

Bunte Psychomotorik – Kraftquelle für Kinder und Erwachsene

Hans Jürgen Beins

Wir beginnen mit einem kleinen Einblick in die Praxis: In einer Psychomotorik-Stunde mit Kindern von 3 bis 6 Jahren leeren die Kinder begeistert ein Bällebad und schaffen so einen „See“, in dem sie schwimmen oder auf dem sie mit ihren „Booten“ und „Surfbrettern“ hin- und herfahren. Sie liegen auf Matten oder sitzen in kleinen Kästen und ziehen sich an Tauen entlang zu ihrem Ziel. Im bewegten Rollenspiel erproben sie ihr Gleichgewicht, kooperieren mit anderen Kindern und nutzen die vorhandenen Materialien in einem neuen Zusammenhang.

An anderer Stelle stapeln die Kinder Bälle und Eierkartons zu einem Turm oder füllen die Bälle in Papp- röhren – so entstehen Ballbahnen oder Ballduschen. Zum Gelingen dieser Bautätigkeit sind Kreativität, Er-

fahrungen mit dem Material und Absprachen mit anderen Kindern nötig.

Diese oder ähnliche Situationen lassen sich in vielen psychomotorischen Angeboten beobachten. Die Bunt- heit und Vielfalt der Psychomotorik begeistert Kinder wie Erwachsene. Bunt sind die Spielmaterialien, die Angebotsformen, die Orte, die Handlungsfelder und die Theoriekonzepte. Raum für aktiv handelnde Kin- der und Erwachsene, Zeit für Bewegung, Spiel und Kreativität sind kennzeichnende Merkmale. Seit vielen Jahren erleben wir, dass Kinder gern zu den Angeboten kommen, und wir selbst haben große Freude daran. Ähnliches berichten Erzieherinnen, Lehrerinnen und Therapeutinnen in unseren Fortbildungskursen. Über- trägt sich unsere Begeisterung oder die Begeisterung



der Kinder auf uns? Ist es ein bunter „Begeisterungsdialog“? Da wird der Praktiker zustimmen und der Theoretiker seine Konzepte befragen.

Wir tun nichts von beidem, sondern lassen zunächst den Romanautor Joachim Meyerhoff zu Wort kommen:

„Ohne Übertreibung kann ich behaupten, den Schwimmunterricht in meiner Stammschwimmhalle revolutioniert zu haben. Nie zuvor war ein Schwimmlehrer zu den Kindern ins Wasser gestiegen. Lustlos zogen die Bademeister in kurzen weißen Hosen und Poloshirts die Kinder vom Beckenrand aus an langen Holzstangen durch das Wasser und sahen dabei aus wie hartherzige Krankenpfleger. Die Kinder krallten sich an diese Stangen, heulten und versuchten, an ihnen hinaufzuhangeln. Ich hatte das während meines Schwimmtrainings oft beobachtet. Bei der Seepferdchenprüfung mussten die Kinder eine Bahn schwimmen, vom Einmeterbrett springen und zu einem Ring hinabtauchen. Ich habe selbst gesehen, wie Kinder erst fünfundzwanzig Meter lang wie Ertrinkende nach der Stange schnappten, die ihnen der Bademeister immer ganz knapp vor den greifenden Fingerchen wegzog, wie sie anschließend vom Sprungbrett geschubst und schließlich mit der Hand untergetaucht wurden, bis sie den Ring am Grund endlich hatten. Doch waren die Eltern hochzufrieden und bedankten sich sogar beim Bademeister dafür, dass ihr Kind fast abgessoffen, geschubst, ertränkt worden war, und das frierende, heulende und vor Angst schlotternde Kind bekam sein Seepferdchen mit den Worten „Freust du dich denn gar nicht?“ überreicht.

Diese Bademeister hielten sich für fortschrittlich. Ich dagegen war mit den Kindern im Wasser, umfasste ihre Knöchel und übte so die Schwimmbewegung. Ich erfand Spiele, bei denen sie immer weitere kleine Strecken schwammen, ohne es zu merken. Nach nur drei bis vier Monaten versammelten sich in meinem Schwimmtraining lauter wasserscheue, ja wasserhysterische Härtefälle. Blasse Mädchen, die schon schreiend aus der Dusche kamen und vor Wassertropfen so viel Angst hatten wie vor Salzsäure. Jungen mit zusammengekniffenen blauen Lippen, die beim Schwimmen den Kopf weit aus dem Wasser streckten und zu atmen vergaßen. Ich verbannte die Holzstangen, legte ihnen meine Hände unter die Bäuche und kam mir vor wie ein Heilbringer, der seine frohe Botschaft verkündete: „Wenn ihre eure Angst fahren lasst, eure Arme so bewegt, wie ich es euch gelehrt habe, wird das Wasser euch tragen. Vertraut dem nassen Element! Es ist euch wohlgesonnen!“

