

Tabelle 2. Bewegungsprofil Erhebung (BPE, Bräuninger & Züger)<sup>1</sup>

Bei der Bewegungsprofilenerhebung geht es darum, einen Eindruck zu bekommen, wie Sie sich ganz individuell bewegen. Sie können jede Übung so ausführen, wie Sie spontan die Übung verstehen. Es gibt dabei kein richtig oder falsch. Es ist kein Leistungstest.						
Nr	Aufgabe	Anweisung	Musik	Musiklänge	Erläuterungen	Musikstück
1	GEHEN	Die erste Aufgabe besteht aus Gehen: Ich werde Ihnen nachfolgend drei verschiedene Anweisungen geben. Es wird jeweils 30 sec. Musik zur Begleitung gespielt werden.				
	1.1	Gehen Sie eine Strecke mit kurvigen Wegen, bis das Musikstück endet.	X	30 sec.	<i>Musiklänge bei allen Aufgaben dazusagen</i>	George Winston Nr. 3 ( <i>December</i> )
	1.2.	Gehen Sie eine Strecke mit geraden Wegen, auch kreuz und quer, bis das Musikstück endet.	X	30 sec.	<i>Musiklänge bei allen Aufgaben dazusagen</i>	Deuter Nr. 1 ( <i>Kundalini</i> ) (25-55)
	1.3.	Gehen Sie eine Weile, so wie Sie möchten, bis das Musikstück endet.	X	30 sec.	...	Tri Festivo Nr. 5 ( <i>Tonarten und Klangwelten</i> ) (0-34)
2		Die zweite Aufgabe besteht aus (schnellem Gehen und) RENNEN.				
	2.1.	Beschleunigen Sie Ihren Gang so, dass Sie ins Rennen kommen. Diese Aufgabe ist ohne Musik. Wenn Sie genug haben, können Sie stoppen.	-	-	...	-
	2.2.	Nun kommt wieder etwas Musik dazu: Können Sie Ihr Rennen so verändern, dass es für Sie zur Musik passt?	X		...	African Playground Nr. 7 ( <i>Hendry von Tarika Sammy</i> )
3	STAMPFEN	Die nächste Aufgabe besteht aus STAMPFEN und wird begleitet von zwei unterschiedlichen Musikstücken.				

<sup>1</sup> Die BPE kann als PDF Dokument von den Autorinnen zur freien Verfügung angefordert werden unter [tanztherapie@swissonline.ch](mailto:tanztherapie@swissonline.ch) oder [brigitte.zueger@dplanet.ch](mailto:brigitte.zueger@dplanet.ch). Vor der Anwendung empfiehlt es sich, die BPE an einem Kollegen oder einer Kollegin zu testen.

