

Bewegungsbeobachtung

Der Körper ist mehr als nur Objekt, eine „fixe, materielle Einheit abhängig von den empirischen Regeln der biologischen Wissenschaften“ (Csordas 1994, S. 1). Er ist „die Quelle von Subjektivität“ (ebd., S. 9), „interkommunikativ und aktiv vor allem durch die Emotionen“ (Lyon u. Barbalet 1994, S. 48), und bietet die Möglichkeit mit seiner Lebendigkeit nicht nur Kontakt zu anderen aufzunehmen, sondern vor allem zu sich selbst. Der Körper bzw. „Leib“ (Petzold et al. 2002) eröffnet damit potenziell Raum für Reflexion, Überlegungen, Wissen um und Verstehen von sich selbst in der eigenen Geschichte (Abrams 1996, S. 45). Diese eigene Geschichte ist geprägt von intra- und intersubjektiven Erfahrungen, worin Kultur, Sozialisation, Bildung, zwischenmenschliche Erfahrungen und Religion den Körper und seine „Sprache“ formen.

„Wenn wir den Körper anschauen, sehen wir die Geschichte dieses Körpers und die Geschichte der Schwierigkeiten, die dieser Körper im Verhältnis zu sich selbst hat.“ (Orbach u. Carroll 2006, S. 69; Übersetzung C. M.)

Die Erkenntnis eines Selbst ist immer mit der Erfahrung verbunden, einen Körper zu haben und zu sein, auf der Grundlage von bewegten Realitäten in Form von „Substanz, Handlung, Sinneseindruck, Affekt und Zeit“ (Stern 1992, S. 106).

In der Arbeit mit Menschen, die traumatisierende Erfahrungen erlebt haben, gebührt der Kommunikation mit dem Körper und seiner Sprache durch Bewegung eine besondere Bedeutung. Die Einbeziehung der Körpersprache als Ausdruck des somatosensorischen Gedächtnisses (van der Kolk et al. 2000) bietet eine erhebliche Erweiterung der ärztlichen, beraterischen und therapeutischen Möglichkeiten, da sowohl präverbale als auch nonverbale Erfahrungen zum Ausdruck kommen. Darüber hinaus kann eine sensorische, kinästhetische und perzeptuelle Wahrnehmung des Anderen die Arbeitsbeziehung in Bezug auf Interesse, Empathiefähigkeit, *attunement* im Sinne der inneren Einstimmungsfähigkeit und Arbeitsfähigkeit fördern. Der professionelle Helfer kann im Kontakt die Prinzipien der somatischen Gegenübertragung nutzen, indem er den eigenen Körper, seine Bewegungen, Gefühle, Fantasien, inneren Bilder, usw. wahrnimmt, um potenziell eine Verbindung zum Prozess des Patienten/Klienten und dem intersubjektiven Feld herzustellen (Carroll 2004; Orbach 1999).

Die Bewegungsbeobachtung hat als Disziplin eine lange und vielfältige Geschichte und ist eine wesentliche therapeutische und diagnostische Methode in der Tanz- und Bewegungstherapie (Berufsverband der TanztherapeutInnen Deutschlands 2006). Aufbauend auf der bewegungsanalytischen Theorie von Rudolf von Laban (Laban Bewegungsanalyse, LBA) gibt es heute eine Reihe von komplexen Bewegungsbeobachtungssystemen, mit deren Hilfe Bewegungen im inneren und äußeren dreidimensionalen Raum analysiert werden können (Bartenieff u. Lewis 1980; Cohen 1993; Davis 1988; Kestenberg Amighi et al. 1999;

Lamb u. Watson 1979). Die Analyse von Bewegungssequenzen kann Aufschluss geben über neurophysiologische und psychologische Prozesse innerhalb eines kulturellen/sozialen Kontextes. Diese können für die Diagnostik wie auch als Intervention genutzt und für das Arbeitsbündnis bewertet werden. In diesem Beitrag werden ausgewählte Komponenten von BESS (Bartenieff u. Lewis 1980) vorgestellt. Dieses System können nachweisbar auch Nicht-Bewegungsanalytiker erlernen und in ihrer alltäglichen Arbeit anwenden (Moore 2006, 2007b, 2008). Es hat sich gezeigt, dass das notwendige Grundverständnis dieser Komponenten in einem Intensiv-Seminar über zwei Tage vermittelt und in der regelmäßigen Anwendung in der Supervision vertieft werden kann. Das Seminar soll und kann kein Ersatz für eine komplexe bewegungsanalytische Ausbildung sein. Ziel der Vermittlung von bewegungsanalytischem Grundwissen ist die Sensibilisierung von nonverbalen Kommunikationsformen, sodass dieses Wissen adjunktiv zu den „Geschichten“ des Patienten/Klienten genutzt und ausgewertet werden kann.

BESS

Die Bewegungsbeobachtungskategorien des Systems BESS können in vier Sparten unterteilt werden:

- **Body** = Körperteilanwendung
- **Efforts** = Bewegungsantrieb
- **Shape** = Körperformen
- **Space** = Raumorientierung

Für die Vermittlung an professionelle Helfer, die ein bewegungsanalytisches Grundverständnis entwickeln sollen, wurden Komponenten von BESS ausgewählt, die vor allem mögliche Rückschlüsse über frühe Bindungserfahrungen, traumatische Erlebnisse und den Zustand der Ich-Entwicklung geben können (Lewis 1999).

