

Hubertus Deimel | Till Thimme [Hrsg.]

# Bewegungs- und Sporttherapie bei psychischen Erkrankungen des Kindes- und Jugendalters

2. Auflage



ACADEMIA

## Brennpunkte der Sportwissenschaft

Herausgegeben von der Deutschen Sporthochschule

Prof. Dr. Eckhard Meinberg

Dr. Birna Bjarnason-Wehrens

Dr. Norbert Schulz †

*In Dankbarkeit gedenken wir Dr. Norbert Schulz, der die „Brennpunkte der Sportwissenschaft“ als Redaktionsmitglied mit unermüdlichem Einsatz und Ideenreichtum entscheidend begleitet und geprägt hat.*

**Hubertus Deimel | Till Thimme [Hrsg.]**

# **Bewegungs- und Sporttherapie bei psychischen Erkrankungen des Kindes- und Jugendalters**

2., aktualisierte und erweiterte Auflage



**ACADEMIA**

© Titelbild: Robert Daly – istockphoto.com

**Die Deutsche Nationalbibliothek** verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89665-970-5 (Print)

ISBN 978-3-89665-971-2 (ePDF)



Onlineversion  
Nomos eLibrary

2., aktualisierte und erweiterte Auflage 2021

© Academia – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Baden-Baden 2021. Gesamtverantwortung für Druck und Herstellung bei der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG. Alle Rechte, auch die des Nachdrucks von Auszügen, der fotomechanischen Wiedergabe und der Übersetzung, vorbehalten. Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Besuchen Sie uns im Internet  
**[academia-verlag.de](http://academia-verlag.de)**

## Vorwort

In nahezu allen kinder- und jugendpsychiatrischen klinischen Einrichtungen, die ein störungsspezifisches, entwicklungsorientiertes und individuumszentriertes Behandlungskonzept vertreten, sind bewegungstherapeutische Ansätze ein integraler und wichtiger Bestandteil. Dies spiegelt sich u.a. im Umfang bewegungsbezogener Maßnahmen innerhalb des Versorgungsspektrums und in den entsprechenden Personalschlüsseln wider, aber auch in den differenzierten Konzepten und evaluierten Ansätzen, die mittlerweile für unterschiedliche Diagnosegruppen vorliegen.

Die Vorzüge der Bewegungstherapie liegen dabei auf der Hand: Die Interventionen sind frei von Nebenwirkungen, sie koppeln vielfältig an die Erlebniswelten, die Interessen und Ressourcen der Kinder und Jugendlichen an und sie berücksichtigen neben biologischen und psychischen Aspekten vor allem soziale Facetten der Erkrankung. Dies ist insofern bedeutsam, als dass die Anwendung von *Psychotherapie* und *Pharmakotherapie* als klassische Behandlungswege für diese Altersgruppe auch Grenzen aufweist. So erfordern „verbale Ansätze“ auf Patientenseite z.B. ein ausreichendes Introspektions- und Reflexionsvermögen sowie die Fähigkeit zur differenzierten Beschreibung des eigenen Erlebens und Verhaltens – Voraussetzungen, die insbesondere bei sehr jungen, strukturschwachen oder intelligenzgeminderten Kindern nicht immer gegeben sind. Auch bezüglich der medikamentösen Behandlung ist angesichts der mangelnden Evidenz für bestimmte Alters- und Diagnosegruppen und den z.T. erheblichen Risiken und Nebenwirkungen Zurückhaltung angebracht. Vor diesem Hintergrund sollten in der Behandlung psychisch erkrankter Kinder und Jugendlicher handlungs- und erfahrungsorientierte Verfahren wie die Bewegungstherapie, aber auch die Ergotherapie, die Musiktherapie oder die Heilpädagogik nicht als „Alternative“ zur Psycho- und Pharmakotherapie verstanden werden, sondern als unverzichtbare Bausteine eines multidimensionalen und interdisziplinären Ansatzes.

Die klinische Bewegungstherapie fußt dabei als eigenständiges therapeutisches Verfahren auf einem theoretischen Fundament mit unterschiedlichen Wissenschaftsbezügen und Rahmentheorien. Sie orientiert sich an internationalen Klassifikationssystemen der Gesundheitsversorgung sowie an nationalen medizinischen Behandlungsleitlinien. Für einzelne Interventionsformen und Störungsbilder liegen zunehmend Wirksamkeitsbelege vor und es besteht in Forschung und Praxis weitestgehend Einigkeit

## *Vorwort*

über den hohen klinischen Nutzen dieses Verfahrens (Thimme et al. 2021). Der Blick auf unterschiedliche Settings wie Klinik, ambulante Einrichtungen, Jugendhilfe oder Förderschulen offenbart gleichzeitig ein breites Spektrum bewegungsorientierter Zugänge und Konzepte, die in diesem Rahmen zur Anwendung gelangen. Dies hängt u.a. auch mit den unterschiedlichen Professionen und Ausbildungshintergründen der Therapeut\*Innen zusammen. In Korrespondenz dazu steht eine enorme Fülle an bewegungstherapeutischen Inhalten und Methoden, mit denen motorisch-sensorische, emotionale, kognitive und soziale Funktionsbereiche angesprochen und gefördert werden können.