Die Bademeister sahen mir angewidert zu, und einer sagte: „Mich hat mein Vater einfach ins Wasser geschmissen. Zack, konnte ich schwimmen!“ Doch der Erfolg gab mir recht. Bis zu zehn Wasserphobiker, hoffungslose Fälle, die aus allen Schwimmkursen der Stadt zu mir geflüchtet waren, schwammen hinter mir her, als wären sie Entlein und ich Konrad Lorenz. Ich vorweg: der Gott der Wasserscheuen. Sie liebten mich, und es machte mich stolz, wenn die Eltern ihre Kinder nicht wiederzuerkennen glaubten. Eben hatten sie noch um sich getreten wie auf dem Weg zum Schafott und mit weit aufgerissenen Augen ins Styropor-Schwimmbrett gebissen, als würde sie der Teufel in die



nasse Hölle zerren wollen. Am Ende der Stunde sprangen sie mit Anlauf vom Beckenrand und machten juchzend eine Arschbombe.“ (Meyerhoff 2015, S. 29)

Jetzt ist Meyerhoff kein ausgewiesener Psychomotoriker, aber in seinem wunderbaren Roman beschreibt er in diesem Abschnitt sehr anschaulich, wie er gegen Widerstände eine eigene Haltung entwickelt. Der junge Mann im Wasser, der Bademeister am Beckenrand – hier prallen Welten aufeinander. „Wenn ich das Kind ins Wasser werfe, wird es schon schwimmen“ ist die althergebrachte Meinung, gegen die er sich mutig und erfolgreich abgrenzt. Die Holzstange erinnert sehr an die bekannte Motivationsmöhre, hinter der wir Erwachsenen in unserem Alltag allzu oft herlaufen. Gelernt ist gelernt! Der Protagonist des Romans legt die Holzstange beiseite und wendet sich den Kindern zu. Er fühlt sich in ihre Angst ein und nimmt Kontakt auf. Er schafft Vertrauen und eröffnet eine Spielwelt, in der die Kinder große Lernfortschritte machen, ohne dass es ihnen bewusst ist. Das zu Anfang ängstliche, erstarrte Kind macht später „juchzend eine Arschbombe“. Auch wenn jetzt der erfahrene Schwimmlehrer berechtigt einwenden würde, dass beim Schwimmen heutzutage die zweite Schwimmkraft am Beckenrand obligatorisch ist und „die Hände unter den Bäuchen“ durch flaches Wasser und andere Hilfsmittel ersetzt werden, hat die Beschreibung doch eine hohe Aktualität. „*Sie (die Kinder) liebten mich, und es machte mich stolz, wenn die Eltern ihre Kinder nicht wiederzuerkennen glaubten.*“ Die zugewandte, ermutigende Haltung zeigt Wirkung bei Kindern wie auch den begleitenden Erwachsenen.

Vergleichbare Erfahrungen gibt es in der psychomotorischen Praxis tagtäglich. Nicht nur im Schwimmkurs, auch in den Psychomotorik-Gruppen, wenn die Kinder sich z. B. freudvoll in einer Bewegungslandschaft erproben oder wenn sie lustvoll schaukeln und schwingen. Die Kinder kommen gerne, haben Raum für selbsttätiges Handeln, sind motiviert bei der Sache und machen große, persönliche Fortschritte. So antwortet ein Junge, der in der Psychomotorik soeben einen mutigen Sprung auf eine Weichbodenmatte gewagt hat, auf die Frage „Wo hast du das gelernt?“ mit fragendem Blick: „Das habe ich nicht gelernt, das kann ich!“

Erwachsene und Kinder begegnen sich im Spiel wie selbstverständlich auf Augenhöhe – z. B. wenn sie mit dem Rollbrett unterwegs sind. Aus der Ferne vom Beckenrand mit Holzstange wird eine ausgewogene Balance zwischen Nähe und Distanz.



