

Sophie Reppenhorst, Caterina Schäfer

## Bewegte Familienzeit

### Das Praxis- und Forschungsprojekt „Bewegung im Fluss“ zur präventiven Förderung von Familien

*Im folgenden Beitrag wird das Praxis- und Forschungsprojekt „Bewegung im Fluss“ beschrieben. In dem dreijährigen Projekt (2009–2012) werden Familien mit Kindern im Alter von 3–6 Jahren über das Medium Bewegung gefördert. Ziel ist es, die Interaktions- und Lebensqualität von Familien zu untersuchen. Mithilfe der Forschungsergebnisse soll ein präventives Förderkonzept für Familien erprobt werden. Dieser neue Ansatz einer familienorientierten Bewegungsförderung und das Forschungsdesign der Kontrollgruppenstudie werden vorgestellt. Im Mittelpunkt stehen die Konzeptidee und die Erfahrungen mit der praktischen Umsetzung. Die abschließende Konzeptidee „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“ ist für Familien in besonderen Lebenslagen weiterentwickelt worden.*

#### Familie in Bewegung – was ist neu?

Die Idee, alle Mitglieder einer Familie gemeinsam im Psychomotorikraum zu fördern ist nicht neu. Seit Mitte der 1990er Jahren entwickeln sich in Deutschland familien-psychomotorische Therapieansätze. Hier sind die ‚familien-einbindende psychomotorische Kommunikationsförderung‘ (Olbrich 1995), die ‚familienorientiert-systemische Psychomotorik‘ (Siebenkotten 1998), sowie die ‚Psychomotorische Familientherapie‘ (Hammer/Paulus 2002) als einige der ersten entwickelten Verbindungen zu nennen (Licher-Rüschen 2002; Langer-Bär 2006). Als Weiterentwicklung dieser vorhandenen Ansätze begreifen Richter und Heitkötter die „psychomotorische Familienberatung“ (Richter 2004, Richter/Heitkötter 2006a/b). In allen Konzepten werden die Ansätze der Psychomotorik um den Gedanken erweitert, dass die Lebenswelt des Kindes (sein Familiensystem) mit in den Förderprozess einbezogen werden soll, um das Verhalten des Kindes als Inexpatienten verstehen zu können. Diese Veränderung bestätigt auch die Erkenntnis, dass eine psychomotorische Förderung erfolgreicher ist, „wenn sie direkt im familiären Kontakt, gleichsam durch die Familie stattfindet, als wenn sie auf ein punktuell funktion-

tionstraining am Kind beschränkt bleibt“ (Heißenberg 2005, 45).

Mit dem Forschungsprojekt „Bewegung im Fluss“ wird ein neuer Ansatz in der Arbeit mit Familien entwickelt, erprobt und evaluiert. Neu ist, dass die Familie und gemeinsame Erlebnisse im Vordergrund stehen und nicht die Bearbeitung von Problemen und Konflikten. An diesem präventiven Angebot können alle an Bewegung interessierten Familien teilnehmen, ohne eine spezielle Auffälligkeit vorweisen zu müssen. Der inklusive Gedanke bildet die Grundlage: alle Familienmitglieder sind so willkommen wie sie sind. Damit stellt sich dieses Vorhaben – genau wie die genannten Ansätze – dem Wandlungsprozess (u. a. Mehrfachbelastungen von Familien, Gesundheitsförderung und Prävention anstatt Therapie) unserer Zeit.

#### Ziele von „Bewegung im Fluss“

Nahziel des Projektes ist es, die Familien über Bewegung zu begleiten und zu stärken und somit Formen positiver Interaktion zu initiieren. Dabei stehen gemeinsame, erlebnisorientierte Aktionen und weniger Konfliktgespräche im Vordergrund. Die Familienmitglieder erleben sich gemeinsam über

das Medium Bewegung und entwickeln ein Bewusstsein über die eigenen Stärken und die der andern. Ein Leistungsbezug findet wenig Beachtung, denn durch ein erweitertes Verständnis über sich selbst und die eigenen Eltern/Kinder soll der Familienzusammenhalt und somit langfristig die Lebensqualität gestärkt werden. Ziel des Projektes ist es ferner, ein Familienprogramm praktisch zu erproben, wissenschaftlich zu erheben und zu veröffentlichen, das auch von anderen Einrichtungen wie z. B. Bewegungskindergärten und Familienzentren genutzt werden kann. Pädagogische und therapeutische MitarbeiterInnen können an einer gezielten Fortbildung dazu teilnehmen.



**Sophie Reppenhorst**  
BA Rehabilitationspädagogin,  
Mitarbeiterin im St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum Dortmund, Zusatzqualifikation Psychomotorik, Kursleiterin Babymassage, seit 2010 Weiterbildung zur Systemischen Bewegungstherapeutin.

*Anschrift der Verfasserin:*  
St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum  
Psychomotorisches Förderzentrum  
FluVium  
Oesterholzstraße 85–91  
44145 Dortmund  
E-Mail: [sophie.reppenhorst@vincenz-jugendhilfe.de](mailto:sophie.reppenhorst@vincenz-jugendhilfe.de)

### Heterogenität der Zielgruppe

Zur Teilnahme sind Familien mit Kindern im Alter von 0–3 Jahren, 3–6 Jahren und 7–12 Jahren eingeladen. Die Gruppen der Familien mit 3- bis 6-jährigen Kindern werden empirisch begleitet (insgesamt 42 Eltern-Kind-Dyaden). Sie zeichnen sich durch Vielfältigkeit aus: Interessierte Familien aus Dortmund und Umgebung ohne Hilfebedarf nehmen ebenso daran teil wie die Familien, die pädagogisch-therapeutisch durch das St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum begleitet werden. Diese Heterogenität der Teilnehmer soll als Bereicherung und weniger als Hindernis in diesem Konzept gesehen werden. In dem Projektzeitraum können ca. 220 Personen an den Angeboten teilnehmen.

### Der präventive Ansatz in der familienorientierten Bewegungsförderung

Durch die Förderung nach präventiven Gesichtspunkten wird anders als in therapeutischen Settings die Zielgruppe



### Caterina Schäfer

Diplom Rehabilitationspädagogin, Wissenschaftliche Mitarbeiterin im St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum Dortmund, Promotion zum Themenbereich „Familie und Bewegung“ an der Technischen Universität Dortmund, Zusatzqualifikation Psychomotorik, Lehrbeauftragte Katholische Hochschule Münster.