	3.1.	Versuchen sie zur ersten Musik zu stampfen. Sie können so stampfen, wie Sie möchten.	X	30 sec.	<i>Musik nicht zu leise, eher etwas lauter stellen</i>	Christopher Benstead Nr. 9 ( <i>Modern Dance 4</i> ), 0-39
	3.2.	Jetzt kommt die zweite Musik, die etwas anders ist. Sie können wieder so stampfen, wie Sie möchten.	X	30 sec.	...	Various Artists: Nr. 1 ( <i>The Heart of Percussion</i> ), 21-51
4	WACHSEN / SCHRUMPFEN	Wachsen ist ausdehnen in die Breite, Länge oder in Fortbewegung, Schrumpfen ist das Gegenteil. Bei dieser Übung geht es darum, wachsende und schrumpfende Bewegungen in allen möglichen Ebenen auszuprobieren. Die Musik soll Ihnen dabei hilfreich sein.				
	4.1.	Sie können mit den zwei Elementen Wachsen und Schrumpfen spielen. Sie können selbst bestimmen, wie schnell oder wie groß Sie Ihre Bewegungen sein sollen. Sie können alle möglichen Ebenen miteinbeziehen.	X	1 min.	<i>Musiklänge bei allen Aufgaben dazusagen</i>  <i>Musik bei Bedarf wieder etwas leiser stellen</i>	Kim Lenzer & Lars Trier, Nr. 3 ( <i>Kiss the Forest</i> ), 0-1:04
	4.2.	Haben Sie ein Bild von etwas, was wächst oder schrumpft? Können Sie Ihre Bewegungen anhand dieses inneren Bildes wachsen oder schrumpfen lassen?  <i>(Wenn Klientin sagt, sie habe kein Bild, dann, nur dann, weitere Instruktion: „Wenn Ihnen kein Bild dazu einfällt, können Sie sich einfach so zur Musik bewegen“)</i>  Am Ende fragen „Haben Sie Bilder gehabt? Welche?“	X	1 min.	<i>Nachfragen, ob Bilder gekommen sind (mit offener, nicht-suggestiver Frage)</i>	Christopher Benstead Nr. 4 ( <i>Modern Dance 4</i> ), 0 - 1:07
5	SCHWÜNGE	Schwünge können langsam oder schnell, kraftvoll oder leicht, groß oder klein sein. Sie werden nacheinander von zwei Musikstücken begleitet, die Sie unterstützen sollen, verschiedene Arten von Schwüngen auszuprobieren.				X

5.1.	Bitte probieren Sie auf dieses Musikstück, Schwünge auszuführen. Es gibt kein richtig oder falsch.	X	1 min.		Habib Koite & Bamada, Nr. 2 ( <i>Mosu Ko</i> ), 0-1:07
5.2.	Nun kommt das zweite Musikstück, es ist etwas anders als das erste. Bitte versuchen Sie erneut, auf dieses Musikstück Schwünge auszuführen.	X	1 min.		20 best of Today's Folk & Worldmusic, Nr. 13 ( <i>Enrique Ugarte "Wenn Mademoiselle Dich küsst"</i> ), 0 – 1:02
ABSCHLUSS	Sie haben nun alle Aufgaben abgeschlossen. Vielen Dank für Ihre Mitarbeit. Wie geht es Ihnen jetzt?				<i>Nachfragen, ob Klientin sich Video in der nächsten Stunde am PC anschauen möchte.</i>

Erläuterungen zu den Anweisungen der Bewegungsprofil Erhebung, Bewegungsaufgaben und Beobachtungskriterien auf Grundlage des Kestenberg Movement Profile / KMP (j1)(Kestenberg-Amighi, Loman, Lewis & Sossin, 1999)

## 1. GEHEN

Gehen ist eine Grundbewegungsart des Menschen und lässt die Beobachtung von Ganzkörperspannung, dem Gebrauch von ganzkörperlichem Mitschwingen (Lausberg, 1997), dem Einsatz des Gewichtes zur Verlagerung nach vorne, der Handhabung des Gleichgewichtes und dem Einsatz des Gewichtes in der Vertikalen von einer Seite auf die andere (meist mit Wachsen Schrumpfen) für die Kurvenführung (eher rund, fließend), und der Anpassungsfähigkeit an die Musik (Stimuli von außen) zu.

### 1.1. Gehen kurvig

Die Formulierung lässt das Ausmass, die Anzahl und die Richtung der Kurven sowie die Raumnützung dafür offen. Die Handhabung des Gleichgewichtes und die Anpassungsfähigkeit an die Musik kann beobachtet werden.

### 1.2. Gehen gerade

Die Formulierung lässt die Länge der geraden Wege, die Präzision, das Ausmass und die Anzahl der Richtungswechsel und eine eventuelle Tempoveränderung beim Richtungswechsel wie auch die Raumnützung dafür offen. Ebenfalls zu beobachten ist wie bei 1.1. das Gleichgewicht und die Anpassungsfähigkeit an die Musik.

