



Wenig Platz – viel Bewegung

Psychomotorik hat oft mit Therapie oder Prävention zu tun – aber nicht nur. Denn mit Fantasie und einem Gespür fürs Naheliegende können auch Eltern die psychomotorische Entwicklung ihrer Kinder unterstützen und dabei selber etwas erleben.

Text Susanne Störch Mehring und Daniel Jucker-Keller

Schräge Ebenen, die zum Kriechen und Purzeln einladen, Hütten aus Tüchern, die sich zum Aushecken von Spielideen eignen, ein Trampolin, das zum Springen animiert, ein Schaukelbrett, das Gleichgewichtsspiele ermöglicht. In einer Turnhalle führt eine Psychomotoriktherapeutin im Rahmen eines Präventionsprojektes mit Kindergartenkindern eine «Bewegungslandschaft» durch: Die Kinder finden Bewegungsideen, gehen an den Rand ihrer Leistungsfähigkeit, üben, ohne dass es ihnen befohlen wird. Zusammen mit der Kindergärtnerin beobachtet die Psychomotoriktherapeutin die wachsenden sozialen und motorischen Kompetenzen der Kinder. Sie gibt der Kindergärtnerin Hinweise für den Unterricht und unterstützt auch die Kinder.

Bewegung zu Hause

Draussen regnet es in Strömen, und drinnen fällt den beiden Sprösslingen Lea und Benedikt die Decke auf den Kopf. Trotz dem Drang nach Abenteuern und Bewegung wird der Fernseher oder Computer eingeschaltet.

Die Eltern, Karin und Peter, ärgern sich darüber, aber Alternativen sind für sie gerade nicht greifbar.

Die Eltern von Lea und Benedikt wissen, wie wichtig körperliche Bewegung für die Entwicklung ihrer Kinder ist, aber zu Hause stehen keine Spiel- und Sportgeräte zur Verfügung, keine Spezialistin für Bewegung unterstützt sie, das Sofa ist als Trampolin nur beschränkt nutzbar, und die Nachbarn möchten auch nicht gestört werden.

BEWEGUNG UND SPIEL

Die Kinder erfahren über eigenes Erkunden und Ausprobieren ihre Fähigkeiten und Grenzen. Durch das selbständige Entdecken von Lösungswegen, die experimentelle Auseinandersetzung beispielsweise mit Alltagsmaterial (Kartons, Zeitungen, Decken) machen die Kinder eine für sie sinnstiftende Erfahrung. Die Kinder gestalten und spielen, sie suchen sich ihre Themen, ihre Bedeutung beziehungsweise ihren Sinn. Eltern können dabei helfen zu motivieren und für dieses Entdecken Platz zur Verfügung zu stellen.



Nach der dritten Cartoon-Serie stellt Karin den Fernseher aus. Lea und Benedikt beginnen zu quengeln und starten dann ein «Fangis» durch die ganze Wohnung. Beim Herumtollen der Kinder werden zwei Latten des Ehebettes herausgedrückt, Türen knallen, und der Nachbar meldet sich von unten mit dem Besenstiel.

Das eigene Labyrinth

Peter hat sich mittlerweile vom vierten Stock in den Keller begeben: Er sucht eine «Burn-out-Präventionsmassnahme» für seinen Job als Vater und hofft, sie bei seiner Modelleisenbahn zu finden. Doch er stolpert über eine Kartonschachtel, reisst die Bohnenstangen mit und findet sich am Boden neben der Campingausrüstung wieder.

Etwas später, wieder in der Wohnung, sägt der Vater mit Benedikt Löcher in die grosse Schachtel, Bohnenstangen werden durch die Schachtelwände gebohrt, herausgezogen und wieder neu platziert. Die eigene Grösse und Beweglichkeit testend, windet sich Benedikt mit Lea durch das dreidimen-

sionale Labyrinth. Daneben pumpt Karin die Luftmatratze auf – weshalb soll diese nur während der Strandferien nützlich sein? – und schafft für die Kinder ein Trampolin. Die Luftpumpe lässt dann Papierbällchen tanzen. Etwas später wird das Regenwasserfass heraufgeholt, es kann nicht nur im Schrebergarten genutzt werden, es wird als Turm, als Schaukeltonne und als «Sardinenbüchse» für die Kinder verwendet. Zwischen Wohnwand und Vorhangstange wird eine Stange befestigt, über die ein Seil läuft; mit diesem Materiallift lassen sich Kissen in die Kiste ziehen für die Zeit des Ausruhens.

Dass die Kinder bei diesen Aktivitäten ganz nebenbei ihre Fussmuskulatur stärken, die Kraftdosierung üben, ihr Körperschema, also die Orientierung am eigenen Körper, verbessern, die Eltern an ihrer Paarbeziehung arbeiten und die Kinder sich näherkommen, ist den vier Familienmitgliedern nicht bewusst, sie geniessen einfach den Spass am gemeinsamen Tun.

40

PSYCHOMOTORIKTHERAPIE

Im Mittelpunkt der Psychomotoriktherapie stehen Bewegung und Spiel als kindgemässe Formen, sich mit der personalen und der materialen Umwelt auseinanderzusetzen, auf sie einzuwirken und sie sich anzueignen. In der kindlichen Lebenswelt stellen Bewegung und Spiel zentrale Lern- und Entwicklungsmedien dar und bieten vielfältigen Zugang zum Kind. Psychomotorik als pädagogisch-therapeutische Massnahme ist in der Schweiz ein meist schulnahes Angebot, bei dem das Kind einzeln oder in einer Kleingruppe individuelle Unterstützung für seine Entwicklung erhält. Zu dieser therapeutischen Arbeit, die bisher im Vordergrund stand, kommen neue Arbeitsschwerpunkte im Bereich der Prävention und Integration hinzu: Psychomotoriktherapeuten führen präventive Angebote in Gruppen und in ganzen Schulklassen durch, um die Ressourcen von Kindern zu stärken und entwicklungsfördernde Verhältnisse zu ermöglichen.

Informationen: www.psychomotorikundpraevention-hfn.ch

LITERATURHINWEISE

- U. Lange & T. Stadelmann (2001): Das Paradies ist nicht möbliert. Luchterhand Verlag
- S. Schönrade (2012): Kinderräume, Kinderträume. Borgmann Publishing
- M. Vetter, U. Kuhnen & R. Lensing-Conrady (2008): RisKids. Verlag Modernes Lernen
- R. Zimmer (2010): Bewegung, Körpererfahrung & Gesundheit. Cornelsen Verlag

Susanne Störch Mehring ist Diplom-Motologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin im Departement Pädagogisch-therapeutische Berufe an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich.

Daniel Jucker-Keller arbeitet als Psychomotoriktherapeut in der Schulgemeinde Embrach ZH und ist Lehrbeauftragter an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich im Departement Pädagogisch-therapeutische Berufe.