

# Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren

von Katharina Melchert


  
ALICE SALOMON  
HOCHSCHULE BERLIN  
University of Applied Sciences

 FRÖBEL  
Kompetenz für Kinder

 wiff  
Weiterbildungsinitiative  
Frühpädagogische Fachkräfte

KiTa Fachtexte ist eine Kooperation der Alice Salomon Hochschule, der FRÖBEL-Gruppe und der Weiterbildungsinitiative Frühpädagogische Fachkräfte (WiFF). Die drei Partner setzen sich für die weitere Professionalisierung in der frühpädagogischen Hochschulausbildung ein.

# Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren

von Katharina Melchert

## ABSTRACT

In dem vorliegenden Text geht es zum einen um die Definition des Begriffs Psychomotorik und zum anderen um die Darstellung des Konzepts, da dieses nicht nur im therapeutischen Bereich sondern auch im pädagogischen Alltag Anwendung finden kann. Das Konzept zeichnet sich durch Offenheit und Flexibilität aus, so dass den Kindern viel Freiraum für kreative, den eigenen Fähigkeiten und Interessen entsprechende, Sinnes- und Bewegungserfahrungen zur Verfügung steht. Gerade körperliche Aktionen bieten Kindern die Chance, positive Erfahrungen zu sammeln, Dinge zu beeinflussen, mit anderen Personen in Kontakt zu treten und ihren eigenen Körper wahrzunehmen, um ein positives Selbstbild aufzubauen. Zum Einsatz kommt die Psychomotorik beispielsweise bei Kindern mit Auffälligkeiten in der Bewegung, der Wahrnehmung oder im sozialen Verhalten aber auch bei Jugendlichen und Erwachsenen. Der vorliegende Text soll deutlich machen, dass die Psychomotorik eine ganz bestimmte Haltung zum Kind impliziert. So sollen nicht einzelne Beispiele zur Durchführung von psychomotorischen Übungsstunden im Vordergrund stehen, sondern die Überlegung, wie das vorgestellte Konzept in den Alltag einer Kindertageseinrichtung integriert werden kann.

## GLIEDERUNG DES TEXTES

1. Einleitung
2. Psychomotorik
  - 2.1. Die Entwicklung, Inhalte und Ziele der Psychomotorik
  - 2.2. Psychomotorik in der Frühpädagogik
  - 2.3. Die Förderung eines positiven Selbstkonzeptes in der Psychomotorik
3. Zusammenfassung
4. Fragen und weiterführende Informationen
  - 4.1. Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes
  - 4.2. Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen
  - 4.3. Glossar

## INFORMATIONEN ZUR AUTORIN

Katharina Melchert, Physiotherapeutin und Kindheitspädagogin, absolvierte ihr Studium „Erziehung und Bildung im Kindesalter“ an der Alice-Salomon-Hochschule Berlin.

## 1. Einleitung

„Ein jeder bewegt sich, empfindet, denkt, spricht auf die ganz ihm eigentümliche Weise, dem Bild entsprechend, das er sich im Lauf seines Lebens von sich gebildet hat. Um Art und Weise seines Tuns zu ändern, muss er das Bild von sich ändern, das er in sich trägt.“ (Feldenkrais 1996, 31) Bei der Erstellung des Bildes, welches ein Mensch von sich entwickelt, spielen Wahrnehmung und Bewegung eine bedeutende Rolle. Sie nehmen entscheidenden Einfluss darauf, welches Verhältnis eine Person zu ihrem Körper, und somit zu sich selbst, entwickelt. „Das Ich-Bild besteht aus vier Teilen, die an jedem Tun beteiligt sind: Bewegung, Sinnesempfindung, Gefühl und Denken.“ (Feldenkrais 1996, 31) Wir bestehen also aus einer untrennbaren Einheit, welche motorische, sensorische, kognitive, psychische und physische Prozesse und Erfahrungen vereint. In einer Lebenswelt, in der viele Reize auf die Kinder einströmen und in der Bewegungserlebnisse auf Grund der zunehmenden technischen Mobilisation und mangelndem Freiraum Einschränkungen erfahren, stehen PädagogInnen vor der Aufgabe, den Kindern wieder Bewegungs- und Handlungsspielraum zu schaffen, differenzierte, alle Sinne ansprechende Erfahrungen zu ermöglichen und dabei die Fähigkeiten jedes einzelnen Kindes wertzuschätzen und zu unterstützen. Dazu gehört nicht nur die Bereitstellung einer ansprechenden Umgebung, sondern auch eine innere Haltung zum Kind, welche diesem eine eigenständige und aktive Auseinandersetzung mit sich selbst und seiner Umgebung zutraut.