### Anschrift der Verfasserin:

St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum  
Psychomotorisches Förderzentrum  
FluVium  
Oesterholzstraße 85–91  
44145 Dortmund  
E-Mail: caterina.schaefer@  
tu-dortmund.de



△ Bild 1

größer gefasst; jede Familie die Interesse hat, darf teilnehmen, egal ob mit oder ohne Kind, mit z. B. Verhaltensproblemen, Behinderungen. Zudem werden 3–4 Familien zusammen in einer Gruppe gefördert. Durch den präventiv-pädagogischen Ansatz wird auf eine, für die Kinder oft überfordernde, gesprächsorientierte Phase verzichtet. Es findet keine Auftragsklärung, Beratung oder Problemfokussierung mit den Familien statt. Nicht ein problematisches Verhalten, sondern die gemeinsame Freude und die gemeinsame Zeit in Bewegung stehen im Vordergrund. Da die Familien in einem präventiven Angebot nicht mit einem spezifischen Problem bzw. Auftrag einen Therapeuten aufsuchen, setzten wir in den Förderstunden an den Wünschen und Bedürfnissen der einzelnen Familien-

mitglieder bzw. der Familien an. Die formulierten Zielvorstellungen finden in einer annehmenden und möglichst wertungsfreien Haltung gegenüber den Teilnehmenden ihre Umsetzung. Der Präventionsgedanke steht im Vordergrund und ersetzt hier eine spezielle Förderzielplanung mit einer zielorientierten Intervention. Jeder ist willkommen, genau so wie er/sie ist.

### Bewegung und Persönlichkeitsentwicklung

Bewegung ist nicht nur das Medium der psychomotorischen Förderung, sondern auch das Medium grundlegender Interaktionsprozesse, über das die Familien im Projekt in (Körper-)Kontakt kommen. „Bewegung [spielt] für die Entwicklung und Erhaltung von Wahr-



△ Bild 2

nehmung, Identität, von Kommunikations- und Handlungsfähigkeit eine zentrale Rolle“ (Walthes 1991, 36). Im Forschungsprojekt „Bewegung im Fluss“ wird diese Bedeutung anerkannt: Bewegung steht nicht nur als motorische Entwicklung neben der kognitiven, der emotionalen und der sozialen Entwicklung. Bewegung bleibt auch nach den frühkindlichen Entwicklungsprozessen grundlegend für die Persönlichkeitsentwicklung (vgl. ebd. 1991, 36). Diese Sichtweise verdeutlicht, dass gleichwohl Kinder als auch Erwachsene mit einem bewegungsorientierten Ansatz erreicht und in ihrer Persönlichkeit gefördert werden können. Dieser Punkt soll unsere Sichtweise auf Bewegung deutlich machen, kann aufgrund seiner Komplexität hier nur kurz erläutert werden.

#### Unterstützende Sichtweisen der Systemischen Beratung und Therapie

Das Projektkonzept „Bewegung im Fluss“ bezieht ebenso wie die bereits genannten Konzepte der „Familienpsychomotorik“ systemische Sichtweisen und Haltungen in die Arbeitsgrundlage mit ein:

- Die Eltern und Kinder nehmen gemeinsam an einer gezielten Bewegungsförderung nach dem Konzept der Psychomotorik teil, so dass der Lebensweltbezug (Kontext Familie) in der Förderung Beachtung findet.
- Alles was ein Mensch tut, ist aus seiner Sicht sinnvolles Handeln. Der Mensch sucht sich bzw. nutzt

die Handlungsmöglichkeiten, die für ihn Sinn machen (vgl. v. Schlippe/Schweitzer 2007, 72). Diese Sichtweise nimmt Eltern oft den Druck und die Angst, dass ihr Kind bspw. absichtsvoll „böse“ handelt. Hier kann also überlegt werden, wie der Handlungsspielraum durch Perspektivwechsel erweitert werden kann.

- Die Familie und die zu ihr gehörenden Personen werden als autopoietisches (griech. auto = selbst/poiesis = machen) System betrachtet, das in ihren „psychischen, kognitiven, emotionalen, physiologischen Strukturen und Prozessen [als] von außen nicht steuerbar“ (Klaes 2005, 27) angesehen wird. Aus diesem Grund wird nicht versucht, von außen durch Interventionen auf die Familie einzuwirken: In der psychomotorischen Förderung können wir den Teilnehmern nur einen vielfältigen Möglichkeits-spielraum eröffnen, in dem sie ihre Verhaltens- und Handlungsmöglichkeiten erweitern und erproben können (vgl. v. Schlippe/Schweitzer 2007, 56). Das heißt, wir versuchen einen Kontext zu schaffen, in dem die Wahrscheinlichkeit steigt, dass familiäre Interaktionen konstruktiv aneinander anschließen (vgl. v. Schlippe/Schweitzer 2007, 37).
- Der ressourcen- und lösungsorientierte Ansatz kann hier konstruktive Impulse für eine Erweiterung des Handlungsspielraums schaffen. So wurde im Lösen einer Bewegungsaufgabe von einem Vater mit seinem Sohn beobachtet, dass der Vater durch seine „witzigen Sprüche“ dem Sohn den Erfolgsdruck nehmen konnte. Hier kann versucht werden, die Strategie des Vaters im Umgang mit seinem Sohn auf andere Alltagsbereiche zu übertragen.
- Die Kategorien richtig und falsch, besser und schlechter rücken in den Hintergrund. Jede Familie darf ihre Lösung bspw. zum Bauen und Besteigen eines hohen Turms finden.

## Praxiskonzept „Bewegung im Fluss“

Die Familien treffen sich in Kleingruppen (max. 12 Personen) zu wöchentlich stattfindenden, 60 minütigen Bewegungsstunden. In einem Zeitraum von 6 Monaten finden insgesamt 20 Familienstunden statt, die thematisch in drei Modulen/Themen aufgebaut sind. Zwei Psychomotorikerinnen begleiten die Gruppen.

### Thema 1: Bewegungsfreude entwickeln

In den ersten 5 Bewegungsstunden werden von den Psychomotorikerinnen Bewegungsanlässe für die Familien initiiert, in denen die Anbahnung der Ich-Kompetenz im Vordergrund steht. Wie kann ich mich bewegen? Was kann ich alles schon oder auch nicht mehr? Verschiedene Laufspiele zum Aufwärmen, Suchspiele zur Raumerkundung und zum Erleben des Körperschemas bieten dazu Möglichkeiten.

### Thema 2: Kommunikation/Interaktion

In den folgenden 7 Einheiten kommen sich die Teilnehmer etwas näher. So haben sie z. B. die Aufgabe, mit Wäscheklammern gemeinsam ein Fabeltier zu bauen, sich dafür einen Namen auszudenken und das Tier mit seinen besonderen Eigenschaften den anderen Familien vorzustellen. Hier werden sie ein Team, interagieren miteinander. Neben der Kommunikation wird zusätzlich die Materialkompetenz der Teilnehmer erweitert, die Kreativität und Phantasie geweckt und Berührungssängste abgebaut. Der Einsatz von Alltagsmaterialien ermöglicht es den Familien einfache Spiele und auch Rituale, die sie im Laufe des Projektes kennengelernt haben, in ihren Familienalltag zu übernehmen.