### 1.3. Gehen freie Wahl

Die Formulierung lässt den Probanden die selbständige und freie Wahl von kurvig oder gerade gehen. Dadurch werden die Präferenzen der Klienten deutlich. Beobachtungskriterien dafür sind das Ausmass, die Anzahl kurvige/gerade Richtungswechsel, Tempowechsel, Gleichgewicht und Anpassung und Nützung der Musik sowie die Raumnützung

## 2 RENNEN

### 2.1. Rennen beschleunigend

Die Formulierung lässt die Dauer der Beschleunigung offen. Ebenfalls ob nach der Beschleunigung angehalten wird oder eine Weile ohne weitere Beschleunigung weiter gerannt wird.

Beschleunigendes Rennen verlangt dosierten, gesteigerten Krafteinsatz nach vorne.

### 2.2. Rennen angepasst

Die Formulierung verlangt nach angepasstem, schnellem Tempo innerhalb von 30 Sek. Die Aufgabe ähnelt 2.1., jedoch mit durch die Musik vorbestimmtem Krafteinsatz nach vorne. Ferner kann v.a. Ganzkörperspannung (gehen, rennen), freier, gebundener und neutraler Fluss, Gewichtsverlagerung / Richtungswechsel (Gehen, Rennen in Richtungen), abrupt oder gradual, gleichbleibender oder angepasster Fluss oder hohe oder niedrige Intensität erhoben werden sowie die Verbindung bzw. Nutzung der rechten / linken Seite und das Ausmass der Drehung.

## 3. STAMPFEN

Die Formulierung verlangt angepassten, kontrollierten Krafteinsatz nach unten, abrupte Bewegung, Kraftansammlung und Kraftentladung. Einsatz von Abruptheit.

### 3.1. Stampfen angepasst

Die Formulierung fordert ein zeitlich angepasstes Stampfen, sie lässt allerdings den Krafteinsatz offen.

### 3.2. Stampfen angepasst

(anderes Tempo) Die Formulierung fordert wiederum ein zeitlich angepasstes Stampfen mit wählbarem Krafteinsatz, allerdings ist die Zeitangabe (Musik) im Verhältnis zur Aufgabe 3.1. variiert.

Stampfen, anderes Tempo: Verändern, Anpassen des kontrollierten Krafteinsatzes an die veränderte Musik.

Krafteinsatz nach unten (stampfen)

Ausmass der Aspekte direkt (direct), stark (strong), beschleunigend (accelerated) der kämpfenden Antriebe (fighting efforts).

## 4. WACHSEN / SCHRUMPFEN

In der Einleitung wird erklärt, was Wachsen und Schrumpfen ist.

### 4.1. Wachsen/Schrumpfen

Die Formulierung bestimmt die Bewegungsform Wachsen/Schrumpfen. Ein Hinweis auf Geschwindigkeit, Größe und Raumebenen wird gegeben. Beobachtung von Auswölben (bulging) und Aushöhlen (hollowing) bezüglich Körperteilen, bipolarem und unipolarem Formenfluss, Richtungen wie seitlich, überkreuz, aufwärts, abwärts, vorwärts, rückwärts (sideways, across, upwards, downwards, forward, backward) und Ausmass.

### 4.2. Wachsen /Schrumpfen mit Bildern

Die Formulierung fragt nach einer spontanen Bildassoziation zu Wachsen/Schrumpfen und lädt zur Ausführung des Bildes ein. Ist keine spontane Bildassoziation vorhanden, wird zu freier Bewegung eingeladen. Danach noch einmal die Frage nach Bildern. Manchmal werden Bilder möglich, wenn die Bewegung ihre Freiheit bekommt und nicht einer speziellen Ausführung wie in

diesem Fall Wachsen/Schrumpfen, folgen muss. Wie bei 4.1. sowie Anbindung dessen an inner-seelisches Erleben. Wachsen / Schrumpfen: Verbreitern / Verschmälern, Verlängern / Verkürzen, Auswölben / Aushöhlen. Bipolarer und Unipolarer Formenfluss

## 5. SCHWÜNGE

In der Einleitung wird erklärt, dass Schwünge aus Tempo, Krafteinsatz und Größe bestehen. Ebenfalls wird erklärt, dass Schwünge den Wechsel von freiem und gebundenem Fluss (bound flow and free flow), Kontrolle und Gehen lassen benötigen (Lausberg, 1997) und dass der Gebrauch der Ebenen Hoch und Tief im Schwingen mit dabei ist. Die Formulierung lässt offen, wie der Rumpf und/oder die Extremitäten miteinbezogen werden.

