

## „Das war ich!“ – Was bieten psychomotorische Angebote für den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes von Kindern mit Fluchterfahrung?

Fiona Martzy (Oktober 2019)

**Inhalt:** Die Stärke psychomotorischer Angebote ist es, über Bewegung und Spiel in Kontakt zu kommen, Beziehung aufzubauen und sich gemeinsam auf den Weg zu machen.

Für Kinder ist Bewegung eine elementare Voraussetzung einer gesunden, ganzheitlichen Entwicklung. Das Grundbedürfnis nach Bewegung und die Fähigkeit, über Bewegung mit seiner Umgebung in Kontakt zu treten, ist etwas, was Kinder weltweit miteinander verbindet.

### Bewegung als kulturübergreifendes Phänomen

Bewegung ist ein kulturübergreifendes Phänomen und über Bewegung können sprachliche Barrieren bis zu einem gewissen Grad überwunden werden. Durch Gestik und Mimik, über Körpersprache und Laute mit unterschiedlichen Betonungen können im spielerischen Miteinander Kontakte geknüpft und Beziehung aufgebaut werden. Hier ist zunächst keine gemeinsame verbale Sprache notwendig. Allgemeine Bewegungsspiele sind inzwischen aus der Kindertagesbetreuung nicht mehr wegzudenken. Sie können den Einstieg erleichtern, da die Interaktion und Kommunikation über Bewegungsprozesse erfolgen und weil sie den Vorteil haben, sich den Beteiligten im Dabeisein zu erschließen.<sup>1</sup> Seit einigen Jahren etabliert sich auch die Psychomotorik als ein regelmäßiges Angebot im Bewegungsraum oder auch alltagsübergreifend in vielen Kindertagesbetreuungen.

### Ziel der Psychomotorik

Psychomotorische Förderung verfolgt zum einen das Ziel, über Bewegungserlebnisse zur Stabilisierung der Persönlichkeit beizutragen und den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes zu unterstützen, zum anderen soll jedoch auch Raum geboten

werden, damit Kinder sich mit Bereichen, die sie herausfordern (motorisch, sensorisch, emotional, sozial) befassen können. So ist es Kindern möglich, über das Medium Bewegung, sich mit sich selbst und ihrer materialen und sozialen Umwelt auseinanderzusetzen.<sup>2</sup>

### Die Bedeutung von Entwicklungsbegleitung

Ein grundlegendes Prinzip der Psychomotorik ist die Entwicklungsorientierung. Hierbei wird auf den Vergleich einer angenommenen Norm verzichtet und als erster Schritt der aktuelle Stand der Entwicklung des Kindes akzeptiert. Entwicklungsbegleitung bedeutet, dass im dialogischen Austausch zwischen Kind und Psychomotorikerin oder Psychomotoriker gemeinsam und partizipativ psychomotorisch orientierte Bewegungsangebote individuell gestaltet und ausprobiert werden. Dadurch werden Entwicklungsschritte stetig angeregt, Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitert und gefestigt.

### Selbstwirksamkeit erleben

In dem Ansatz der kindzentrierten psychomotorischen Entwicklungsförderung nach Zimmer ist das zentrale Element der psychomotorischen Förderung das Erleben von Selbstwirksamkeit und der dadurch bedingte Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes. Gerade in Bewegungshandlungen erleben Kinder, dass sie Ursache bestimmter Effekte sind. Im Umgang mit Objekten, Spielsituationen und Bewegungsaufgaben rufen sie eine Wirkung hervor und führen diese auf sich selbst zurück. Sie lernen im Experimentieren und Ausprobieren: „Ich habe etwas geschafft, ich kann es“. Dieses Gefühl stellt die Basis für das Selbstvertrauen bei Anforderungen dar.<sup>2</sup>

Gefördert vom:

### Identitätssicherheit fördern

Selbstwirksamkeitsüberzeugungen haben daher auch einen stark motivierenden Effekt: Situationen, die kontrollierbar erscheinen, werden erneut gesucht, die eigene Kompetenzerfahrung steigert das Selbstwertgefühl. In Studien konnten empirische Hinweise für die angestrebten Wirkungen durch psychomotorische Förderung gefunden werden: Es zeigten sich signifikante positive Veränderungen in den Selbstkonzepten Angsterleben, Selbstsicherheit und Selbstwert-schätzung nach einem halben Jahr psychomotorischer Förderung.<sup>3</sup> In der Zusammenschau der Ergebnisse der Studien kann festgehalten werden, dass der kindzentrierte psychomotorische Ansatz die Identitätssicherheit im engeren und die Persönlichkeitsbildung im weiteren Sinne fördert.<sup>4</sup>

