

Kolumne der Schuldienste Willisau in der Willisauer Schulzeitung „Schuelisches“

Verantwortlicher Fachdienst: Psychomotoriktherapie (PMT)

„Wer hat Angst vorm bösen Wolf?“

### **Resilienzförderung in der Psychomotoriktherapie**

Rotkäppchen hat zwar Angst vorm bösen Wolf, schafft es aber trotz allem die geliebte kranke Grossmutter zu retten. Ist dies nur im Märchen möglich oder kann der Wille doch Berge versetzen? Wie resilient ist ein Kind? Mit dieser Fragestellung beschäftigen sich vor allem Fachpersonen im Zusammenhang mit der Entwicklung eines Kindes.

In der Psychologie wird unter Resilienz die psychische Widerstandskraft eines Menschen verstanden, d.h. dass ein Kind belastende Situationen bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorgehen kann. Doch was braucht es dazu, dass dies gelingt? In der Psychomotoriktherapie begegnen uns oft Kinder mit schwierigen Lebensumständen, die unterschiedlich damit zurechtkommen. In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage nach den Ressourcen, die das Kind gegen risikoreiche Einflüsse resilient macht. Diese werden in personale und soziale Ressourcen unterteilt. Eine besondere Bedeutung wird dabei dem Aufbau eines positiven Selbstwertgefühls und der Erfahrung von Selbstwirksamkeit zugeschrieben. Zu den sozialen Ressourcen zählen die Familie, die Schule und das weitere soziale Umfeld des Kindes.

In der Psychomotoriktherapie eignen sich Märchen und Geschichten als eine gute Interventionsmöglichkeit, um resiliente Verhaltensweisen zu veranschaulichen. Sie ermöglichen Perspektiven einzunehmen, Problemlösungen nachzuvollziehen und Verhaltensmodelle aufzuzeigen. Darüber hinaus können sie allgemein ablenkend und entlastend wirken als Auszeit von Sorgen und Problemen. Typische Merkmale für resilienzfördernde Märchen und Geschichten sind:

- Die Bewältigung eines Problems oder einer schwierigen Situation steht im Mittelpunkt
- Die Lösung dessen geschieht nicht durch äussere Umstände, sondern durch den Protagonisten, welcher Eigenaktivität zeigt
- Der Protagonist zeigt Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- Der Protagonist zeigt eine zuversichtliche Lebenseinstellung und lässt sich nicht von Rückschlägen entmutigen
- Der Protagonist hat ein positives Selbstbild, welches ihm verhilft, konstruktiv, soziale Beziehungen aufzubauen und soziale Unterstützung zu mobilisieren.
- Der Protagonist zeigt Hilfsbereitschaft und Verpflichtungsgefühl

In der Psychomotoriktherapie kennen wir eine Vielzahl von resilienzfördernden Geschichten, welche je nach Thema des Kindes ausgewählt werden können. Die Geschichte kann im Gespräch oder mittels kreativen Mitteln wie Rollenspiel, Bilder, Tagebuch, Knetfigur, Bastelarbeit oder Ritual thematisch nachbearbeitet werden.

Die Psychomotoriktherapie kann einen Beitrag dazu leisten, personale Resilienzfaktoren beim Kind zu fördern. Kinder können in der Therapie wichtige soziale Erfahrungen machen und in der Interaktion mit anderen Kindern und Materialien in selbstwirksame Handlungen treten. Wichtig ist dabei auch, das Familiensystem des Kindes zu berücksichtigen und mit diesem im ständigen Austausch und Kontakt zu sein. Dabei ist Resilienz kein statisches Konzept, sondern kann über die Lebenszeit variieren. Die Psychomotoriktherapie bietet einen emotional sicheren Rahmen für das Kind. Sie unterstützt das Kind darin, Kompetenz unter aktueller Belastung zu entwickeln. Bei der Verminderung der Risikofaktoren stösst die Psychomotoriktherapie an ihre Grenzen. Bei Drogensucht der Eltern oder chronischer Disharmonie in der Familie müssen die Eltern nach Möglichkeit an andere Stellen wie Suchtberatung, Paarberatung oder Sozialdienste verwiesen werden. Bei sehr prekären Verhältnissen für das Kind kann es sogar nötig sein, die Schulleitung einzuschalten, um Kinderschutzmassnahmen einzuleiten.

Sandra Nyffenegger, Psychomotoriktherapeutin EDK