



Was ist Psychomotorik: Die Seele bewegen

Regina Siegenthaler Trindler arbeitet seit 12 Jahren mit einem Pensum von 80% als Psychomotorik-Therapeutin für den Schulzweckverband Affoltern und ist für die beiden Gemeinden Mettmenstetten und Ottenbach zuständig. Seit 3 Jahren betreut sie alle Kinder der Schulgemeinde Mettmenstetten. Ich konnte mir unter einer Psychomotorik-Therapie nichts Konkretes vorstellen. Ebenso wenig wusste ich, was eine Psychomotorik-Therapeutin denn so macht. Umso mehr freute ich mich, Regina zu einem informativen Gespräch treffen zu dürfen.

Was ist Psychomotorik?

Diese Frage stellte mir auch mein Grossvater, der damals über 100 Jahre alt war und sich die Antwort selber gab: „Du tuesch also dä Chind ihri Seel i Bewegig setzä u ihri Bewegig beseelä.“

Kinder entdecken sich und die Welt spielerisch über den Körper und die Sinne. Bewegung und Wahrnehmung (Sensomotorik) sind wichtige Voraussetzungen für das weitere Lernen. Das Zusammenspiel von innerer und äusserer Bewegung, somit die Wechselwirkung von Seele /Psyche und Körper/Bewegung ist die Basis der psycho-motorischen Entwicklung.

Was sind die Inhalte und Ziele einer Psychomotorik Therapie?

Über spielerische Bewegung vertieft das Kind seine Körperwahrnehmung und findet seinen persönlichen Bewegungsausdruck. Die Erweiterung seiner Kompetenzen und die Selbstwirksamkeit wirkt sich positiv auf sein Selbstbewusstsein und Umgang mit neuen Herausforderungen und Frustration aus. In der Auseinandersetzung mit Material werden feinmotorische Fertigkeiten geübt, dies sind wichtige Voraussetzungen für die Förderung der Grafomotorik (Schreibbewegung), wo gezielte Hilfestellungen eingesetzt werden. Mittels Spiel, Bewegung und gestalterischen Elementen erfährt sich das Kind in seinen Entwicklungsthemen, seinen Stärken und Grenzen und findet neue Lösungen und Lernstrategien. Die Beziehung zur Therapeutin und „Gruppenspäni“ ermöglicht eine Erweiterung seiner sozialen Kompetenzen.

Welche Kinder kommen in die Psychomotorik Therapie?

Die Psychomotorik-Therapie richtet sich an Kinder die in ihrer Bewegungs-, und Wahrnehmungs-Entwicklung Auffälligkeiten zeigen: Gleichgewicht, Koordination, Bewegungs- und Handlungs-Planung und Steuerung, Kraft- und Tonusregulierung, Orientierung am eigenen Körper sowie im Raum sind erschwert. Diese Schwierigkeiten wirken sich auch auf den emotional-sozialen Bereich aus und häufig ist der Selbstwert beeinträchtigt. Oft verschliessen sie sich neuen Erfahrungen oder sie kompensieren über ein auffälliges Verhalten (aggressiv, kleinkindlich, überängstlich). Daraus kann für das betroffene Kind und sein Umfeld ein Leidensdruck entstehen.

An einem Standortgespräch mit Eltern und Lehrkräfte wird ein eventueller Handlungsbedarf für eine Psychomotorik-Therapie besprochen und allenfalls eine Abklärung durchgeführt und die Therapie

eingeleitet. Die Psychomotorik-Therapiestunden finden einmal wöchentlich an der Psychomotorik-Therapiestelle an der unteren Bahnhofstrasse 16, in Affoltern statt.

Welche präventive Angebote bietet die Psychomotorik-Stelle an und wie werden sie konkret in Mettmenstetten umgesetzt?

