

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/331702663>

Resilienzförderung in der Bewegungslandschaft – ja schon, aber wie?

Article · March 2019

CITATIONS

0

READS

25

3 authors, including:



Mone Welsche

Katholische Hochschule Freiburg

35 PUBLICATIONS 2 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Franziska Theil

Katholische Hochschule Freiburg

1 PUBLICATION 0 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



A Questionnaire Survey on Conditions and Relevance of Movement and Sport orientated Activities in Day Centre and Group Accommodation Facilities in Youth Welfare [View project](#)



Experiencing Riding Therapy - a Subjective Orientated Perspective of Children and Adolescents [View project](#)

Resilienzförderung in der Bewegungslandschaft – ja schon, aber wie?

Franziska Theil, Fritz Benning, Mone Welsche



Im Rahmen eines Lehrforschungsprojekts an der Katholischen Hochschule Freiburg wurde die Bewegungslandschaft in einem Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum in Freiburg über zwei Semester begleitet und auf resilienzförderliche Aspekte untersucht. Die sechs Resilienzfaktoren wurden anhand eines Beobachtungsbogens erfasst und anschließend qualitativ ausgewertet. Es zeigte sich, dass Resilienz in der Bewegungslandschaft gut gefördert werden kann. Dies scheint jedoch von spezifischen Einflussfaktoren abhängig zu sein.

Das Resilienzkonzept widmet sich der Frage, wie sich Menschen trotz widriger Umstände und auftretender Krisen gut entwickeln können (siehe u.a. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015; Wustmann Seiler 2012). Im Zentrum stehen präventive Angebote, die Menschen und insbesondere Kinder für persönliche Krisen und fortwährende gesellschaftliche Änderungen stärken sollen.

Ein bewegungsorientiertes Setting, wie es die Bewegungslandschaft bietet, erscheint besonders geeignet, um Kinder in ihrer Resilienz zu stärken oder zu fördern (vgl. Fischer 2011), denn Bewegung und Spiel sind grundlegende Betätigungsfelder von Kindern. Sie drücken sich in Bewegung aus und sammeln über diese selbstkonzeptrelevante Erfahrungen. Aus anthropologischer Perspektive wird der Bewegung zudem eine identitätsbildende Funktion zugesprochen (Zimmer 2014). Bewegung dient darüber hinaus als Mittel zur Entwicklung personaler und sozialer Ressourcen. Soziale Ressourcen sind nach Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2015) z. B. stabile Bezugspersonen, positive Peerkontakte oder das Vorhandensein prosozialer Rollenvorbilder. Sie unterteilen die personalen Ressourcen in kindbezogene Faktoren, z. B. positives Temperament oder intellektuelle Fähigkeiten, und die Resilienzfaktoren: Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Selbstwirksamkeit, Problemlösefähigkeit, Adap-

tive Bewältigungsstrategien und Soziale Kompetenz. Diese entstehen im Gegensatz zu den kindbezogenen Faktoren im dynamischen Prozess des Erfahrens und Erlebens der eigenen Selbstwirksamkeit und positiver Selbstwahrnehmung.

Damit resilienzförderliche Erfahrungen entstehen, müssen Umgebungs- und Anregungsbedingungen geschaffen werden, die Kindern selbsttätiges Handeln und eine aktive Auseinandersetzung mit Herausforderungen und Anforderungen ermöglichen und so zu Selbstwirksamkeitserfahrungen führen (Fischer 2011). Die Bewegungslandschaft bietet für Kinder einen besonders passenden Rahmen, um diese Prozesse anzuregen.

Im Rahmen eines Lehrforschungsprojekts¹ an der Katholischen Hochschule Freiburg wurde die Forschungsfrage ‚Welche resilienzförderlichen Aspekte finden sich in der Bewegungslandschaft und wodurch werden diese beeinflusst?‘ bearbeitet. Hierzu wurde die Bewegungslandschaft in einem Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum in Freiburg auf resilienzförderliche Situationen untersucht.

Im Folgenden wird ein Überblick zu den theoretischen Grundlagen der Resilienz und der Bewegungslandschaft gegeben, das methodische Vorgehen beschrieben und die Ergebnisse dargestellt. Abschließend werden die Einflussfaktoren aufgezeigt und didaktische Prinzipien zur resilienzförderlichen Umsetzung der Bewegungslandschaft formuliert, die Unterstützung bei der Planung und Gestaltung der Bewegungslandschaft bieten.

1. Resilienz

Unter dem Begriff *Resilienz* wird die Widerstandsfähigkeit einer Person gegenüber belastenden Situationen

¹ Teilnehmerinnen der Forschungsgruppe waren: R. Burkhalter, Ch. Gapp, Ch. Hass, M. Härtel, N. Kreutzfeldt, L. Oser, K. Rittmann, H. Sängler, F. Theil, begleitet von F. Benning und M. Welsche.

oder widrigen Lebensumständen verstanden (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015). Es geht einerseits um die „[...] psychische Widerstandsfähigkeit [...] gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“ (Wustmann Seiler 2012, S. 18) und andererseits darum, sich trotz dieser psychisch gesund zu entwickeln (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015). Dies geschieht, indem auf persönliche oder sozial vermittelte Ressourcen zurückgegriffen wird (Welter-Enderlin 2006). Resilienz ist keine angeborene Fähigkeit, sondern ein sich im Laufe des Lebens entwickelnder Vorgang (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015), der sich im Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt entwickelt (Lösel & Bender 2008). In der Resilienzforschung werden verschiedene Risikofaktoren benannt, unter welchen unterschiedliche Merkmale verstanden werden, die Gefährdungen für die gesunde Entwicklung des Kindes sein könnten, wobei nicht jeder Risikofaktor automatisch ein Entwicklungsrisiko darstellt (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015).

Neben den Risikofaktoren sind die Schutzfaktoren für die Entwicklung der Kinder von Bedeutung. Diese werden als „[...] entwicklungsfördernde, protektive oder risikomildernde Faktoren [...]“ (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015, S. 28) beschrieben, welche die positive Entwicklung fördern und unterstützen sollen und in personale Ressourcen und soziale Ressourcen eingeteilt werden.

Im Kontext des vorgestellten Projektes wurden die von Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse (2015) und Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff (2015) beschriebenen sechs Resilienzfaktoren, die sie den personalen Ressourcen zuordnen, als Ausgangspunkte zur Analyse der Bewegungslandschaft und ihrer Möglichkeiten gewählt. Auch wenn die Resilienzfaktoren im folgenden Abschnitt einzeln beschrieben werden, stehen sie in einem engen Zusammenhang und sind keinesfalls als voneinander unabhängige Bereiche zu verstehen.

1 Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung

Unter Selbstwahrnehmung wird die ganzheitliche Wahrnehmung der eigenen Person verstanden. Die Fremdwahrnehmung beschreibt die Fähigkeit, andere Personen angemessen wahrzunehmen, sich in deren Sicht- und Denkweise zu versetzen und deren Reaktionen richtig einordnen zu können. Zimmer (2014) ergänzt den Bereich der Selbstwahrnehmung durch die Wahrnehmungen des eigenen Körpers und die Erfahrungen, die ein Kind mit seinem Körper sammelt. Diese haben eine entscheidende Bedeutung für die kindliche Entwicklung.

2 Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit kann mit dem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und verfügbaren Mittel umschrieben werden. Der Mensch braucht die Grundüberzeugung der Selbstwirksamkeit, um Herausforderungen anzunehmen und Ziele erreichen zu wollen.

3 Selbststeuerung/-regulation

Wer sich selbst steuern kann, ist fähig, emotional flexibel auf unterschiedliche Belastungssituationen zu reagieren. Handlungsalternativen und Strategien können erkannt und entwickelt werden. Als wichtige Voraussetzung gelten das Wissen und die Umsetzung von Strategien zur Selbstberuhigung.

4 Soziale Kompetenz

Von Rönnau-Böse und Fröhlich-Gildhoff werden Empathiefähigkeit, Selbstbehauptung und angemessenes Konfliktlösungsverhalten unter dem Überbegriff der Sozialen Kompetenz zusammengefasst. Auch eine aktive und angemessene Kontaktaufnahme zu Anderen sowie die Kompetenz, Kommunikation aufrechtzuerhalten und auch adäquat beenden zu können, wird hier der Sozialen Kompetenz zugeordnet.

5 Problemlösefähigkeit

Die AutorInnen beziehen sich bei der Definition der Problemlösefähigkeit auf Leutner et al. (2005). Problemlösefähigkeit ist danach die Fähigkeit, komplexe Sachverhalte zu verstehen, um Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Damit diese entstehen können, muss auf vorhandenes Wissen zugegriffen werden.

6 Adaptive Bewältigungskompetenz

Belastende und herausfordernde Situationen wirken auf jeden Menschen unterschiedlich. Bei der adaptiven Bewältigungskompetenz geht es nach den AutorInnen darum, solche Situationen angemessen einschätzen, bewerten und reflektieren zu können und dabei die eigenen Fähigkeiten wirkungsvoll zu aktivieren und umzusetzen. Das aktive Zugehen auf ‚stressig‘ erlebte Situationen sowie der angemessene Einsatz von Bewältigungsstrategien ist von besonderer Bedeutung.

2. Bewegungslandschaft

Als Bewegungslandschaft werden einzelne oder zu einem Parcours verbundene Gerätearrangements bezeichnet. Diese bestehen aus einem oder mehreren Bewegungsschwerpunkten und bieten eine Vielzahl

verschiedener Bewegungs- und Spielmöglichkeiten. Häufig werden die Stationen mit fiktiven Spielen in Landschaften oder Fantasiewelten verknüpft. Durch die im Spiel entstehenden Assoziationen, z. B. einer abenteuerlichen oder gefährlichen Welt, können Kinder zu einer erlebnisreichen Auseinandersetzung mit den Gerätearrangements motiviert werden. Im Angebot der Bewegungslandschaft wird auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes und den Erwerb motorischer Fähigkeiten abgezielt. Möglichkeiten zur Handlungsplanung und Eigenaktivität, Kooperation sowie das soziale Miteinander sollen durch die Bewegungslandschaft ebenfalls gefördert werden (Kretschmer 2008).

