

Elisabeth Danuser-Zogg

# Die Welt be-greifen

Bewegungsarbeit und Rhythmik mit  
geistig behinderten Kindern

mit Fotografien von  
Gertrud Vogler

# INHALT

|   |    |
|---|----|
| 1. Persönliches .....                                     | 1  |
| 2. Von der Körperwahrnehmung zur Bewegungsgestaltung      |    |
| 2.1 Theoretische Konzepte, die die Arbeit bestimmen ..... | 3  |
| 2.2 Warum Körperwahrnehmung? .....                        | 6  |
| 2.3 Therapieziele .....                                   | 8  |
| 2.4 Eigenwahrnehmung und Kreativität .....                | 9  |
| 3. Grundsatzgedanken                                      |    |
| 3.1 Bewegungsarbeit .....                                 | 15 |
| 3.2 Persönlicher Ausdruck .....                           | 16 |
| 3.3 Selbstbewußtsein und Veränderung .....                | 17 |
| 3.4 Kraftquellen der Entwicklung .....                    | 17 |
| 3.5 Wachheit und Selbstwahrnehmung .....                  | 18 |
| 3.6 Eigenaktivität .....                                  | 18 |
| 3.7 Handlung und Alltag .....                             | 19 |
| 4. Musik  |    |
| 4.1 Musikalische Formen .....                             | 20 |
| 4.2 Gestaltung musikalischer Begriffe .....               | 20 |
| 4.3 Wirkung der Musik .....                               | 21 |
| 4.4 Rhythmus .....  | 23 |
| 4.5 Musik und Begriffsbildung .....                       | 26 |
| 4.6 Die eigene Bewegungsmelodie .....                     | 32 |
| 4.7 Wunder Musik .....                                    | 33 |

## 5. Wege zur Körpermitte

|   |    |
|---|----|
| 5.1 Bewegungsmuster.....                    | 34 |
| 5.1.1 Die Erscheinungsform des Musters..... | 39 |
| 5.1.2 Die Bedeutung des Musters.....        | 40 |
| 5.1.3 Sinnvolle Veränderungen.....          | 42 |
| 5.2 Muster in der Praxis.....               | 45 |

## 6. Aufbau der Körperwahrnehmung

|   |    |
|---|----|
| 6.1 Gestaltung der Wahrnehmungsqualität.....  | 75 |
| 6.1.1 Berührung.....  | 75 |
| 6.1.2 Wahrnehmungsraum.....   | 77 |
| 6.2 Erlebbarer Körper.....  | 86 |
| 6.2.1 Oberflächenempfindung.....  | 86 |
| 6.2.2 Möglichkeiten in der Praxis.....  | 86 |
| 6.3 Veränderung: Die Erfahrung des Körpers in Raum und Zeit<br>und in Beziehung zu Objekten und den Mitmenschen.....                                    | 89 |
| 6.3.1 Schema.....   | 90 |
| 6.3.2 Erster Kreis des Schemas:<br>Der Körper und seine nächsten räumlichen Begriffe.....   | 90 |
| 6.3.3 Zweiter Kreis des Schemas: Erleben und Transformieren<br>der Körperbegriffe in einfache Handlungen mit einer<br>minimalen Distanz zum Körper..... | 92 |
| 6.3.4 Dritter Kreis des Schemas: Erweiterte Handlungen.....   | 94 |
| 6.3.5 Viertes Kreis des Schemas: Kreativität und Persönlichkeit....   | 97 |
| 6.4 Förderung der Wachheit durch Einsatz der Rhythmisierung.....  | 97 |
| 6.4.1 Unterbrechung und Förderung der Reaktion.....   | 98 |
| 6.4.2 Umschalten von einer Bewegung auf die andere.....   | 98 |
| 6.4.3 Rhythmisierung.....   | 98 |

## **7. Alltagsbezug und Kreativität**

|            |   |            |
|------------|---|------------|
| <b>7.1</b> | <b>Veränderung im Alltag .....</b>          | <b>100</b> |
| <b>7.2</b> | <b>Konkret: Einige Interviews.....</b>      | <b>101</b> |
| <b>7.3</b> | <b>Kreative Ausdrucksmöglichkeiten.....</b> | <b>102</b> |
| <b>7.4</b> | <b>Meditation.....</b>                      | <b>113</b> |
| <b>7.5</b> | <b>Bewegungsarbeit.....</b>                 | <b>119</b> |