

Biozentrisches Lernen

Biodanza ist ein Teil des biozentrischen, d.h. lebenszentrierten Lernens. Dieses geht aus von einem neuen Paradigma der Humanwissenschaften, dem „Biozentrischen (lebenszentrierten) Prinzip“.

- Sein Ziel ist die „Verbindung mit dem Leben“.
- Seine Methodologie ist „das Erleben“

Die Biozentrische Erziehung ist nicht in erster Linie auf die intellektuelle und technologische Ausbildung ausgerichtet, sondern auf die Entwicklung innerer Grundlagen um zu leben. Dabei stehen im Mittelpunkt die Stärkung der persönlichen Identität und die Förderung des affektiven Ausdrucks.

Selbstbewusstsein, Präsenz, sich wohl in seiner Haut fühlen, seine Wünsche vertreten können: dies sind erstrebenswerte Qualitäten, die sowohl in der Familie als auch in Kindergarten und Schule gelernt werden. Vielfach geschieht es ohne dass wir genau wissen, was wir weitergeben. Manchmal geben wir eigene Erfahrungen weiter, manchmal auch fühlen wir uns hilflos.

Und doch sind – so Daniel Goleman, der Autor des Buches Emotionale Intelligenz - „in unserer Zeit ...die Kräfte und Fähigkeiten des Herzens genauso lebenswichtig wie die des Kopfes. Rationalität und Mitgefühl müssen ins Gleichgewicht gebracht werden.“

Die hier dargestellte Aktivität macht das Lernen des Selbstwertgefühles und der dabei wichtigen Lernerfahrungen zum Thema und bietet Situationen der Kommunikation und Bewegung, des Erlebens mit Spaß, Rhythmus und Begegnung an, die zum Ausdruck der Potenziale ermutigen und sensible Formen der Kommunikation in der Gruppe anbahnen.

Die verwandte Methode ist die **BEWEGUNG ALS ERLEBNIS** – Biodanza. Dieses System arbeitet mit der Triade Musik - Bewegung - Erlebnis. Musik spricht den Menschen in seinen Gefühlen an und kann in Bewegung ausgedrückt werden: Bewegung ist so Gefühlsausdruck. Jeder Moment dieser Bewegung ist speziell, einzigartig, ein unwiederholbares Erlebnis.

Dieser Begriff ‚Erlebnis‘ ist Teil der „Methode des Erlebens“, die von Wilhelm Dilthey, einem deutschen Philosophen und Pädagogen um die Jahrhundertwende geschaffen wurde und in Biodanza verwendet wird.