

Katharina Limberg

(3. Preisträgerin, Kategorie Poster)

Bewegungstherapie und Sport bei Menschen mit Autismus¹

Summary

Exercise therapy and sport for people with autism are hardly any mention in literature and therefore only a few research findings on the effectiveness exist. The present study shows that exercise therapy and sport for people with autism are used, play a significant role in practice and exhibit a high therapeutic efficacy. At first, specific motor characteristics and the movement of motor behavior in everyday life have been studied. Further aims, contents, effectiveness and didactic – methodical principles in reference to sport as a leisure activity, exercise therapy and water therapy for people with autism are elaborated.

Zusammenfassung

Bewegungstherapie und Sport bei Menschen mit Autismus findet in der Literatur derzeit kaum Erwähnung und so sind auch nur wenige Untersuchungsbeefunde zur Wirksamkeit vorhanden. Jedoch zeigt sich in der vorliegenden Arbeit, dass Bewegungstherapie und Sport auch bei Menschen mit Autismus zur Anwendung kommen, in der Praxis eine bedeutende Rolle spielen und dabei eine hohe therapeutische Wirksamkeit zeigen. Zunächst sind kennzeichnende motorische Besonderheiten und das Bewegungsverhalten im Alltag untersucht

¹ Betreuer der Arbeit sind Herr PD Dr. habil. Wolfram Sperling, Institut der Trainings- und Bewegungswissenschaft der Sportarten II, Sportwissenschaftliche Fakultät, Universität Leipzig und Herr Peter Peikert, Sonderpädagogisches Zentrum Schleiz.

worden. Es konnten weiter Ziele, Inhalte, Wirksamkeiten und didaktisch – methodische Prinzipien in Bezug auf Sport als Freizeitbeschäftigung, Bewegungstherapie und Wassertherapie bei Menschen mit Autismus herausgearbeitet werden.

Schlagworte: Autismus, Sport, Bewegungstherapie

1. Krankheitsbild Autismus

Im Kapitel V des ICD – 10 (engl.: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems), einem von der WHO herausgegebenen weltweit anerkannten Diagnoseklassifikationssystem, sind autistische Störungen in die Klasse der tiefgreifenden Entwicklungsstörungen (F84) eingeordnet (Dilling, Mombour & Schmidt, 2005). Es sind der frühkindliche Autismus (Kanner-Syndrom), der Asperger Autismus und der High-/Low-Functioning-Autismus zu unterscheiden (Dilling, 2005; Bölte, 2009). Dabei werden Beeinträchtigungen mehrerer Entwicklungsbereiche charakterisiert. Charakteristisch sind Kommunikationsstörungen, Störungen der sozialen Interaktion, repetitives Verhalten, körperliche Beeinträchtigungen, sensorische und kognitive Störungen. (Möller et al., 2005; Steinhausen, 2006)

2. Grundgedanken der Arbeit – Menschenbild

Die Frage, die sich aus den eben genannten Symptombeschreibungen ableitet, lautet: Sind diese eben unter 1. genannten Symptombeschreibungen wirklich alles was einen Menschen mit Autismus ausmacht? Autismus ist eben nicht nur durch ein von der Norm abweichendes Verhalten gekennzeichnetes Krankheitsbild. Es ist vielmehr die Unfähigkeit des Beobachters die „autistische Welt“ und die Sinnhaftigkeit des Verhaltens zu verstehen! Für den Zugang zu Menschen mit Autismus und das Verständnis ihrer Verhaltensweisen und Bedürfnisse ist die Einbeziehung einer systemisch-konstruktivistischen Sichtweise als Grundlage therapeutischer Interventionen notwendig (Slotta, 2002). Ihr vorrangiges Ziel ist es, die Lebensqualität der Menschen mit Autismus im Alltag und in ihrer Umgebung zu steigern.

3. Wissenschaftliche Fragestellung

Die Untersuchungen beruhen auf der zentralen Fragestellung nach den derzeit publizierten theoretischen Überlegungen, wissenschaftlich überprüften Aussagen sowie der Anwendung von methodischen Konzepten zu dem Thema „Bewegungstherapie und Sport bei Menschen mit Autismus“. Dabei stan-

den die Teilaspekte motorische Besonderheiten, Bewegungsverhalten im Alltag, Sport als Freizeitbeschäftigung, Bewegungstherapie und Wassertherapie in Bezug auf Menschen mit Autismus im Vordergrund.

4. Untersuchungsmethodik

Zur Beantwortung der Fragestellung wurden als Untersuchungsmethoden die Literaturanalyse und das Experteninterview, als qualitative Forschungsmethode, einbezogen. Zunächst konnten im Rahmen der Literaturanalyse theoretische und methodologische Grundlagen einschließlich qualitative Merkmale und Fragekomplexe zu den eben genannten Teilaspekten des Erscheinungsbildes von Autismus abgeleitet und für das Interview als Leitfaden aufbereitet werden. Das Experteninterview ist mit vier Experten aus unterschiedlichen Bereichen und Ebenen der theoretischen und praktischen Arbeit mit Autismus durchgeführt worden.

5. Ergebnisse

5.1 Motorische Besonderheiten

Menschen mit Autismus weisen vielfältige motorische Besonderheiten auf, wobei jedoch immer die Betrachtung des Einzelnen notwendig ist. Es handelt sich meist um Defizite der Grob- und Feinmotorik sowie bei ganzheitlichen Bewegungsabläufen (Greifen, Laufen, Ball spielen). Auffällig sind weiter Gleichgewichtsprobleme, Auffälligkeiten des Ganges, unwillkürliche Bewegungen sowie Bewegungsstereotypen. Besondere motorische Stärken finden sich bei Bewegungsformen wie Trampolinspringen, Reiten und Golf u.a.

