fakultät rehabilitationswissenschaften

Fachgebiet Musik und Bewegung in Rehabilitation und Pädagogik bei Behinderung unter der Leitung von Vert. Prof.in Dr. Susanne Quinten

technische universität dortmund

Gesundheitsförderung für Menschen auf dem Autismusspektrum mittels körper- und bewegungsorientierter Interventionen – ein partizipatives Forschungsprojekt

Yvonne Borggräfe
Technische Universität Dortmund
Kontakt: yvonne.borggraefe@tu-dortmund.de

Hintergrund

Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) zeichnen sich durch Störungen der sozialen Interaktion und Kommunikation sowie durch restriktive, repetitive Verhaltensweisen, Interessen und Aktivitäten aus (DSM-V). Neben den genannten Bereichen sind es Themen, wie Stress und Entspannung, die den Alltag der Betroffenen bestimmen (vgl. Preißmann 2017, 53). Während für Menschen außerhalb des Autismusspektrum Arbeiten unter Zeitdruck, hoher Leistungsdruck, Fremdbestimmung etc. zu den Stressoren im Alltag gehören und zudem individuell stark ausgeprägt sind, sind es für die Menschen auf dem Autismusspektrum noch zahlreiche Weitere, wie z.B. Sozialkontakte, Veränderungen, Hänseleien, eine zunehmende Verdichtung von Sinnesreizen uvm., für die die Betroffenen Umgangsstrategien entwickeln müssen. Neben den genannten Stressauslösern, können vor allem körperliche Veränderungen als unangenehm und belastend empfunden werden.

Motorische Stereotypien, wie z.B. rhythmisches Schaukeln, sich wiederholendes Sich-Drehen, wedeln mit der Hand etc., können in stressigen Situationen häufig beobachtet werden und stellen für die ausführenden Menschen eine Form der Entspannung dar, da sie beruhigende Wirkung haben (ebd.).

Die Autismus-Spektrum-Störung ist nicht heilbar, dennoch können die Symptome durch eine entsprechende Förderung, wie z.B. Autismus-spezifische Verhaltenstherapie (AVT), Elterntrainings (ABA) etc. verbessert werden. In verschiedenen kleineren Studien (Koch 2016/Bräuninger 2017/ ElGarhy & Liu 2016) wurde gezeigt, dass körper- und bewegungsorientierte Interventionen, wie z.B. Tanz- und Bewegungstherapie, aber auch psychomotorische Förderung positive Veränderungen in Bezug auf das Körperbild und die motorischen Fähigkeiten hervorbringen können. Auch Nass und Hammer (2016) stellen die Bedeutung des Körpers in ihrem Artikel „Bewegung in Autismus bringen. Gestaltung von Bewegungsaktivitäten für Menschen mit Autismus“, in den Vordergrund.

In ihrem Werk „Autismus und Gesundheit“ stellt Preißmann (2017, 51) als Ärztin und selbst Asperger-Autistin Bereiche der Gesundheitsförderung heraus, die für ein gesundes Leben von Bedeutung sind und geht in dem Zusammenhang auf die Themen Stress, Entspannung, Sport und Körperwahrnehmung ein. Die Sport- und bewegungswissenschaftliche Forschung, die sich mit Gesundheit beschäftigt, belegt die wichtige Rolle des Einsatzes von körper- und bewegungsorientierten Interventionen für das psychische Wohlbefinden (Hölter 2011, Deimel 2016, Quinten 2017).

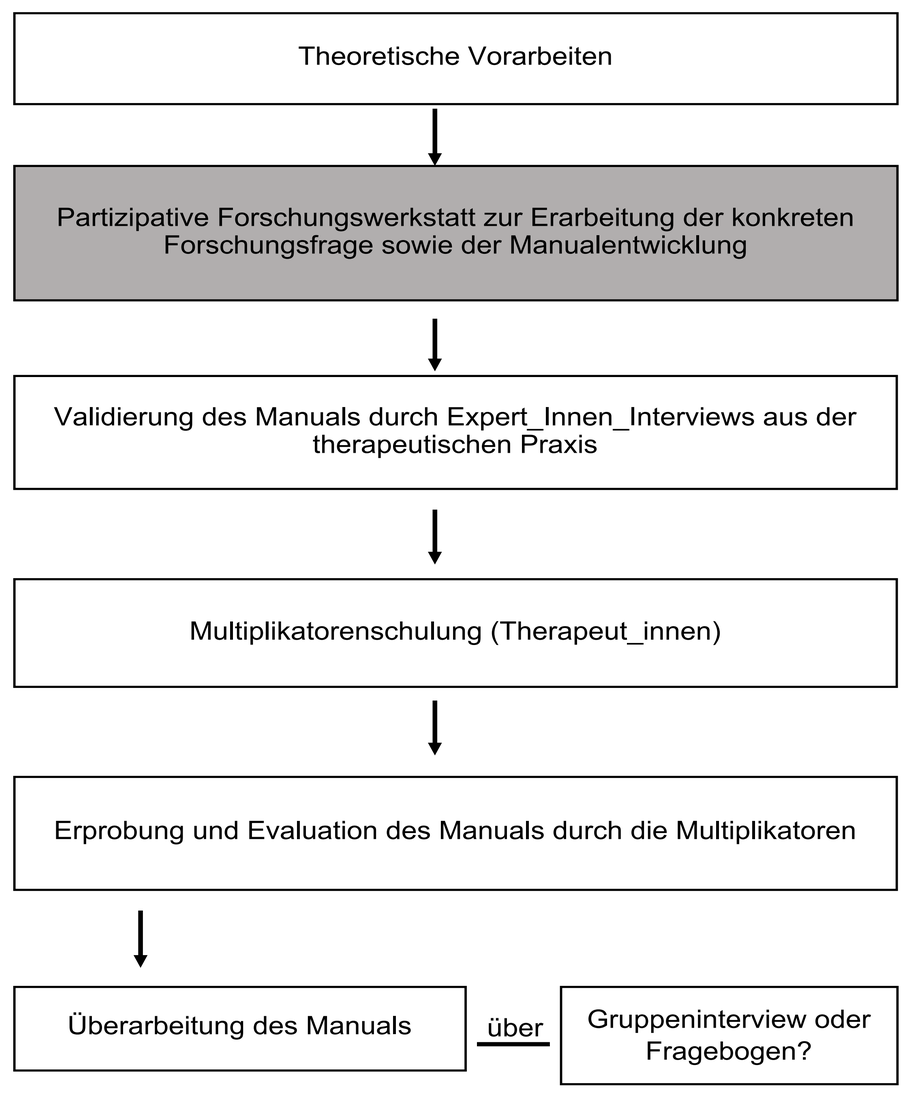
Das anstehende Projekt soll an diese Ausführungen von Preißmann (2017), in Anlehnung an die Definition zur Gesundheitsförderung von Hurrelmann et al. (2018) anknüpfen und ein Manual für die Praxis entwickeln, durch die Menschen auf dem Autismusspektrum gezielt über körper- und bewegungsorientierte Interventionen ihre Gesundheit fördern können, um ihre Schutzfaktoren und Ressourcen zu stärken und damit u.a. ihr Wohlbefinden (in Bezug auf den Körper) im Alltag verbessern können.

