



## Tanz- und Bewegungstherapie mit Alzheimer Patienten

"Die merken doch sowieso nichts mehr..." Wie oft bin ich mit solchen oder ähnlichen Kommentaren konfrontiert worden. Hinzu kommt die, besonders in Pflegeeinrichtungen häufig existierende Meinung, Ruhe und Schonung seien für den alten Menschen die beste Möglichkeit, den Lebensabend zu verbringen. Was man bei jungen Leuten an Aktivität und Spontaneität begrüßen würde, möchte man dem Alter nicht mehr zubilligen.

Doch gerade jene Menschen, denen Sprache und Gedächtnis langsam verloren gehen, lechzen nach Kontakt,

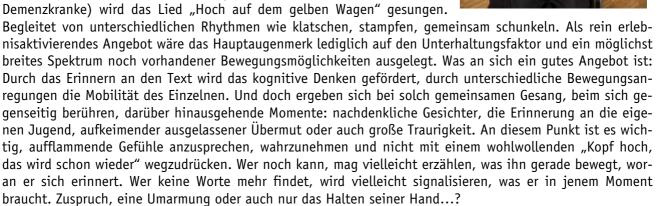
nach Berührung, nach Kommunikation. Hier bietet die Tanz- und Bewegungstherapie ungeahnte Möglichkeiten.

Tanz- und Bewegungstherapie ist weit mehr als nur ein sportliches Freizeitangebot. Wissenschaftlich kann man drei Grundpfeiler dieser Therapieform beschreiben:

- als aktivierendes Freizeitangebot mit gesundheitsfördernden Effekten / zur Erlebnisaktivierung
- in funktionstherapeutischer Absicht als präventives und kuratives Training zur physischen Mobilisierung
- in psychotherapeutischer Absicht als indikationsspezifische Intervention bei seelischen und psychosomatischen Erkrankungen sowie bei Verhaltensauffälligkeiten und Störungen im sozialkommunikativen Bereich

Die Übergänge dieser drei Bereiche sind oft fließend und überschneiden sich. Ein Beispiel aus der Praxis:

In einer gemischten Gruppenstunde (agile Heimbewohner, Rollstuhlfahrer,



Empathie und Respekt sind die Schlüssel zwischenmenschlichen Tuns. Über eine Erweiterung des Bewequngsrepertoires gelangen wir häufig an bisher unentdeckte Gefühlsqualitäten. Zu Weichheit, wo sonst nur Härte und Stagnation sind, zu sanften, ja zärtlichen Momenten. Gerade wenn ein Mensch nach und nach sein Selbst verliert – und er spürt es ganz genau, dass mit ihm etwas nicht stimmt - dann bleiben Berührungen, Rhythmen, Melodien, Malereien, Musik, um mit den scheinbar in ihrer Welt verlorenen Kranken zu kommunizieren. Wer bereit ist, gewohnte Pfade verbaler Kommunikation zu verlassen, der wird, selbst mit schwer demenzkranken Menschen, überraschende und berührende Momente erleben.



Ines Krüger Tanz- und Bewegungstherapeutin, Fernsehmoderatorin Schirmherrin der Alzheimer Angehörigen-Initiative e.V.

Abschlussarbeit: www.alzheimerforum.de/3/1/6/12/Ines Krueger Tanztherapie.pdf