### Thema 3: Vertrauen aufbauen und stabilisieren

In den letzten 8 Familienstunden erleben sich die Familien im direkten Körper-

kontakt, etwa bei Inhalten zum Rangeln und Raufen wie die „Mausefalle“, in der ein Partner als Maus versucht den Fängen des anderen (der Katze) zu entkommen. Es werden demnach vorrangig Spiele und Aufgaben zum Thema Sozialkompetenz angeboten.

Die Bewegungsstunden haben einen ritualisierten Ablauf. Halbstrukturiert sind diese in vier Phasen aufgebaut:

- Begrüßung: kurze Erzählrunde und Aufwärmenspiel, ca. 10 Minuten.
- Gruppenzeit: Bewegungsspiel und Teamspiel, ca. 20 Minuten.
- Forscherzeit: freie Exploration, ca. 15 Minuten.
- Abschluss: Entspannung und Erzählrunde mit Wunschlichtern, ca. 15 Minuten.

Die Einhaltung der Rituale vor allem zu Anfang und Ende einer jeden Stunde ist besonders wichtig, um den Familien klare und vorhersehbare Strukturen und damit Halt zu geben.



△ Bild 3: Die eigene Bewegungsfreude und das Selbsterleben bei Eltern und Kindern sollen entdeckt und entwickelt werden



△ Bild 4: Alltagsmaterialien wie Zeitung, Wäscheklammern, Bierdeckel und Röhren werden verbindendes Glied zwischen den Familienmitgliedern



△ Bild 5: Das Gefühl von der eigenen Familie getragen zu werden erleben die Teilnehmer z. B. beim „Pendel“

### Wissenschaftliche Studie

Wissenschaftliche Erhebungen über die Wirksamkeit von Psychomotorik sind wenig vertreten (Eggert 2008, vgl. auch Menke 2009). Diese Untersuchung soll das Feld der Bewegungsförderung für und mit Familien beleuchten. Die Notwendigkeit einer Effektivitätsüberprüfung eines solchen Programms sehen wir darin, dass bei einer signifikanten Verbesserung der o. g. Bereiche möglichst vielen Kindern, Geschwistern und Eltern ein solches Angebot zugänglich gemacht werden sollte: einerseits durch eine Absicherung der Finanzierung durch z. B. das Jugend-/Sozialamt, Vereine oder Krankenkassen im Rahmen der Präventionsverordnung und andererseits mit der Durchführung auch an anderen Orten und für spezifische Gruppen.

Lengning (2008, S. 82) empfiehlt in diesem Zusammenhang: „Die Evaluation von Präventionsprogrammen nach wissenschaftlichen Standards ist von großer Bedeutung, da es in erster Linie aus ethischen Gründen nicht vertretbar ist, dass Kinder bzw. ihre Eltern an ineffektiven Programmen teilnehmen, da ihnen eine alterstypische Entwick-

lung ermöglicht werden bzw. eine Prävention von Misshandlungen etc. gesichert sein sollte.“ Die dreijährige Kontrollgruppenstudie „Empirische Studie zur Entwicklung von Interaktions- und Lebensqualität von Familien in besonderen Lebenslagen“ evaluiert die Praxisphase. Sie ist in drei Phasen unterteilt: Vorbereitungsphase (6 Monate), Erhebungsphase (18 Monate) und Auswertungsphase (12 Monate).

Die Stichprobe setzt sich aus Eltern-Kind-Dyaden der Interventionsgruppe mit n = 42 und Dyaden der Kontrollgruppe mit n = 42 zusammen. Die Dyaden nehmen an einer Förderdiagnostik zu drei Zeitpunkten (T1, T2 und T3) teil. Während die Interventionsgruppe zwischen T1 und T2 an 20 Bewegungseinheiten teilnimmt, erhält die Kontrollgruppe keine familienorientierte Bewegungsförderung.



△ Grafik 1: Forschungsdesign „Empirische Studie zur Entwicklung von Interaktions- und Lebensqualität von Familien in besonderen Lebenslagen“

Sieben Tageseinrichtungen für Kinder und Familienzentren aus Dortmund und Umgebung stellen ihre Räumlichkeiten zur Verfügung, um mit interessierten Familien in der Einrichtung die Kontrollgruppe förderdiagnostisch erheben zu können. Viele Familien, die an der Interventionsgruppe vor Ort teilnehmen, erfuhren über ihre Kindertageseinrichtung von dem Projekt für Familien im FluVium.

Folgende zentrale Hypothesen werden untersucht:

- Zusammenhang zwischen Interaktionsfähigkeit und familienorientierter Bewegungsförderung.

- Zusammenhang zwischen Vertrauensbasis Eltern-Kind und Familienorientierter Bewegungsförderung.
  - Zusammenhang zwischen Lebensqualität und Familienorientierter Bewegungsförderung.
  - Zusammenhang zwischen dem Familiengefüge und Familienorientierter Bewegungsförderung.
- Wessen Aufgabe ist es, die Lebensqualität von Familien zu stärken? Sind die Familien gesund, die eine erhöhte Lebensqualität aufzeigen? Kann es sinnvoll sein, ein solches Familienangebot in die Leistungen des Kinder- und Jugendhilfegesetzes oder in eines der

präventiven Bonus-Systeme gesetzlicher Krankenkassen aufzunehmen? All diese weiteren Fragen gilt es ebenfalls bei der Analyse der erhobenen Daten zu beantworten.

Die vier zentralen Hypothesen werden mithilfe einer multimodalen Diagnostik-Batterie überprüft: zwei Bewegungsaufgaben zu den Themen Kooperation und Vertrauen (Auswertung per Videoanalyse), ein Familiensystemtest (FAST, Gehring 1998) und vier Fragebögen zu den Themen Lebenszufriedenheit (FLZ, Fahrenberg et al., 2000) und persönlichen Angaben der Eltern, sowie Temperament und Lebensqualität des Kindes (KINDL, Ravens-Sieberer/Bullinger 2000; JTCl, Goth/Schmeck 2009). Die Familien werden zu drei Diagnostikterminen eingeladen, die je ca. 90 Minuten umfassen.

Wissenschaftlich begleiten das Projekt Prof. Dr. Gerd Hölter sowie Prof. Dr. Anke Lengning, Fakultät Rehabilitationswissenschaften der Technischen Universität Dortmund. Die Aktion Mensch fördert das Vorhaben finanziell. Die Ergebnisse der Studie werden bis Mai 2012 ausgewertet und anschließend veröffentlicht.

### Praxiserfahrungen

Bis zum Ende der Erhebungsphase nahmen über 340 Personen an den Angeboten des Projektes teil – das Interesse und der Zulauf sind groß, die Rückmeldungen der Teilnehmer positiv. Viele der Familien wollen auch nach Ende der Interventionseinheiten weiterhin zu den Familienstunden kommen. Auch die Fachleute aus den Tageseinrichtungen für Kinder und andere angrenzende Hilfesysteme wie Familienberatungsstellen befürworten die Inhalte des Projektes.