Das Konzept der Psychomotorik weiß um die untrennbare Einheit von psychischem Erleben und körperlichem Ausdruck. Es räumt der Bewegung einen hohen Stellenwert ein und sieht das Kind als aktiven Gestalter seiner eigenen Entwicklung. Dabei wirft es einen ganzheitlichen Blick auf den Menschen und spricht verschiedene Handlungskompetenzen an, die sich bei dem Kind entwickeln sollen, um ihm damit eine positive Auseinandersetzung mit sich selbst, seiner Umwelt sowie anderen Menschen zu ermöglichen (vgl. Klöck & Schorer 2010, 17f.). Die Psychomotorik richtet sich nicht nur an Kinder, auch bei Jugendlichen, Erwachsenen und älteren Menschen findet dieses Konzept Anwendung. Im Bereich der frühen Kindheit werden beispielsweise Kinder mit Hyperaktivität, Wahrnehmungs- und Bewegungsauffälligkeiten oder negativem Selbstbild angesprochen. Positive, freudbetonte gemeinschaftliche Bewegungserlebnisse sollen dabei zu einem stärkeren Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten führen und sich somit motivierend auf den Erwerb weiterer Fähigkeiten auswirken (vgl. Klöck & Schorer 2010, 18). Die Wahrnehmung sowie Äußerung der eigenen Interessen, Bedürfnisse und Gefühle sollte dabei von den verantwortlichen Bezugspersonen unterstützt und gefördert werden. Das Kind kann somit ein gutes Gefühl für seinen eigenen Körper entwickeln, eigene Empfindungen und Wünsche registrieren und darauf antworten, um sich in seinem Körper wohl zu fühlen und ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.

## 2. Die Psychomotorik

### Definition Psychomotorik

In den Wortstämmen „Psyche“ und „Motorik“ findet sich der enge, sich gegenseitig beeinflussende und bedingende Zusammenhang von psychischem Erleben und körperlichem Ausdruck wieder. So wird beispielsweise das Empfinden großer Freude körperlich über Hüpfen ausgedrückt. Die Psychomotorik kennzeichnet also die untrennbare Einheit von Körper, Bewegung, Geist und Psyche und verweist damit auf die ganzheitliche Betrachtung jeder Persönlichkeit. Des Weiteren steht der Begriff für ein Konzept, welches die beschriebene Wechselwirkung von Psyche und Motorik für pädagogische und therapeutische Zwecke nutzt (vgl. Zimmer 2006, 21f.). Neben der spezifischen Förderung entwicklungs-auffälliger Kinder kann das Konzept somit auch im Rahmen der Kindergartenarbeit im Alltag Anwendung finden.

### 2.1 Die Entwicklung, Inhalte und Ziele der Psychomotorik

### Entwicklung der Psychomotorik

Bereits in den zwanziger Jahren wurde der Grundgedanke der Psychomotorik von Sonderpädagogen in Frankreich aufgegriffen. Anders als später in Deutschland, stand hier der pädagogische Aspekt im Vordergrund: die Psychomotorik wurde dabei für rehabilitative Zwecke genutzt (vgl. Kiphard 1989, 15). Die Ursprünge der deutschen Psychomotorik finden sich erst im Jahr 1955 wieder. Als einflussreiche Person ist hier insbesondere Kiphard zu nennen. Der damals junge Sportstudent erkannte gemeinsam mit dem Kinderpsychiater Hünnekens in einer Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie die enge Verknüpfung von psychischem Erleben und Bewegungsverhalten. Beide stellten fest, dass die Kinder Gefühlen und psychischen Zuständen in ihrem Bewegungsverhalten Ausdruck verliehen (vgl. Zimmer 2006, 16). Statt wie bisher die Kinder mit sportlichen, leistungsorientierten Übungen zu überfordern, setzten sie ihren Schwerpunkt auf ein freudbetontes, spielerisches und soziales Miteinander. Es ging hierbei nicht mehr um festgelegte, vom Übungsleiter vorgeschriebene, Bewegungsabfolgen sondern um freiwillige, von den Kindern auf verschiedene Art und Weise umgesetzte, Bewegungsangebote (vgl. Kiphard 1989, 12). Für die von Kiphard und Hünnekens beobachtete Verknüpfung zwischen emotionaler Wahrnehmung und Bewegung wurde der Begriff „Psychomotorik“ eingeführt. Dieser Begriff war allerdings nicht neu, er wurde bereits früher in der experimentellen psychologischen Wahrnehmungsforschung verwendet (vgl. Zimmer 2006, 21).

Das Interesse, welches insbesondere Kiphard durch die Verbreitung seiner Theorien in Fachkreisen hervorrief, mündete im Jahr 1976 in der Gründung des „Aktionskreis Psychomotorik e.V.“ (vgl. Zimmer 2006, 17). Dieser setzte sich sowohl aus medizinischen und therapeutischen als auch aus pädagogischen Fachkräften zusammen und machte sich die Weiterentwicklung und Verbreitung der Psycho-

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

motorik, zum Beispiel mittels Fortbildungen, zur Aufgabe. Es sollte ein einheitliches Fortbildungskonzept erstellt werden welches sich unter anderem auf die Entwicklungs- und Wahrnehmungspsychologie stützte (vgl. Zimmer 2006, 17f.).

Im Vordergrund der von Kiphard und Hünnekens durchgeführten psychomotorischen Übungsbehandlungen, stand die Förderung der Selbst- und Raumwahrnehmung und die Schulung der Sinne sowie die Entwicklung beziehungsweise Erweiterung der Bewegungs- und damit auch der Handlungskompetenzen der Kinder. An die Stelle von festgelegten, defizitorientierten Bewegungsaufgaben trat ein weitgehend freier, ganzheitlicher bewegungspädagogischer Ansatz. Dieser wirkte sich positiv auf die Harmonisierung von Geist und Körper und somit auf die Festigung der Persönlichkeit und einer positiven sozialen Entwicklung aus (vgl. Zimmer 2006, 16f.).