### Psychomotorik für Kinder mit Fluchterfahrung

Was bieten psychomotorische Angebote für Kindergruppen, bei denen auch Kinder mit Flucht-

Andrei ist zum ersten Mal in der Psychomotorik. Einige Kinder knoten Seile an die Sprossenwand, um den Berg, der vor der Sprossenwand steht, erklimmen zu können. Andrei schließt sich den Bergsteigern an. Seine Mutter ist dabei und schaut von der Bank aus dem Treiben im Bewegungsraum zu. Nach ca. 15 Minuten fragt sie die Psychomotorikerin, ob denn hier auch Sport gemacht werden würde? Andrei fällt es nicht leicht den Berg zu erklimmen. Nach vielen Versuchen und mit Tipps der anderen Bergsteiger (ohne Socken geht es besser) schafft Andrei es auch bis auf die Bergspitze. Mit leuchtenden Augen ruft er von oben seiner Mutter auf der Bank zu: „Mama, am facut-o.“ (ich habe es geschafft). In der zweiten Stunde sagt die Mutter schon an der Türe, dass Andrei auf jeden Fall weiterhin kommen möchte. Er hat ihr zu Hause erzählt: „Mama, das ist genau das Richtige für mich, da kann ich das machen, was ich möchte.“

erfahrungen teilnehmen? Im Alltag von Kindertageseinrichtungen zeigt sich ein breites Spektrum an individuellen Bedürfnissen von Kindern. So bringen

auch Kinder mit Fluchterfahrung ihre eigenen Eindrücke mit, die sich auf Grund ihrer persönlichen Ressourcen und Schutzfaktoren sehr unterschiedlich auf ihre Entwicklung und ihr Befinden auswirken können. Die Psychomotorik hat sich dabei als ein sehr geeignetes Handlungsfeld erwiesen, in dem individuelle Entwicklungsprozesse ermöglicht werden und die beschriebene Vielfalt Raum finden kann: Raum zum Ankommen, Orientieren, Ausdrücken und Ausprobieren; Raum für Interaktion, Begegnung und Beziehung; Raum, der Schutz, Sicherheit und Geborgenheit bietet, um Vertrauen zu sich und seiner Umgebung entwickeln und wiederfinden zu können.<sup>1</sup>

### Fazit

Fluchterfahrungen können mit dem Erleben von Ohnmachtsgefühlen, Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein einhergehen. Diesen belastenden Erlebnissen sollten auf der anderen Seite positive Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, Handlungsfähigkeit und Stärke gegenübergestellt werden, damit die negativen Erlebnisse ihren prägenden Einfluss verlieren.<sup>5</sup> In psychomotorischen Angeboten ist die Wirksamkeit des eigenen Handelns unmittelbar erfahrbar und das Meistern subjektiv schwieriger Situationen unterstützt das Erleben der eigenen Selbstwirksamkeit.

<sup>1</sup> Dintsioudi, A. et al. (2016). *Wissen, Haltung & Handlungskompetenz für die Arbeit mit Kindern und Familien mit Fluchterfahrungen in der KiTa* (nifbe-Themenheft Nr. 30). Osnabrück. Bes. S. 13-16. <https://www.nifbe.de/images/nifbe/Infoservice/Downloads/Themenhefte/KmFonline.pdf>

<sup>2</sup> Zimmer, R. (2019). *Handbuch Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung*. 14. Gesamtaufl. Freiburg: Herder.

<sup>3</sup> Ruploh, B., Martzy, F., Bischoff, A., Matschulat, N. & Zimmer, R. (2013). Veränderungen im Selbstkonzept nach psychomotorischer Förderung. Eine Studie im Mixed-Method-Design. *motorik*, 36 (4), 180-189.

<sup>4</sup> Martzy, F., Ruploh, B. & Bischoff, A. (2015). Veränderungen im Selbstkonzept nach psychomotorischer Förderung. Eine multi-methodale Untersuchung des kindzentrierten Ansatzes. *motorik*, 38 (1), 10-21.

<sup>5</sup> Volmer, J. (2013). *Bewegt in Gleichgewicht. Misshandelte und missbrauchte Jungen in psychomotorischer Therapie*. München: Reinhardt.

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend