

Psychomotoriktherapie

Psychomotoriktherapie da- und dort

- Verschiedene Entwicklungslinien, auch innerhalb der Schweiz
Entstehung in der Deutschschweiz aus den Disziplinen
 - Heilpädagogik,
 - Entwicklungspsychologie und
 - Medizin
- Pädagogisch – Therapeutischer Ansatz
 - Schulnahes Angebot das separativ angeboten wird.

Wo setzt die Psychomotorik an?

Die Psychomotorik setzt an unserem Körper an.

- Unser Körper bildet die Basis unserer Entwicklung.
- Er ist unsere Verknüpfung zur Welt.
- Mit ihm stehen wir immer in Verbindung.
- Er ist der erste Eindruck.
- Mit ihm gehen wir durch dick und dünn.
- Unser wertvollstes Gut!

PEANUTS

So stehe ich,
wenn ich
deprimiert
bin.

© 1960 United Feature Syndicate, Inc.



Wenn du deprimiert bist, ist es
ungeheuer wichtig, eine ganz
bestimmten Haltung einzunehmen ...



Das Verkehrteste, was du tun
kannst, ist aufrecht und mit
erhobenem Kopf dazustehen,
weil du dich dann
sofort besser fühlst.



Wenn du also etwas von deiner
Niedergeschlagenheit haben willst,
dann musst du so dastehen ...



Grundverständnis der PMT

- Verbindung zwischen **psychisch-geistiger** und **körperlich-motorischer** Prozesse
 - Wechselwirkung und Zusammenhang von **Gefühlen, Gedanken, Empfindungen** und dem **Körper und der Bewegung**.
 - Im Mittelpunkt der Psychomotorik stehen die Bewegung und das Spiel
 - Ziel: Unterstützung der Kinder in ihrer motorischen Entwicklung und Förderung ihrer Fähigkeiten in den Bereichen der Grobmotorik, der Feinmotorik, der Grafomotorik sowie der sozialen und emotionalen Wahrnehmung

Die drei Lernfelder der Psychomotorik

- Ich-Kompetenz durch Körpererfahrung
- Sachkompetenz durch materiale Erfahrung
- Sozialkompetenz durch soziale Erfahrung

=> Allgemeine Handlungsfähigkeit des Kindes

Ziel der psychomotorischen Förderung

- Zimmer (1999) nennt als Ziel psychomotorischer Förderung: „die Eigentätigkeit des Kindes zu fördern, es zum selbständigen Handeln anzuregen, durch Erfahrungen in der Gruppe zu einer Erweiterung seiner Handlungskompetenz und Kommunikationsfähigkeit beizutragen. Im Vordergrund stehen hierbei **erlebnisorientierte Angebote**, die dem Kind die Möglichkeit geben, **eine positive Beziehung zu seinem Körper und damit zu sich selbst aufzubauen**, **die seine Beziehung zu anderen fördern** und durch die Erfahrung, selbstwirksam sein zu können, die Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes unterstützen“ (S.9).

Ziel der psychomotorischen Förderung

Über Bewegungserfahrungen erleben Kinder:

- Das sie selbst imstande sind, etwas zu leisten.
- Das sie mit ihren Handlungen etwas bewirken können.
- Das sie Einfluss auf ihre Umwelt nehmen können.
- Sie erfahren sich selbst als wirksam – das stärkt sie in ihrem Selbstkonzept.
- Die Entwicklung des Selbstvertrauens in die eigene Person und das Bild, das man sich über sich selber macht, ist wesentlich geprägt von den Körpererfahrungen, welche in der Kindheit gemacht werden.



