Aktuelle tanz-, bewegungstherapeutische Interventionen in der Behandlung von Jugendlichen

Iris Bräuninger

Dieser Beitrag fokussiert auf tanz-, bewegungstherapeutische Interventionen in der Behandlung von Jugendlichen. Drei Studien untersuchen deren Einfluss auf mathematische und sozial-emotionale Fähigkeiten, auf Stimmungszustände bei psychiatrischen Diagnosen und auf die kulturelle Identität von Jugendlichen. Die Vielfalt der Designs zeigt sich in einer retrospektiven Studie und in zwei qualitativen Studien mit Aktionsforschungsdesign bzw. mit einem gemeindebasierten partizipativen Design.

Einfluss von Tanz-, Bewegungstherapie auf mathematische, Tanz / Bewegungs- und sozial-emotionale Fähigkeiten von Jugendlichen

Die Studie von Anderson (2015) untersuchte, ob sich Tanz-, Bewegungstherapie positiv auf das Erlernen von Mathematik und auf die sozial-emotionalen Fähigkeiten bei SchülerInnen mit Lernschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsdefizit- / Hyperaktivitätsstörung und EBD (emotional / behavioral disabilities) auswirkt. Die qualitative Studie mit einem Aktionsforschungsdesign erweiterte den Rahmen der Kunst-Integration als kontextualisierten Lernansatz und integrierte tanztherapeutische Interventionen. Folgende Forschungsfragen wurden überprüft: 1. Können kognitives Engagement und die Organisation von Bewegung positiven Einfluss nehmen auf das Engagement und die Organisation der mathematischen Lerninhalte der SchülerInnen? 2. Erleichtert die Kontextualisierung der Tanz-, Bewegungstherapie-Aktivitäten den SchülerInnen das mathematische und sozial-emotionale Lernen?

An der Studie nahmen 14 SiebtklässlerInnen mit zwei LehrerInnen und dem Schulberater teil. Die SchülerInnen lagen durchschnittlich mindestens zwei Jahre unter dem Mathematik-Niveau der siebten Klasse und litten unter hoher Impulsivität und mangelndem Selbstbewusstsein. Die Gesamtstudiendauer betrug vier Wochen. Der Interventionsplan beinhaltete täglich eine Stunde integrierter Tanz- und Bewegungsinterventionen, welche die Schwierigkeiten der SchülerInnen durch gezielte Atem-, Rhythmik- und Bewegungsübungen zu reduzieren versuchten. Eine einfache, dreistufige Bewegungssequenz sollte die SchülerInnen darin unterstützen, ihr Denken, ihre grobmotorische Koordination und ihre emotionale Selbstregulation vor, während und nach dem tanz-, bewegungsintegrierten Mathematikunterricht zu organisieren. Daten wurden anhand von Videoaufzeichnungen, In-vivo-Beobachtungen, Interviews, Sprachproben und Schüler-generierten Arbeitsblättern erhoben und mit leistungsbasierten Berichten zu Mathematik, Tanz, Bewegung und Sozialem Skill Lernen bewertet. Die Ergebnisse weisen positive Assoziationen zwischen der Teilnahme der SchülerInnen an den Tanz-, Bewegungsaktivitäten und der Erweiterung der mathematischen, sozial-emotionalen und Tanz-, Bewegungskompetenzen auf. Die Integration von Tanz / Bewegung scheint ferner zur Entwicklung der sozialen Kompetenzen der Schüler sowie dem inhaltsbezogenen Lernen beizutragen.

Einfluss von Tanz-, Bewegungstherapie auf die Stimmungszustände bei Jugendlichen mit psychiatrischen Diagnosen

Die retrospektive Studie von Anderson und KollegInnen (2014) überprüfte im Rahmen der Evaluation eines psychiatrisch-therapeutischen Programms die Auswirkung von Tanz-, Bewegungstherapie auf die Stimmungszustände von

körper – tanz – bewegung 4. Jg., S. 114–116 (2016)
DOI 10.2378 / ktb2016.art14d © Ernst Reinhardt Verlag

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 25.04.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de

Jugendlichen mit psychiatrischen Erkrankungen. Zu den Teilnehmern zählten 402 Patienten zwischen 14 und 21 Jahren mit einem Durchschnittsalter von 14.56 ± 1.70. Die Behandlung in einem Kinderkrankenhaus fand in einer Tagesbehandlungsstätte für Jugendliche, einer jugendpsychiatrischen Station und einer Spezialstation für Essstörungen statt. Die Jugendlichen füllten vor und nach der Tanz-, Bewegungstherapiestunde das Fast Assessment of Children's Emotions (FACE) aus. Die Ergebnisse ergaben eine signifikante Veränderung in allen Stimmungswerten (Ärger, Verwirrtheit, Traurigkeit, Energie, Angst, Müdigkeit) und im Gesamtstimmungswert nach einer Tanz-, Bewegungstherapie-Stunde (Odds Ratio = 1.84; p ≤.01). Die Ergebnisse zeigten sich bei Jugendlichen aller drei Behandlungseinheiten unabhängig ihrer demographischen Charakteristiken.