Ausgewählte Aspekte von Bewegung und Wahrnehmung sollen nutzbar gemacht werden, um z.B. Stress zu regulieren, den eigenen Körper wahrzunehmen, das Körpererleben zu steigern, das Körperbild zu verbessern, Selbstwirksamkeit zu erleben, um darüber möglicherweise exekutive Funktionen zu fördern etc. und einen gesundheitsfördernden Baustein zu entwickeln bzw. zu festigen. Die Arbeit mit dem Körper soll im Vordergrund stehen.

Ziel des Projekts

Entwicklung und Evaluation eines Manuals zur Gesundheitsförderung für Menschen auf dem Autismusspektrum mittels körper- und bewegungsorientierter Interventionen, als partizipatives Forschungsprojekt.
Implementation des Manuals in den Alltag durch Multiplikatoren.

Methodisches Vorgehen: vorläufiges Model



Partizipativer Forschungsansatz

Die Bedeutung partizipativer Forschungsarbeiten für die Arbeit mit Menschen auf dem Autismusspektrum, wird u.a. durch die James Lind Alliance (JLA) sichtbar. Die JLA ist ein Zusammenschluss von Betroffenen, Wissenschaftlern und klinischen Praktikern wie Ärzten oder Psychologen und trägt – im Sinne eines partizipativen Forschungsansatzes – wichtige Forschungsfragen für die verschiedensten Krankheiten – u.a. auch Autismus – zusammen. Auch die in München ansässige Forschergruppe Heureka! macht deutlich, wie wichtig partizipative Forschungsprojekte für Menschen auf dem Autismusspektrum sind.

Idee: Angeleitete Kleingruppendiskussion mit Studierenden auf dem Autismusspektrum der TU Dortmund
Zeitlicher Umfang: mindestens 5 Termine á 2 Stunden
Ziel: Festlegung der konkreten Forschungsfrage/Gemeinsame Auswahl der Aufgaben für das Manual

Methodisches Vorgehen bei der Evaluation des Manuals

Design: Pre-Post Studie im (Warte-)Kontrollgruppen-Design
Zeitraum: frühester Beginn Januar 2020
Stichprobe: Wünschenswert 15-20 Teilnehmer_innen pro Gruppe
Instrumente: Auswahl noch nicht definiert
Ablauf: 10 Wochen je eine Einheit pro Woche (60 Minuten?)

Literatur:

Bräuninger, I. (2017). Aktueller Cochrane Review und Systematischer Review zu Tanztherapie bei Krebs sowie explorative Studie bei Autismus. In: körper − tanz − bewegung, 5, 53-55.

El Garhy, S. & Liu, T. (2016). Effects of Psychomotor Intervention Program on Students With Autism Spectrum Disorder. In: School Psychology Quarterly, 31, 491-506.

Falkai, P. et al. (2014). Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen (DSM-V). Bern: hogrefe.

Hurrelmann, K., Richter, M., Klotz, Th. & Stock, St. (2018). Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung. In: Hurrelmann, K. et al. (Hrsg.). Referenzwerk Prävention und Gesundheitsförderung. (S. 23-34). Bern: hogrefe.

Koch, S. et al. (2016). Body Image in autism. An exploratory study on the effects of dance movement therapy. In: Autism Open Access, 6, (2).

Nass, R. & Hammer. R. (2016). Bewegung in Autismus bringen. Die Gestaltung von Bewegungsaktivitäten für Menschen mit Autismus. In: H. Deimel & T. Thimme (Hrsg.). Bewegungs- und Sporttherapie bei psychischen Erkrankungen des Kindes- und Jugendalters. (S. 127-142). Sankt Augustin: Academia Verlag.

Preißmann (2017). Autismus und Gesundheit. Besonderheiten erkennen − Hürden überwinden − Ressourcen fördern. Stuttgart. Kohlhammer.

Quinten, S. & Munzert, J. (2017). Tanztherapie. Editorial. Zeitschrift für Sportpsychologie, 24, 37-39