Innerhalb der Bewegungslandschaft ist es von hoher Bedeutung, dass die Arrangements keine Bewegungen oder Übungen vorschreiben, sondern lediglich anbieten. Die Arrangements dienen als stumme Aufforderung zum Bewegen, um die Selbsttätigkeit sowie die Selbstständigkeit der Kinder zu unterstützen und zu fördern (Kretschmer 2000). So sollen die Kinder selbstbestimmt ihren Bedürfnissen nachkommen können, eigenständige Spiel- und Bewegungsbereiche sowie Spielpartner auswählen und über den Verlauf, die Dauer und die Ziele selbst entscheiden. Durch die freie Gestaltung ist es auch für Kinder mit Beeinträchtigungen möglich, am Spiel in der Bewegungslandschaft teilzunehmen und sich und ihre individuellen Fähigkeiten einzubringen (Oest 2014).

Kretschmer (1999) gibt konkrete Hinweise, wie die Bewegungslandschaft von der pädagogischen Fachkraft begleitet werden soll und unterscheidet drei Handlungen, mittels welcher die zugeordneten Ziele erreicht werden sollen:

1 Handlungen des Bereitstellens

Hierunter wird das Anbieten und die Zusammenstellung des Gerätearrangements verstanden.

2 Handlungen des Unterstützens

Die pädagogische Fachkraft unterstützt die Kinder sowohl auf sozialer, psychischer und physischer Ebene. Sie assistiert dem Kind bei der Bewältigung der Herausforderung und vermittelt Sicherheit, indem sie z. B. daneben steht, ermutigt oder Hilfestellung gibt. Dabei ist es wichtig zu beachten, dass Eingriffe oder konkrete Unterstützung nur dann erfolgen sollten, wenn dadurch das Erleben des Kindes verstärkt wird. Des Weiteren kann es notwendig sein, dass die pädagogische Fachkraft Anregungen für neue Lösungsmöglichkeiten gibt. Dies wird dann erforderlich, wenn die bereitgestellten Arrangements keine Herausforderung mehr bieten.

3 Handlungen des Bewertens

Diese setzen sich aus Beobachtungen zusammen und sind notwendig, um eine Vernetzung zwischen der Gestaltung der Landschaft (Handlungen des Bereitstellens) und der tatsächlichen Begleitung (Handlungen des Unterstützens) zu gewährleisten.

3. Projekt „Resilienzförderung in der Bewegungslandschaft“

Das Projekt fand über zwei Semester statt. Dabei wurde die Bewegungslandschaft über fünf Monate begleitet und mittels qualitativer Beobachtung Daten zum Auftreten der Resilienzfaktoren gesammelt. Es wurde ein Beobachtungsbogen entwickelt, mit welchem

- a) Situationen, in welchen die Resilienzfaktoren deutlich wurden (Selbst-/Fremdwahrnehmung, Selbstwirksamkeit, Selbststeuerung, Soziale Kompetenz, Problemlösefähigkeit/adaptive Bewältigungskompetenz²), und
- b) induktiv verschiedene Einflussfaktoren (Kind, PädagogIn, Peergroup und Station), die Auswirkungen auf das Auftreten der Resilienzfaktoren in der Bewegungslandschaft zu haben scheinen, erhoben wurden.

Die Resilienzfaktoren wurden in einem Beobachtungshandbuch operationalisiert, was eine besondere Herausforderung für die Forschungsgruppe darstellte, da sich einzelne Faktoren nicht immer ganz trennscharf voneinander abgrenzen lassen (z. B. Selbststeuerung und Problemlösefähigkeit) und die Mehrzahl innerpsychische Vorgänge darstellt, die sich von außen nur schwer beobachten lassen.

Insgesamt wurden 128 Beobachtungen zu dem Auftreten der verschiedenen Resilienzfaktoren an unterschiedlichen Stationen verfasst, im Team diskutiert, geprüft und doppelte Sachverhalte aussortiert. 100 Beobachtungen bildeten die Basis für die Beantwortung der vorangestellten Fragestellung.

4. Analyse und Diskussion der Ergebnisse

Die Ergebnisse der Beobachtungen zeigen, dass Resilienz in der Bewegungslandschaft sehr gut gefördert

² Diese beiden Faktoren wurden in einen Punkt zusammengefasst, da sie sich in der Beobachtung nur schwer unterscheiden und voneinander trennen lassen.

werden kann, da alle Resilienzfaktoren, wenn auch in unterschiedlicher Häufigkeit und Ausprägung, beobachtet werden konnten. Allerdings scheint die Förderung von spezifischen Einflussfaktoren, die sich durch die einzelnen Kinder, die aufgebauten Stationen und Verhaltensweisen der PädagogIn und der Peergroup ergeben, abhängig zu sein. In Tabelle 1 werden die

einzelnen Resilienzfaktoren und die nach Analyse der Beobachtungen bedeutsamen Einflussfaktoren kurz zusammengefasst. In der Bearbeitung hat sich gezeigt, dass die Selbstwahrnehmung die Basis für alle anderen Faktoren darstellt. Um diese herausragende Bedeutung hervorzuheben, wird die Selbstwahrnehmung in der Tabelle allen folgenden Faktoren vorangestellt.