Einfluss von Tanz-, Bewegungstherapie auf die kulturelle Identität von weiblichen Jugendlichen

Das gemeindebasierte teilnehmende Forschungsprojekt mit weiblichen Jugendlichen setzte sich mit dem Einfluss von Tanz auf die kulturelle Identität von weiblichen Jugendlichen auseinander (Thomas 2015). Der Tanz wurde als Intervention eingesetzt, um 1. den heranwachsenden Jugendlichen ihre Identität durch Bewegungserzählung erfahrbar zu machen, 2. qualitative Daten durch Bewegung zu sammeln und zu analysieren und 3. die Ergebnisse des Projekts in einer informativen und leicht zugänglichen Art im Rahmen einer Vorstellung zu präsentieren. Das Design der performativen Forschung wurde gewählt, damit die Erfahrungen der einzelnen Teilnehmerinnen von der Forscherin und von einem Publikum gehört und gesehen wurden. Nach Ansicht der Forscherin würde die positive Wirkung des Projekts auf die Einzelnen und die Gemeinschaft die Notwendigkeit für zukünftige gemeindebasierte partizipative Forschung bestätigen.

Schlussfolgerung

Tanz-, Bewegungstherapie kann eine sinnvolle und sinnstiftende Intervention der Wahl bei Jugendlichen sein. Wie die Studie von Anderson (2015) aufzeigte, verbesserten sich nach nur einem Monat mit spezifischen tanz-, bewegungstherapeutischen Interventionen die mathematischen und sozial-emotionalen Fähigkeiten von Jugendlichen mit Lernschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsdefizit- / Hyperaktivitätsstörung und EBD signifikant (Anderson 2015). Dieses Resultat erscheint insofern bemerkenswert, als dass die Tanz-, Bewegungsinterventionen positive Verbesserungen auf die kognitiv-mathematischen Leistungen und die sozial-emotionale Ebene erzielten. Zukünftige Forschungen mit RCT-Design könnten die methodischen Schwächen der Studie korrigieren und die vielversprechenden Ergebnisse überprüfen. Die Resultate der retrospektiven Studie von Anderson und KollegInnen (2014) zeigten, dass Tanz-, Bewegungstherapie eine Veränderung der Stimmungszustände bei Jugendlichen mit psychiatrischen Diagnosen bewirkte. Die beiden Vorschläge der AutorInnen scheinen deshalb unterstützenswert: Zum Einen könnten zukünftige RCTs den Impact von Tanz-, Bewegungstherapie im Rahmen eines größeren therapeutischen Programms und unter Hinzunahme weiterer Variablen überprüfen, und zum Anderen könnte die Wirksamkeit der Tanz-, Bewegungstherapie als Stand-Alone-Intervention für ambulante psychiatrische Jugendliche evaluiert werden. Die dritte Studie von Thomas (2015) präsentierte ein Design, das aktionsorientierte und gemeindebasierte teilnehmende Forschung vereint. Dieser Ansatz scheint eine interessante Option für qualitative Forschung in der Tanz-, Bewegungstherapie darzustellen, da die Teilnehmenden am Forschungsprozess als aktive PartnerInnen mitwirken und Einfluss nehmen.

Literatur

Anderson, A. (2015): Dance / movement therapy's influence on adolescents' mathematics, social-emotional, and dance skills. The Educational Forum 79

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 25.04.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de

(3), 230–247, http://dx.doi.org/10.1080/00131725.2015.1037512

Anderson, A. N., Kennedy, H., DeWitt, P., Anderson, E., Wamboldt, M. Z. (2014): Dance / movement therapy impacts mood states of adolescents in a psychiatric hospital. The Arts in Psychotherapy 41 (3), 257–262, http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2014.04.002

Thomas, E. (2015): The dance of cultural identity: Exploring race and gender with adolescent girls. American Journal of Dance Therapy 37(2), 176–196, http://dx.doi.org/10.1007/s10465-015-9203-z

Die Autorin

Dr. Iris Bräuninger

Wissenschaftliche Mitarbeiterin Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Dozentin im Masterstudiengang Tanztherapie an der Autonomen Universität Barcelona (UAB), Supervisorin, Ausbilderin und Lehrtherapeutin der deutschen und spanischen Berufsverbände (BTD, ADMTE), Kestenberg Bewegungsnotatorin, Psychotherapie (ECP), Private Praxis für Supervision und Therapie.

Dr. Iris Bräuninger
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Psychiatrische Universitätsklinik Zürich
Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit
Forschung und Entwicklung
Lenggstr. 31 | CH-8032 Zürich
Tel. 0041-(0)44 384 2717
0041-(0)77 44 22 676
iris.braeuninger@puk.zh.ch oder
dancetherapy@mac.com

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 25.04.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de