Besonders in den Abschlussrunden ist deutlich geworden, dass die Forscherzeit eine wichtige Ergänzung zu den gemeinsamen Bewegungsspielen war. In der Familienzeit ging es darum, gemeinsam ins Spiel zu kommen, hierfür waren Absprachen und Kompromisse notwendig. Gemeinsam sollte ein Weg gefunden werden, der alle Familienmitglieder berücksichtigt. In der Forscherzeit hatten sie Raum für sich selbst und die individuellen Bedürfnisse. Die Anregungen in der gemeinsamen Zeit konnte jeder



△ Bild 6



△ Bild 7

Teilnehmer in der Forscherzeit aufgreifen, weiterentwickeln oder sich den eigenen Vorlieben widmen.

### *Begegnungen in Bewegung*

Besonders gute Erfahrungen haben wir mit spielerischen Elementen des Ringen und Raufens innerhalb der Förderphase gemacht. Es hat sich als bedeutsame Möglichkeit zur körpernahen Begegnung und Auseinandersetzung erwiesen. In Partnerübungen versuchen sich die Geschwister und Eltern in einem Spiel aus dem Gleichgewicht zu bringen. Hand an Hand stellen sie sich auf und versuchen den Partner durch Drücken und Nachgeben aus dem festen Stand zu bringen. Schon bei Spielen mit wenig Körperkontakt müssen die Partner aufeinander achten, hier zählt nicht nur der Krafteinsatz sondern auch Reaktions- und Aktions-schnelligkeit, wie ist es den Partner zu überraschen, bzw. sich von seinen Händen führen zu lassen und nicht nur mit Kraft dagegen zu halten? Spielerisch kommen hier die Partner in einen positiven (Körper-)Kontakt und lernen ihr Gegenüber zu achten, einzuschätzen und somit die Reaktionen des Partners

zu antizipieren. In weiteren Schritten, z. B. seinen liegenden Partner zu umlaufen oder sich als „Frikadelle“ zwischen zwei „Weichbodenbrötchen“ zu legen, werden die eigenen Grenzen kennengelernt und abgesteckt. Hier hat sich die Lust am spielerischen Kräftemessen bei den Teilnehmern gezeigt.

### *Ur-Bedürfnis nach Nähe*

In dieser Phase des Ringen und Raufens sowie bei allen Spielen zum Körperkontakt wird dem natürlichen Ur-Bedürfnis nach Nähe, Berührung, Halten, Gehalten und Getragen-Werden Raum gegeben (vgl. Beudels/Anders 2008, 12), welches für die Bindungs- und Beziehungsqualität untereinander eine tragende Rolle spielt. Beim Rückenschieben oder wenn es darum geht, den Partner von der Matte zu drängen, wird unter wenigen verbindlichen Regeln gekämpft. Hier zeigt sich die Beziehung in den Gegensätzen von Macht und Ohnmacht und dem Umgang damit. „Eigentlich ist es auch gut, wenn die Mama viel stärker ist als ich, sie muss mich ja auch beschützen!“ „Papa kann mich so schnell von der Matte drücken, so stark will ich auch werden.“ Aber

auch Jan hat es geschafft, seine Mama aus dem Gleichgewicht zu bringen. „Ich hab sie überrascht, damit hat sie nicht gerechnet!“ Die Inhalte der Spiele ermöglichen es, positive zwischenmenschliche Beziehungen aufbauen und gestalten zu können. Denn der „Kern aller menschlichen Motivation ist es, zwischenmenschliche Anerkennung, Wertschätzung, Zuwendung oder Zuneigung zu finden und zu geben“ (Bauer 2006, 21). Hier stützen wir uns auf aktuelle Ergebnisse der neurobiologischen Forschung, die dem Thema Beziehungsgestaltung entsprechen, da das Thema Beziehungsgestaltung innerhalb der Psychomotorik „einen wesentlichen Wirkfaktor im Prozess der psychomotorischen Entwicklungsförderung darstellt“ (Fischer 2009, 158; vgl. auch Hölter 2002; Hölter/Flosdorf 2006).

Zu verzeichnen ist eine erhöhte Abbrecherquote (Drop Out) bei Familien mit besonders hohen Belastungen und in besonders schwierigen Lebenssituationen. Um ein nachhaltiges Angebot auch für diese Familien bieten zu können, wird im Folgenden eine Projektidee vorgestellt, die als Vorstufe vor dem Forschungsprojekt ansetzen kann.



△ Bild 8

## Familien in schwierigen Lebenssituationen

Besonders auffällig ist die hohe Drop-Out-Rate bei den jungen Familien, die bereits durch Jugendhilfedienste betreut werden. Die Eltern (vorwiegend junge Mütter) dieser Familien haben eine hohe eigene Bedürfnislage, da sie oftmals vielfältigen sozial-emotionalen Belastungen ausgesetzt sind (Schwangerschaft im Jugendalter, zerbrochene Herkunftsfamilie, Traumatisierungen/ Gewalterfahrungen u. v. m.). Die „Mehrzahl von ihnen [ist] psychologisch massiv belastet. Neben Selbstwertproblemen oder depressiver Symptomatik lassen sich bei jugendlichen Müttern auch psychiatrische Störungsbilder wie Sucht, Essstörungen oder Psychosen diagnostizieren“ (Downing/ Ziegenhain 2001, 271).

### Misstrauen gegenüber Hilfesystemen

Hinzu kommt das ausgeprägte Misstrauen der jungen Frauen gegenüber professionellen Hilfsangeboten, welches die kontinuierliche und erfolgreiche Teilnahme an Angeboten der frühen

Hilfen erschwert. Oftmals sind sie nicht freiwillig in den Jugendhilfemaßnahmen, haben jedoch zu wenig soziale und emotionale Unterstützung, um ein eigenverantwortliches Leben mit ihrem Kind führen zu können. „Die Beziehung mit dem Vater ihres Kindes ist gewöhnlich lose oder kurzlebig“ (Downing/ Ziegenhain 2001, 271). Auch die Beziehung zu den eigenen Eltern, geprägt durch Vernachlässigungs- und Misshandlungserfahrungen im Zusammenhang mit Alkoholmissbrauch ist nicht selten (vgl. ebd. 271 f.). Durch diese negativen Beziehungserfahrungen zusammen mit dem entwicklungs-typischen Bestreben der jungen Frauen nach Autonomie und Abgrenzung von den Eltern und Autoritäten erklären sich die Abneigung und das Misstrauen gegenüber professioneller Hilfe (vgl. Downing/Ziegenhain 2001, 271 f.). Jedoch hat die junge Frau trotz dieser schwierigen Lage ihr Kind bekommen und es weder abgetrieben noch zur Adoption freigegeben. Die Auswirkungen ihrer Entscheidungen können die jungen Mütter oftmals nur begrenzt absehen. „Sie erleben aber infolge dieser Entscheidung möglicherweise zum

ersten Mal, dass sie eine ‚Aufgabe‘ abschließen und erfolgreich bewältigen, nämlich die der Schwangerschaft und Geburt“ (ebd. 272). Auf Grund dieser Lebensbiografie zeigen die Mütter weniger feinfühliges Verhalten, dadurch wird ihnen oftmals der Zugang zu den Bedürfnissen ihres Kindes erschwert.