Resilienzfaktor	Einflussfaktoren	
Selbstwahrnehmung	Kind	Grundlegende Fähigkeit, sich selbst in Bewegung wahrzunehmen
	Station	Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade/vielfältige Nutzungsmöglichkeiten
Selbstwirksamkeit	Kind	Herausforderung suchen, Erfolg reflektieren
	Peergroup	Bestärkung/Ermutigung, Zusammenarbeit + Hilfestellung
	PädagogIn	Freiraum für eigene Lösungswege, Aufmerksamkeit für jedes Kind, verstärkende verbale Äußerungen, Hilfestellung, herausfordern, wenn nötig
	Station	Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade/vielfältige Nutzungsmöglichkeiten
Selbststeuerung	Kind	Frustrationstoleranz, eigene Entscheidung über Annahme von Herausforderung, Selbstschutz und Achtsamkeit in der Handlungsplanung
	Peergroup	Bestärkung/Ermutigung, Lernen am Modell
	PädagogIn	positive und kritische Rückmeldungen,
	Station	Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade/vielfältige Nutzungsmöglichkeiten
Soziale Kompetenz	Kind	Aktive Beziehungsgestaltung, Durchsetzungsvermögen (grundlegende Soziale Kompetenzen müssen vorhanden sein)
	Peergroup	Grundlegende Soziale Kompetenzen müssen vorhanden sein
	PädagogIn	Hilfestellung in der Beziehungsgestaltung, wenn nötig
	Station	Aufbau erfordert bzw. motiviert zur Zusammenarbeit
Problemlösefähigkeit	Kind	Durchhaltevermögen, kreative Lösungsmöglichkeiten
	Peergroup	Lernen am Modell
	PädagogIn	Freiraum für eigene Lösungswege
	Station	Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade/vielfältige Nutzungsmöglichkeiten

Tab. 1: Resilienz- und Einflussfaktoren in der Bewegungslandschaft

5. Die Einflussfaktoren: Kind, Peergroup, PädagogIn, Station

Das einzelne **Kind** spielt demnach eine besondere Rolle, nicht nur als Adressat der Förderung, sondern auch als Träger von Bedingungen, die wichtig sind, damit die Resilienzfaktoren in der Bewegungslandschaft zum Tragen kommen können. Es braucht, je nach Resilienzfaktor, z. B. die Motivation, Lösungswege zu finden, eigene Entscheidungen zu treffen, sich selbst zu reflektieren und auch durchzusetzen. Diese Bedingungen können in der Ausprägung von Kind zu Kind unterschiedlich sein, sodass das Erleben der Bewegungslandschaft und die Förderung der Resilienz von den Bedingungen der einzelnen Kinder abhängen.

Beispiel 1: Während Lisa sich von dem Aufbau der Berg- und Talbahn (Abb. 1) angesprochen und motiviert fühlt, weil sie Herausforderungen im Gleichgewicht gerne annimmt und große Höhenunterschiede besonders interessant findet, geht Paul der Station erstmal aus dem Weg, da diese ihn wegen der Höhe abschreckt. Paul bevorzugt dafür den Sprung über die Schaumstoffblöcke (Abb. 2), weil er Freude am Springen auf dem Trampolin und am Erleben des freien Falls hat, während Lisa hier wenig Bedürfnis zu haben scheint. Während Paul sehr gerne mit seinem Freund Peter durch die Landschaft geht und dabei mit ihm verhandelt, an welcher Station sie beginnen und wie sie diese bewältigen, probiert sich Lisa lieber allein aus.

Wie die Tabelle zeigt und das Beispiel von Lisa und Paul verdeutlicht, sind **die Gestaltung und Auswahl der Stationen** eine weitere entscheidende Komponente für die Förderung von Resilienz in der Bewegungslandschaft. Die Stationen sollen sowohl vielfältige Lösungs- und Nutzungsmöglichkeiten als auch unterschiedliche Schwierigkeitsgrade bieten, um

jedes Kind zu Erfolgserlebnissen und zu einer Bandbreite an Resilienzförderlichen Erfahrungen zu führen. Um dies zu ermöglichen, müssen die Stationen dem Entwicklungsstand der Kinder angepasst sein. Sie müssen motivierend zur Bewältigung anregen und dabei herausfordern, ohne das Kind zu überfordern (siehe u.a. Zimmer 2014).

Es zeigte sich in den Beobachtungen, dass punktuell eine bauliche Veränderung notwendig wurde, um den Anforderungsgrad anzupassen. Deutlich wurde jedoch auch, dass Veränderungen der Stationen nur bedingt möglich sind, da diese sich in ständigem Einsatz befinden und es vielfältige Bedürfnisse der Kinder gibt. Vor allem zurückhaltende oder unsichere Kinder benötigten oft länger Zeit, um sich an eine Station zu wagen, da sie häufig zuerst die anderen Kinder beobachteten, bevor sie sich selbst trauten, aktiv zu werden. Für diese Kinder wäre es nicht sinnvoll, wenn eine Station zu schnell verändert würde. In der Beobachtung wurde immer wieder deutlich, dass häufig schon kleine bauliche Veränderungen genügten, um neue Anreize und Herausforderungen zu schaffen. So wurden bspw. beim Balancieren kleine Hindernisse eingebaut, die individuell angepasst werden konnten. Eine Überlegung wäre, den Kindern z. B. kleine Kästen oder Materialien zur Verfügung zu stellen, damit sie sich selbst sowohl Herausforderungen als auch Hilfsmittel holen können und nicht mehr auf den aufmerksamen Blick des/der PädagogIn angewiesen sind. Mit diesem Angebot hätten auch Kinder, die sich nicht trauen, die pädagogischen Fachkräfte anzusprechen, eine Möglichkeit, eigenständig und selbstbestimmt zu handeln.