### Inhalte der Psychomotorik

Zu den wichtigsten Inhalten der Psychomotorik gehört das Sammeln von Erfahrungen mit dem eigenen Körper. Über verschiedene Bewegungsangebote können die Kinder sich selbst in unterschiedlichen Situationen wahrnehmen, Sinneserfahrungen sammeln, ihr Bewegungs- und Handlungsrepertoire erweitern oder auch Emotionen und Gedanken über Bewegung ausdrücken (vgl. Zimmer 2006, 23f.). Über die Bewegung kann ein Mensch handelnd auf seine Umwelt Einfluss nehmen und nur wenn ein Mensch seinen eigenen Körper kennt, sich an ihm orientieren kann, hat er auch die Fähigkeit, sich in seiner Umwelt zu orientieren (vgl. Fischer 2001, 20).

### Ziele der Psychomotorik

Durch den Umgang mit unterschiedlichen Materialien kann das Kind neue Erkenntnisse gewinnen und gleichzeitig sein Handlungsrepertoire erweitern. Gerade Kinder lassen sich von unterschiedlichen Materialien und Gegenständen zu lebhaften und kreativen Spielen inspirieren und machen somit wichtige Erfahrungen. Sie lernen beispielsweise, verschiedene Dinge zu transportieren, zu ordnen und zu kategorisieren (vgl. Fischer 2001, 21). Erhält ein Kind, wie es in der Psychomotorik üblich ist, Bewegungsangebote statt Bewegungsaufträge, kann es zudem selbst entscheiden, auf welche Art und Weise es sich den Objekten nähert. Für den Betrachter ergeben sich hierdurch mitunter interessante Beobachtungsfragen: bringt ein Kind eigene Ideen ein, bittet es eine andere Person um Hilfe oder beobachtet es vorerst wie andere Kinder dem Angebot begegnen? Wird dem Kind kein Bewegungsablauf vorgeschrieben, kann es selbst tätig werden, seine Handlungs- und Kommunikationskompetenz ausbauen, seine Sinne auf vielfältige Art und Weise gebrauchen und damit seinen eigenen Körper sowie eigene Bedürfnisse besser kennen lernen. Zudem vermindert das selbstbestimmte Handeln Misserfolge und den ständigen Leistungsvergleich mit anderen Kindern. In der Bewegung erfährt das Kind außerdem verschiedene Gefühlszustände. Es erlebt beispielsweise Spannung, Ärger oder Spaß und es lernt, mit diesen umzugehen oder ihnen in der Bewegung Ausdruck zu verleihen. Die handelnde Ausein-

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

andersetzung mit verschiedenen Materialien, die unterschiedliche Bewegungskompetenzen schulen, erleichtert dem Kind später zudem das Erlernen von Tätigkeiten wie Malen, Schneiden oder Schreiben (vgl. Fischer 2001, 37).

Wie bereits angedeutet, nehmen auch die Erfahrungen mit anderen Personen einen hohen Stellenwert ein. Gemeinsam können Regeln aufgestellt, spannende Spiele entwickelt und soziales Miteinander erlebt werden. Das Kind kann hier erfahren, dass es für die Gruppe wichtig ist und durch sein Handeln etwas bewirkt (vgl. Zimmer 2006, 24).

### **Wichtige Elemente der Psychomotorik:**

- *humorvolle Beziehungsgestaltung*
- *Freiwilligkeit*
- *selbstbestimmtes Handeln*
- *Beobachtung*
- *Orientierung an den Bedürfnissen der Kinder*
- *Das Erfahren von Selbstwirksamkeit*
- *Kommunikation*
- *Ruhe und Bewegung*
- *Bewegungs- und Selbsterfahrungen*
- *Rituale.*

## 2.2 Psychomotorik in der Frühpädagogik

„Ziel psychomotorischer Erziehung ist es, die Eigentätigkeit des Kindes zu fördern, es zum selbstständigen Handeln anzuregen, durch Erfahrungen in der Gruppe zu einer Erweiterung seiner Handlungskompetenz und Kommunikationsfähigkeit beizutragen.“ (Zimmer 2004, 186)

Überträgt man diesen ganzheitlichen Grundsatz auf die frühpädagogische Arbeit einer Einrichtung wird schnell deutlich, dass hier ein Rahmen geschaffen werden muss, der die Verwirklichung des genannten Ziels ermöglicht. Psychomotorische Förderung soll dabei nicht als therapeutische Maßnahme verstanden werden, die einmal in der Woche stattfindet. Die Durchführung von begleiteten psychomotorischen Übungsstunden kann nicht ersetzt werden, die genannten Ziele lassen sich jedoch auch gut auf die pädagogische Arbeit übertragen und in den Alltag einer Kindertageseinrichtung integrieren. Dank der angeborenen kindlichen Neugierde findet eine intensive, aktive und leidenschaftliche Auseinandersetzung mit der Umwelt statt. Diese versetzt das Kind in die Lage, sich selbst als von der Umwelt abgegrenztes Individuum wahrzunehmen, Fähigkeiten des eigenen Körpers zu entdecken und weiterzuentwickeln sowie Kontakt zu der belebten und unbelebten Umwelt aufzunehmen. Dabei spielen im Säuglings- und