### 5.1. Schwünge

Die Formulierung macht auf das Musikstück aufmerksam und lädt ein, sich darauf zu bewegen und prüft die Anpassungsfähigkeit.

### 5.2. Die Formulierung macht auf das andersartige Musikstück aufmerksam und prüft die Möglichkeit, sich von neuem und anders anzupassen.

## FALLBEISPIEL

Herr Z., ein Herr im mittleren Alter, der zum wiederholten Male wegen seiner bipolar affektiven Erkrankung in der Klinik behandelt wird, erklärt sich sowohl am Anfang t1 als auch am Ende seiner stationären Behandlung t2 (nach ca. 8 Tanztherapiestunden) zur BPE bereit. Die BPE werden beide Male im gleichen Bewegungstherapieraum mit Herrn Z.s Einwilligung durchgeführt und mit Camcorder aufgezeichnet. Therapeutin und Klient werten die BPE von t1 und t2 (in der jeweils nächsten Therapiestunde) zusammen aus. Hierzu schauen sie die Filmaufnahmen auf einem 17'' Monitor in einem Besprechungsraum an. Nachfolgende Tabelle 3 ist eine schriftliche, von der Therapeutin nachträglich verfasste Auswertung der beiden BPEs. Sie soll als Beispiel dienen, wie ein Vergleich zwischen t1 und t2 praktisch und zeitsparend und zugleich optisch schnell erfassbar ?dokumentiert werden kann.

	t1 (zu Beginn der Behandlung)	t2 (nach ca. 8 Stunden Einzeltherapie, am Ende der Behandlung)
1 GEHEN		
1.1.	Geht sehr langsam, Nimmt verschiedene Raumrichtungen in Kurven Zeigt beim Gehen wenig Anpassung an die Musik	Geht langsame Kurven, auch in Achter-Form Benutzt den ganzen Raum Zeigt gewisse Anpassung an Musik
1.2.	Das Tempo ist gemächlich Die Geraden werden sowohl entlang des Randes als auch durch die Mitte des Raumes gewählt	Tempo ist etwas zügiger als bei 1.1. von t2 und als bei 1.2. von t1, Wechsel eher abrupt Die Geraden wirken zielgerichteter und zeigen mehr Varianz (Pat. geht auch in eine Ecke, d.h. der gesamte Raum wird genutzt)
1.3	Pat. geht enge Bögen Geht rückwärts Nutzt gesamten Raum Tempo ist langsam	Rhythmisches Gehen zur Musik, viele kleine Kurven, Arme schwingen mit, Pat. stützt sich auch von Wand ab, geht mitten durch den Raum
2 RENNEN		