Dem/der begleitenden **PädagogIn** kommt eine weitere zentrale Bedeutung zu. Die pädagogische Fachkraft benötigt einen differenzierten Blick auf jedes einzelne Kind, um das eigene Handeln und die Auswahl des Aufbaus der Stationen den Bedürfnissen der einzelnen Kinder anzupassen.

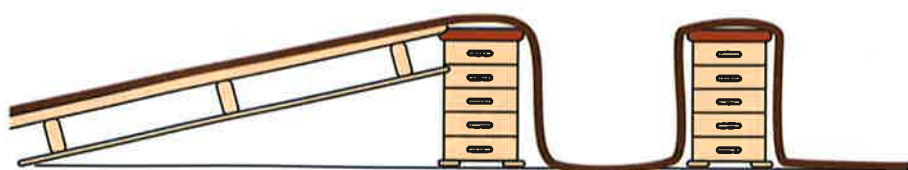


Abb. 1: Berg- und Talbahn

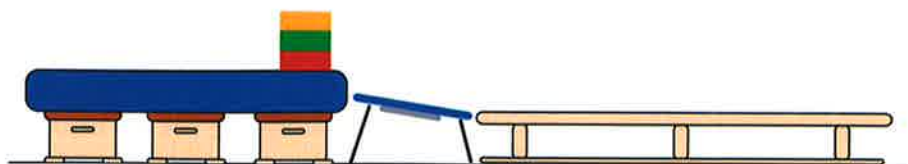


Abb. 2: Sprung über Blöcke

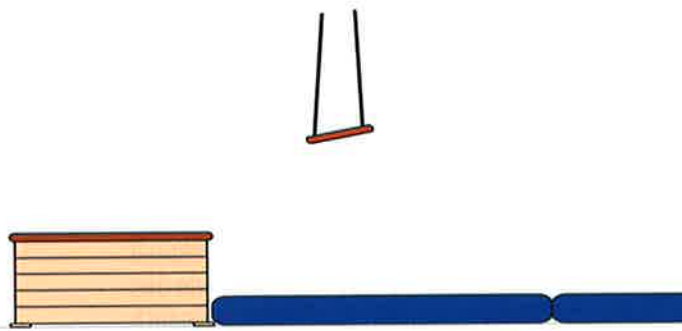


Abb. 3: Todessprung

Beispiel 2: Während Lisa beim Todessprung (Abb. 3) keine Unterstützung braucht, um Erfahrungen der Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit zu sammeln, profitiert Paul von einer Aufmunterung durch den/die PädagogIn, sodass er sich mit Unterstützung doch an den Aufbau herantraut.

Auch sollte der/die PädagogIn über fundiertes Fachwissen bezüglich der Stationen verfügen. Er/sie sollte wissen, welche Stationen welchen Resilienzfaktor in besonderer Weise fördern. Nur mit diesem Wissen, in Kombination mit der Beobachtung und Einschätzung der Kinder, kann der/die PädagogIn die Auswahl der Stationen den jeweiligen Bedürfnissen und Fähigkeiten der Kinder optimal anpassen und vorbereiten. Gelingt dies, muss die pädagogische Fachkraft, wie auch schon Kretschmer (1999) verdeutlichte, wenig eingreifen. Er/sie sollte aufmerksam beobachten und genügend Freiraum gewähren, um den Kindern die Möglichkeit zu geben, selbstständig Lösungen auszuprobieren, Absprachen zu treffen, neue Ideen zu entwickeln und umzusetzen. Eine wichtige Voraussetzung ist hier der aufmerksame Blick auf jedes einzelne Kind, um zu sehen, wann dieses Hilfestellung, Unterstützung bzw. verbale oder nonverbale Verstärkung und Spiegelung des Erlebten benötigt.

Außerdem stellte sich heraus, dass auch die **Peer-group** die Förderung der Resilienzfaktoren begünstigen kann, indem sie Möglichkeiten zum Modelllernen, Zuspruch und Rückmeldungen gibt oder auch konkrete Hilfestellung anbietet. Dies bezieht sich in besonderem Maße auf den Resilienzfaktor *Soziale Kompetenz*, aber auch auf andere Faktoren. Am **Beispiel 3**, der Affenschaukel (Abb. 4), die eine Zusammenarbeit erfordert, kann dies verdeutlicht werden. **Beispiel 4** beschreibt, wie die Peergroup auch ohne aktive Zusammenarbeit unterstützend wirken kann.

Beispiel 3: Zum Einsteigen in die Affenschaukel müssen sich Paul und Peter absprechen. Um gemeinsam schaukeln und sich drehen zu können, fragen sie Lisa, ob diese bereit ist, sie anzudrehen. Beim Andrehen teilen Paul und Peter Lisa mit, wie schnell sie gedreht werden möchten.

