

## Sinnverstehende Psychomotoriktherapie mit Erwachsenen

Menschen mit psychischen Erkrankungen fühlen sich oft miss- oder gar nicht verstanden und in ihrem Erleben allein gelassen. Sich auf Therapien einzulassen, fällt ihnen schwer. Sinn und Ziele psychotherapeutischer Maßnahmen sind für sie kaum erkennbar, was zu Widerstand und vorzeitigem Abbruch führen kann. Auch therapeutische Professionen stoßen an Grenzen ihrer fachspezifischen Möglichkeiten, Krankheitsbild und Verhalten ihrer Klientel zu verstehen und ihr angemessen zu helfen. Benajir Wolf, promovierte Diplom-Sportlehrerin und Diplom-Motologin, hat sich über viele Jahre eingehend mit dieser Problematik bewegungstherapeutisch und -wissenschaftlich auseinandergesetzt. Mit ihrem Buch stellt sie nun einen neuen Ansatz der Psychomotoriktherapie (PMT) vor, der geleitet ist vom Verstehenden Ansatz in Psychomotorik und Motologie nach Jürgen Seewald und sich um Sinnfindung der Symptome und Therapiewege bemüht.

Die sinnverstehende PMT ist demnach eine Therapiemethode für die psychomotorische Arbeit mit Erwachsenen. Sie basiert auf Konzepten der Psychomotorik und der Motologie sowie der Körperpsychotherapie wie beispielsweise der Analytischen Tanztherapie und der Konzentrativen Bewegungstherapie. Während die Psychomotorik mit Kindern einem entwicklungsfördernden Ansatz folgt, handelt die sinnverstehende PMT mit Erwachsenen nach psychoanalytischen und körperpsychotherapeutischen Paradigmen. Dennoch ist die Entwicklungsbiographie bedeutsam, sofern »



**die Rezensentin:**

Cornelia M. Kopelsky  
Freie Fachjournalistin und Fachautorin  
Feckweilerbruch 28,  
55765 Birkenfeld/Nahe  
[www.CMKopelsky.de](http://www.CMKopelsky.de)

ihre Analyse zur Bedeutungsfindung der Symptome beitragen kann. Mittels Bewegung initiiert die PMT einen Verstehensprozess, um das Aufdecken unbewusster Konflikte zu erzielen. Der Körper soll das aussprechen, was das Bewusstsein nicht verbalisieren kann. Der/die Therapeut\*in muss sich in diese körperinnere Thematisierung ihrer Patient\*innen „einverleiben“ können, sodass Patient\*in und Therapeut\*in ein „therapeutisches Paar“ bilden können, dem es gemeinsam möglich werden kann, die sich auftuenden (Störungs-)Bilder aufzuschlüsseln. Das schrittweise Verstehen der Symptome und die daraus folgenden Verhaltensreaktionen nähren das Sinnverstehen der Therapie und können dadurch heilsam wirken.

Die Autorin teilt ihr Werk in zwei Teile. In Teil 1 beschreibt sie Verortung, Entstehung und Grundlagen der sinnverstehenden PMT sowie deren Abgrenzung zu funktional-kompetenzfördernden Konzepten der Psychomotorik. Wesen und Ausrichtungen des psychoanalytischen Krankheits- und Behandlungskonzepts und der Körperpsychotherapie (KPT) werden in Bezug auf die praktische Anwendung der PMT eingehend beschrieben. Dabei wird der methodische Zusammenhang zwischen KPT und Körperarbeit durch Bewegung verdeutlicht, was sich historisch erklären lässt: Aus der Reformbewegung der Gymnastik und des Tanzes entwickelten sich Verfahren der KPT.

Teil 2 stellt Konzept und Methode des therapeutischen Handelns vor. Wegweisend für die körperzentrierte Arbeit sind das Unverstandene und das „verkörperte Unbewusste“ der Patient\*innen. Die sinnverstehende PMT bietet weder ein festgelegtes Programm, noch leitet sie Übungen an, sondern arbeitet mit dem Bewegungspotential, das zu Beginn einer Therapiestunde von den Patient\*innen inszeniert wird. Die therapeutische Haltung spielt dabei die wichtigste Rolle, trägt wie keine andere Komponente entscheidend zum Therapieerfolg



## Sinnverstehende Psychomotoriktherapie mit Erwachsenen

Benajir Wolf

2019, 142 Seiten, 5 Abb., 2 Tab., ISBN 978-3-497-02802-3, Euro 29,90, Ernst Reinhard Verlag, München

bei und zeigt, wie fundamental hierfür die persönlichen und professionellen Körpererfahrungen der Therapeut\*innen sind. Benajir Wolf weist im größten Kapitel (13 Seiten) ihres Buchs mit vielen praktischen Beispielen ebenfalls darauf hin, wie veränderbar die therapeutische Haltung während einer PMT sein kann; auch ein Haltungsverlust ist möglich. Mit weiteren Fallbeispielen veranschaulicht sie, mit welcher therapeutischen Haltung die Beziehung zu den Patient\*innen weitergestaltet wird und welche Störungsbilder vom frühen bis zum hohen Erwachsenenalter behandelt werden können.

Das Buch ist von der ersten bis letzten Seite eine anspruchsvolle Fachlektüre: wissenschaftlich fundiert, aufschlussreich und anregend, patientenorientiert und praxisnah. Sie hebt den Stellenwert der Körperarbeit in medizinischen und psychologischen Therapiebereichen und dient Lehrenden, Studierenden und Praktizierenden der Psychomotorik und Motologie ebenso wie der im psychiatrischen und psychosomatischen Bereich wirkenden Ergotherapie. Nicht zuletzt bereichert sie auch die bewegungspädagogische Arbeit. ❧

► **Redaktioneller Hinweis:** In der kommenden Ausgabe der „Praxis der Psychomotorik“ erscheint von Dr. Benajir Wolf ein Fachartikel zum Thema „Die therapeutische Beziehung – Warum der zentrale Wirkfaktor im Fallverstehen häufig verloren geht“.