

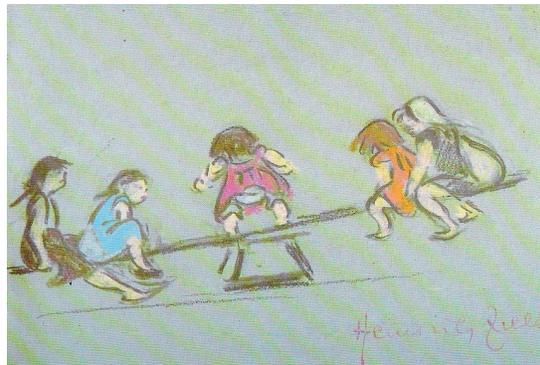
## Rhythmik: ein pädagogisches Konzept für die therapeutische Arbeit

---

### Einleitender Gedanke

Schon zu Beginn meiner Arbeitstätigkeit als (Kinder-)Physiotherapeutin und frisch ausgebildete Rhythmikerin (MBP) suchte ich nach einem gemeinsamen Nenner von Therapie und Pädagogik. Ich musste nicht lange forschen, bis ich eines Tages, während ich in meiner Postkartensammlung stöberte, auf eine Zeichnung stieß, welche einen Anflug von Antwort auf meine Suche widerspiegelte. Diese von H. Zille gezeichnete Illustration stellte eine Situation dar, in der drei Kinder ihr Gleichgewicht auf einer Schaukelwippe spielerisch „trainierten“. Zu diesem Bild musste ich an den in Friedrich v. Schillers Gedicht „Thekla“ vorkommenden Satz denken: „Hoher Sinn liegt oft im kind’schen Spiel“.

Die zwei Künstler verbildlichten mir somit, dass das „Spiel“, als handelnde Situation, ein in sich geschlossener „Lernmoment“ sein kann. In diesem Zeitpunkt entstand für mich das Bündnis „Therapie meets Pädagogik“.



### Was bedeutet „Spielen“?

„Spielen“ heißt im weitesten Sinne, sich mit der eigenen Beziehung zur Umwelt auseinanderzusetzen. Im Spiel werden *Erfahrungen* gesammelt, *Fertigkeiten* geübt und *lebensfördernde*, *-erhaltende* und *Lern-Prozesse* in Gang gesetzt.

Das Spiel umfasst

- psychologische Aspekte (Problemlösung, Stärkung des Selbstwertgefühls, Herstellung einer emotionalen Balance, Entwicklung des Selbstbildes,...),
- soziale Aspekte (Erleben von Interaktion, Kooperation und Dialog mit dem Umfeld u.a.),
- kulturelle und ökologische Aspekte (soziale Lebensform, Klima, gestaltete Umgebung,...),

welche das spielerische Verhalten bedeutend prägen.

Gedanken, Gefühle, Bewegungen, Erfahrungen und Fantasien werden im Spiel hervorgerufen und bringen den Mensch dazu, diese mit seiner erlebten Realität zu verbinden. Positive Emotionen, welche durch die spielerische Handlung ausgelöst werden, tragen zum Erfolg von Lernprozessen maßgeblich bei. Diese Tatsache lässt sich z.T. durch die anatomische Verbindungen des menschlichen Gehirns erklären: Das limbische System, welches als „emotionales Gehirn“ betrachtet werden kann, hat, durch sein großes Beteiligungsspektrum

zu den anderen Gehirnanlagen und durch seine innewohnenden Funktionen eine besondere Bedeutung für Lernvorgänge, Aggressions- und Motivationsverhalten. Es bietet ein Schnittfeld zwischen Emotion und Handlung. So lässt sich auch erklären, warum positive Gefühle (Freude, Spaß) für Lernprozesse besonders fördernd sind.

### **Rhythmik: Ein pädagogisches Konzept**

*Rhythmik*, oder Musik- und Bewegungspädagogik, stammt aus der von E. Jaques-Dalcroze (1865-1950) entwickelten pädagogischen Lehre, die eine direkte Verbindung zwischen (Körper-)Bewegung und Musik versteht und, geschichtlich betrachtet, als eine Reaktion gegen die Mechanisierung und die Industrialisierung der Gesellschaft entstand.