Beispiel 4: Paul steht vor dem Todessprung und zögert. Lisa steht an und schaut ihm zu. Als sie sein Zögern sieht, ruft sie ihm zu: „Paul, spring schon, das ist gar nicht so schlimm.“ Paul traut sich, Lisa klatscht Beifall und Paul ist sichtlich stolz.

Da bekannt ist, dass die Peergroup im Grundschulalter an Bedeutung zunimmt und die Rückmeldungen dieser einen großen Einfluss auf das Selbstkonzept der Kinder hat, ist anzunehmen, dass gerade dieses Feedback ein besonders großes Gewicht hat (vgl. Oerter 2008; Zimmer 2014).

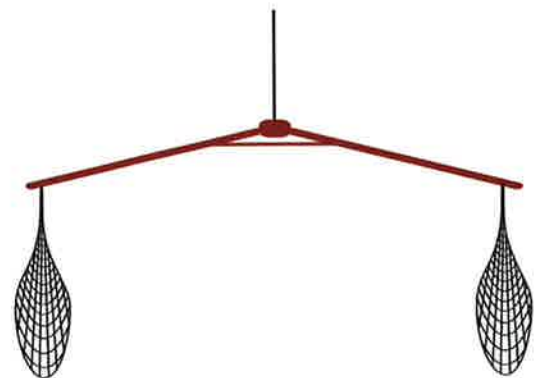


Abb. 4: Affenschaukel

Die **Selbstwahrnehmung stellt die Basis aller Resilienzfaktoren** dar (Fröhlich-Gildhoff & Rönau-Böse 2015). So ist es förderlich, wenn die pädagogische Fachkraft die Eigenreflexion der Kinder anregt. Diese kann im Abschlusskreis oder in der Situation selbst stattfinden und gibt dem/der PädagogIn darüber hinaus Hinweise zur weiteren Ausgestaltung der Bewegungslandschaft. Hier haben die Kinder die Möglichkeit, ihre Wünsche und Bedürfnisse aktiv zu äußern und sich an der Mitgestaltung zu beteiligen. Es ist jedoch zu berücksichtigen, dass es z. B. für sozial unsichere Kinder schwierig sein kann, sich in einem *Abschlusskreis* zu äußern. Hier könnten z. B. Bildkarten eine Unterstützung bieten, wenn Kinder zeigen wollen, was ihnen besonders leicht oder schwer fiel, was besonders Spaß gemacht hat, was eine besondere Herausforderung war.

