

Bericht zur Fortbildung

„Spiraldynamik“ am 5./6.März 2017 in Schlitz

Um es gleich vorweg zu nehmen: die Fortbildung war gut und für alle, die auf der Suche nach Fundierung ihrer dispokinetischen Arbeit sind, sehr wertvoll.

„Spiraldynamik“ - der Name, so erfahren wir, ist geprägt, durch die quergestreifte Bewegungsmuskulatur, Ursache für rotierende Bewegungsketten des Körpers. Spiraldynamik ist als "Lehre" nun 25 Jahre alt, also weit jünger als die Dispokineses.

Haben sich die Begründer vielleicht gekannt? Hatte der Begründer der Spiraldynamik möglicherweise dispokinetische Kenntnisse? Diese Frage tuschelt sich herum, so ähnlich kommen einem die Ansätze vor.

Das Becken, der Stabilitätspunkt, die Füße, das Dreieck, welches für alles Weitere verantwortlich ist. Sitzen, Stehen, Bodenkontakt. Wie stehe ich auf meinen Füßen?

Übungen zur Sensibilisierung der Füße und für die Beweglichkeit und Stabilität der beiden Bögen, vor allem des üblicherweise weniger beachteten Querbogens.

Des Weiteren Übungen zur Weitung des Rippenraums, zur Stabilisierung für die Bewegung der Hüfte. Spüren, wie bewegt sich die Hüfte beim Vorwärtsgang, beim Rückwärtsgang.

Das Schulterblatt, der Nacken und auch Kiefer und der „Bösewicht“ Masseeter, der in der letzten Fortbildung bereits ein gewichtiges Augenmerk hatte, ist wieder Thema.

Bewegungen und Übungen, die für die Aktivierung und Sensibilisierung sehr gute Hilfsübungen sind und sicher die Arbeit mit dem einen oder der anderen unserer Schüler einen Zugewinn bedeuten. Besonders wertvoll war aber auch die Wahrnehmungsschulung für unsere Diagnosestellung. Wie stehen die Beine? Wie sehen die Schultern aus? Wie hängen die Arme? Wie liegt das Schulterblatt auf? Wie fühlen sich die Gelenkköpfe des Kiefers an? Wie groß ist der Raum zwischen Masseeter und Kiefer?

Gegen Ende ein Beispiel mit der Haltung an der Bratsche. Ein Austausch Haltung mit Kinnhalter und Stütze – wieder sehr viel Ähnlichkeit in den Erkenntnissen

Milena Daniel, eine sehr angenehme ältere Dozentin mit spürbarer Spezialisierung

und sehr viel Arbeitserfahrung mit Musiker/innen. Man höre und staune: die Musiker/innen der Bremer Kammerphilharmonie haben im Rahmen ihrer Tätigkeit einen Basis-Ausbildungslehrgang in Spiraldynamik bei Frau Daniel bekommen. Es tut sich was in deutschen Orchestern.

Eine sehr schöne Erfahrung die Bestätigung vieler dispokinetischer Ansichts- und Arbeitsweisen. Letztlich eine gute Ergänzung. Kein Wunder, dass die Frage nach der Ausbildung der Spiraldynamik von vielen Teilnehmerinnen gestellt wurde. Aber auch die Zusammenarbeit mit einer Therapeutin aus der Spiraldynamik scheint sinnvoll, kollidiert wenig.

Ein sehr bereicherndes Wochenende, bei dem man sich wünschte, es wären mehr von uns da gewesen. Viele Fragen wurden gestellt und Antworten diskutiert, was auch wieder aufzeigt, dass es immer wieder fachlichen Gesprächs- und Austauschbedarf gibt - oft auch in Basisdingen, was in der Arbeit mit der Sache nur natürlich ist, wenn man in die Tiefe taucht.

Auch die Mitgliederversammlung war zwar schwach besucht, doch in diesem Rahmen von großem Interesse geprägt.

Ich kann nur wärmstens empfehlen, zu den Fortbildungswochenenden zu kommen. Hier entstehen auch so viele Ideen zu weiteren Kontakten, Urgestaltentreffen oder Telefon-/Skype Jour-fixes untereinander.

Diese Fortbildung hatte etwas sehr Bestätigendes für die Dispokinesis. Und das Wochenende hat aufgezeigt: die EGD ist auf einem guten Weg.

Melanie Mehring

Hamburg, den 7. März 2017