### Anforderungen der Mutterschaft

Auch viele weitere Angebote der frühen Hilfen (Beratungsangebote, Mutter-Kind-Bewegungsförderung) zeigen eine hohe Drop-Out-Rate von jungen Müttern in schwierigen Lebenslagen (vgl. Lindner 2004, 141). In diesen Angeboten liegt der Fokus auf der Familie als ganzheitliches System bzw. in der Frühförderung oftmals auf dem Kind. Die einzelnen Lebensthemen der jugendlichen Mütter finden wenig Beachtung (unbewältigte persönliche Entwicklungsaufgaben, komplexe familiäre Problemlagen, ungeklärte Lebensthemen u. a.). Die Anforderungen der Mutterschaft wirken überfordernd auf die jungen Frauen. Anstatt einer Familienförderung (Vergleich mit anderen Familien, regelmäßige Termine,



Einlassen auf die Spielebene des Kindes u. a.) bedürfen sie einer intensiveren Begleitung mit dem Schwerpunkt der Auseinandersetzung mit sich und ihren Emotionen. Genau dort setzt das aus diesen Erfahrungen neu entwickelte Konzept „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“ (BEBKi) an. Grafik 3 (s. S. 11) verdeutlicht das beschriebene Problem. Das Kind, wie auch das Forschungsprojekt, fallen noch nicht in den Blickwinkel der Mutter. An diesem Punkt soll ein Zwischenschritt mit dem Praxisprojekt „BEBKi“ greifen. Es richtet sich in Ergänzung zu „Bewegung im Fluss“ an diese schwer zu erreichenden Mütter. In der entwicklungspsychologischen Forschung gelten Übergangsphasen, wie z. B. eine Geburt, als Zeichen prinzipieller Offenheit für Veränderungen (vgl. Downing/Ziegenhain 2001, 272). „Innerhalb dieses Zeitfensters bietet sich eine erfolgversprechende Chance, eine Beratung oder Therapie zu beginnen“ (ebd.).

**Ziele von**

„Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“ „BEBKi“ hat sich zum Ziel gesetzt, gerade diese Eltern von Anfang an zu stärken und zu begleiten, da die Ausgangsbedingungen umso besser sind, je früher die Förderung begonnen wird. Das Konzept setzt dann an der Förderung des feinfühliges Verhaltens der Mutter und der daraus resultierenden Bindung zwischen Mutter und Kind an, da sich die Bindung bereits in der frühen Kindheit entwickelt und eine



△ Bild 9

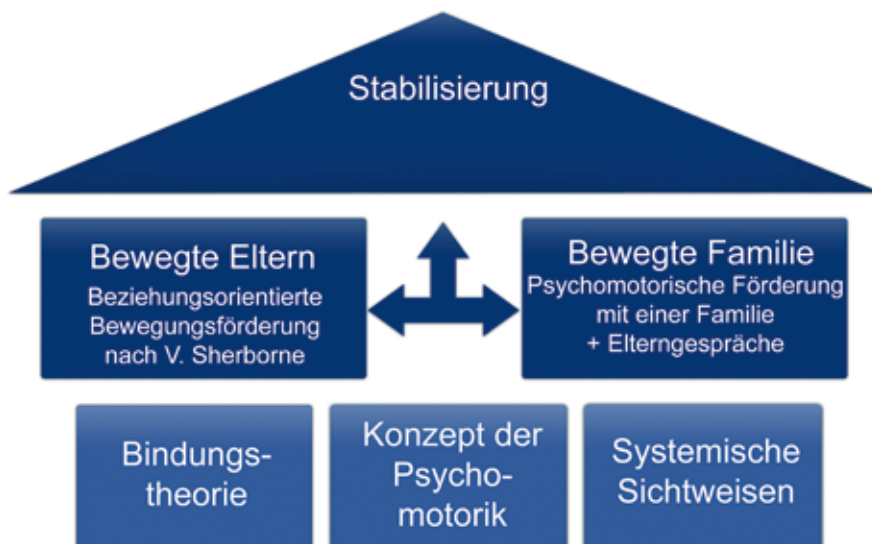
sichere Bindung zwischen Mutter und Kind wichtig für eine positive Persönlichkeitsentwicklung ist. Mütter mit einem unsicheren Bindungsverhalten geben dieses oft unbewusst an ihre Kinder weiter. Kann die Mutter feinfühliges Verhalten entwickeln und lernen, die Signale ihres Kindes wahrzunehmen und angemessen und prompt auf sie reagieren, ist die Grundlage für eine sichere Bindung des Kindes zu seiner Mutter geschaffen. Dadurch kann bestenfalls der Generationenkreislauf der unsicheren Bindungsübertragung auf das Kind unterbrochen werden (vgl. Suess et al. 2001, 19).

**Konzeptidee**

„Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“

Das Konzept „BEBKi“ geht davon aus, dass nur durch eigenes Spüren und Erfahren positiver (Beziehungs-) Erfahrungen die Mütter bzw. die Eltern diese auch an ihre Kinder weitergeben können. Werden die Eltern körperlich und emotional bewegt, führt dies im besten Fall zu bewegten Kindern. Dieser Ansatzpunkt der Selbsterfahrung ist auf die Prinzipien der Psychomotorik zurückzuführen. Es soll auf den Aspekt der Bindungsförderung zwischen Mutter und Kind hingedeutet werden, der besagt, dass es unmöglich ist, etwas in seinem Kind wahrzunehmen bzw. seinem Kind etwas zu ‚geben‘, was die Mutter selbst nicht erfahren hat (vgl. Bowlby 2008, 108).

Das Konzept basiert auf drei Theoriesäulen: der Bindungstheorie, dem Konzept der Psychomotorik und den Systemischen Sichtweisen. Dieses Konzept nutzt das Medium und die Prinzipien der Psychomotorik und die Sichtweisen auf die Klientengruppe sowie auf die Rolle des Therapeuten der Systemischen Familientherapie, um das Ziel zu erreichen, die Bindung zwischen Mutter und Kind zu fördern. Auf den Theoriesäulen bauen die nebeneinander stehenden praxisorientierten Bausteine Eins ‚Bewegte Eltern‘ und Zwei ‚Bewegte Familie‘ auf. Den Abschluss des Projektes bildet die Phase der ‚Stabilisierung‘.