Ein weiteres Angebot der Psychomotorik-Therapiestelle sind die fachspezifischen Interventionen in der Schule. Diese umfassen die Früherfassung, Beratung der Lehrkräfte, Prävention und Förderung der Kinder. Konkret besuche ich in Mettmenstetten im ersten Schulquartal alle Kindergärten und führe eine erste Früherfassung durch. Die Kinder mit psychomotorischem Förderbedarf besuchen während eines Quartals einmal pro Woche eine Bewegungs-Fördergruppe. Im letzten Schuljahr führte ich für die Lehrkräfte eine Weiterbildung zum Thema Grafomotorik durch.

Was hat dich bewogen den Beruf der Psychomotorik-Therapeutin zu erlernen?

Der menschliche Körper und der Ausdruck über die Bewegung sowie kreative Medien sind für mich persönlich sehr wichtige Bereiche in meinem Leben. In meiner zehnjährigen Arbeit als Primarlehrerin integrierte ich viel Bewegung und Tanz in meinen Unterricht. Beim Erlernen der Bewegungsabläufe mit dem Körper im Raum und mit dem Stift auf dem Papier zeigten viele Kinder Schwierigkeiten. So versuchte ich herauszufinden welche Hilfe und Unterstützung diesen Kindern auf ihrem Lern-Weg weiterhelfen konnte. Als Lehrerin hatte ich jedoch noch viele andere Aufträge und zu wenig Zeit für die einzelnen Kinder. So entschied ich mich für das dreijährige Vollzeit-Studium der Psychomotorik-Therapie, das ich in Basel absolvierte.

Welches sind die schönen Seiten deines Berufes?

Die Arbeit als Psychomotorik-Therapeutin ist für mich eine sehr vielfältige, spannende und kreative Aufgabe. Ich biete den Kindern meine Entwicklungsbegleitung über das Spiel, die Bewegung und den kreativen Ausdruck an und der Prozess lässt viele unentdeckte Entwicklungspotentiale zum Vorschein bringen. Dies lässt mich täglich staunen. Die Einzel- und Kleingruppensituation ermöglicht mir vertieft auf die Entwicklungsthemen der einzelnen Kinder einzugehen. Auch die Gespräche und Beratungen mit den Erwachsenen / Bezugspersonen sind für mich eine wichtige Ergänzung zur Arbeit mit den Kindern.

Welchen Herausforderungen und schwierigen Themen begegnest du in deinem Beruf?

Mit den heutigen gesellschaftlichen Veränderungen, verkleinert sich der Bewegungs-Raum der Kinder und der Alltag-Rhythmus wird schneller und hektischer. So fehlen oft Erholung, Ruhe und eine altersgemässe Bewegungsentwicklung.

Bei einem Therapie-Entscheid ist meist ein Leidensdruck vorhanden und der Fokus auf die Schwierigkeiten gerichtet. So ist es meine Aufgabe den Blickwinkel auch auf die vorhandenen Ressourcen zu lenken und das Vertrauen ins Entwicklungspotential der Kinder zu nähren.

Unsere Arbeit wird immer komplexer und die Koordination der Zusammenarbeit, insbesondere für die präventive Arbeit ist mit grossem zeitlichem Aufwand verbunden.

Die Erfahrungen aus den Gemeinden mit eigenem Psychomotorikraum zeigen, dass dies für alle Beteiligte in der Zusammenarbeit organisatorisch einfacher ist. Zudem kann die Psychomotorik Therapie noch besser in die Schule integriert werden. So wünsche ich mir für die Zukunft, dass die Schule Mettmenstetten mehr Raum zur Verfügung bekommt und einen Psychomotorik Raum einrichten kann.

Wie findest du in deiner Freizeit Erholung und Inspiration?

Erholung, Inspiration und Kraft finde ich in der Stille und der Schönheit der Natur, sei es auf gemeinsamen Bergwanderungen, Skitouren mit meinem Mann oder Spaziergängen und Velofahrten im nahen Erholungsgebiet „Säuliamt“. Auch der Tanz und die Musik sind wichtige kreative Inspirationsquellen.

Christine Gerber
Primarschulpflege

Wer noch mehr Informationen über die Psychomotorik Therapie erfahren möchte: www.pmt-affoltern.ch oder www.psychomotorik-schweiz.ch