



Selbstkonzept und Identität – Schlüsselbegriffe der Psychomotoriktherapie

Hat ein Kind Vertrauen in seine Fähigkeiten und wie schätzt es diese ein? Geht es aktiv auf andere zu oder verhält es sich abwartend? Gibt es bei Schwierigkeiten schnell auf oder fühlt es sich durch sie herausgefordert und motiviert? Die Antworten auf all diese Fragen sind abhängig vom Bild, das ein Kind von sich selbst hat. Dieses Selbstbild und diese Fragen bilden wichtige Inhalte der Psychomotorik-Therapie. Gerne möchten wir die Thematik im folgenden Artikel etwas näher beleuchten und deren Bezug zur Psychomotorik-Therapie aufzeigen.

Im kindlichen Selbstbild spiegeln sich Erfahrungen wider, die es in der Auseinandersetzung mit seiner sozialen und materiellen Umwelt gewonnen hat. Ebenso die Erwartungen, die von der Umwelt an das Kind herangetragen worden sind. In diesem Zusammenhang haben die über den Körper und die Bewegung gemachten Erfahrungen des Kindes eine grosse Relevanz: Durch die Bewegungshandlungen lernen Kinder sich selbst kennen und erhalten Rückmeldung über das, was sie können. Sie erfahren Erfolg und Misserfolg und erkennen, dass sie ihn sich selbst zuschreiben können. Sie erleben auch, was andere ihnen zutrauen, wie sie von ihrer sozialen Umwelt wahrgenommen und eingeschätzt werden (Zimmer, 1999).

In der Psychomotoriktherapie arbeiten wir oft mit Kindern, die aufgrund ihrer negativen Erfahrungen ein tiefes Selbstbild aufweisen. Wenn sie gefragt werden, was sie denn alles gut können, bekommen wir erschreckenderweise oftmals ein Achselzucken. Der Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes über Bewegung und Spiel ist daher ein Grundanliegen einer kindzentrierten psychomotorischen Therapie. Besonders betroffen sind hiervon Kinder, die in ihrem Bewegungs- und Beziehungsverhalten oder in ihrer Motorik beeinträchtigt sind. Motorische Geschicklichkeit und motorische Fähigkeiten haben bei Kindern einen hohen Stellenwert. Die Erfahrung körperlicher Unterlegenheit, Ängstlichkeit und Unsicherheit wirken sich dadurch schnell auf die Selbstwahrnehmung und damit auch auf das Selbstkonzept des Kindes aus (Zimmer, 1999).

Im geschützten Rahmen eines therapeutischen Settings in der Psychomotoriktherapie können Kinder über positive Bewegungs- und Beziehungserfahrungen ihr Selbstvertrauen aufbauen und stärken. Gezielt wird die Aufmerksamkeit der Kinder, über Bewegung und Spiel, auf die eigenen Fähigkeiten und ihre Weiterentwicklung gelenkt. Das Bewusstmachen der eigenen Fähigkeiten wie: «Du kannst ganz allein bis zu dem obersten Tritt klettern». Oder die Betonung der vom Kind gerade bewältigten Situation: «Jetzt hast du aber ein richtiges Kunststück geschafft», geben dem Kind eine unmittelbar positive Rückmeldung auf seine Handlung. Das Erleben solcher Erfolgserlebnisse, in denen das Kind selbst aktiv und allein für die gelungene Situation verantwortlich ist, stellt eine wesentliche Voraussetzung für die Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls dar. Wenn ein Kind im Verlaufe der Therapie selbstbewusst sagen kann, was es alles gut kann, ist es oftmals Zeit für einen erfolgreichen Therapieabschluss.