

Züger, Meta: "Anwendungsmöglichkeiten in der integrativen Tanztherapie"; DGT-Info 1993, Dt.Ges.f. Tanztherapie, Köln, (4 Seiten)

Spiraldynamik
Kunst und Wissenschaft menschlicher Bewegung
Ihre Anwendungsmöglichkeiten in der Integrativen Tanztherapie

Brigitte Züger Polanyi

Es ist mir ein Anliegen, den Lesern und Leserinnen des Tanztherapie-Infoblattes im folgenden die Spiraldynamik, so wie sie Dr. med. Christian Larsen entwickelt hat und lehrt, vorzustellen- ein Anliegen deshalb, weil ich im Gespräch mit anderen Weiterbildungskandidatinnen und Elke Willke immer wieder zu dem Schluß komme, daß die Kenntnisse der Funktionen des Bewegungsapparates in unserem Weiterbildungscurriculum etwas zu kurz kommen. Ich meine, die Spiraldynamik könne uns Tanztherapeuten und -therapeutinnen eine solide, für Diagnostik und Methodik brauchbare Methode sein. Diese Eindrücke hatte ich, als ich vor einigen Jahren bei Christian Larsen eine Woche gelernt habe.

Christian hat sich bereit erklärt, für uns zu einem Seminartag zum Vorstellen der Spiraldynamik nach Freiburg zu kommen. Ich stelle mir vor, daß aufgrund der Erfahrungen, die wir an diesem Tag machen, gemeinsam entschieden werden kann, ob wir mit Christian weiterhin regelmäßig arbeiten wollen. Christian seinerseits wäre an vertiefter Arbeit mit uns interessiert. In diesem Fall kann auch geprüft werden, ob Freiburg hinsichtlich der Anreise ein guter Ort ist.

Ich hoffe, daß mein Anliegen, die Spiraldynamik könne uns zu vermehrter anatomischer und bewegungsphysiologischer Kompetenz verhelfen, auf breites Interesse stößt.

Information über die Anmeldung zum Tagesseminar am 21. August 1993 kann im Seminarteil dieses Heftes gefunden werden. Zu Ostern 1994 ist ein dreitägiges Basisseminar für Spiraldynamik geplant.

Zur Person von Dr. med. Christian Larsen, Begründer der Spiraldynamik:

Sein Staatsexamen absolvierte er 1984 nach einer humanmedizinischen Ausbildung. Er setzt sich seit fünfzehn Jahren mit Aikido, einer japanischen Friedenskunst, auseinander. Im Zusammenhang mit seinem Beruf als Arzt studierte er die Bewegungskoordination beim Kind und beim Neugeborenen an der Universitätsklinik in Bern. Seit zehn Jahren arbeitet er mit einer Physiotherapeutin, Yolande Deswarte, Paris, wissenschaftlich zusammen. Aus allen diesen Faktoren ist die Spiraldynamik entstanden.

Spiraldynamik

Dr. med. Christian Larsen

Heute ist die Tanztherapie herausgefordert, tanztherapeutische Interventionen vermehrt auf eine solide anatomische Grundlage zu stellen. Dabei wird ein Mangel an anatomisch begründeten Modellen menschlicher Bewegung offenkundig: es fehlt ein Modell, welches die Dynamik des Menschen als eine funktionelle Einheit zu erklären vermag. Genau hier setzt das neue und innovative Koordinationsmodell der Spiraldynamik an. Es wurde in zehnjähriger Zusammenarbeit von ärztlicher, physiotherapeutischer, sportlicher und tänzerischer Seite her entwickelt. Es liefert praxisbewogene Erkenntnisse über die Anatomie der Bewegung. Ausgangspunkt bildet die funktionelle Anatomie. Das Modell stützt sich auf universale Bewegungsprinzipien wie Spirale und Welle, welche durch die Anatomie des menschlichen Bewegungsapparats verkörpert sind. Spezifisches Symmetrieverhalten der Pole Kopf und Becken beispielsweise koordiniert die spiralige Verschraubung des ganzen Stammes. Knöcherne Referenzpunkte sind Orientierungshilfen in der bewegten Körperlandschaft, muskuläre Impulszentren liefern ein effizientes Instrumentarium für die Praxis. Es ermöglicht, die Funktionsweise des menschlichen Körpers als dreidimensionale dynamische Bewegungseinheit zu begreifen. Individuelle Stärken und Schwachpunkte der Bewegungskoordination lassen sich rasch und systematisch einschätzen. Auf diesen Grundlagen kann gezielt Hilfe zur Selbsthilfe angeboten werden.