Heutzutage definiert sich *Rhythmik* als eine (künstlerisch-)pädagogische Arbeitsweise, welche die Mittel

- *Musik*,
- *Bewegung*,
- *Stimme/Sprache* und
- *Materialien* unterschiedlich und vielfältig miteinander kombiniert und verknüpft.

Durch die zielgerichtete Verbindung der einzelnen Mittel, die einen wechselseitigen Einfluss aufeinander ausüben, gestaltet sie Situationen, aus denen sich neue Lern- und Erfahrungsprozesse entwickeln können.

Diese pädagogische Arbeitsweise ist auf die Entwicklung der Persönlichkeit in ihren *motorischen, affektiv-sozialen* und *kognitiven* Fähigkeiten ausgerichtet.

Die *Rhythmik* enthält durch ihre etymologischen Wurzeln („rhythmos“: RHEEIN= fließen / RIOME = Halt finden / RITIER = beschützen) ein Paradoxon, welches mit dem Gesetz der Polarität verglichen werden kann (z.B. Spannung-Lösung, Schwarz-Weiß, Laut-Leise,...). Diese Qualität bildet den Grundstein des „*rhythmischen Prinzips*“, den innewohnenden Grundstein der *Rhythmik*.

Die Besonderheiten der Arbeitsweise der *Rhythmik* sind:

- den Menschen dort abholen, wo er sich gerade befindet,
- dem Menschen einen Raum geben, wo Individualität und Experimentieren (d.h. Erfahrungen sammeln) zum Ausdruck kommen und ermöglicht werden können,
- sie erfolgt sowohl in Gruppen- als auch in Einzeleinheit, jedoch erhöht die Gruppe die Interaktionsmöglichkeiten und somit auch das Entwickeln erweiterter sozialer Kompetenzen,
- ganzheitliche Sichtweise: aus der Verknüpfung von Musik und Körper leitet sich die Verknüpfung von Geist und Materie ab,
- die Rhythmik-Einheit ist wie ein von einem roten Faden durchzogenes Kunstwerk aufgebaut.

Eine weitere schöne Eigenschaft der Rhythmik - die Vernetzung - kann mit der Synästhetik verglichen werden: Diese umschreibt die einheitliche Empfindung eines aus gekoppelten Sinneswahrnehmungen erfassten Eindrucks. Eine neurophysiologische Metapher, welche die *Rhythmik* in ihrer Ganzheitlichkeit ans Licht bringt.

### **Integration von Rhythmik in die therapeutische Arbeit**

Jede(r) Therapeut(in) weiß es, seine/ihre „pädagogischen“ Kunstgriffe in der therapeutischen Arbeit zu schätzen, besonders im Kinderbereich. Als Kinderphysiotherapeutin durfte ich schon früh erkennen, dass ohne Motivation kein Ergebnis zustande kommen kann. Das Rhythmikstudium beschenkte mich mit unzähligen Situationen, in denen ich, als lernende Pädagogin, mit nicht-lernen-wollenden Kindern zu tun hatte. Die spielerisch verpackten Aufgaben, deren Aufbaumethodik ich der Rhythmik zu verdanken habe, holten mich meistens aus dem entstandenen Chaos heraus, in welchem sich die Kinder oft gerne aufhalten!

Das Konzept der Rhythmik bietet eine wunderbare Möglichkeit, Motivation, Aufmerksamkeit und Willenskraft zu wecken und zu entfalten.

In meiner physiotherapeutischen Arbeit treten Themen wie Körperwahrnehmung, Wahrnehmungsdifferenzierung, Haltung, Körperimago und -schema, soziale Kompetenz, Kommunikation u.v.m. tagtäglich auf und werden mit dem Patient herausgearbeitet. Mein „rhythmisches“ Auge assistiert mir unaufhörlich in meiner therapeutischen Arbeit und hilft mir, den Patienten „dort abzuholen, wo er sich gerade befindet“.

### **Abschließender Gedanke**

Die Rhythmik stellt eine wertvolle Ideenquelle für die (Physio-)Therapie dar. Durch ihre spielerischen Ansätze und ihre kunstvolle Aufbaustrategie liefert sie eine Vielfalt an Möglichkeiten, die therapeutische Behandlung reizvoll und spielerisch zu gestalten. Das ihr inhärente Medium „Spiel“ dient somit nicht nur der Arbeitsweise, sondern wird, durch seine emotionsgeladene Qualität, zu einem einflussreichen Faktor im Heilungsprozess.