

Bewegungstherapie

Grundlagen der Integrativen Bewegungstherapie nach Petzold (1988)

Die Integrative Bewegungstherapie wird als ganzheitliches Verfahren verstanden, das den Menschen in seiner Körperlichkeit, seinen Gefühlsregungen, seinem sozialen Umfeld und seinen geistigen Zielen erreichen will. Leider wird die Integrative Bewegungstherapie oft einer gymnastischen Methode gleichgesetzt, die vor allem auf den Körper und seine Aktivitäten gerichtet ist. Wir wissen aber, dass Bewegung den ganzen Menschen ausdrückt. Körperbild, Gesichtsausdruck und Gestik spiegeln auch etwas von der Geisteshaltung, der inneren Stimmung wieder. Petzold erwähnt, dass ein Gesprächspsychotherapie, die nur auf der sprachlichen Ebene arbeitet und dabei vergisst, dass der Mensch eine körperliche Dimension hat, genauso unvollständig ist, wie eine Bewegungstherapie, die sich aus gymnastischen Übungen zusammensetzt und die seelische Dimension des Menschen vergisst. Die Integrative Bewegungstherapie versteht die verschiedenen Bereiche des Menschen nicht nebeneinander, sondern miteinander verbunden. Die Gesamtgestalt des Menschen beinhaltet die körperlichen, geistigen, sozialen und psychischen Anteile. Wir reden in diesem Zusammenhang auch von den Säulen der Identität. Das sind:

1. Der Leib als Körper und sozialer Körper
2. Das soziale Netzwerk
3. Arbeit und Leistung
4. Materielle Sicherheit
5. Werte, Sinn.

Die enge Verknüpfung der einzelnen Elemente kommt vor allem beim kranken oder behinderten Menschen zum Ausdruck. In der Arbeit mit körperlich behinderten Kindern spüren wir die Zusammenhänge in jeder Bewegungsstunde. Aus verschiedenen Handicaps resultieren Störungen im sozialen Kontakt. Die Kinder sind darauf angewiesen dass das soziale Netzwerk stimmt. Sie brauchen einen sozialen Rahmen, der ihre Situation einbezieht und mit den speziellen Bedingungen vertraut ist. Ist das nicht, oder ungenügend der Fall, kann es zu massiven Störungen kommen.

Der Leib wird als Grundlage aller Lebensprozesse, auch der emotionalen, der kognitiven und sozialen zum Ausgangspunkt des therapeutischen Handelns in der Integrativen Bewegungstherapie (Metzmacher, 1987). In der bewegungstherapeutischen Arbeit mit Kindern heisst das, durch Wahrnehmungsübungen, durch Kontaktübungen vorhandene Potentiale zu unterstützen und zu fördern.

Bewegungstherapie ist auch Begegnungstherapie, das heisst, sich in Beziehung setzen, in Ko-respondenz stehen.