

## Therapeutisches Bogenschießen

**Dirk, das sogenannte „therapeutische Bogenschießen“ überwiegend in instinktiver Form und mit traditionellem Gerät, hat beginnend Mitte bis Ende der 1990er Jahre, aber besonders in jüngster Zeit, einen regelrechten Boom erlebt.**

Ja, unzweifelhaft hat das therapeutische Bogenschießen nachweislich und dauerhaft beste Erfolge gezeigt, anderweitig wäre es nicht zu einer solchen Akzeptanz auf breiter Basis gekommen. Manchmal habe ich dabei aber den Eindruck, dass, wie bei jedem vielversprechenden Trend, auch Nachahmungen von zweifelhafter Qualität zu beobachten sind. Ich sehe auch, dass der Begriff „Therapie“ manchmal sehr gedehnt wird und weniger anspruchsvolle Formulierungen wie „geistige und körperliche Entspannung“ oder „sinnvolle Freizeitgestaltung“ hin und wieder besser passen würden.

**Auch erscheinen mir manche blumigen Umschreibungen des Themas reichlich überzogen, obwohl Klappern überall zum Handwerk gehört. Wie stehst Du dazu?**

Nun, das ist wohl in dem einen oder anderen Fall Ansichtssache. Therapeutische

Maßnahmen im strengeren Sinn haben immer einen besonderen Hintergrund, obwohl „therapeutisches Bogenschießen“ als Oberbegriff, in vielen anderen Bereichen und auf breiterer Basis auch nicht ganz falsch ist. Das ist auch eine Frage der Art und Weise des jeweiligen Angebots und der speziellen Ausrichtung. Der gestresste Buchhalter, der zum normalen Bogenschießen kommt, weiß wohl oft gar nicht, dass er damit auch eine gute Therapie gefunden hat.

**Aber Spaß beiseite, wie bist du dazu gekommen, das therapeutische Bogenschießen professionell anzubieten?**

Zunächst habe ich eine solide Basis als traditioneller Bogenschütze selbst, einen Sport, den ich schon seit über 20 Jahren ausübe. Seit Mitte der 90er Jahre bin ich als Ergotherapeut tätig und habe das Bogenschießen begleitend dazu eingebracht, zu einem Zeitpunkt also, wo das therapeutische Bogenschießen noch nicht so verbreitet und etabliert war wie heute. Vor ca. 5 Jahren kam der Bogensport-Shop hinzu und auch die normalen Bogensport-Kurse für Teilnehmer von 8 bis 80 Jahren, von Einzel- bis Gruppenunterricht, zielgerichtetes Training und die üblichen Events vom Kin-

dergeburtstag bis zum Betriebsausflug.

**Worum kümmert sich ein Ergotherapeut im Speziellen?**

Der Begriff „Ergotherapie“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Behandlung durch Aktivität“. Durch verschiedene Aktivitäten, die der Betroffene unternimmt, können, mit entsprechender Motivation, Erfolge erzielt werden, die anderweitig nicht möglich wären, wie eine Rückführung in den Arbeitsprozess oder die Vermeidung ein dauerhafter Pflegefall zu werden. In der Kinderheilkunde, der Pädiatrie, sind es Verhaltensausfälligkeiten, Hyperaktivität und Autismus. In der Psychiatrie geht die Zielrichtung z. B. auf Suchterkrankungen, Depressionen, Zwangs- oder Essstörungen. In dem Gebiet Neurologie sind es Parkinson, multiple Sklerose, Schlaganfall. In der Orthopädie z. B. Behandlungen nach Frakturen, bei Gelenksbeschwerden, Rheuma, Lähmungen. In der Geriatrie wären typisch Alzheimer-Erkrankungen oder altersbedingte Erscheinungen. Die Arbeiten überschneiden sich oft mit anderen Disziplinen, wie etwa der Physiotherapie. Uns interessiert primär das therapeutische Bogenschießen.

**Kannst Du in kurzen Worten beschreiben, um was es dabei geht, vielleicht beginnend mit den Anwendungsgebieten, welche Du abdeckst?**

Das therapeutische Bogenschießen eignet sich natürlich nicht in jedem Fall gleich gut. Da aber, wo es passt, sind die Erfolge oft außerordentlich positiv. Das liegt in der Natur des Bogenschießens und die vielen Dinge, die in den Gesamtkomplex einfließen. Bei meinen Kursen wäre da, zunächst ganz unspektakulär, der Einsatz als Teil des normalen Schulunterrichts in der Grundstufe sowie den Sekundärstufen I und II. Verhaltensauffällige Kinder und Jugendliche wären die nächste, mehr speziell auf einen bestimmten Personenkreis ausgerichtete Gruppe. Dies ginge dann weiter zu einer mittlerweile sehr großen Gruppe von sog. schwer erziehbaren Kindern (mit der Diagnose ADHS = Aufmerksamkeits-Defizit Hyperaktivitäts-Störung). In Zusammenarbeit mit Ärzten und Einrichtungen kann der Einsatz der Therapie begleitend erfolgen, auch bei Reha-Maßnahmen. Schließlich noch der sportliche Ausgleich für Personen mit körperlichen Handicaps. Dies alles geht natürlich noch weiter, vom Erlebnis-Camp bis zur psychiatrischen Einrichtung.