△ Grafik 2: Aufbau des Konzeptes „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“



△ Bild 10

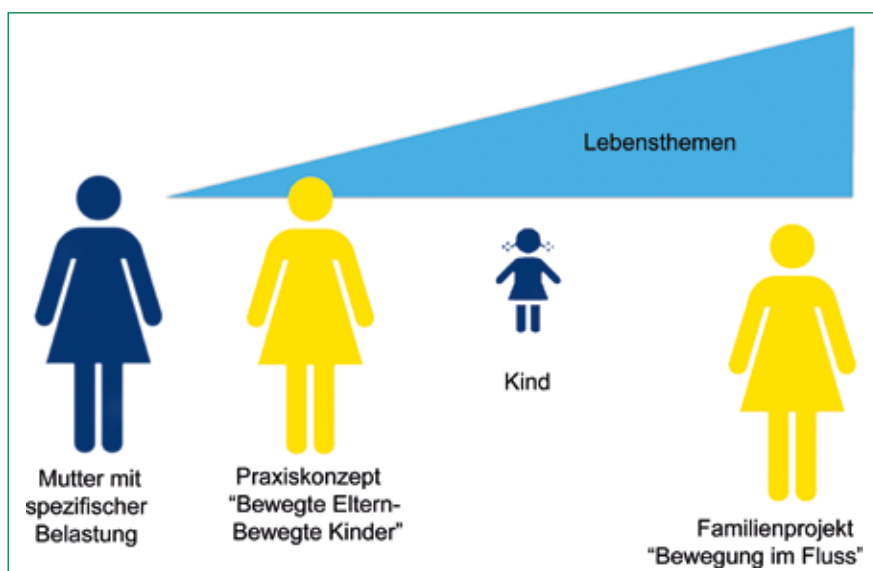
### Baustein 1 – Bewegte Eltern

Zu Beginn kommen die jungen Eltern ohne ihre Kinder zu einer psychomotorischen Gruppenförderung. Besonders die Mütter haben durch ihre vielfältigen Belastungen oft keine gute Beziehung zu ihrem eigenen Körper aufbauen können, dadurch entwickeln sie häufig auch Schwierigkeiten in der Beziehungsaufnahme zur Umwelt und zu anderen Menschen. In dieser Praxisphase geht es

vorrangig darum, jeder Frau qualitative Zeit für sich und ihre individuellen Bedürfnisse zu geben. Das Muttersein rückt in den Hintergrund.

In konkreter Arbeit auf der Körper- und Bewegungsebene können die jungen Mütter wieder Freude an Bewegung und ihrem Körper gewinnen und so ihre Scham- und Minderwertigkeitsgefühle abbauen. In Bewegungssituationen können sie lernen, achtsam mit sich

und ihren Gefühlen umzugehen. Durch Selbsterfahrungen und deren Reflexion wird ihr Körper- und Selbstwertgefühl gestärkt. Ein Schwerpunkt liegt auf der Verbesserung der Fähigkeit, Beziehungen aufbauen und gestalten zu können. Besonders wichtig in dieser Phase ist eine empathische, wertschätzende Zusammenarbeit der Therapeutinnen mit den Eltern, um eine Beziehungsbasis für die noch folgende Zusammenarbeit zu schaffen: Die vorrangig auf sich selbst gerichtete Aufmerksamkeit der jungen Mütter/Eltern wird von der Therapeutin wertgeschätzt als für sie in dieser Situation sinnvolles und angemessenes Verhalten. Hier wird sonst als problematisch kommuniziertes Verhalten positiv konnotiert, wodurch zum einen das Problemsystem verstört werden kann, zum anderen die Grundlage gebildet wird, die Lebensenthemen lösungs- und kundenorientiert angehen zu können.



△ Grafik 3: Ausgangslage „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“

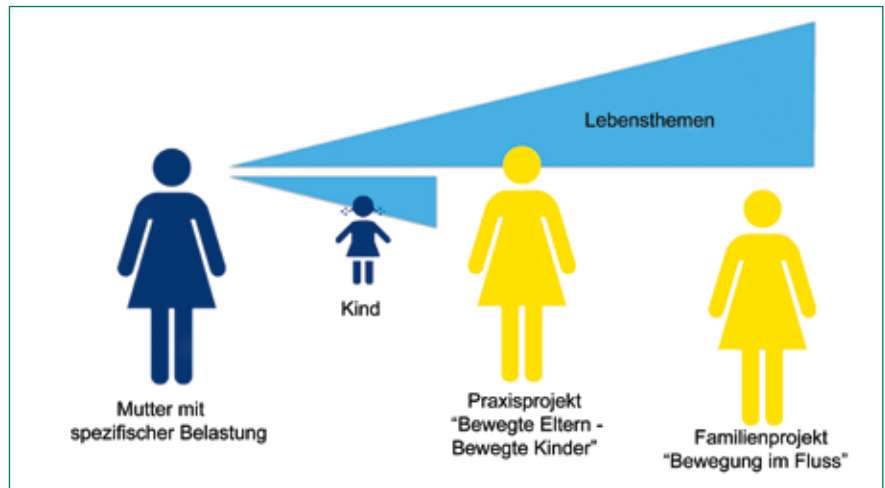
### Baustein 2 – Bewegte Familie I

Vor dem Hintergrund, dass Interaktionen im Kontext von Geborgenheit, Zuwendung und Akzeptanz die wesentlichen sozial-emotionalen Rahmenbedingungen für ganzheitliche Entwick-

lungsprozesse sind, kommen die Eltern in der zweiten Projektphase mit ihrem Kind zur individuellen Psychomotorischen Entwicklungsförderung. Ein freudvolles Erleben der gemeinsamen Bewegung und der Eltern-Kind-Beziehung wird entwickelt und gefördert, z. B. in der Anleitung der Babymassage oder beim gemeinsamen Schaukeln. Nur wenn die Eltern als Bezugsperson die Signale des Kindes wahrnehmen und angemessen reagieren, kann das Kind eine sichere Bindung entwickeln. Besteht oder entwickelt sich eine sichere Bindung zwischen Mutter und Kind, wird automatisch das für die Entwicklung des Kindes wichtige Explorationsverhalten unterstützt. Somit ist das Ziel dieser Phase vorrangig das feinfühliges Verhalten der Bindungsperson zu fördern. Zusätzlich wird der Versuch unternommen, der Mutter Hilfestellungen zu geben, um die eigenen Pläne mit den Bedürfnissen des Kindes in Einklang zu bringen. Die Bewegungsförderung wird videografiert, um die Aufzeichnungen für die Videointeraktionsanalyse nach der Marte-Meo-Methode in den Elterngesprächen zu nutzen. So kann die Therapeutin positive Interaktionen hervorheben und mit den Eltern Entwicklungsbotschaften erfassen und aufzeigen. Im Besonderen wird hier das Konzept der Feinfühligkeit verstärkt beachtet, da sich Merkmale einer feinfühliges Kommunikation gut beobachten lassen (vgl. Fütten 2008, 22).