Zwei interdisziplinär ausgerichtete Fachsymposien, die 2012 und 2014 als Kooperationsveranstaltungen der Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der LVR-Klinik Bonn und des Institutes für bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation der Deutschen Sporthochschule Köln stattfanden, brachten Experten aus diesen unterschiedlichen bewegungstherapeutischen Handlungsfeldern zusammen. Hieraus erwuchs dieser Sammelband 2016 in seiner 1. Auflage: Eine Zusammenstellung von Fachbeiträgen zur Bewegungstherapie mit Kindern und Jugendlichen aus verschiedenen theorie- und praxisbezogenen Perspektiven. Das dieses in der Wissenschaftslandschaft noch relativ junge Fachgebiet weiter „in Bewegung“ ist, zeigt sich nicht nur in der stetig wachsenden Anzahl an Publikationen und der Neuerscheinung von Lehrwerken, sondern auch in dieser 2. Auflage. Die Autoren haben ihre Artikel überarbeitet, Literaturbezüge und -Quellen wurden aktualisiert und neue Forschungsergebnisse integriert. Die Beschreibung neuer Fallbeispiele und Interventionen zeigt, dass auch die Praxis nicht „stillsteht“. Mit der Herausgabe im NOMOS-Verlag erscheint die aktualisierte Neuauflage zudem in einem neuen Kleid.

Der Band beginnt mit einigen theoriegeleiteten bzw. empirischen Ausführungen, gefolgt von Beiträgen, in denen spezifische Krankheitsbilder wie Autismus, Angststörungen, Essstörungen und Abhängigkeitserkrankungen im Fokus stehen. Das dritte „Bündel“ an Beiträgen bezieht sich schwerpunktmäßig auf konkrete Interventionen: vom Tanz und Stockkampf, über das Klettern und Bogenschießen bis zur Entspannung, werden bewährte und attraktive Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt. Im Überblick wird deutlich, dass viele der beschriebenen Ansätze schon über eine lange Tradition verfügen und kein „Kind der Neuzeit“ sind. Gleichzeitig wird auch sichtbar, dass die bewegungsorientierten Zugänge zum Erleben und Verhalten der Kinder und Jugendlichen äußerst vielfältig sind und unterschiedliche Akzentuierungen und Zielsetzungen in der Arbeit erlauben.

Mit diesem Buch möchten wir Studierenden in den entsprechenden Ausbildungsfeldern einen Einblick in verschiedene Facetten der Bewegungstherapie mit psychisch erkrankten Kindern und Jugendlichen bieten. Leserinnen- und Leser, die in pädagogisch-therapeutischen Settings bereits beruflich aktiv sind und neuen „Input“ suchen, finden in den Beiträgen zahlreiche Anregungen und Impulse für die eigene Arbeit. Forschungsergebnisse und Ausführungen zu störungsspezifischen Indikationen und Interventionen sind auch für jene Adressaten von Wert, die sich an interdisziplinären Versorgungsschnittstellen befinden, wie z.B. Ärzte, Psychologen oder Entscheider im Gesundheitswesen. Schließlich verbinden wir mit der Herausgabe dieses Buches die Hoffnung einer weiteren Etablierung, Professionalisierung und bewussteren Wahrnehmung der Bewegungstherapie in der Versorgungslandschaft psychisch erkrankter Kinder und Jugendlicher.

Hubertus Deimel und Till Thimme



## Inhalt

Zur Wirksamkeit von Bewegungstherapie bei psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter <i>Gerd Lehmkuhl</i>	11
Zur Geschichte und Gegenwart der Bewegungstherapie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie <i>Gerd Hölter und Cordula Cavaleiro</i>	19
Körperbild bei psychisch kranken Jugendlichen – eine explorative Vergleichsstudie <i>Till Thimme und Annette Degener</i>	55
„Mood Vibes“ – Umsetzbarkeit eines intensiven Sportprogramms als adjuvante Therapie bei depressiven Jugendlichen <i>Heidrun Lioba Wunram</i>	77
Bewegungs- und Sporttherapie bei expansiven Verhaltensstörungen – ein Überblick der aktuellen Studienlage <i>Anette Ludwig und Hubertus Deimel</i>	97
Hochintensives Intervalltraining (HIIT) als neuer Ansatz in der Sporttherapie bei Kindern mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung <i>Carolin Friederike Meßler</i>	123
Bewegung in Autismus bringen. Die Gestaltung von Bewegungsaktivitäten für Menschen mit Autismus <i>Roswitha Nass und Richard Hammer</i>	141
Mutmacher: Methodische Ansätze der Bewegungstherapie bei Angststörungen im Kindes- und Jugendalter <i>Marianne Eberhard-Kaechele</i>	163

*Inhalt*

Körper und Affekt bei Essstörungen. Körperpsychotherapeutische Überlegungen und Behandlungsansätze <i>Anke Dalhoff</i>	187
Bewegungs- und Sporttherapie bei jungen Menschen mit stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankungen <i>Stephan Niggehoff und Hubertus Deimel</i>	211
Beziehung positiv erleben – Bindungsorientierte Tanz- und Bewegungstherapie mit Kindern und Jugendlichen <i>Antje Scherholz</i>	227
Escrima als Medium in der bewegungstherapeutischen Arbeit in der Kinder- und Jugendpsychiatrie <i>Birte Schmidt</i>	251
Zum Einsatz von Entspannungsverfahren in der Kinder- und Jugendpsychiatrie <i>Chloé Chermette</i>	263
Klettern in der Kinder- und Jugendpsychiatrie – therapeutische Wirkfaktoren, störungsspezifische Zielsetzungen und praktische Hinweise <i>Till Thimme</i>	287
Therapeutisches Bogenschießen in der Kinder- und Jugendpsychiatrie <i>Michael Lindner und Miriam Lindner</i>	315
Erlebnispädagogische Ansätze und Methoden in der kinderpsychiatrischen Tagesklinik <i>Karel Zimmermann</i>	329