2.1.	Pat. fragt viel nach er geht (rennt nicht) für 25 sec. lang	(Pat. zieht zuerst seine Strümpfe aus) er fragt nach, joggt dann ein paar Sekunden, beschleunigt dann durch die Diagonale er rennt insgesamt 20 sec.
2.2.	Pat. fragt wieder nach (wie er laufen soll, - rückwärts, vorwärts?) Pat. wippt anfangs locker in den Knien mit Er bleibt am Platz stehen und führt etwas verschraubende Bewegungen aus, nach ca. 20 sec. geht er in Raum, legt wenig Weg zurück, kein Rennen	joggt am Rand des Raumes entlang, sehr elastisches Joggen, hüpf, passend zum Rhythmus und Tempo der Musik Pat. wählt die größte Strecke im Raum (Diagonale)
3 STAMPFEN		
3.1.	(nimmt sich Matte als Unterlage, braucht eine Weile zum Platzieren) sehr leichte Schritte anstelle von Stampfern, die er am Platz auf der Matte ausführt kaum zeitliche Anpassung an die Musik wenig Krafteinsatz	Leichtes Stampfen, ganzer Körper ist einbezogen, Akzent und Krafteinsatz beim Stampfen eher nach oben, Rhythmus Variationen, Arme sind im Ellbogen gebeugt, Unterarme schwingen zum Stampfen rhythmisch mit
3.2.	Kein Stampfen, sondern große Schritte durch den Raum	Stampft am Platz im Gleichklang mit Musik, Unterarme ziehen im Rhythmus zum Boden, schneller Rhythmus der Musik wird mit Schritten imitiert, d.h. Krafteinsatz wird verändert und an Musik angepasst
4 WACHSEN / SCHRUMPFEN		
4.1.	Steht mit Rücken zur Kamera, aufrecht, symmetrisch, macht dann Ausfallschritt, geht auf die Knie, beugt Oberkörper nach vorne, meint am Ende der Übung „Ich habe geweint bei der Übung“	Beginnt zusammengerollt am Boden, Knie gebeugt, symmetrisches Aufstehen wachsen nach oben, Arme öffnen sich asymmetrisch gegen Decke, dann bipolares Verbreitern, leichtes Drehen im Oberkörper
4.2.	Regungslos die ersten paar sec. dann dreht er sich zur Kamera, steht, knäuel Taschentuch, steckt es in Hosentasche, schließt rechte Hand zur Faust, öffnet diese wieder, spreizt Finger weit auseinander (Hand vor Brustkorb) schließt Faust wieder kurz, läuft aus dem Bild, ist emotional sehr bewegt (kurze Unterbrechung - Kamera aus, dann wieder ein)	Verkürzen nach unten, Verlängern nach oben, Verkürzen nach unten, lang nach oben, asymmetrisches Verlängern nach oben, auf Knie gebeugt,(im Kniestand?), wechseln zwischen Verlängern und Verkürzen, Ende mit Verlängern nach oben
„Bilder?“	---	„Wachsen des Waldes an zwei Bäumen aufgezeichnet“
5 SCHWÜNGE		

5.1.	<p>Gestischer Beginn: Pat. holt sich ein Seil, lässt es vor sich am Boden in einer Hand schwingen: Beine stehen im Grätschstand, mit dem Oberkörper gebeugt nach vorne, dann führt eine Hand das Seil (beide Enden des Seils werden von den beiden Händen gehalten), er präpariert das Seil zum Seilhüpfen (Musik geht hier zu Ende)  Viel gebundener Fluss</p>	<p>Pat. steht in der Mitte des Raumes: Ganzkörper-Schwünge auf der horizontalen Ebene um die Hüfte mit schweren, passiv hängenden Armen, passend zur Musik kommen Schritte dazu, Arme schwingen nach vorn und zurück, große Schwünge am Oberkörper vorbei, mit breitem Stand,  sowohl hohe als auch tiefe Ebene</p>
5.2.	<p>Fortsetzung von 5.1. hüpfte symmetrisch durch das Seil, wobei sich Oberkörper vollkommen zusammenzieht und nach unten verkürzt, gebundener Fluss im Rumpf</p>	<p>Rechtes Bein schwingt zurück, Pat. hält sich mit einer Hand an der Wand fest, ein Armschwung kommt dazu (gegengleich zum Bein), Beugung des Beins kommt dazu, Wechsel auf andere Seite (mit synchronem Schwingen von Arm und Bein)  Extremitäten sind im freien Fluss</p>
Abschluss		<p>„In gewissen Aufgaben habe ich ein schönes Gefühl gehabt, es hat sich etwas entwickelt, beim Schwingen: immer auf einen Takt, einem Ziel zustreben“</p>