

Perzeptive Pädagogik: Ein neues Existenzgefühl

Die Perzeptive Pädagogik ist eine manuelle Berührung für körperliche, psychische und spirituelle Gesundheit. Durch das Erspüren einer inneren Bewegung heilt unser fragmentiertes Existenzgefühl. Das führt in Verbindung mit weiteren Aspekten der Methode zu einem immer tieferen ganzheitlichen Erleben.

*Artikel von Andrea Mesch nach einem Vortrag von Sylvie Rosenberg,
Übersetzung: Karin Klepsch*

Quelle: sein.de

Die Perzeptive Pädagogik ist eine Methode, die heute in vielen Ländern gelehrt wird und die es sich zum Ziel gesetzt hat, die Wahrnehmung so zu schulen, dass sie die Art und Weise verändert, wie wir mit uns selbst, mit anderen, aber auch mit unseren Gewohnheiten und Problemen in Beziehung treten.

Entwickelt wurde die Perzeptive Pädagogik von dem Franzosen Danis Bois, der bereits zuvor viele Jahre sehr erfolgreich als Osteopath praktiziert hatte. Nachdem er jedoch in sich und seinen Patienten sehr deutlich eine innere Bewegung verspürt hatte, entfernte er sich in einem langen Prozess immer weiter von der klassischen Osteopathie und entwickelte eine ganz eigene Behandlungsmethode.

In dieser neu wahrgenommenen inneren Bewegung erkannte Danis Bois eine autonome, körpereigene Wachstumskraft, die in der Lage ist, nicht nur den Körper, sondern auch unser Denken und unsere Verhaltensmuster zu befreien. Diese innere Kraft wurde zum Fundament einer Pädagogik, die einerseits die wahrnehmenden Fähigkeiten ihrer Therapeuten schult, um sich und die Patienten auf einer tieferen Ebene wahrzunehmen. Zunächst ging es Danis Bois noch in erster Linie darum, die physischen Probleme seiner Patienten zu behandeln. In dieser Phase ähnelte seine Behandlungsmethode sehr stark der klassischen Osteopathie.

Allmählich entdeckte er aber neue Gesetzmäßigkeiten dieser inneren Bewegung und entwickelte bereits in den 80er Jahren eine Faszientherapie, in der die Langsamkeit der inneren Bewegung zum Kern der Methode heranreifte. Im Laufe der Zeit entdeckte Bois, dass seine Behandlungsmethode weit mehr in Bewegung versetzen konnte als nur den Organismus. Er erkannte, dass seine Methode den Patienten dabei half, eine ganz neue

Beziehung zu sich selbst und zu anderen zu entwickeln. Aus der Faszientherapie, die noch sehr stark auf die Behandlung des physischen Körpers fokussiert war, entstand die Perzeptive Pädagogik, die den Menschen in seiner Gesamtheit in den Blick nahm.

Die Sensorische Gymnastik

Um diese Pädagogik entwickeln zu können, arbeitete Danis Bois mit seinen Schülern. In seinen Seminaren bildete er die Therapeuten darin aus, ihr Wahrnehmungsfeld zu öffnen. Dabei erwies es sich als hilfreich, wenn die Therapeuten dieser inneren Bewegung nicht nur mit den Händen folgten, sondern ihren ganzen Körper in sehr sanfte und feine Bewegungen versetzten. Das war die Geburtsstunde der Sensorischen Gymnastik. Die Therapeuten lernten, mit großer Langsamkeit Bewegungen auszuführen, die ihre Wahrnehmung förderten.

Bois gab sich damit aber immer noch nicht zufrieden. Es stellte sich nämlich heraus, dass die Therapeuten nun zwar in der Lage waren, die innere Bewegung in ihren Patienten wahrzunehmen und ihr präzise zu folgen, aber die Patienten selbst bekamen oft gar nichts von der Fülle an Informationen mit, die ihre eigenen Körper zur Verfügung stellten. Also musste auch die Wahrnehmung der Patienten geschult werden. So stellte er die Sensorische Gymnastik auch den Patienten zur Verfügung. Die bessere Selbstwahrnehmung, die dank der entspannten Langsamkeit der Sensorischen Gymnastik möglich wurde, bereicherte die manuellen Behandlungen und umgekehrt.

Indem die Patienten sich selbst über einfache und zugleich ungewohnte Bewegungen wahrnahmen, wuchs das Bewusstsein, dass sie nicht nur ihren Körper bewegten, sondern sich selbst in ihrer Ganzheitlichkeit. In der ausgeführten Bewegung kann der geschulte Therapeut zum Beispiel erkennen, ob wirklich die ganze Person in eine Richtung geht, oder ob ein Teil von ihr zurückbleibt, sei es um sich zu schützen oder weil etwas in ihr noch nicht dazu bereit ist. Geschieht dies in der Bewegung nach vorne, dann bestehen im Patienten noch Vorbehalte, sich ganz einzulassen, dann kann er dem Leben noch nicht ohne Zurückhaltung begegnen. Eine ähnliche psychologische Vorliebe erkennt der Therapeut, wenn der Patient Schwierigkeiten hat, sich in den Raum hinter sich zu bewegen.

Dieser Raum ist verbunden mit der Fähigkeit innezuhalten und sich Zeit zu nehmen, zu reflektieren und über Handlungen nachzudenken. Diese Menschen fühlen sich bei der Bewegung nach hinten, als würden sie in eine Leere fallen, weil der hintere Raum ihrer selbst nicht bewohnt ist. In beiden Fällen kann nur ein Teil der Person in eine Richtung

mitgehen. Dies wirkt sich auf unsere Beziehungen aus, denn es fehlt dann die Fähigkeit, zum anderen und zu sich selbst die richtige innere Haltung zu finden.

