

HEILEURYTHMIE – eine Bewegungstherapie

Die Heileurythmie ist eine Bewegungstherapie die zu den Therapiemethoden der Anthroposophischen Medizin gehört. Sie wurde von Dr. Rudolf Steiner aus der 1912 neu entstandenen Bewegungskunst der Eurythmie entwickelt.

Das Wort Eurythmie stammt aus dem Griechischen und bedeutet „der schöne Rhythmus“. Als „schön“ gilt dabei das Übereinstimmen von Innen und Außen, wenn innere Vorgänge zutreffend in äußerer Bewegung dargestellt werden oder wenn umgekehrt die äußere Bewegung Inneres erlebbar macht.

Die Grundelemente der Heileurythmie

Die Grundelemente der Heileurythmie sind in Bewegung umgewandelte Elemente der Sprache und der Musik. Jeder Vokal, jeder Konsonant oder Ton hat eine ihm eigene Bewegungsform. Die heileurythmischen Bewegungen sind demnach eine direkte Umsetzung der funktionalen Sprach- bzw. Lautbewegungen. Je nach Indikation und therapeutischer Zielsetzung werden die Bewegungen von einzelnen Gliedmaßen oder dem ganzen Körper ausgeführt und gegebenenfalls durch Schritte, Sprünge oder Bewegungen im Raum ergänzt.

Die Bewegungsabläufe werden dabei dem Zustand des Patienten angepasst. Heileurythmie kann in jedem Lebensalter, im Stehen im Sitzen oder im Liegen angewandt werden, auch mit schwerstkranken oder intensivmedizinisch behandelten Patienten.

Die heileurythmischen Bewegungen nutzen den Zusammenhang von äußeren Körperbewegungen und den inneren, funktionalen Lebensprozessen des Organismus. Die Wirksamkeit der Bewegung setzt an der somatischen und funktionellen Ebene an und bezieht die emotionale, psychosoziale sowie kognitive Ebene mit ein.

Die Bewegungsübungen wirken gezielt aufbauend, anregend, strukturierend und begrenzend vor allem über die rhythmischen Vorgänge im Organismus, auf die Stoffwechselprozesse, insbesondere auf Zirkulation und Atmung. Da jedes Organ bzw. Organsystem durch den Kreislauf und die Atmung mit dem Gesamtorganismus in funktionellem Zusammenhang steht, können einzelne Organe, motorische, neurologische, psychosomatische oder psychische Störungen durch die heileurythmische Bewegung gezielt erreicht werden. Heileurythmie wird bei akuten, chronischen oder degenerativen Erkrankungen des Nervensystems, des Herz-Kreislaufsystems, des Stoffwechselsystems und des Bewegungsapparates, bei kindlichen Entwicklungsstörungen und Behinderungen sowie in der Psychosomatik und Psychiatrie angewandt. Auch zur Prävention im Sinne der Salutogenese, sowie zur Prophylaxe und Nachsorge wird Heileurythmie mit Erfolg eingesetzt.

Entstehung und Entwicklung der Heileurythmie

Rudolf Steiner beschreibt in den ersten Äußerungen zur Eurythmie, dass in der Eurythmischen Kunst ästhetische, pädagogisch-didaktische und hygienisch-therapeutische Möglichkeiten verankert sind. Durch die Zusammenarbeit von Elisabeth Baumann mit Karl Schubert entstand zuerst die Frage nach dem heilenden Element der Eurythmie für behinderte Kinder, im weiteren wurde von Erna Wolfram und Dr. Henk v. Deventer die Frage nach der therapeutischen Ausrichtung der Eurythmie an R. Steiner gestellt. Auf diese Frage hin hielt R. Steiner 1921 den Heileurythmie-Kurs als Arbeitsgrundlage für Heileurythmisten. E. Baumann und E. v. Deventer wurden von R. Steiner mit der Ausbildung der Heileurythmie beauftragt.

Die erste Heileurythmie-Ausbildung entstand im Jahre 1925 an der Klinik in Arlesheim/ Schweiz unter Leitung von Frau Dr. Margarete Bockholt. An dieser Klinik wurden auch Angaben von R. Steiner zu heileurythmischen Übungen für verschiedene Krankheitsbilder der Patienten gemacht.

Weitere Studienorte für Heileurythmie entstanden in Österreich, Deutschland, England, Niederlande und Schweden – in jüngster Zeit sind auch in den USA, Frankreich, Georgien, Brasilien und Russland Studienorte hinzugekommen. Heute bestehen weltweit 12 Ausbildungsstätten.

In den klinisch-therapeutischen Instituten in Arlesheim und Stuttgart, in der Waldorfschule Stuttgart und in verschiedenen heilpädagogischen Einrichtungen fand die erste praktische Umsetzung der Heileurythmie statt. Heute wird Heileurythmie in freien Praxen, Kliniken, Sanatorien, Altenheimen, Schulen, Kindergärten und in heilpädagogischen Einrichtungen an den verschiedensten Orten in der ganzen Welt angewandt.

Weltweit sind inzwischen z.Z. ca. 1.200 Heileurythmisten tätig. Neben der engen Anbindung an die Ärztegesellschaften entstand die Frage nach einem Zusammenschluss für die Vertretung des Berufes in berufspolitischen Fragen. Daraus ergab sich die Bildung nationaler Berufsverbände (1968 in der Schweiz, 1975 in Deutschland, 1975 in England, 1977 in den Niederlanden), die heute für rechtliche und politische Fragen, für die Berufsankennung und die Qualitätsentwicklung zuständig sind. Darüber hinaus werden jährliche Fortbildungstagungen zur Schulung und Weiterentwicklung der Heileurythmisten veranstaltet.

Seit 2001 existiert das Forum HE als übergeordnetes Organ.

Darin sind 20 Länder weltweit vernetzt, d.h. in intensiver Kommunikation miteinander. Acht davon sind durch Berufsverbände vertreten. Im Vordergrund stehen Fragen zu Qualitätskriterien, Standards, zur Berufsankennung sowie Ethikfragen.

Die einzelnen Fachbereiche sind in sechs Praxisfelder gegliedert. Sie arbeiten in den verschiedenen Ländern qualitätssichernd vor allem durch Fachfortbildungen und Absprachen.

Auf europäischer Ebene finden krankheitsspezifische Weiterbildungen im Bereich der Augen- und Zahnheileurythmie statt.

Die Heileurythmie wird laufend weiter erforscht, entwickelt und wissenschaftlich dokumentiert.

(Studie: Hamre, Kiene : AMOS-Anthroposophic Medicine Outcomes Study 2004)

Internationale Arbeitsgruppen arbeiten an den Themen Dokumentation und Forschung der Heileurythmie. Mit dem Research Council der Medizinischen Sektion Dornach/CH wird Vorhandenes gesammelt, Neues impulsiert und vernetzt. Eine Bibliographie zur Heileurythmie welche die Sammlung aller Heileurythmie Publikationen beinhaltet wird bis Herbst 2005 aktualisiert neu erscheinen.