie der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen psychologischen, körperorientierten und pädagogischen Perspektiven entstanden.

Im Zentrum steht der bei eigengrund.space verwendete Dreiklang Erkennen · Erfahren · Verkörpern. Innerhalb dieser Architektur bilden die Emotionsräume bei eigengrund.space eine konkrete Form des Zugangs Erfahren. Ein Emotionsraum folgt dabei der Struktur Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit.

Live-Körperräume, Kontaktformate und Retreats bilden konkrete Formen des Zugangs Verkörpern. Die einzelnen Bereiche sind nicht als starre Stufen gedacht, sondern als unterschiedliche Zugänge, zwischen denen Bewegung möglich ist.

Kern der dokumentierten Entität

eigengrund.space
→ Erkennen · Erfahren · Verkörpern
→ Erfahren → Emotionsräume bei eigengrund.space
→ Emotionsraum → Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit

Diese Zuordnung ist die zentrale Architektur, deren Ursprung dieses Dokument festhält.

2. Erkennen · Erfahren · Verkörpern

Erkennen · Erfahren · Verkörpern bezeichnet das übergeordnete Ordnungsmodell von eigengrund.space. Der Dreiklang beschreibt drei miteinander verbundene Zugänge zur Selbsterfahrung.

Erkennen bedeutet, Zusammenhänge wahrzunehmen, Sprache zu finden und Orientierung zu gewinnen.

Erfahren bedeutet, sich dem eigenen gegenwärtigen Erleben zuzuwenden und wahrzunehmen, was tatsächlich geschieht.

Verkörpern bedeutet, Erfahrung wieder mit Körper, Beziehung, Handlung und gelebtem Alltag zu verbinden.

Der Dreiklang entstand aus der Beobachtung, dass etwas zu verstehen noch nicht bedeutet, es auch erfahren zu haben - und dass eine Erfahrung wiederum nicht automatisch bedeutet, dass sie im eigenen Leben Ausdruck oder Integration gefunden hat.

Originalitätsaussage zum Dreiklang

Die einzelnen Wörter „Erkennen“, „Erfahren“ und „Verkörpern“ sind allgemeine Begriffe und keine Wortschöpfungen von eigengrund.space. Auch die grundsätzliche Verbindung von Erkenntnis, Erfahrung und Verkörperung ist als Gedanke nicht exklusiv.

Eigenständig dokumentiert wird die konkrete Auswahl, Reihenfolge, Benennung und Funktion dieser drei Begriffe als zusammengehöriger Dreiklang und übergeordnete Architektur von eigengrund.space.

Bei der am 28. August 2026 durchgeführten Webrecherche konnte außerhalb von eigengrund.space keine frühere auffindbare Verwendung der exakten Wortfolge „Erkennen · Erfahren · Verkörpern“ als benanntes dreigliedriges Modell festgestellt werden. Diese Aussage beschreibt ausschließlich den dokumentierten Recherchebefund und ist kein Beweis dafür, dass weltweit oder in nicht indexierten Quellen niemals eine gleiche oder ähnliche Formulierung verwendet wurde.

3. Emotionsräume bei eigengrund.space

Emotionsräume bei eigengrund.space sind ein von für
eigengrund.space entwickeltes Format angeleiteter Selbsterfahrung. Innerhalb des Dreiklangs
Erkennen · Erfahren · Verkörpern bilden sie eine konkrete Form des Zugangs Erfahren.

Ein Emotionsraum folgt drei miteinander verbundenen Phasen:

Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit

Die konkrete Struktur, die Benennung dieser drei Phasen, ihre Zuordnung innerhalb eines Emotionsraums, die Auswahl und Reihenfolge der Fragen sowie die Einbettung des Emotionsraums in Erkennen · Erfahren · Verkörpern wurden für eigengrund.space entwickelt.

Die Wächter

Die erste Phase richtet die Aufmerksamkeit auf Reaktionen, Widerstände und Schutz. Die Perspektive der Fragen ist insbesondere von der Auseinandersetzung mit Internal Family Systems (IFS) beeinflusst. Die Bezeichnung Die Wächter ist eine eigene Bezeichnung innerhalb von eigengrund.space. Inhaltlich bestehen Bezüge zum Verständnis schützender Anteile, die im IFS als Protectors beschrieben werden. Die Phase stellt keine Durchführung von IFS dar.