In der Kategorie **Body** wird u. a. beobachtet, wie die einzelnen Körperteile zueinander in Verbindung stehen, welche in Bewegung sind und welche gehalten werden, und welche Teile die Bewegung initiieren. Ferner wird beobachtet, welche entwicklungsmotorischen Präferenzen vorliegen:

- spinal
- homolog
- homolateral
- kontralateral

Die Ausdehnung des Atems wird nach Positionen eins (flache Atmung im oberen Bereich) bis drei (tiefe Atmung bis ins Becken hinein) beschrieben.

In der Kategorie **Efforts** (Bewegungsantriebe) werden Bewegungen in Bezug zu den Faktoren Raum, Zeit, Gewicht bzw. Schwerkraft und Bewegungsfluss in

Beziehung gesetzt. Die Frage, die sich dabei stellt ist, welche *Motivation* bzw. welcher innerer Impuls die Bewegung auslöst (Laban 1960). Die Bewegungsantriebe sind in Polaritäten zwischen ankämpfend (*fighting*) und erspürend (*indulging*) dargestellt (Tab. 12-1):

Die Kategorie **Shape** untersucht die Art und Weise, wie sich der Körper im Raum formt, und welchen Veränderungen der Formfluss (*Shape Flow* = das atembedingte Ausdehnen und Zusammenziehen von Körperformen) im inneren und äußeren dreidimensionalen Raum unterlegen ist. Sich ausdehnende, „wachsende“ Körperformen führen eher zu Gefühlen von Vertrautheit und Wohlbefinden und öffnen den Körper für seine Umwelt. Sich zusammenziehende, „schließende“ Körperformen bewirken eher Gefühle von Unwohlsein und verschließen den Körper vor der Umwelt (Kestenberg Amighi et al 1999). Der Formfluss spiegelt integrale Aspekte der von Winnicott (1971) beschriebenen „*holding environment*“ („haltenden Umgebung“) wider und kann Rückschlüsse über (frühkindliche) zwischenmenschliche Erfahrungen geben. Für die Kategorie Shape ist die Beschreibung der körperorientierten Formen im *Bipolar Shaping* (bipolarer Formfluss), wie sie im Kestenberg Movement Profile genutzt wird (KMP, Kestenberg Amighi et al. 1999), einbezogen worden. Der bipolare Formfluss beschreibt das Wachsen (*growing*) und Zusammenziehen (*shrinking*) der drei Körperachsen in ihren Symmetrien. Ein symmetrischer bipolarer Formfluss steht für psychische Stabilität und einem inneren Gefühl von Ausgewogenheit. Die Bedeutung der einzelnen Achsen steht in Relation zu der jeweiligen psychomotorischen Entwicklung (Tab. 12-2).

In der letzten Kategorie **Space** wird beobachtet, wie die räumliche Orientierung des Menschen in Bezug auf räumliche Klarheit oder Diffusität ist. Hierunter fallen die Benennung der Kinesphäre (dies ist der drei-dimensionale Raum, der im Stand erreichbar ist = *Reach space*), sowie die bevorzugte Nutzung der Raumformen, Ebenen und Raumwege.

Grundsätzlich muss darauf geachtet werden, dass die Bewegungsbeobachtungen so neutral beschreibend wie möglich erfolgen.

Es gibt keine Eins-zu-eins-Korrelation zwischen einer Bewegung und einer Bedeutung, oder zwischen einer Bedeutung und einer Bewegung, oder zwischen einer Bedeutung und einer enkodierenden Bewegung (Moore und Yamamoto 1988). Bewegungsbeobachtung basiert auf jeweils eigenen Körpererfahrungen, auf dem Verständnis der persönlichen Geschichte und dem kulturellen Hintergrund, sodass die Interpretation einer Bewegung individuell unterschiedlich sein kann und muss.

Tab. 12-1 Laban-Bewegungsantriebe (*Efforts*) (nach Klein 1998)

Bewegungsantrieb	Einstellung	
	erspürend (<i>indulging</i>)	ankämpfend (<i>fighting</i>)
Fluss (<i>flow</i>)	frei (<i>free</i>)	gebunden (<i>bound</i>)
Gewicht/(Schwer-)Kraft (<i>weight</i>)	zart/leicht (<i>light</i>)	fest/kräftig (<i>strong</i>)
Zeit (<i>time</i>)	allmählich (<i>slow/gradual</i>)	plötzlich (<i>quick/sudden</i>)
Raum (<i>space</i>)	indirekt/flexibel (<i>indirect</i>)	direkt (<i>direct</i>)

Tab. 12-2 Die sechs Bewegungselemente des bipolaren Formflusses (Kestenberg Amighi et al. 1999)

Achse/ Dimension	Bewegungselemente	Entwicklung/ Lebensjahr	Ziele
horizontale	weiten/dehnen – eng werden (<i>widening – narrowing</i>)	1.	Aufmerksamkeit, Erforschung, Kommunikation Basis von Vertrauen
vertikale	lang werden – kurz werden (<i>lengthening – shortening</i>)	2.	Absicht, Präsentation, Evaluation, Konfron- tation, Stabilität
sagittale	anschwellen – hohl werden (<i>bulging – hollowing</i>)	3.	Erwartung, Entscheidung, Handlung/Aktion

Fallbeispiel

In der Fallsupervision des therapeutischen und sozialarbeiterischen Teams eines Wohnheims für junge chronisch psychisch kranke Menschen wird Michael vorgestellt. Er ist 22 Jahre alt und lebt seit 18 Monaten dort.

Das Vorgehen in der Supervision basiert auf der Systematik der Reflektierten Kasuistik (s. S. 4–6). Das Folgende basiert auf dem Bericht des Teams.