### Baustein 2 – Bewegte Familie II

Je nach individuellem Fortschritt folgt ein größeres Setting (2–3 Familien). Durch die ritualisierte Zusammenarbeit in Bewegung und im spielerischen Miteinander mit dem Kind bleibt der Eltern-Therapeut-Kontakt aufrecht. Es finden weiterhin Elterngespräche zur Videoanalyse statt. Hinzu kommt das Ziel, dass die Mütter sich in ihrer Rolle der aktiven Vermittlerin zwischen ihrem Kind und der Umwelt ausprobieren können. „Mutter und Kind verändern ihre Struktur und ihr Können miteinander, sie lernen zusammen in Interaktion und Kommunikation. In einer zeitlich stabilen Koordinations verwandeln sie sich aneinander. Jeder ist des anderen Umwelt und ein Teil der vom anderen wahrgenommenen Handlungsbedingun-



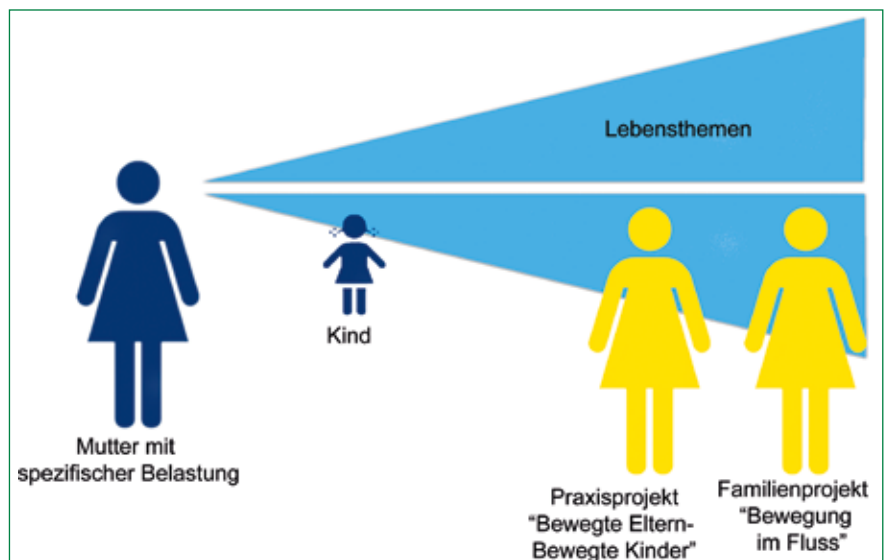
△ Grafik 4: Zwischenziel „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“  
 Hat die Mutter Zeit, ihre eigenen Lebensthemen über Bewegung zu bearbeiten und konnte sie positive und selbstwirksame Erfahrungen in der Gruppe machen, kann möglicherweise das Zwischenziel erreicht werden, dass sich das Blickfeld der Mutter erweitert.

gen, auf die hin er sein Handeln ausrichtet“ (Klaes 2005, 30).

### Baustein 3 – Stabilisierung

Das Ziel dieser Phase wird im Schaubild durch die Blickwinkelerweiterung der Mutter deutlich. Nun ist sie gestärkt für eine Förderung im Gruppensetting. Sie hat weiterhin ihre Lebensthemen im Blick, kann sich aber auf die Bedürfnisse des Kindes und auf eine Gruppenförderung einlassen. Das Kind kann auf die Verfügbarkeit der Mutter als Bindungsperson vertrauen und so auch im größeren Setting die Umwelt erkunden und explorieren. Die jungen

Frauen sind selbstbewusster in ihrer Rolle als Mutter und können sich auch dem Vergleich stellen. Sie haben nicht nur etwas über sich und ihren Körper gelernt, sondern sind auch ihren eigenen Bindungserfahrungen näher gekommen. Im Baustein „Stabilisierung“ folgt die Begleitung der Familie im Familienprojekt „Bewegung im Fluss“ in einem größeren Gruppensetting und bildet den Abschluss des Praxisprojektes. Wichtig ist außerdem, die Beziehung nach der intensiven Zusammenarbeit nicht abrupt abbrechen zu lassen. Die Therapeutin bleibt weiter Ansprechpartnerin, da sie mit im Familienprojekt arbeitet.



△ Grafik 5: Ziel „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“

## Fazit

Als Ergebnis können wir festhalten, dass das bewegungsorientierte Angebot von Familien angenommen wird. Unseren Erfahrungen nach, scheint es sinnvoll zu sein, für Familien mit besonders hohen Belastungen eine individuellere Begleitung anzubieten. Zur Durchführung eines anschließenden Projektes mit der Vorstufe „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“ ist bislang keine Finanzierung bewilligt.

Die politische Diskussion rückt den Bereich Prävention in den Fokus: Es gibt bereits viele Beratungsangebote oder Eltern-Kind-Kurse wie PEKiP und Babymassage für Kinder bis 3 Jahre. In Ergänzung dazu verstehen sich „Bewegung im Fluss“ und „Bewegte Eltern – Bewegte Kinder“ als präventives Angebot, in dem Bewegung

vorrangig als Medium zur Förderung der Interaktions- und Bindungsqualität angesehen wird.

Die Vorteile sehen wir in der Niederschwelligkeit: ein besonderer Förderbedarf ist weder Voraussetzung noch Thema in der Praxisphase, den Eltern kann damit der Druck „auf dem Prüfstand zu stehen“ genommen werden. Zum anderen dienen Präventionsangebote als „Türöffner“ für Eltern, in Krisensituationen entsprechende Hilfeangebote wahrzunehmen (vgl. Paschold/Dwertmann 2006). Bei Bedarf können die Pädagogen die Familien an weitere Einrichtungen vermitteln.

Die begleitende Kontrollgruppenstudie von „Bewegung im Fluss“ wird zeigen, ob eine solche Familienförderung in den Bereichen Interaktion und Lebensqualität bei den Teilnehmern zu Veränderungen führt. Das eigens zusammengestellt

te Familienprogramm soll als Leitfaden ausführlich beschrieben und veröffentlicht werden, so dass es auch in anderen Einrichtungen Anwendung finden kann.

### Infokasten:

Das St. Vincenz Jugendhilfe-Zentrum ist eine Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe in Dortmund. Die pädagogischen und therapeutischen Leistungen werden in unterschiedlichsten Betreuungsförmern ambulant und stationär umgesetzt. 2007 öffnete das umgebaute Schwimmbad der Einrichtung als Psychomotorisches Förderzentrum FluVium in Dortmund-Nord, einem Stadtteil mit besonderem Erneuerungsbedarf.