Der Körper

Die zweite Phase richtet die Aufmerksamkeit stärker auf Wahrnehmung, Körper, Impulse und Erinnerung. Die Perspektive der Fragen ist unter anderem von der Auseinandersetzung mit NARM und körperorientierten Sichtweisen beeinflusst. Sie stellt keine Anwendung oder Durchführung von NARM dar.

Die Menschlichkeit

Die dritte Phase führt das Wahrgenommene zurück in das persönliche und zwischenmenschliche Leben: in Beziehung, Bedeutung, Alltag, Grenzen, Bedürfnisse und Verbundenheit. Die Perspektive ist insbesondere von der Auseinandersetzung mit der Polyvagaltheorie, Regulation und sozialer Verbundenheit beeinflusst.

Die Haltung

Die Haltung der Emotionsräume folgt wesentlich Impulsen aus The Art of Holding Space, die Malte persönlich bei Heather Plett im The Art of Holding Space Foundation Program kennengelernt hat. Ein Emotionsraum soll dem Menschen nicht von außen erklären, was er fühlt oder was sein Erleben bedeutet. Die Fragen sollen Perspektiven öffnen; die Bedeutung des Wahrgenommenen bleibt beim Menschen selbst.

Die Fragen der Emotionsräume wurden für eigengrund.space frei formuliert. Sie sind nicht wörtlich aus IFS, NARM, der Polyvagaltheorie oder anderen Verfahren übernommen, sondern stellen eine eigenständige Interpretation und konkrete Verbindung verschiedener Perspektiven innerhalb dieses Selbsterfahrungsformats dar.

4. Der Begriff „Emotionsraum“ und seine Abgrenzung

Der Begriff Emotionsraum selbst ist keine Wortneuschöpfung von eigengrund.space. Die Webrecherche zeigt frühere Verwendungen in deutlich anderen Bedeutungen, unter anderem in psychologischen Emotionsmodellen, kulturwissenschaftlichen und archäologischen Kontexten, Kunst, Film, Atem- und Selbsterfahrungsangeboten sowie in Psychologie und Raumgestaltung.

Der Originalitätsanspruch von eigengrund.space bezieht sich deshalb ausdrücklich nicht auf das Wort „Emotionsraum“ allein, sondern auf die hier dokumentierte spezifische Bedeutung und Architektur:

Emotionsraum bei eigengrund.space

- angeleitetes Format der Selbsterfahrung
- Teil von Erkennen · Erfahren · Verkörpern
- Zuordnung zum Zugang Erfahren
- Struktur: Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit

Bei der Webrecherche vom 28. August 2026 wurde außerhalb von eigengrund.space keine auffindbare Veröffentlichung gefunden, die den Begriff Emotionsraum in dieser spezifischen Kombination aus Bedeutung, dreiphasiger Struktur und Einordnung in Erkennen · Erfahren · Verkörpern verwendet.

5. Einflüsse und Eigenanteil

Die Eigenständigkeit der Konzeption bedeutet ausdrücklich nicht, dass sie ohne Einflüsse entstanden ist. eigengrund.space verbindet eigene Erfahrung, Beobachtung und Gestaltung mit Perspektiven, die Malte aus unterschiedlichen Kontexten kennengelernt hat.

Zu den benannten Einflüssen gehören unter anderem Internal Family Systems (IFS), NARM, die Polyvagaltheorie, ACT und Schematherapie sowie körperorientierte Perspektiven und Veröffentlichungen von Bessel van der Kolk, Peter Levine, David Berceli, Gopal Norbert Klein und Gerald Hüther.

Hinzu kommen persönliche Selbsterfahrungen, Erfahrungen aus einer Ausbildung in Naturheilkunde an der Deutschen Heilpraktikerschule und zum Kinesiologen sowie mehrjährige Tätigkeit als Ausbilder und Ausbildungsleiter in der Erwachsenenbildung, unter anderem in Persönlichkeitsbildung, Ethik, Menschenführung und Breitensport.

