

Vorwort

» Wie alles sich zum Ganzen webt, Eins in dem andern wirkt und lebt! (Goethe, Faust I, Vers 447)

Was dieses Buch bieten kann

Unsere Motorik wird durch ein komplexes Zusammenspiel von Feedforward- und Feedback-Mechanismen bestimmt. Beide Mechanismen wirken auf die **Muskelsynergien** ein, die das komplexe Zusammenspiel von statischen und dynamischen Elementen innerhalb unseres motorischen Verhaltens beeinflussen. Obwohl die **Bewegungsmuster** von Menschen sich in vielen Bereichen ähneln, z. B. das Grundmuster des kreuzdiagonalen Gangs, unterliegen die Muskelsynergien einer individuellen Prägung. Diese Prägung verdeutlicht die Einzigartigkeit des Menschen, erlaubt jedoch auch Rückschlüsse auf die Ökonomie einer motorischen Handlung. Die **Analyse von Bewegungsmustern** ermöglicht dem kundigen Therapeuten, neuromuskuläre Dysbalancen zu erkennen und den daraus folgenden sekundären Schäden am Bewegungsapparat durch geeignete Trainingsmaßnahmen frühzeitig zu begegnen. Die Begriffe „Bewegungsmuster“ und „Muskelsynergien“ verdeutlichen außerdem, dass es nicht um eine isolierte Betrachtung einzelner Körperteile und Muskeln geht, sondern dass bei jeder motorischen Aktion ein globales System betroffen ist.

Das Besondere am akrodynamischen Therapiekonzept ist die Darstellung der **Korrespondenz zwischen dem Haltungshintergrund der Akren** (Hände, Füße und Kopf) und dem **gesamten Bewegungsapparat**.

Das „Große spiegelt sich im Kleinen“, das „Kleine spiegelt sich im Großen.“ Diese Aussage ist Bestandteil eines Therapiekonzepts, das ausgehend von der Aufrichtung der Akren auf die Motorik des gesamten Bewegungssystems einwirkt. Der interessierte Therapeut wird immer wieder in Erstaunen versetzt, wie z. B. die Stellungsänderung des Daumens oder des kleinen Fingers das gesamte Bewegungssystem beeinflusst.

Der Inhalt dieses Buchs setzt sich vorwiegend mit dem komplexen Thema der **Muskelsynergien** auseinander und versucht Erklärungen zu den folgenden **Fragen** zu finden:

- Wie wirkt sich die stabilisierende Funktion der geschlossenen Muskelkette auf Handlungsfunktionen in der offenen Muskelkette aus? bzw.
- Wie können Funktionsdefizite der offenen Muskelkette die geschlossene Muskelkette beeinflussen?

Durch Kenntnis dieser Zusammenhänge entsteht ein völlig neues Verständnis über Ursache und Wirkung, das folglich den diagnostischen Blick und die therapeutischen Interventionen bestimmt. In der Therapie nach akrodynamischen Gesichtspunkten wird die zu behandelnde Struktur ausschließlich innerhalb der **Muskelsynergie**, in die die Struktur integriert ist, diagnostiziert und behandelt.

Ein Therapeut, der nach akrodynamischem Verständnis agiert, wird sich in der Regel nicht isoliert mit einzelnen Strukturen des Bewegungsapparats auseinandersetzen, vielmehr wird er eine Struktur in Verbindung mit den beeinflussenden Muskelsynergien sehen und behandeln.

Das akro-dynamische Therapiekonzept erlaubt unterschiedliche **Schwerpunktlegungen** innerhalb der Therapie. Je nach Therapieziel kann die Gewichtung beim Aufbau muskulärer Synergien unterschiedlich vollzogen werden:

- Ist das Therapieziel die **Behebung mangelnder Stabilität** oder **Instabilität eines Gelenksystems**, so kommt der Feineinstellung der Akren in der jeweiligen Ausgangsstellung große Bedeutung zu, da über die muskulären Synergien der Hände und Füße durch räumliche und zeitliche Bahnung die weiterlaufenden Muskelsynergien des betreffenden Gelenksystems mitbeeinflusst werden. Dies trifft ebenfalls zu, wenn die Qualität der Bewegung (Strategie: Knowledge of Performance) im therapeutischen Blickpunkt steht.
- Ist das Therapieziel das **Training der motorischen Grundeigenschaft „Kraft“** (z. B. Kraftausdauer) oder die **Schulung einer verloren gegangenen Bewegung** (z. B. bei einem Schlaganfallpatienten die Hand-Mund-Koordination zur Nahrungsaufnahme), so konzentriert sich die Funktionsschulung auf den Aufbau des Haltungshintergrunds. Das heißt, die proprio- und exterozeptiven Reizsetzungen ökonomisieren das Zusammenspiel der stabilisierenden Muskelsynergien und schaffen optimale Voraussetzungen für die zu erlernenden Funktionen (Strategie: Knowledge of Result).

Das Buch versucht der Faszination ganzheitlicher Körperreaktionen Rechnung zu tragen, die in jedem menschlichen Bewegungsverhalten zu beobachten sind. Der Fokus liegt primär auf dem Verständnis der **geschlossenen Muskelkette**, die im Wesentlichen als Garant für den Haltungshintergrund jeder Bewegung zu sehen ist. Die nachstehenden Kapitel beschäftigen sich weitgehend mit der Funktionsweise der Akro-dynamischen Therapie auf struktureller Ebene.

Die Ausführungen zum Thema „limbisches System“ geben einen kurzen Überblick über die Einflüsse der menschlichen **Psyche** auf das motorische Verhalten. Ebenso wird darauf verwiesen, dass die körperliche Haltung unsere Emotionen beeinflusst. Auch wenn der Schwerpunkt physiotherapeutischen Wirkens auf der körperlichen Ebene liegt, sollten diese Zusammenhänge bekannt sein, da innerhalb der Akro-dynamischen Therapie vegetative und emotionale Zustände auftreten können, die den Physiotherapeuten in seiner Therapeutenrolle fordern.

Auf die Darstellung möglicher Zusammenhänge der myofaszialen Bahnen von Muskelsynergien mit energetischen Systemen (z. B. dem Meridiansystem der chinesischen Medizin) wird bewusst verzichtet, da es den Rahmen dieses Buchs sprengen würde. Der auf der energetischen Ebene ausgebildete Therapeut wird diese Zusammenhänge jedoch erkennen und in der Lage sein, akro-dynamische Therapieaspekte in seine Arbeit zu integrieren.

Dr. Michael Uebele



<http://www.springer.com/978-3-642-37355-8>

Akrodynamik

Ganzheitliche Therapie nach dem Brunkow-Konzept

Uebele, M.; Wolf, Th.

2013, IX, 190 S. 155 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-642-37355-8