Modul 5: Mentale Gesundheit im Tanz

Mentale Gesundheit steht im professionellen Tanz in enger Wechselwirkung mit körperlicher Belastung, Verletzungen und Rehabilitation. Dieses Modul vermittelt Physiotherapeut:innen im Rahmen des Zertifikats Tanzphysiotherapie ein grundlegendes Verständnis psychischer Belastungen und Ressourcen im Tanzkontext und deren Relevanz für die physiotherapeutische Praxis.

Im Fokus stehen der Zusammenhang zwischen mentaler Gesundheit und Verletzungsverlauf, die therapeutische Beziehung im Rehabilitationsprozess sowie der professionelle Umgang mit emotionalen Anforderungen in der Arbeit mit Tänzer:innen. Darüber hinaus thematisiert das Modul emotionale Arbeit (Emotional Labor) im physiotherapeutischen Berufsalltag und vermittelt Impulse zu Selbstwahrnehmung, Grenzsetzung, Emotionsregulation und Selbstfürsorge im tanzmedizinischen Setting.

Lernziele
Die Teilnehmenden
– entwickeln ein besseres Verständnis psychischer Belastungen im Tanz
– erkennen psychische Einflussfaktoren im Verletzungs- und Rehabilitationsprozess
– reflektieren ihre Rolle und professionellen Grenzen im Umgang mit mentalen Themen
– stärken ihre Kompetenz im Umgang mit emotionalen Anforderungen im Berufsalltag

Lehr- und Lernmethoden
Fachlicher Input, praxisnahe Fallbeispiele, angeleitete Reflexionsübungen, moderierter Austausch