Die Sensorische Gymnastik lotet all die verschiedenen Richtungen und blinden Winkel unserer Wahrnehmung aus und verhilft so dem Patienten dazu, seine unterschiedlichen Vorlieben auszugleichen und damit ein fragmentiertes Existenzgefühl zu heilen. Durch die ungewohnten körperlichen Erfahrungen, die die Patienten durch die Sensorische Gymnastik machen, kommen Informationen aus dem Körper zum Vorschein, die ihnen neue Erkenntnisse über ihre Beziehung zu sich selbst und zum anderen ermöglichen und die dann dazu führen, dass sich auch die Wahrnehmung in Bezug auf Probleme und Gewohnheiten ändert.

Das Gespräch

Um die volle Kraft der Veränderung dank neuer körperlicher Wahrnehmungen zu entfalten, bedurfte es aber noch einer weiteren Komponente in der Perzeptiven Pädagogik. Das Gespräch stellte sich als weiterer Stützpfeiler der Methode heraus. Um den Patienten nach einer manuellen Behandlung oder einer Sensorischen Gymnastik-Übung mit seinen neuen Wahrnehmung nicht alleine zu lassen, entwickelte Danis Bois eine besondere Gesprächsführung, die dem Patienten ermöglichte, die gemachten Erfahrungen und neuen Wahrnehmungen zu beschreiben. Denn Wahrnehmungen, über die nicht gesprochen wird, verflüchtigen sich leicht, und die neuen Erfahrungen können dann nicht wirklich in das Bewusstsein eindringen.

Der Therapeut stellt dem Patienten Fragen zu seinen Erlebnissen und geht in der Gesprächsführung mit größter Behutsamkeit vor. Die Schilderungen der Patienten werden auf keinen Fall interpretiert oder bewertet. Allein die Beschreibung der Wahrnehmung reicht aus, um sich über neue Erfahrungen bewusst zu werden und diesen Stück für Stück einen Platz im eigenen Leben einzuräumen. Innerhalb des Gesprächs findet ein weiteres wichtiges Prinzip der Perzeptiven Pädagogik Anwendung. Dieses Prinzip wird die Erkenntnis aus dem Kontrast genannt. Sie zielt darauf ab, dass der Patient in der Beschreibung eines neuen und schönen Zustands erkennt, in welchem Zustand er sonst durch das Leben geht. Aus diesem Vergleich entsteht ein sehr klares Bild von den gewohnten und oft leidvollen Verhaltensmustern, die dazu führen können, dass sich ein kraftvoller Wunsch nach Veränderung entwickelt, und damit zugleich die Fähigkeit, sich aus alten Gewohnheiten zu befreien.

Begegnung mit der inneren Bewegung

Der Veränderungsprozess geschieht in der Perzeptiven Pädagogik allerdings nicht durch die Beschäftigung mit Problemen oder Unzufriedenheiten, sondern in der Begegnung mit der inneren Bewegung und den neuen, als kostbar und bereichernd empfundenen Wahrnehmungen. In der Methode Danis Bois geschieht die Herangehensweise also nicht über die Psyche, sondern über körperliche Erfahrungen, die dann ganz unweigerlich psychische und seelische Veränderungen mit sich bringen. Durch die Empfindungen, Gefühle und Körperzustände, die die neuen Wahrnehmungen zum Vorschein bringen, kann sehr schnell ein neues Existenzgefühl entstehen.

Eine ganz neue Lebendigkeit breitet sich aus, die die Patienten immer autonomer und zufriedener werden lässt, denn diese Lebendigkeit speist sich aus der Wahrnehmung und Nähe zu sich selbst. Viele Menschen leben in einer großen Distanz zu sich selbst, der sie sich aber gar nicht bewusst sind. Erst wenn sie sich selbst langsam und behutsam näher kommen, erkennen sie, wie weit sie sich schon von sich entfernt hatten. Durch diese Erkenntnis und insbesondere die Herangehensweise setzt der Heilungsprozess ein. Mit der Zeit bedarf der Patient dann immer weniger der gewohnten Strategien, die er entwickelt hat, um sich selbst zu spüren. Nachdem er sich von diesen Dingen befreit hat, ordnen sich in der Folge auch seine Beziehungen neu. Denn aus einer erfüllten Existenz heraus kann man ganz anders auf andere Menschen zugehen.

Man braucht die anderen dann nicht mehr, um sich selbst zu spüren, oder die Leere in sich zu füllen, sondern kann ihnen frei und neugierig begegnen. Neben den drei beschriebenen Komponenten der Perzeptiven Pädagogik, der manuellen Behandlung, der Sensorischen Gymnastik und dem Patientengespräch, gibt es mit der Meditation noch einen vierten, sehr wichtigen Bereich, der dabei hilft, sich den neuen Erfahrungen und Wahrnehmungen bewusst zu werden. Alle vier Bereiche zusammen bilden die Perzeptive Pädagogik nach der Methode Danis Bois. Dank ihr ist es möglich die Wahrnehmung so zu schulen, dass es gelingt, die Gründe für leidvolle Zustände zu erkennen, sich aus ihnen zu befreien und ein autonomes, sich selbst erfüllendes Leben zu führen.