Integration der  
Psychomotorik  
in den Alltag

Körpernahe Sinne

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

Kleinkindalter insbesondere die körpernahen Sinne eine große Rolle. Die Wahrnehmung körpereigener Bewegungen, das Empfinden davon, etwas zu berühren oder selbst berührt zu werden, und vielfältige Stellungs- und Gleichgewichtsreize beim Getragenwerden bilden erste Erfahrungen auf dem Weg der körperlichen, seelischen und geistigen Entwicklung des Kindes. Nur über vielfältige, motorische und sensorische Erlebnisse können dabei Zusammenhänge unterschiedlicher Wahrnehmungen erfasst und sinnvoll verarbeitet werden, was dem Kind die Entwicklung von Handlungskompetenz wesentlich erleichtert. Affolter nennt zunächst die Erfahrung von Begrenzung, diese macht ein Kind über die Berührung seiner Unterlage oder seitlicher Grenzen. Dabei ermöglichen diese Begrenzungen dem Kind die Erfahrung, dass außerhalb seines eigenen Körpers etwas existiert, und es lernt die Schwerkraft kennen, die es sozusagen an der Unterlage hält (vgl. Affolter 1992, 19ff.). Darauf aufbauend entwickeln sich das aktive Begreifen und das Erkunden der Umwelt mit Hilfe der taktilen Wahrnehmung, über den Mund, die Hände und Finger. Im nächsten Schritt greift das Kind bewusst nach Gegenständen, nimmt intensiv seine bewegte Umwelt wahr und macht sich mit dieser über vielfältige Bewegungshandlungen vertraut. Durch diese Vorgänge werden dem Kind immer mehr Zusammenhänge bewusst, es beginnt die Wirklichkeit zu begreifen. Schließlich kann es selbst handelnd in die Umwelt eingreifen, Veränderungen herbeiführen und Handlungsstrategien entwickeln (vgl. Affolter 1992, 30ff.). Bei der Auswahl der Materialien sollte dementsprechend darauf geachtet werden, dass möglichst alle Sinne angesprochen werden. Zudem sollten die Geräte zu unterschiedlichen Bewegungsformen einladen, beispielsweise krabbeln, hochziehen, klettern, springen, kriechen, rutschen oder rollen. Zimmer nennt eine Auswahl an sinnvollen Materialien die unterschiedliche Erfahrungen ermöglichen, einige Beispiele werden im Folgenden aufgeführt.

### **Mögliche Materialien und Geräte in der Psychomotorik:**

- *Bau- und Transportelemente (z.B. Schaumstoffteile, die selbstständig getragen oder transportiert werden können und aus denen etwas gebaut werden kann)*
- *Geräte, die Gleichgewichtserfahrungen ermöglichen (z.B. Wackelbretter, Rundhölzer, Balancierbalken, weiche Matten)*
- *Bewegungsanregender, wandelbarer Gerätepark (z.B. Sprossenwand, Seile, Bretter, Tonnen, Röhren)*
- *Alternative Fortbewegungsmittel (z.B. Rollbretter, Pedalos)*
- *Kleingeräte die allein oder gemeinsam genutzt werden können (z.B. Luftballons, Bälle in verschiedenen Größen, Sandsäckchen)*

*(vgl. Zimmer 2006, 148)*



## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

Neben dem Angebot ansprechender Spielmaterialien und Geräte, welche die Kinder zum Experimentieren anregen und eigene Sinngebungen ermöglichen, benötigen die Kinder auch Zeit um ihre Räume zu entdecken und verändernd auf diese einzuwirken sowie Platz um gemeinsam spielen und sich großräumig bewegen zu können. Die Kinder sollten zudem die Möglichkeit haben, sich in gestalterischen Prozessen wie beispielsweise Rollenspiel, Malen und Bauen auszudrücken (vgl. Cox 2000, 229).

### Impulse durch die Fachkräfte

Gibt der/die PädagogIn Impulse für Spiele, sollten diese so angelegt sein, dass sie das soziale Miteinander auf förderliche Weise anregen beziehungsweise unterstützen. Die Fachkräfte sollten dabei nur dann Hilfestellungen geben, wenn dies wirklich notwendig ist. Das Kind muss die Gelegenheit erhalten, selbst Lösungen zu entwickeln um so gestärkt aus der Situation hervorzugehen (vgl. Bittmann 2008, 204).

*„Pädagogische Hilfen sollten daher so angelegt sein, dass sie nicht nur auf die ausreichend sicheren Bindungen achten, sondern sich gleichermaßen als Werkzeug für die Verselbstständigung der Kinder eignen.“ (Schäfer 2007, 222)*

### Reflexion von Fähigkeiten

Von Bedeutung sind Situationen, in denen Kinder die Möglichkeit haben, sich ihrer Fähigkeiten bewusst zu werden, diese real einschätzen zu lernen und dabei zu erkennen, dass sie selbst Verursacher von Veränderungen sind. Um dies deutlich zu machen, können gesammelte Erfahrungen bewusst gemacht werden, indem sie gemeinsam verbalisiert und reflektiert werden (vgl. Zimmer 2006, 186). Gerade für die jüngeren Kinder eignet sich auch die Dokumentation ihrer Aktivitäten mit Fotos. Diese können unter anderem ganze Handlungsverläufe zeigen, zu neuen Ideen oder zum Nachdenken und Sprechen anregen und dem Kind seine Fähigkeiten bewusst machen (vgl. Strätz & Demandewitz 2005, 114f.). Die Bilder können in Fotoalben oder im Portfolio gesammelt oder in Höhe der Kinder in der Einrichtung aufgehängt werden.