Die Beziehung zum Kind und die Haltung der Erwachsenen schaffen die Grundlage für einen gelingenden Prozess. Ernst Jonny Kiphard, der Vater der deutschen Psychomotorik, hat in seiner praktischen Arbeit immer wieder gezeigt, wie er mit Kindern und Erwachsenen in einen positiven, humorvollen Kontakt kommt, wenn das Defizit in den Hintergrund rückt. Auch deshalb betonte er: „*Statt einer Leistungs- und Produktorientiertheit, die häufig an den Bedürfnissen der Kinder vorbeigeht, statt einer Defizitorientiertheit, die nur Mängel, Störungen und Defizite sieht, setzen wir die Erlebnis- und Persönlichkeitsorientierung, bei denen sich die Kinder spielerisch, frei und ungezwungen handelnd äußern und entwickeln können.*“ (1989, S. 12)

Nun könnten wir meinen, dass diese Erkenntnis längst Stand der Dinge ist und sowohl Eltern, Therapeutinnen und Pädagoginnen entsprechend handeln. Wie erklärt sich dann folgende Einschätzung von Renz-Polster & Hüther? „*Das soziale Bedingungsgefüge, in das Kinder heutzutage hineinwachsen, ist immer brüchiger geworden. Kinder finden in dieser Welt nur noch wenig Verständnis für ihre elementaren Bedürfnisse. Oft mangelt es an den für die Ausbildung sicherer Bindungen erforderlichen Rahmenbedingungen, an emotionaler Zuwendung und Feinfühligkeit, an vielfältigen*

Anregungen und einer angemessenen Grenzziehung. So sind immer mehr Kinder gezwungen, den daraus resultierenden Mangel an emotionaler Sicherheit durch verstärkte Selbstbezogenheit zu kompensieren.“ (S. 28)

Demnach scheinen psychomotorische Angebote ja eine Insel der Glückseligen zu sein? Tatsächlich ist der Druck auf Kinder, Erwachsene und pädagogisch-therapeutische Einrichtungen höher geworden. Therapeuten berichten zunehmend von komplexeren Problemstellungen durch unsichere Bindungen und schlechte Rahmenbedingungen. Die Erwartungshaltungen und Anforderungen der Eltern und Kostenträger werden größer. Eine Diagnostik und die gradlinige Behandlung samt umfassender Dokumentation sollen die Qualität sichern. Die Zeit für die Begegnung, den (Bewegungs-)Dialog mit Kindern und die Sorgen der Eltern wird knapper. Da bleibt die Orientierung an den Stärken und das selbsttätige Handeln schon mal auf der Strecke – Hauptsache am Ende gibt es das Seepferdchen!

Nicht „das Seepferdchen“, sondern die „juchzende Arschbombe“ steht im Mittelpunkt psychomotorischer Praxis. Um diese weiterzuentwickeln, finden sich folgende Ansatzpunkte:

- ❶ Wie sehen die Räume aus und welche Ausstattung ist vorhanden? Was ermöglicht und was verhindert Bewegung und Spiel?
- ❷ Welche Haltung haben die Erwachsenen (Therapeuten, Pädagogen)? Wie ist ihre eigene Bewegungs- und Spielbiographie und welchen Einfluss nimmt sie auf ihre Angebote?
- ❸ Wie vermitteln wir Eltern, dass Spielraum und Bewegung die Grundlage für eine gesunde Entwicklung der Kinder sind?

Auch bei diesen Fragestellungen empfiehlt es sich, von den Ressourcen auszugehen. Was läuft gut und was ist schon vorhanden? Welche kurz- und langfristigen Veränderungswünsche haben wir? Was können wir für eine erfolgreiche Umsetzung tun? Auch diese Herangehensweise ist ein Grund, warum die bunte Psychomotorik eine Kraftquelle für Kinder und Erwachsene ist!

Literatur:

Beins, H.J. & Klee, T. (2014): Bauen ist lustvolles Lernen! Wie Kinder spielerisch Balance finden. Dortmund: Borgmann Media.

Beins, H.J. & Cox, S. (2011): Die spielen ja nur!? Psychomotorik in der Kindergartenpraxis. Dortmund: borgmann.

Beudels, W., Lensing-Conrady, R. & Beins, H.J. (2013): ... das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis. Dortmund: borgmann.

Jost, M. & Beins, H.J. (2013): Bewegung und Spiel für die Kleinsten. Psychomotorik für Kinder von 1 bis 4 Jahren. Dortmund: Borgmann Media.

Kiphard, E.J. (1989): Psychomotorik in Praxis und Theorie. Gütersloh: Flöttmann.

Meyerhoff, J. (2015): Alle Toten fliegen hoch. Amerika. Köln: Kiepenheuer & Witsch.

Renz-Polster, H. & Hüther, G. (2013). Wie Kinder heute wachsen. Natur als Entwicklungsraum. Weinheim: Beltz.

Zimmer, R. (1999): Handbuch der Psychomotorik. Freiburg: Herder.

Der Autor:



Hans Jürgen Beins

Rheinische Akademie im Förderverein Psychomotorik
Wernher-von-Braun Str. 3
53113 Bonn
hans.beins@psychomotorik-bonn.de
www.psychomotorik-bonn.de

Stichwörter:

- Psychomotorik
- Bindung
- Ressourcen
- Selbsttätigkeit