

# Handlungsmodell Psychomotorik I' B' P'

Die Psychomotorik ist ein Fachgebiet im Schnittfeld der Medizin, Psychologie, Pädagogik, Soziologie und der Bewegungs- und Sportwissenschaften.

Das Europäische Forum für Psychomotorik definiert Psychomotorik wie folgt: «Auf Grund eines holistischen Menschenbildes, das von einer Einheit von Körper, Seele und Geist ausgeht, beschreibt der Begriff Psychomotorik die Wechselwirkung von Kognition, Emotion und Bewegung und deren Bedeutung für die Entwicklung der Handlungskompetenz des Individuums im psychosozialen Kontext.»

Die Psychomotorik schafft Rahmenbedingungen, welche die Eigentätigkeit und das selbständige Handeln des Kindes fördert und anregt. Motorisches Erleben, Bewegung und Spiel stehen im Mittelpunkt, das zum Ziel hat, das Vertrauen in die eigene Fähigkeit und die Persönlichkeit zu stärken, motorische Schwierigkeiten zu verbessern und eine Auseinandersetzung mit sich und seiner Umwelt zu ermöglichen. Psychomotorik versteht sich als ein Handlungsmodell, um das Kind auf dem Weg der Erweiterung seiner Kompetenzen zu begleiten.

Die Psychomotorik orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen, den Ressourcen und der Ganzheitlichkeit der Kinder. Die Wahlmöglichkeit, Freiwilligkeit, Selbsttätigkeit stehen im Vordergrund bei erlebnisorientierten, sinnhaften Bewegungsangeboten auf einer Basis der Vertrautheit und Offenheit.

Die Grundlagen dieses Handlungsmodells bilden drei Basisdimensionen, drei Kompetenz-Erfahrungsbereiche, sowie didaktisch-methodische Prinzipien.

Basisdimension	Inhalt
Beziehung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich miteinander vertraut machen</li> <li>• Signale des Kindes (körperlich, emotional, sprachlich) decodieren</li> <li>• das Kind mit seinen Lebensthemen vorsichtig und respektvoll bei der Lösung seiner Entwicklungsaufgaben zu begleiten</li> </ul>
Raum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materieller Raum, der bestimmt von Grenzen, Materialien, Farben, Dimensionen, Formen, Proportionen, Licht, Oberflächen, Akustik</li> <li>• Ideeller Raum, bestimmt durch eigene Haltung und Einstellung</li> <li>• Beide Räume bewusst gestalten und adäquate Anreize für die Entwicklung aller Sinne bieten (Gefühl von Sicherheit, Möglichkeit zum Experimentieren, zur Entwicklung).</li> </ul>
Zeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erinnern, erleben, erwarten</li> <li>• Erleben des Kindes steht bei Entwicklungsbegleitung uneingeschränkt im Mittelpunkt</li> <li>• Dies kann nur in der Gegenwart, im Hier und Jetzt vollzogen werden</li> </ul>

Kompetenz	Erfahrung	Inhalt
Ich-Kompetenz	Selbst-, Körper-Erfahrung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• positives Selbstkonzept</li> <li>• sich als stark erleben</li> <li>• sich als geschickt erleben</li> <li>• sich als Gestalterin erleben</li> <li>• Körpersensibilität</li> <li>• Körperwahrnehmung</li> <li>• Kompetenzbewusstsein</li> </ul>
Sachkompetenz	Material-Erfahrung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse über physikalische Gegebenheiten</li> <li>• Umwelt begreifen</li> <li>• Umwelt verändern können</li> </ul>
Sozialkompetenz	Sozial-Erfahrung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• soziale Anerkennung</li> <li>• wichtiger Teil einer Gruppe sein</li> <li>• sich für andere einsetzen</li> <li>• Verantwortungsbewusstsein</li> <li>• Kontaktfähigkeit</li> <li>• Kommunikationsfähigkeit</li> <li>• Freundschaftsfähigkeit</li> </ul>
Selbstkonzept	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Selbstkonzept ist das Bild, das ein Mensch von sich selbst macht. Dieses Bild wird über die sensorischen Sinne, durch Beobachtung des eigenen Verhaltens, der Folgerung der Wirkung des eigenen Verhaltens, im Sich-Vergleichen, Sich-messen mit anderen und durch Zuordnung von Eigenschaften durch andere entwickelt.</li> <li>• All diese inneren und äusseren Faktoren wirken sich auf die Selbstwahrnehmung aus und es entsteht ein positives oder auch ein negatives Selbstkonzept. Dieses Konzept bestimmt die Erfolgserwartung an sich selber und hat einen grossen Einfluss auf die Art und Weise, wie weitere Anforderungen (auf motorischer, sozialer, Verhaltens-Ebene) in Angriff genommen werden, ob Erfolg oder Misserfolg erlebt wird.</li> <li>• Entscheidend zum Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes ist die Selbstaktivität, die Entscheidungsfähigkeit und Planung des eigenen Verhaltens, das selber Entdecken im Spannungsfeld von Freiraum und Grenzen mit individuellen Anforderungsgraden, das Vertrauen in die eigene Fähigkeit und Wirksamkeit, die Gewissheit ein akzeptiertes, wichtiges Mitglied einer Gruppe zu sein.</li> </ul>	

Prinzip	Inhalt
Spiel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herzstück der Psychomotorik</li> <li>• Spiel im Sinne von Zusammenspiel mit sich selbst und der Umwelt, um Neues zu entdecken. Selbstgewähltes Spiel macht Sinn und was Sinn macht, kann gelernt werden</li> <li>• Eindrücke können verarbeitet, Handlungsalternativen können ausprobiert werden</li> <li>• Im Spiel kann jedes Kind seine Rolle, sein Thema und sein Schwierigkeitsgrad wählen</li> </ul>
Colombo-Methode	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich staunend, fragend, unwissend stellen</li> <li>• Keine Antworten geben, sondern weiterführende Fragen stellen</li> <li>• Fragen öffnen Fantasie und Kreativität</li> </ul>
Ort der Wertschätzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kein Leistungsdruck, kein Vergleich, keine Abwertung, kein Auslachen, kein wertendes Kommentieren von Tätigkeiten und Handlungen</li> <li>• Vermeiden von Spielen mit Verlieren und Gewinnen</li> <li>• Ort der Wertschätzung der kindlichen Persönlichkeit und individuellen Leistung</li> <li>• Atmosphäre von Achtung und Beziehung</li> <li>• Auch Misserfolge gehören zum Leben. Mit den Kindern behutsam an ihre Schwächen gehen, sie ermutigen zu erobern, zu wagen, sich zu trauen und so die Schwächen zu überwinden.</li> </ul>
Lernort für Alternativen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es gilt das Prinzip des Wagnisses, des Erfindens, Ausprobierens, des Entwickelns von Ideen.</li> </ul>
Regeln	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln, Grenzen, Sanktionen sind wichtige Bestandteile, müssen aber vorher abgesprochen sein. Dies führt zu Vertrauen und Sicherheit.</li> </ul>