Um selbstbestimmt, nach eigenen Interessen, Bedürfnissen und Fähigkeiten handeln zu können, benötigen die Kinder auch einen konzeptionellen Rahmen der dies zulässt und den Kindern ausreichend Raum und Zeit zur Verfügung stellt. Ein gut ausgestatteter Bewegungsraum der nur ein Mal wöchentlich unter Anleitung genutzt werden darf, kann diesem Ziel nicht entsprechen (vgl. Zimmer 2003, 14). Bewegung darf also nicht nur ein zusätzliches Angebot darstellen, es sollte in alle Bildungsbereiche aufgenommen werden. „Um dies zu realisieren reicht es nicht aus, wenn nur zusätzliche Bewegungsangebote auf einen ansonsten unveränderten pädagogischen Betrieb aufgefropft werden.“ (Bittmann 2008, 203)



## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

### Konzeptioneller Rahmen für die Psychomotorik

Ein konzeptioneller Ansatz, der Wahrnehmung und Bewegung Platz einräumt, sich dabei an den Bedürfnissen der Kinder orientiert und diese zu selbstbestimmten Handlungen anregt, ist zum Beispiel die „offene Arbeit“. Dabei wird den Kindern die Möglichkeit eingeräumt, selbst zu entscheiden in welchem Raum sie sich aufhalten, beziehungsweise mit wem sie bestimmte Erfahrungen sammeln wollen. Die Gestaltung der Räume sollte so vorgenommen werden, dass jeder Raum einem bestimmten Betätigungsfeld zugeordnet ist. Kinder die sich frei bewegen und ausprobieren wollen, können so beispielsweise den entsprechend eingerichteten Bewegungsraum nutzen. Gleichzeitig kann von Kindern die sich nach Ruhe sehnen ein anderer, diesbezüglich ausgestatteter, Ort aufgesucht werden. Bekommen Kinder die Chance, die bereitgestellten Materialien und Geräte nach ihren Vorstellungen zu erproben, Spiele zu entwickeln und Kontakte zu knüpfen, kann sich dies positiv auf ihre Entwicklung auswirken. Eine sensible Begleitung durch vertraute Personen, die bei Bedarf Unterstützung sowie einen sicheren Rahmen bieten, anregende Impulse liefern und Mut machen, ist unerlässlich. (vgl. Zimmer 2006, 190f.). Durch das Einbringen neuer Ideen und Impulse der Fachkräfte können die Kinder neue Bewegungsformen entdecken und ausprobieren (vgl. Zimmer 2003, 25). Natürlich bedürfen auch, oder gerade, solche freien Bewegungsangebote einer gut durchdachten Planung. Die Räume müssen beispielsweise so ausgestattet sein, dass sie durch ihr Überangebot an Materialien die Kinder nicht überfordern. Die zur Verfügung stehenden Geräte sollten bei Bedarf ausgetauscht werden, um immer wieder neue Anregungen zu geben. Dabei müssen die Materialien ansprechend und für die Kinder selbstständig zu handhaben sein. Sie sollten zudem einen bestimmten Platz erhalten und für die Kinder erreichbar sein (vgl. Bittmann 2008, 205ff.). Letztlich können auch wenig genutzte Ecken, Flure oder Treppen den Kindern als Bewegungs- oder Rückzugsort zur Verfügung gestellt werden. Diese können auch so gestaltet werden, dass sie den Kindern sinnreiche Erfahrungen ermöglichen und ein bewegungsfreundliches Klima schaffen (vgl. Bittmann 2008, 207).

### *2.3 Die Förderung eines positiven Selbstkonzeptes in der Psychomotorik*

#### Die Entstehung des Selbstkonzeptes

Im Laufe seiner Entwicklung baut jeder Mensch ein bestimmtes Selbstkonzept auf. Die Entstehung dieses Selbstkonzeptes ist ein sehr komplexer Vorgang. Hier spielen Erfahrungen hinein, die man mit seinem eigenen Körper, in seinem sozialen Umfeld und mit seiner materiellen Umgebung gesammelt hat. Zudem wird das Selbstkonzept geprägt von den Bildern und Erwartungen, die andere Menschen auf eine Person übertragen (vgl. Zimmer 2002, 68f.). Im Umgang mit anderen Menschen merken wir, wie unsere Person auf andere wirkt. Wir registrieren, ob unser Äußeres, unsere Handlungen oder Äußerungen auf Anerkennung, Gleichgültigkeit oder eher auf Ablehnung stoßen. Das auf uns treffende Feed-

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren

von Katharina Melchert

### Die Rolle von Wahrnehmung und Bewegung beim Aufbau des Selbstkonzeptes

back ergibt ein Fremdbild, welches unser Selbstbild mehr oder weniger stark beeinflussen kann (vgl. Kiphard 1989, 95). Welches Bild eine Person also von sich hat, ist auch davon abhängig, wie sie von anderen Personen gesehen, was ihr zugekraut oder von ihr erwartet wird.