Im folgenden seien für die Tanztherapie relevante Dimensionen der Spiraldynamik kurz skizziert:

Tanztechnik: Wir betrachten den Körper als strukturelle und funktionelle Grundlage tänzerischer Bewegung. Daraus ergeben sich spezifische Implikationen für die Tanztechnik. Diese Implikationen beziehen sich weniger auf Form und Stil des Tanzes, sondern darauf, wie diese erreicht werden. Das Modell liefert anwendbares Übersichtswissen, welche Tanztechnik bei welcher individuellen Disposition besonders geeignet bzw. kontraindiziert ist. Auch leistet es Hilfestellung bei der richtigen Dosierung tanztherapeutischer Interventionen.

Therapeutische Intervention: Das spiraldynamische Modell geht nicht von einem krankhaften Zustand aus, sondern vom Leitbild einer optimalen Bewegungskoordination. Das harmonische Zusammenwirken von Psyche

und Körper findet in einem harmonischen Bewegungsfluß seinen natürlichen Ausdruck. Umgekehrt können somatopsychische Kanäle benutzt werden, tanztherapeutische Interventionen individuell wirkungsvoll zu gestalten. Ziel ist das Erlebbarmachen der eigenen psychophysischen Ganzheit. Das Wiedererlernen von Dreidimensionalität und Dynamik im Alltag durch tänzerische Bewegungen kann so auf zwei fundamentale Prinzipien zurückgeführt werden: Die Spirale als formales Ordnungsprinzip des Universums (Bewegungsform im Raum, Bewegungsfluß in der Zeit) und die Dynamik als jene Kraft, die den Menschen in Bewegung setzt.

Pädagogik: Das spiraldynamische Modell bietet einige interessante methodisch-pädagogische Aspekte: Es zeigt - von der individuellen gegenwärtigen Situation ausgehend - einen konkreten Weg Richtung harmonischer Bewegungsabläufe. Dadurch kann jeder auf seiner Entwicklungsstufe und in Selbstverantwortung lernen. Unterschiede zwischen „Therapie“ (vom Kranken zum Normalen) und „Training“ (vom Normalen zur Perfektion) beginnen sich aufzulösen und weichen dem Ziel der persönlichen Reife und Menschwerdung.

Spiraldynamik

Bericht aus einem Weiterbildungsseminar

Brigitte Züger Polanyi

Ohne theoretische Erklärungen bekommen wir zu Beginn ein Stück Knetmasse in die Hände mit der Aufgabe, die Aufrichtung der Wirbelsäule und ihre Zugrichtungen sicht- und erlebbar zu machen. Dabei tauchen viele Fragen, Staunen und Verblüffung auf.

In den ersten drei Stunden arbeiten wir dann an der Streckung der Wirbelsäule durch Zug an den beiden Polen, Kopf und Becken. Wir lernen, Bauch- und Gesäßmuskeln von der tiefen Beckenbodenmuskulatur in ihrer Funktion zu unterscheiden. Dies ist nötig, um die Lendenwirbelsäule zu strecken. Ebenso wird uns anhand des Skelettmodells anschaulich gezeigt, wie die Halswirbelsäule mit dem Kopf (Atlas, Axis, Schädelknochen) gelenkartig verbunden ist, was dazu beiträgt, in uns eine koordinierte Kopfstellung und damit eine sanfte Halswirbelsäulenstreckung zu erleben und zu verstehen. Das Zusammenspiel zweier Pole für Gleichgewicht, Ökonomie und Beweglichkeit im Körper gilt als eines der Grundprinzipien der Spiraldynamik. Christian Larsen geht davon aus, daß die Anordnung des Skeletts gegeben und deshalb ausschlaggebend für die Bewegungskoordination ist. letztere erfolgt dadurch, daß zwei Pole (Steiß / Scheitel, Schulter / Hand, Hüftgelenk / Fuß etc.) sich spiralig voneinander weg drehen. Durch diese ossäre Anordnung und die spezifischen Formen der Gelenke ergeben sich die natürlichen Spiralbewegungen.

Uns sind durch Christians klare Art und Weise der Vermittlung, durch seine geniale Anschauung des Bewegungsaufbaus und -spiels plausible und anatomisch begründete Erkenntnisse der Bewegungskoordination mittels praktischer Erfahrung an uns selbst vermittelt worden. Zeit und Rahmen dieser Veranstaltung haben nicht ausgereicht, die psychophysischen Ebenen der Methode anzuschauen. Auf jeden Fall sind wir angeregt und befähigt worden, das Gelernte in unsere eigene Arbeit zu integrieren.

Institut für Spiraldynamik
Privatklinik Bethanien
Restelbergstrasse 27
CH 8044 Zürich

T: +41 (0)878 886 888

F: +41 (0)878 886 889

E: zuerich@spiraldynamik.com

Internet: www.spiraldynamik.com