... und die Verbindung zur Schule

- Wenn ich mich innerhalb von meinem Körper orientieren kann (oben, unten, hinten, vorne, etc.), dann habe ich die Voraussetzung, um mich im Zahlenraum zu orientieren und um zu erfassen, in welcher Raum-Lage Buchstaben und Zahlen geschrieben werden.
- Wenn ich die Erfahrung machen konnte, dass ich eine Mittellinie und zwei parallele Körperseiten habe, dann kann ich meine Händigkeit entwickeln und die Begriffe rechts & links erfassen.
- Wenn ich mich in meinem Körper sicher fühle, kann ich mich auch an einem anderen Ort sicher fühlen.
- Wenn ich mich wohl fühle in meinem Körper, bin ich offen und neugierig für meine Umwelt.
- Wenn ich meine eigenen Körpergrenzen spüre, dann kann ich auch die Grenzen anderer respektieren.
- Wenn ich meinen Körper gut spüre, kann ich meine Bewegungen gezielt und kontrolliert ausführen. Erst wenn ich gelernt habe, meinen Körper zu regulieren kann ich diese Kontrolle auf mein Verhalten übertragen. D.h. die Selbstregulation oder auch Impulskontrolle.

Die Förderziele

Ressourcenorientiert:

Das Kind dort abholen, wo es steht und wo die Interessen sind. D.h. die Angebote nach den Interessen des Kindes wählen um die Förderziele zu erreichen.

Lernprozesse sichtbar machen:

Die Freude erleben in etwas besser zu werden.

Soziale Kontakte über die Bewegung:

Gemeinsame Spiele, gemeinsam Gestalten und Entwickeln, ...

Wer profitiert von der Psychomotorik?

Schüler:innen

- Die die Grenzen anderer nicht wahren
- Die emotional belastet sind
- Die eine geringe Frustrationstoleranz haben
- Mit fein- und grafomotorischen Auffälligkeiten
- Die ungeschickt und tollpatschig wirken
- Die Mühe haben ihre Aufmerksamkeit zu halten
- Mit motorischen Auffälligkeiten
- Die Mühe haben, mit anderen Kindern ins Spiel zu kommen
- Die ängstlich und zurückhaltend sind
- Mit Lernschwierigkeiten

Psychomotorik fördert:

- die motorische Geschicklichkeit
- die Selbstständigkeit
- die soziale Kompetenz
- das Vertrauen in sich selbst und in andere
- Den Körper wertschätzen lernen durch die Vermittlung eines positiven Körpererlebnisses
- die Fähigkeit, das eigene Verhalten zu regulieren sowie
- die Freude an der Bewegung

Anmeldeverfahren

- Meldung von Schülerinnen und Schülern mit wahrscheinlichem Förderbedarf mittels Anmeldeformular durch die Lehrpersonen/Heilpädagog:innen. Bei Unsicherheiten kann auch vorgängig telefoniert werden oder ein Unterrichtsbesuch erfolgen.
- Abklärung des Förderbedarfs durch die Fachperson Psychomotorik (Anamnestisches Familiengespräch, Testverfahren, psychomotorische Abklärungsverfahren, Schulbesuch).
- Rückmeldung an die Lehrpersonen/Heilpädagog:innen und Erziehungsberechtigten über den Förderbedarf und die empfohlene Förderung.

Therapiestart und Durchführung

- Nach erfolgter Abklärung und Einwilligung der Erziehungsberechtigten, in Absprache mit der Schule.
- Einzelförderung oder Förderung in Kleingruppen in geeigneten Räumlichkeiten, in der Regel während der Unterrichtszeit, nach Möglichkeit vor Ort.
- Präventive Arbeit auch mit einer ganzen Klasse.
- Beratung von Lehrpersonen zu psychomotorischen Themen.

Informationen

- <https://www.volksschulen.bs.ch/unterricht/foerderung/psychomotorik.html>
- <https://www.psychomotorik-schweiz.ch/>
- <https://www.hfh.ch/ausbildung/ba-psychomotoriktherapie/auf-einen-blick>
- <https://www.hesge.ch/hets/formation-base/master-science-hes-son-psychomotricite>
- <https://www.youtube.com/watch?v=XoZdjw6TN98>
- <https://www.youtube.com/watch?v=T0D1OCbgUFM>