Bei dem Aufbau des Selbstkonzeptes spielen insbesondere im Kindesalter motorische Fähigkeiten eine große Rolle (vgl. Zimmer 2002, 68f.). Wahrnehmung und Bewegung sind dabei untrennbar miteinander verbunden. Kann das Kind noch nicht oder nicht ausreichend sprechen, ist es in hohem Maße darauf angewiesen, sich über seinen Körper auszudrücken. Es kann auf etwas zeigen, was es gerne haben möchte, oder versuchen, es selbst zu erlangen, es kann sich bei dem Wunsch nach Kontaktaufnahme einer Person zuwenden, oder sich abwenden, wenn es keinen Kontakt aufnehmen will. Wird das Kind in seinen Bestrebungen nicht wahrgenommen, so kann es bereits in diesem Alter dazu führen, dass ein Kind sich selbst in seinen Handlungen als nicht kompetent erfährt und somit eine geringere Einschätzung seiner eigenen Person vornimmt (vgl. Zimmer 2002, 72f.). Bereits im Säuglingsalter findet eine Kommunikation zwischen dem Säugling und seiner Bezugsperson statt, bei welcher der Säugling beispielsweise seinen Gefühlszustand über den Spannungszustand seiner Muskulatur ausdrückt. Fühlt der Säugling sich unwohl, dreht und windet er sich zum Beispiel auf dem Arm seiner Bezugsperson. Sein Muskeltonus erhöht sich und die Bezugsperson reagiert darauf beispielsweise, indem sie das Baby in eine andere Stellung bringt. Ist der Säugling nach dem Stillen satt und zufrieden, sinkt der Muskeltonus, das Baby hängt schlaff im Arm seiner Mutter (vgl. Kiphard 1989, 95). Bereits in einer solchen Form der Kommunikation werden Grundlagen für die Entwicklung des Selbstbildes gelegt. Wird der Säugling in seinen Bedürfnissen wahrgenommen sowie akzeptiert und findet eine liebevolle Zuwendung statt, so kann sich ein positives Selbstkonzept entwickeln (vgl. Kiphard 1989, 95).

### Positives Selbstkonzept

In der Psychomotorik nehmen die Stabilisierung der Persönlichkeit sowie die Entwicklung eines positiven Selbstbildes einen hohen Stellenwert ein. Durch den Einsatz von Bewegungsangeboten kommt es hier nicht zu einem direkten Leistungsvergleich, das Kind kann vielmehr sich selbst wahrnehmen und selbst entscheiden, welcher Herausforderung es sich zu welchem Zeitpunkt stellt. Bei der Reflexion der Ergebnisse sollte dies unbedingt berücksichtigt werden. Dem Kind sollte ein Blick auf sich selbst ermöglicht werden, es soll eigene Fähigkeiten wahrnehmen und real einschätzen lernen, ohne es einem ständigen Vergleich mit den Fähigkeiten anderer Kinder auszusetzen (vgl. Zimmer 2002, 75f.).

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

*Kritisch wird in der Literatur der Einsatz von Lob diskutiert, da Lob häufig eher auf das Ergebnis einer Handlung bezogen ist. Beurteilt wird dabei der Erfolg einer erbrachten Leistung und weniger der Prozess einer Aktion. Lob ist somit an bestimmte Bedingungen geknüpft und kann möglicherweise Angst vor Misserfolg hervorrufen. Zudem kann es dazu führen, dass Lob erwartet wird und damit nicht die eigene Wahrnehmung oder Bewertung einer Leistung, sondern die einer anderen Person ausschlaggebend ist. Eine positive Wirkung kann die Ermutigung erzielen, da diese eher auf den Verlauf oder den Versuch einer Handlung gerichtet ist, als auf den tatsächlichen Erfolg (vgl. Hahne 2007, 69f.).*

### Erwerb von Unabhängigkeit

Gerade die körperliche Entwicklung, d.h. die zunehmende Kompetenz bei der Durchführung motorischer Aktionen, spielt beim Erwerb der Unabhängigkeit eine bedeutende Rolle. Ist das Kind zunächst auf die Hilfe von anderen Personen angewiesen, so verschafft ihm die fortschreitende körperliche und damit auch geistige Entwicklung die Möglichkeit, selbst über sich zu bestimmen und somit sowohl für die eigene Person als auch für die Umwelt Verantwortung zu übernehmen. „Als besonders entwicklungsrelevante Nebenwirkungen gezielter Handlungen sind die Erweiterungen der Handlungskompetenzen, die Erfahrungen eigener Wirksamkeit und damit verbundene Einstellungen und Motive anzusehen, die ihrerseits das weitere Entwicklungshandeln entscheidend prägen.“ (Krus 2004, 29) Kinder können sich auf Gegenstände zu bewegen, diese an eine andere Stelle schieben, etwas tragen oder in der Form verändern. Haben die Kinder mit diesen scheinbar einfachen Handlungen Erfolg, können sie sich diesen selbst zuschreiben und daraus das Vertrauen entwickeln, eine Situation meistern und etwas bewirken zu können. Nehmen sie sich jedoch motorisch als nicht erfolgreich wahr, kann sich dies auch auf andere Bereiche übertragen, so dass ein Kind auch in anderen Gebieten Misserfolge erwartet. „Die Erfahrung von Selbstwirksamkeit gehört daher zu den wichtigsten Grundlagen des Selbstkonzeptes.“ (Zimmer 2002, 72f.)

### Negatives Selbstkonzept

Kommt das Kind immer wieder in die Situation, einer Sache im wahrsten Sinne des Wortes „ohnmächtig“ gegenüber zu stehen, kann dies zur Folge haben, dass es auch objektiv harmlose Situationen als unüberwindbar einschätzt. Ein Kind das in seinem Bestreben nach Autonomie und Selbstständigkeit, zum Beispiel in Bezug auf das eigene An- und Auskleiden, ständig gehemmt wird, glaubt möglicherweise bald selbst daran, diese Kompetenz nicht erlangen zu können. Dies kann wiederum zu einem verminderten Explorationsverhalten führen. Die Motivation, das Interesse und somit auch Zuversicht, Vertrauen und Mut des Kindes, etwas ausprobieren zu wollen, sinken (vgl. Zimmer 2002, 73f.). Überträgt sich ein solches, negatives Selbstkonzept auch auf andere Bereiche, nimmt das Kind sich generell als inkompetent wahr. Ist dem Kind etwas gelungen, sollte dies gemeinsam reflektiert werden, um dem Kind sein Können bewusst zu ma-