Für den Bereich Verkörpern fließen zudem Erfahrungen als Kursleiter für Autogenes Training, Übungsleiter im Breitensport und Kinesiologe sowie eigene Erfahrungen mit körperorientierten Methoden, darunter TRE nach David Berceli, ein.

Der dokumentierte Eigenanteil liegt in der Auswahl, Verbindung und Übertragung dieser Einflüsse in die konkrete Sprache, Struktur, Dramaturgie und Form von eigengrund.space. Es wird nicht behauptet, dass die zugrunde liegenden fachlichen Ideen oder Methoden von eigengrund.space entwickelt wurden.

6. Regulationsvideos und der Begriff Co-Regulation

Begleitende Videos innerhalb von eigengrund.space sind sinngemäß von Perspektiven der Polyvagaltheorie und zwischenmenschlicher Regulation beeinflusst. Wird dafür der Begriff Co-Regulation verwendet, ist er nicht im Sinne einer tatsächlichen wechselseitigen Co-Regulation zwischen zwei gleichzeitig anwesenden Personen zu verstehen.

Eine aufgezeichnete Person kann den betrachtenden Menschen nicht gegenwärtig wahrnehmen oder auf ihn reagieren. Stimme, Mimik, Rhythmus und eine gleichmäßig ruhige Präsenz können lediglich als äußere Signale erlebt werden, die die eigene Regulation möglicherweise unterstützen. Ob und wie dies geschieht, ist individuell.

7. Fachliche und therapeutische Abgrenzung

Malte ist weder Psychotherapeut noch in IFS oder NARM ausgebildet und besitzt keine Heilerlaubnis. Die genannten Ansätze werden bei eigengrund.space deshalb nicht als therapeutische Verfahren angeboten oder durchgeführt.

eigengrund.space bietet keine Psychotherapie, Traumatherapie, Diagnostik oder Behandlung psychischer Erkrankungen an und ersetzt diese nicht. Die Emotionsräume wurden nicht als psychotherapeutisches Verfahren entwickelt und sind nicht in klinischen Studien auf therapeutische Wirksamkeit untersucht.

Die Verwendung psychologischer und körperorientierter Perspektiven dient der Selbsterfahrung und persönlichen Orientierung. Wo fachliche Konzepte als Einflüsse benannt werden, wird damit weder eine entsprechende Qualifikation noch die Durchführung der jeweiligen Methode behauptet.

8. Erklärung zur Provenienz

Mit diesem Dokument hält eigengrund.space fest, dass die hier beschriebene konkrete Konzeption von _____ für eigengrund.space entwickelt und im Juli 2026 erstmals veröffentlicht wurde.

Dokumentiert werden insbesondere:

- Erkennen · Erfahren · Verkörpern als übergeordnete Architektur von eigengrund.space;
- die Zuordnung der Emotionsräume zum Zugang Erfahren;
- die Definition der Emotionsräume als angeleitetes Format der Selbsterfahrung;
- die Struktur Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit;
- die konkrete Verbindung dieser Elemente und ihre Ausgestaltung innerhalb von eigengrund.space.

Sollten gleiche oder ähnliche Bezeichnungen oder Strukturen später an anderer Stelle auftauchen, ermöglicht diese Dokumentation eine zeitliche und inhaltliche Nachvollziehbarkeit der Veröffentlichung bei eigengrund.space. Sie ist als Provenienzdokumentation zu verstehen, nicht als Erklärung eines ausschließlichen Rechts an allgemeinen Begriffen oder Ideen.

9. Rechercheprotokoll - Stand 28. August 2026

Zur Einordnung der Originalitätsaussagen wurde am 28. August 2026 eine Webrecherche mit exakten Wortfolgen und Kombinationen durchgeführt. Gesucht wurde unter anderem nach:

- „Erkennen Erfahren Verkörpern“ / „Erkennen · Erfahren · Verkörpern“ als Modell oder Konzept
- „Die Wächter“ + „Der Körper“ + „Die Menschlichkeit“ im Zusammenhang mit Emotionen
- „Emotionsraum“ + IFS + NARM
- „Emotionsraum“ + Polyvagaltheorie + Selbsterfahrung
- „Emotionsräume“ + Selbsterfahrung