### Literatur

- Beudels, W./Anders, W. (2008): *Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Handbuch zum Ringen, Rangeln und Raufen in Pädagogik und Therapie*. Dortmund: modernes lernen.
- Bauer, J. (2006): *Prinzip Menschlichkeit – Warum wir von Natur aus kooperieren*. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Bowlby, J. (2008): *Bindung als sichere Basis – Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie*. München: Ernst Reinhardt.
- Downing, G./Ziegenhain, U. (2001): Besonderheiten der Beratung und Therapie bei jugendlichen Müttern und ihren Säuglingen – die Bedeutung von Bindungstheorie und videogestützter Intervention. In: G. Suess/H. Scheuerer-Englisch/W. Pfeifer (Hrsg.), *Bindungstheorie und Familiendynamik. Anwendung der Bindungstheorie in Beratung und Therapie* (S. 271–295). Gießen: Edition Psychosozial.
- Eggert, D. (2008): *Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung. Textband*. Dortmund: Borgmann.
- Fahrenberg, J./Myrtek, M./Schumacher, J./Brähler, E. (2000):

- Fragebogen zur Lebenszufriedenheit*. Göttingen: Hogrefe.
- Fischer, K. (2009): *Einführung in die Psychomotorik*. München: Reinhardt.
- Füten, C. (2008): *Familienorientierte Bewegungsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe am Beispiel des FluViums in Dortmund*. Universität Dortmund, unveröffentlichte Diplomarbeit.
- Gehring, T. (1998): *Familiensystemtest*. Göttingen: Beltz.
- Goth, K./Schmeck, K. (2009): *Junior Temperament And Charakter Inventar*. Göttingen: Hogrefe.
- Hammer, R./Paulus, F. (2002): Psychomotorische Familientherapie. *Systeme in Bewegung*. In: *Motorik*, 25, 13–19.
- Heißenberg, S. (2005): *Neue Wege der Förderung in der frühen Kindheit. Der systemische Ansatz in der Frühförderung*. Stuttgart: Ibidem.
- Hölter, G. (2002): Beziehungsgestaltung in der Psychomotorik. In: K. Mertens (Hrsg.), *Psychomotorik – Grundlagen und Wege der Förderung* (S. 77–86). Dortmund: Borgmann.
- Hölter, G./Flösdorf, P. (2006): Beziehung als dialogischer Prozess. In: K. Fischer/E. Knab/M. Behrens

- (Hrsg.), *Bewegung in Bildung und Gesundheit* (S. 148–160). Schorndorf: Hofmann.
- Klaes, R. (2005): *Systemische Bewegungstherapie – eine Arbeit in Bewegung*. Tübingen, unveröffentlichtes Skript.
- Langer-Bär, H. (2006a): „Familie in Bewegung“. Ein Projektbericht über die Verbindung der Systemischen Beratung mit Mototherapie. *Praxis der Psychomotorik*, 31 (2), 109–116.
- Lengning, A. (2008): *Abgleich der Erhebungsinstrumente der im Rahmen des Aktionsprogramms Frühe Hilfen vom BMFSFJ geförderten Modellprojekte*. Expertise im Auftrag des Deutschen Jugendinstituts München.
- Lengning, A./Zimmermann, P. (2009): *Interventions- und Präventionsmaßnahmen im Bereich Früher Hilfen: Internationaler Forschungsstand, Evaluationsstandards und Empfehlungen für die Umsetzung in Deutschland*. Expertise im Auftrag des Deutschen Jugendinstituts München.
- Licher-Rüsch, U. (2002): *Konzeption und Erprobung einer psychomotorischen Familientherapie*.

*Ein neues Setting in der systemischen Therapie von Familien mit Kindern im Alter zwischen vier und acht Jahren durch die Berücksichtigung von verbaler und nonverbaler Kommunikation in der Bewegungsförderung.* Dissertation, Universität Osnabrück [Online]. Verfügbar unter: [res-positorium.uni-osnabrueck.de/bitstream/urn:nbn.../E-Diss567\\_thesis.pdf](http://res-positorium.uni-osnabrueck.de/bitstream/urn:nbn.../E-Diss567_thesis.pdf) [24.07.2010].

Lindner, E. (2004): „Evaluation präventiver Beratungsarbeit am Beispiel des Modellprojekts ‚Aufbau von Beratungs- und Unterstützungsmaßnahmen für Familien, deren Säuglinge und Kleinkinder von Vernachlässigung, Misshandlung und Gewalt bedroht oder betroffen sind‘ des Deutschen Kinderschutzbundes, Kreisverband Schaumburg e. V. Eine empirische Analyse. Universität Paderborn. [Online]. Verfügbar unter: [http://www.soziales-fruehwarnsystem.de/literatur/eva\\_lindner\\_diss\\_ev.pdf](http://www.soziales-fruehwarnsystem.de/literatur/eva_lindner_diss_ev.pdf) [30.12.2011]

Menke, R. (2009): *Was wirkt in der Psychomotorik? Analyse von Wirkfaktoren auf der Basis von Experteneinschätzungen und einer Fragebogenerhebung.* Unveröffentlichte Diplomarbeit, Technische Universität Dortmund.

Olbrich (Hrsg.) (1995): *Psychomotorik und Familien. Psycho-*

*motorische Förderpraxis im Umfeld von Therapie und Pädagogik* (S. 15–27). Dortmund: modernes lernen.

Paschold, U./Dwertmann, M. (2006): Bestandsaufnahme und Evaluation von Angeboten im Elternbildungsbereich – Abschlussbericht. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) [Online]. Verfügbar unter: <http://www.bmfsfj.de/doku/elternbildungsbereich/html/09zusammenfassung/zusammenfassung01.html> [02.01.2012]

Ravens-Sieberer, U./Bullinger, M. (2000): *KINDL. Fragebogen zur Erfassung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen.* Berlin: Robert-Koch-Institut.

Richter, J. (2004): Psychomotorische Familienberatung, Überlegungen zu einer Eltern-, Erziehungs- und Familienberatung nach psychomotorischen Gesichtspunkten. *Praxis der Psychomotorik*, 29 (1), 24–30.

Richter, J./Heitkötter, T. (2006a): Theorie einer psychomotorischen Beratung mit der Familie, Entwicklungslinien und Perspektiven einer familienpsychomotorischen Methode. *Praxis der Psychomotorik*, 31 (1), 4–13.

Richter, J./Heitkötter, T. (2006b): Die 3 Phasen einer psychomoto-

rischen Familienberatung. *Praxis der Psychomotorik*, 31 (2), 87–97.

Schlippe von, A./Schweitzer, J. (2007): *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung* (10. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Siebenkotten, H. (1998): Psychomotorik im Spannungsfeld zwischen Kindzentriertheit, Elternarbeit und Systemtheorie. *Praxis der Psychomotorik*, 23 (4), 215–220.

Suess, G./Scheuerer-Englisch, H./Pfeifer, W. (Hrsg.) (2001): *Bindungstheorie und Familiendynamik. Anwendung der Bindungstheorie in Beratung und Therapie.* Gießen: Edition Psychosozial.

Walther, R. (1991): Bewegung als Gestaltungsprinzip. Grundzüge einer bewegungsorientierten Frühpädagogik. In: R. Trost/R. Walther (Hrsg.), *Frühe Hilfen für entwicklungsgefährdete Kinder. Wege und Möglichkeiten der Frühförderung aus interdisziplinärer Sicht* (S. 35–53). Frankfurt am Main: Campus.

#### Bildnachweis

Matthias Schäfer,  
[www.matthiasschaefer.net](http://www.matthiasschaefer.net)