---

**Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren**  
von Katharina Melchert

chen und um gemeinsam zu erleben, dass durch die eigenen Handlungen Ergebnisse erzielt werden können. Das Erreichen von Unabhängigkeit und Selbstständigkeit im wahrsten Sinne des Wortes, ist dabei also nicht nur an ein gut funktionierendes Sinnes- und Bewegungssystem, sondern ebenso an ein anregendes, beschützendes und liebevolles soziales Umfeld gebunden. Kiphard misst der Persönlichkeit der Fachkraft hier eine sehr hohe Bedeutung bei. Diese sollten humorvoll sein und dem Kind offen und warmherzig begegnen, um eine tragfähige Beziehung zu entwickeln (vgl. Kiphard 2002, 19).

### **3. Zusammenfassung**

Die Psychomotorik stellt also ein Konzept dar, welches über seinen therapeutischen und pädagogischen Ansatz auf die psychische, physische, soziale und emotionale Entwicklung des Kindes Einfluss nehmen will. Dabei erhält das Kind Anregungen, welche ihm eine eigenständige Auseinandersetzung mit sich selbst und seiner Umwelt zutrauen. Den Fachkräften kommt hier die Aufgabe zu, über die Auswahl der Spiele oder Materialien positive Bewegungs- und Gemeinschaftserfahrungen zu ermöglichen, die Kinder herauszufordern ohne sie zu überfordern sowie die Balance zu finden zwischen zurückhaltendem und helfendem beziehungsweise eingreifendem Verhalten. Das Kind muss die Möglichkeit erhalten, seine Kompetenzen, die es über die Bewegungserfahrungen und die Erlebnisse in der Gruppe erworben hat, auch in anderen Bereichen auszubauen und zu entfalten. Dabei sollte reflektiert werden, ob Kompetenzen unterschiedlicher Bereiche gleichwertig geachtet werden. In der frühpädagogischen Arbeit sollte ein Rahmen geschaffen werden, der die Entwicklung unterschiedlicher Kompetenzen der Kinder aufnehmen und berücksichtigen kann, ohne dabei Fähigkeiten in einem bestimmten Bereich den Vorrang einzuräumen. Das Konzept einer Kindertageseinrichtung sollte dahingehend überprüft werden, ob es auf die unterschiedlichen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Interessen der Kinder tatsächlich eingehen kann oder ob diesen Möglichkeiten, beispielsweise durch einen starren Tagesablauf in festen Gruppen oder bei einem geringen Personalschlüssel, nicht entsprochen werden kann. Wichtig ist, dass der Ansatz übergreifend in das pädagogische Konzept integriert wird, um tatsächlich eine Übertragung von Handlungskompetenz auf der Bewegungsebene, auf die Handlungs- und Mitbestimmungsebene in anderen Bereichen des Kindergartenalltags zu gewährleisten.

## 4. Fragen und weiterführende Informationen

### 4.1 Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes



#### AUFGABE 1:

---

Untersuchen Sie in Ihrer Praxiseinrichtung, welchen Stellenwert Sinnes- und Bewegungserlebnisse einnehmen bzw. in welcher Form diese angeboten werden.



#### AUFGABE 2:

---

Beobachten Sie in Ihrer Praxiseinrichtung, welche Räume, Gegenstände oder Materialien die Bewegungslust der Kinder wecken. Wo schränkt das Konzept der Einrichtung die Bewegungsfreude ein (z.B. Raumgestaltung, Tagesablauf, Regeln). Welche Rückschlüsse können Sie für Ihr pädagogisches Handeln ziehen?



#### FRAGE 1:

---

Welche Möglichkeiten gibt es, Aufschluss über das Selbstkonzept eines Kindes zu erhalten?

### 4.2 Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen

Affolter, F.(1992): *Wahrnehmung, Wirklichkeit und Sprache*. Villingen-Schwenningen: Neckar-Verlag.

Bittmann, F. (2008): *Bewegungsförderung im Kindergarten*. In Bals, T.; Hanses, A. & Melzer, W. (Hrsg.), *Gesundheitsförderung in pädagogischen Settings. Ein Überblick über Präventionsansätze in zielgruppenorientierten Lebenswelten* (S. 195-211). Weinheim: Juventa.

Cox, S.(2000): *Der psychomotorische Kindergarten – oder wie Bewegen, Spielen, Lernen „sinn-voll“ ist*. In Lensing-Conrady, R.; Beins, H.J.; Pütz, G.; & Schönrade, S.(Hrsg.), „Adler steigen keine Treppen...“. *Kindesentwicklung auf individuellen Wegen* (S. 227-253). Dortmund: borgmann.

Eggert, D.; Reichenbach, C.; & Bode, S.(2003): *Das Selbstkonzept Inventar (SKI) für Kinder im Vorschul- und Grundschulalter. Theorie und Möglichkeiten der Diagnostik*. Dortmund: verlag modernes lernen.

Feldenkrais, M. (1996): *Bewußtheit durch Bewegung*. Berlin: Suhrkamp.

Fischer, K. (2001): *Einführung in die Psychomotorik*. München: Ernst Reinhardt.

## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren

von Katharina Melchert

- Hahne, J. (2007): *Selbstwertgefühl in der Erziehung stärken. Welche Möglichkeiten bieten Elternkurse?* Marburg: Tectum.
- Kiphard, J. E. (1989): *Psychomotorik in Praxis und Theorie. Ausgewählte Themen der Motopädagogik und Mototherapie.* Gütersloh: Flöttmann.
- Kiphard, J. E. (2002): „Man sieht nur mit dem Herzen gut“ – Mein Weg zur Psychomotorik. In Mertens, K. (Hrsg.), *Psychomotorik – Grundlagen und Wege der Förderung* (S. 19-32). Dortmund: verlag modernes lernen.
- Klöck, I. & Schorer, C. (2010): *Übungssammlung Frühförderung.* München: Ernst Reinhardt.
- Krus, A. (2004): *Mut zur Entwicklung. Das Konzept der psychomotorischen Entwicklungstherapie.* Schorndorf: Karl Hofmann.
- Schäfer, E. G. (2007): *Ansätze für einen offenen Bildungsplan.* In Schäfer, E. G. (Hrsg.), *Bildung beginnt mit der Geburt. Ein offener Bildungsplan für Kindertageseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen* (S. 216-271). Berlin: Cornelsen.
- Strätz, R. & Demandewitz, H. (2005): *Beobachten und Dokumentieren in Tageseinrichtungen für Kinder.* Weinheim: Beltz.
- Zimmer, R. (2002): *Selbstkonzept und Identität – Schlüsselbegriffe psychomotorischer Förderung.* In Mertens, K. (Hrsg.), *Psychomotorik – Grundlagen und Wege der Förderung* (S.68-76). Dortmund: verlag modernes lernen.
- Zimmer, R. (2003): *Sport und Spiel im Kindergarten.* Aachen: Meyer & Meyer.
- Zimmer, R. (2004): *Handbuch der Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis.* Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2005): *Handbuch der Sinneswahrnehmung. Grundlagen einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung.* Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2006): *Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung.* Freiburg: Herder.
- Ayres, A. J. (2002): *Bausteine der kindlichen Entwicklung. Störungen erkennen und verstehen. Ganzheitliche Frühförderung und Therapie. Praktische Hilfe für Eltern.* Berlin: Springer.
- Hammer, R. (2001): *Bewegung allein genügt nicht. Psychomotorik als grundlegendes Prinzip der Alltagsgestaltung.* Dortmund: verlag modernes lernen.
- Jackel, B. (2004): *Kinder orientieren sich. Spiele zur Entfaltung psychomotorischer Handlungskompetenz.* Dortmund: verlag modernes lernen.
- Köckenberger, H. & Hammer, R. (Hrsg.) (2004): *Psychomotorik. Ansätze und Arbeitsfelder. Ein Lehrbuch.* Dortmund: verlag modernes lernen.
- Passolt, M. & Pinter-Theiss, V. (2003): „Ich hab eine Idee...“. *Psychomotorische Praxis planen, gestalten, reflektieren.* Dortmund: verlag modernes lernen.

### EMPFEHLUNGEN ZUM WEITERLESEN



## Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren von Katharina Melchert

### 4.3 Glossar

**Selbstkonzept** Das Selbstkonzept beinhaltet die Einstellungen und Überzeugungen eines Menschen zu sich selbst und setzt sich wiederum zusammen aus dem Selbstbild und dem Selbstwertgefühl. Das Selbstbild könnte man als den eher objektiven Aspekt beschreiben, hier geht es zum Beispiel um äußere Merkmale einer Person wie die Haarfarbe, die Größe oder das Gewicht, aber auch um Fähigkeiten in den unterschiedlichsten Bereichen. Das Selbstwertgefühl bezeichnet nun die Gefühle einer Person bezüglich seines Selbstbildes. Ist die Person glücklich über ihr Äußeres oder ärgert sie sich beispielsweise über ihr Gewicht? Wie nimmt die Person ihre Fähigkeiten wahr? Auch wenn diese von anderen Personen positiv bewertet werden, kann eine Person unzufrieden mit ihren Leistungen sein oder umgekehrt (vgl. Eggert et al. 2003, 14f.).

**Körpernahe Sinne** Die sieben Sinne unterteilen sich in körpernahe und körperferne Sinne. Zu den körperfernen Sinnen zählen das auditive (hören) und das visuelle (sehen) System, zu den körpernahen Systemen gehören das taktile (Wahrnehmung von Temperatur, Schmerz, Berührung, Druck und Strukturbeschaffenheit), kinästhetische (Lage- und Bewegungsempfinden), vestibuläre (Gleichgewichtsempfinden), das gustatorische (schmecken) und das olfaktorische (riechen) System (vgl. Zimmer 2005, 58).

*KiTa Fachtexte ist eine Kooperation der Alice Salomon Hochschule, der FRÖBEL-Gruppe und der Weiterbildungsinitiative Frühpädagogische Fachkräfte (WiFF). KiTa Fachtexte möchte Lehrende und Studierende an Hochschulen und Fachkräfte in Krippen und Kitas durch aktuelle Fachtexte für Studium und Praxis unterstützen. Alle Fachtexte sind erhältlich unter: [www.kita-fachtexte.de](http://www.kita-fachtexte.de).*

#### Zitiervorschlag:

Melchert, Katharina (2011): Grundlagen der Psychomotorik im Kontext der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren. Verfügbar unter: <http://www.kita-fachtexte.de/XXXX> (Hier die vollständige URL einfügen.). Zugriff am TT.MM.JJJJ.