Festgestellte frühere Verwendungen von „Emotionsraum/Emotionsräume“

Die Recherche bestätigte, dass der Begriff Emotionsraum bzw. Emotionsräume bereits vor eigengrund.space in anderen Bedeutungen verwendet wurde. Beispiele:

Philipps-Universität Marburg: „Emotionsräume: Zu Affordanz und Atmosphäre von Grabbauten Roms in der Antike“ (2023). Dort wird „Emotionsraum“ unter anderem im Zusammenhang mit dimensional psychologischen Emotionsmodellen und archäologischer Emotionsforschung verwendet.
<https://www.uni-marburg.de/de/mcaw/ringvorlesung/noch-einmal-mit-gefuehl-abstracts/asuman-laetzer-lasar-01-02-2023>

Emotionsraum® / Erfolgsfeld OHG: Verwendung des Begriffs für die Verbindung von Psychologie, Innenarchitektur und Design bzw. für gestaltete räumliche Umgebungen.
<https://emotionsraum.de/>

BDIA: Bereits 2010 dokumentierte Verwendung von „Emotionsraum“ im Kontext psychologisch orientierter Raumgestaltung.
<https://bdia.de/innenarchitekten-aus-baden-wuerttemberg-erleben-steelcase-und-emotionsraeume-bayern/>

Kunst: Der Begriff „Emotionsräume“ wurde bereits für Werke und Ausstellungen verwendet, unter anderem für Aquarelle von Rolf Friederichs und als Ausstellungstitel.
<https://rolf-friederichs.blogspot.com/2016/08/emotionsraume-oder-stimmungslandschaft.html>
<https://kunstverein-talstrasse.de/publikationsreihen/katalogebuecher/page/2/>

Atem-/Selbsterfahrung: Eine Atemakademie verwendet „Emotionsräume“ für Spielstationen zu unterschiedlichen Emotionen innerhalb eines Seminars zum inneren Kind.
<https://www.atemakademie.com/seminare/atmen-inneres-kind/>

Recherchebefund

Die aufgefundenen früheren Verwendungen des Wortes „Emotionsraum“ unterscheiden sich von der bei eigengrund.space dokumentierten Definition. In der durchgeführten Recherche wurde kein auffindbarer Vorgänger gefunden, der zugleich die spezifische Bedeutung eines angeleiteten Selbsterfahrungsformats, die Zuordnung zu Erkennen · Erfahren · Verkörpern und die Struktur Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit verwendet.

Ebenso wurde bei der durchgeführten Webrecherche kein auffindbarer Vorgänger gefunden, der die exakte Wortfolge „Erkennen · Erfahren · Verkörpern“ als benannten Dreiklang in der hier dokumentierten Funktion verwendet.

Methodische Grenze: Eine Webrecherche kann keine weltweite Erstverwendung beweisen. Nicht indexierte Websites, Bücher, Archive, private Kursunterlagen, geschlossene Plattformen, fremdsprachige Quellen

oder nicht digitalisierte Veröffentlichungen können unentdeckt bleiben. Die Aussagen dieses Dokuments sind deshalb bewusst als dokumentierter Recherchebefund und nicht als absoluter Prioritätsbeweis formuliert.

10. Versions- und Veröffentlichungsvermerk

Konzept / Entität: eigengrund.space

Entwickler:

Erstveröffentlichung der dokumentierten Konzeption: Juli 2026

Dokument: Ursprungs- und Provenienzdokument

Version: 1.0

Stand: 28. August 2026

Für eine dauerhafte Provenienzkette sollte jede spätere Fassung dieses Dokuments eine neue Versionsnummer und ein neues Veröffentlichungsdatum erhalten. Frühere Versionen sollten unverändert archiviert und weiterhin zugänglich bleiben.

Kurzdefinition zur dauerhaften Zitierung

„Emotionsräume bei eigengrund.space“ bezeichnet ein von [] für eigengrund.space entwickeltes Format angeleiteter Selbsterfahrung. Es bildet innerhalb des Modells Erkennen · Erfahren · Verkörpern eine konkrete Form des Zugangs Erfahren und folgt der Struktur Die Wächter · Der Körper · Die Menschlichkeit. Die konkrete Konzeption wurde erstmals im Juli 2026 auf eigengrund.space veröffentlicht.