5.2 Bewegungsverhalten im Alltag

Das Bewegungsverhalten von Autismus Betroffener im Alltag kann nicht allgemeingültig beschrieben, sondern muss einer individuellen Betrachtung unterzogen werden. Auftreten kann jede Form des Bewegungsverhaltens, von Bewegungsüberaktivität mit vielen Tickbewegungen bis zur starken Bewegungs- und Antriebsarmut. Wichtig ist zu wissen, dass von einem reduzierten Bewegungsverhalten im Alltag nicht gleichzeitig auch auf einen geringeren Bewegungsdrang geschlossen werden kann.

5.3 Sport als Freizeitbeschäftigung

Menschen mit Autismus zeigen eine reduzierte sportliche Aktivität in der Freizeit, jedoch ist dies kein Grund, ihnen Sport im Allgemeinen abzusprechen.

Häufig ist es erforderlich, aufgrund der meist auftretenden Motivations- und Antriebsarmut, Sport treiben von außen anzuregen. Im Vordergrund stehen Individualsportarten wie Schwimmen, Reiten und Fechten. Mannschaftssportarten sind weniger beliebt - mit Ausnahme Fußball.

5.4 Bewegungstherapie

Auch wenn aktuell nur wenige theoretische Ausführungen bestehen, hat Bewegungstherapie bei Menschen mit Autismus eine große Bedeutung und zeigt hohe therapeutische Wirksamkeit. Die Bewegungstherapie hat die Verbesserung der motorischen Fähigkeiten zur Förderung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, die Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit (Hauptthema: „Nähe und Distanz“) und die Steigerung von Kommunikation, Interaktion und sozialen Fähigkeiten als Hauptzielstellungen. Als Inhalte sind viele Bewegungsaktivitäten möglich, v. a. das therapeutische Reiten, die Wassertherapie, die Tanztherapie und das Jogging stehen im Vordergrund. Mannschaftssportarten sind weniger geeignet.



Die Bewegungstherapie zeigt zahlreiche positive Effekte. Beispielhaft sind die Reduzierung stereotypen, selbststimulierenden und aggressiven Verhaltens, die Verbesserung motorischer Fähigkeiten und die Förderung von Kommunikation, Interaktion und Sozialkompetenz zu nennen. Auch kann eine Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit, berufliche und soziale Integration, eine Stärkung des Selbstwertgefühls und das Schaffen von Lebensfreude durch Bewegungstherapie erreicht werden. Didaktisch - methodische Prinzipien wie z. B. Individualisierung, Freiwilligkeit, die Verlässlichkeit und Kontinuität der Betreuungs- und Bezugspersonen, die Aufrechterhaltung der Motivation durch Erfolgserlebnisse, strukturierte, störungsfreie und auf sich aufbauende Abläufe stehen dabei im Vordergrund.

5.5 Wassertherapie

Nach Aussagen der Befragten hat die Wassertherapie für Menschen mit Autismus eine große Bedeutsamkeit. Dennoch sind bis jetzt nur wenige theoretische Ausführungen und auch die praktische Anwendungen zu recherchieren. Zur Anwendung kommen v.a. das Schwimmen, die Bewegungstherapie im

Wasser, die Surftherapie und die Delfintherapie. Die Wassertherapie umfasst viele Vorteile, z. B. die Eröffnung der Integration in das gesellschaftliche Leben, intensive Wahrnehmungserfahrungen, das Lösen von Ver- und Anspannungen, die Förderung der Koordination und von Bewegungsabläufen, sowie das Element Wasser mit besonderen Antriebs- und Motivationsstatus.

6. Folgerungen und Ausblick

Bewegungstherapie und Sport bei Menschen mit Autismus findet in der Literatur kaum Erwähnung. Dementsprechend sind nur wenige Daten zur Wirksamkeit vorhanden. Jedoch zeigt sich, dass Bewegungstherapie und Sport zur Anwendung kommt, in der Praxis eine bedeutende Rolle spielt und dabei eine hohe therapeutische Wirksamkeit zeigt. Daraus entsteht die Forderung nach weiteren bewegungs- und sportwissenschaftlichen Forschungen, die in Form von Gruppen- oder Einzelfallstudien die Entwicklung und Erprobung methodischer Konzepte unter bewegungstherapeutischer und sportpädagogischer Sicht zum Gegenstand haben. Weiterhin sollte das Thema „Autismus“ in das sportwissenschaftliche Studium eine Einbindung mit Integration systemisch-konstruktivistischer sowie medizinisch-psychiatrischer Sichtweisen erhalten, um die Anerkennung und Anwendung von Bewegungstherapie und Sport als Bestandteile der Alltagskultur bei Menschen mit Autismus zu fördern.

Literatur

Bölte, S. (Hrsg.). (2009). *Autismus. Spektrum, Ursachen, Diagnostik, Interventionen, Perspektiven*. Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG.

Dilling, H., Mombour, W. & Schmidt, M.H. (Hrsg.). (2005). *Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien*. Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefen AG.

Slotta, I. (2002). *Autismus. Der nicht gelungene Umgang mit Verschiedenheit*. Dortmund: Verlag modernes Lernen.

Steinhausen, H.-C. (2006). *Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen. Lehrbuch der Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie*. München: Urban & Fischer.

Verfasserin

Limberg, Katharina, Institut für Trainings- und Bewegungswissenschaft der Sportarten II, Sportwissenschaftliche Fakultät, Universität Leipzig