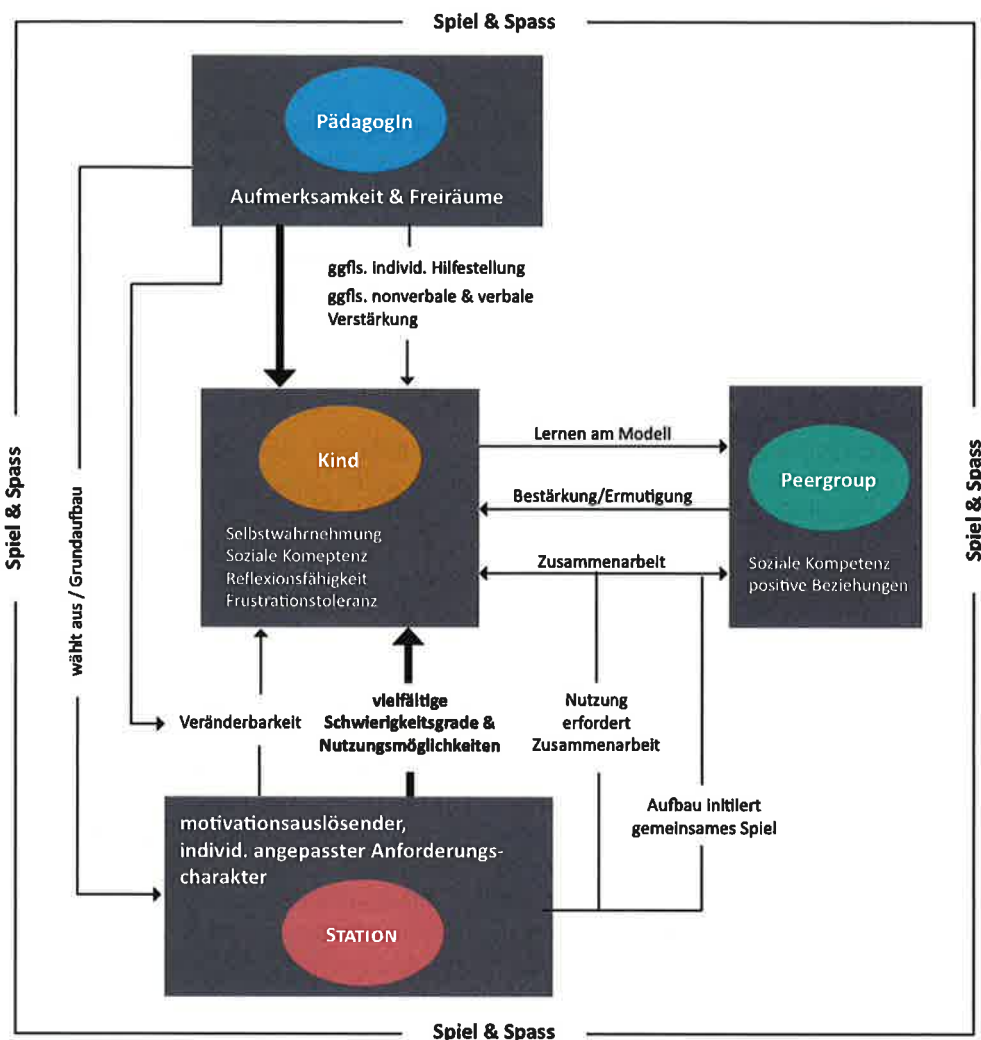


Abb. 5: Resilienzförderliche Einflussfaktoren in der Bewegungslandschaft

Abbildung 5 veranschaulicht die verschiedenen herausgearbeiteten Bedingungen und zeigt die engen Zusammenhänge zwischen den Einflussfaktoren auf.

6. Fazit

Unter dem Blickwinkel der Resilienzförderung in der Bewegungslandschaft wurde deutlich, dass alle Resilienzfaktoren angesprochen werden können, wobei verschiedene Faktoren bzw. Bedingungen auf die Erreichung des Ziels Einfluss nehmen. Aus diesen herausgearbeiteten Einflussfaktoren, die sich zum Teil in der Literatur zur Bewegungslandschaft wiederfinden, zum Teil bisher noch nicht thematisiert wurden, lassen sich didaktische Prinzipien zur Durchführung des Angebotes ableiten, wie sie auch für andere sport- und bewegungspädagogische Ansätze formuliert wurden (siehe u.a. Welsche 2018; Zimmer 2014). Die didaktischen Überlegungen sollten in der Planung, Gestaltung und Durchführung der Bewegungsland-

schaft berücksichtigt und beachtet werden, um eine zielgerichtete Gestaltung zur Förderung der Resilienz zu gewährleisten.

- **Prinzip der Kindgemäßheit:** Die Auswahl des Aufbaus sollte dem Entwicklungsstand, den Interessen und Bedürfnissen der Kinder entsprechen.
- **Personenzentriertheit und Differenzierung:** Jedes Kind sollte die Möglichkeit haben, positive Erfahrungen zu sammeln, Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen und eigene Kompetenzen wahrzunehmen. Die Gestaltung der Bewegungslandschaft muss somit verschiedene und verschieden anspruchsvolle Stationen bereitstellen, um jedem Kind diese Möglichkeiten zu bieten. Der/die PädagogIn sollte die Kinder aufmerksam im Blick haben. Je nach Bedarf können die Kinder so durch Verstärkung, Herausforderung oder Veränderung eines Aufbaus unterstützt werden.

- **Prinzip der Freiwilligkeit und der Entscheidungsmöglichkeiten:** Die Beteiligung am Angebot ist freigestellt, der/die PädagogIn sollte darauf vertrauen, dass die Stationen zur Teilnahme motivieren. Durch die unterschiedlichen Stationen haben die Kinder Wahlmöglichkeiten und entscheiden selbst, welche Stationen sie wie nutzen möchten.
- **Prinzip der Selbsttätigkeit:** Die Stationen sollten so gestaltet sein (Attraktivität & Schwierigkeitsgrad), dass sie zum selbsttätigen Handeln anregen. Die pädagogische Fachkraft lässt den Kindern den Raum, selbst tätig zu werden und unterstützt nur, wenn es notwendig erscheint.
- **Prinzip der Beziehungsorientierung zwischen Kind und PädagogIn:** Im Kontakt mit der pädagogischen Fachkraft sollten dem Kind positive Beziehungserfahrungen ermöglicht werden. Eine wertschätzende und verlässliche Beziehung vermittelt dem Kind Sicherheit und unterstützt so den Umgang mit Herausforderungen.
- **Prinzip der Ressourcenorientierung:** Ausgangspunkt für die Gestaltung der Stationen sollten die Stärken der Kinder sein.
- **Prinzip des Erfolgserlebens:** Durch Erfolgserlebnisse können Kinder eigene Kompetenzen und Fähigkeiten wahrnehmen. Dies ist eine Voraussetzung, um sich Herausforderungen zu stellen und sie bewältigen zu können.
- **Prinzip der Reflexion:** Um Lernprozesse und Entwicklungen weiter anzuregen, sollte die pädagogische Fachkraft zur Auseinandersetzung mit dem Erlebten motivieren und Möglichkeiten zur verbalen oder auch nonverbalen Reflexion geben, z. B. durch Abschlussrunden, in denen Kinder von ihrem Erleben berichten können.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Bewegungslandschaft neben vielen weiteren Förderungsmöglichkeiten auch ein großes Potenzial zur Förderung der Resilienz bietet, wenn die vier Einflussfaktoren (Kind, PädagogIn, Peergroup und Station) und die darunterliegenden Bedingungen berücksichtigt werden. Dabei sollte jedoch nicht vergessen werden, dass Resilienzförderung immer multimethodal stattfinden sollte und zusätzlich auch das soziale und strukturelle Umfeld miteinbezogen werden muss (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse 2015). Die Bewegungslandschaft kann in diesem Rahmen als sinnvolle Möglichkeit zur Förderung der personalen Ressourcen genutzt werden.

Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl bei Kita-Kindern

Britta Kolbe

2017, 47 Seiten, ISBN 978-3-589-15324-4, Euro 7,99, Cornelsen, Berlin

Wer Kindern oft nahe legt, sich doch bitte anders zu verhalten, z. B. nicht so schüchtern, lebhaft oder zaghaft zu sein, sagt ihnen durch die Blume: „So wie du bist, bist du falsch!“ Erwachsene prägen maßgeblich den Blick, den das Kind auf sich selbst hat.

Ein geringes Selbstwertgefühl entsteht, wenn wir Wunschbildern und Idealen nicht entsprechen.

Erfahren Kinder aber, dass sie mit ihrer Individualität, ihren Stärken und Schwächen willkommen sind, können sie frei und fröhlich auf Neues und auf Herausforderungen zugehen. Ihr Selbstwertgefühl sollte daher durch Akzeptanz, Annehmen, konstruktive Kritik und angemessenes Lob unterstützt werden.



Literatur:

- Fischer, K. (2011): Konzept und Wirksamkeit der Psychomotorik in der Frühförderung. In: Frühförderung Interdisziplinär 30 (1), S. 2–16.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2015): Resilienz, 4. Auflage. München: Ernst Reinhard Verlag.
- Kretschmer, J. (2008): Bewegungslandschaften – Anspruch und Wirklichkeit. In: Lange, H. & Sinning, S. (Hrsg.): Handbuch Sportdidaktik. Balingen: Spitta Verlag, S. 385–400.
- Kretschmer, J. (2000): Mit Bewegungslandschaften der veränderten Bewegungsumwelt begegnen? In: Sportunterricht 49 (2), S. 44–49.
- Kretschmer, J. (1999): Tun oder Nicht-Tun? Zur Betreuung von Bewegungslandschaften. In: motorik 22 (1), S. 12–19.
- Leutner, D., Klieme, E., Meyer, K. & Wirth, J. (2005): Die Problemlösekompetenz in den Ländern der Bundesrepublik Deutschland. In: PISA – Konsortium Deutschland (Hrsg.): PISA 2003. Der

zweite Vergleich der Länder in Deutschland – Was wissen und können Jugendliche? Münster: Waxmann Verlag, S. 125–146.

Lösel, F. & Bender, D. (2008): Von generellen Schutzfaktoren zu spezifischen protektiven Prozessen: Konzeptuelle Grundlagen und Ergebnisse der Resilienzforschung. In: Opp, G. & Fingerle, M. (Hrsg.): Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. 3. Auflage. München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag, S. 57–78.

Oerter, R. (2008): Kindheit. In: Oerter, R./Montada, L. (Hrsg.): Entwicklungspsychologie. 6. Auflage. Weinheim, Basel: Beltz Verlag, S. 225–270.

Oest, A. (2014): Inklusion durch Partizipation – zur vielfältigen Mitwirkung unserer Kinder. In: Albers, T., Bree, St., Jung, E. & Seitz, S. (Hrsg.): Vielfalt von Anfang an. Inklusion in Krippe und Kita. Freiburg im Breisgau: Herder. S. 168–175.

Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2015): Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne. Stuttgart: Kohlhammer.

Welsche, M. (2018): Sportorientierte Angebote in der teil- und vollstationären Jugendhilfe. Überlegungen zu grundlegenden Prinzipien der Durchführung. In: motorik 41 (1), S. 11–17.

Welter-Enderlin, R. (2006): Resilienz aus der Sicht von Beratung und Therapie. In: Welter-Enderlin, R. & Hildebrandt, B. (Hrsg.): Resilienz. Gedeihen trotz widriger Umstände. Heidelberg: Carl-Auer, S. 7–19.

Wustmann Seiler, C. (2012): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. 4. Auflage. Berlin: Cornelsen Verlag.

Zimmer, R. (2014): Handbuch der Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis. 26. Auflage. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag.

Die Autoren:



Franziska Theil
Heilpädagogin (BA), Erzieherin
franziska.theil@hotmail.de



Fritz Benning
Sonderschullehrer
fring29@web.de



Prof. Dr. Mone Welsche
Professur für Entwicklungsförderung im Kindes- und Jugendalter
mone.welsche@kh-freiburg.de

Korrespondenzadresse:
Katholische Hochschule
Karlstr. 63
79104 Freiburg

Stichwörter:

- Resilienz
- Bewegungslandschaft
- Einflussfaktoren

Erfolgreiche Inklusionsspiele

Kristina Kaniber, Katharina Lutz

2018, 96 Seiten, ISBN 978-3-7853-1958-1, Euro 14,95, Limpert, Wiebelsheim

Inklusion ist derzeit in aller Munde. Gerade der Sport ist dabei ein ideales Medium, in dem behinderte und nichtbehinderte Kinder und Jugendliche zusammen

viel Freude haben können. Die Autorinnen haben in ihrem neuen Praxishandbuch eine Sammlung von Kleinen Spielen zusammengestellt, die alle im Sinne der Inklusion bestens geeignet und zudem auch leicht umsetzbar sind. Unterteilt ist der umfangreiche Praxisteil in Wahrnehmungsübungen, Kontakt-, Kommunikations- und Kooperationsspiele, Bewegungslandschaften und Problemlöseaufgaben.

