

BEWEGUNGSSINNPFLEGE IN DER KUNSTTHERAPIE

Wie kann der Bewegungssinn mithilfe von Kunsttherapie gepflegt werden?

Welche Aspekte sind dabei besonders zu beachten?

Bewegung ermöglicht Freiheitserleben

Das schönste und mit das wichtigste menschliche Gefühl verdanken wir dem Bewegungssinn: das Freiheitsgefühl. Warum rasen Leute so gerne mit ihren Autos? Wegen dem Freiheitsgefühl, das sich bei schneller Fortbewegung wie auch beim Fliegen einstellt.

Auch in der Anatomie sprechen wir von Freiheitsgraden. Unser Schultergelenk ist das Gelenk mit den meisten Freiheitsgraden – sieben an der Zahl! Damit haben wir aber auch die meisten Probleme – vielleicht als Sinnbild dafür, dass wir mit Freiheit so schlecht umgehen können...

Einen gestörten Bewegungssinn erkennt man

- **körperlich** an der fehlenden Sicherheit und Freude beim Bewegen an sich,
- und **seelisch** an „Verklemmungen“, Hemmungen, Gefühlen der Unfreiheit, Anpassungsschwierigkeiten, Zwängen usw.

An alle Störungen des Bewegungssinnes muss man mit Bewegungstherapien drangehen und *nicht* mit Psychotherapie. Die Betroffenen brauchen Bewegung, Bewegung, Bewegung. Und auch wenn man in der Kunsttherapie mit Musik oder Malen arbeitet und kein Bewegungstherapeut ist, kann man trotzdem das Element der Bewegung verstärkt hinzunehmen, indem man z.B. beim Malen und Zeichnen ein großes Format nimmt, das den Patienten veranlasst, beim Malen große Bewegungen zu machen. Oder indem man vor dem Plastizieren das Thema wie in der Luft plastiziert und so die Empfindung für die freie Bewegung zu wecken versucht.

Diagnostik im Lichte des Gesunden

Das Schöne an dieser Art der Sinnesdiagnostik ist, dass man das Gesunde kennt und im Licht des Gesunden das Kranke ganz fein beobachten kann. Der Therapeut weiß, dass Heilung über

- die Sinneserfahrung,
- das Spüren der Empfindung,
- das Spüren des sich daran anschließenden Gefühls
- und zuletzt das Gespräch über das auf diesem Wege erkannte Gefühl

erfolgt. Dieser Prozess ermöglicht es dem Betroffenen zu verstehen, Schlüsse aus dem Erlebten zu ziehen, sich der Sache erlebend gegenüberzustellen. So kann man jedem Menschen einen Ausweg aus seiner jeweiligen Sinnesstörung zeigen.

Vgl. Vortrag „Der Bewegungssinn in Diagnostik und Therapie“, gehalten am 9. Januar 2016 an der Kunsttherapietagung