

8. Angebote bei Kindern mit hyperaktivem, aggressivem Bewegungsverhalten

8.1. Erscheinungsformen

Aggressivität	Unruhe
<ul style="list-style-type: none"> • Schreien, • Gegenstände durch den Raum werfen, • Treten, schlagen, boxen, körperliche und sprachliche Angriffe auf andere Personen richten, • Impulsives, unberechenbares Agieren und Reagieren, • Vorschläge Anderer nicht annehmen, • Leicht reizbar. Ausbrüche von Zorn, Wut, Beschimpfungen, • Geringe Aufmerksamkeit und leicht ablenkbar, • Geringe Toleranzschwelle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Übermäßig schnelle, hastige, ungerichtete, ziel- und planlose, diffus und dranghaft erscheinende Bewegungen. • Bewegungen erscheinen unruhig, zappelig, fahrig, ungebremst. • Hin- und Herbewegungen, die unproduktiv erscheinen. • Das Bewegungsbild kann zusätzlich schwergewichtig, schwerfällig, plump, roh, grob, undifferenziert, unabgestuft bzw. schlaff, kraftlos, tolpatschig und ungeschickt erscheinen. • Häufiges Stolpern, Stürzen, Hinfallen.

8.2. Ursachenfelder für die Bewegungsunruhe

- Reizselektionsschwäche;
- Unvollständige Teilwahrnehmung;
- Beeinträchtigungen der Figur-Grund Wahrnehmung; Unfähigkeit, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden; Aspekt der Beliebigkeit führt zu situationsunabhängigem, generellem Agieren.
- Cerebrale Fehlfunktionen;
- Funktionale Schwächen neuraler Überträgersubstanzen (Neurotransmitter);
- Geringere Durchblutung mit verminderter Stoffwechselaktivität in den Frontalregionen des Gehirns;
- Schwere sozial-emotionale Deprivationen;
- Ernährung.

Die betroffenen Kinder erfahren sehr häufig negative Rückmeldungen und Sanktionen, da ihre wenig angepassten Verhaltensweisen Probleme für die Kontaktpersonen darstellen. Das entstehende Gefühl von "wenig geliebt und angenommen zu werden" vergrößert die eigene Minderwertigkeit und ruft neue "auffällige" Verhaltensweisen hervor. Es entsteht ein Teufelskreis.

8.3. Gestaltung des Lernfeldes

Gerade bei Kindern, die ein sehr unruhiges und scheinbar rastloses Bewegungsverhalten mit z. Tl. aggressiven Verhaltensweisen zeigen, erscheint eine sorgfältige Planung des Lernfeldes von besonderer Bedeutung. Die gezielte räumliche, materiale und personale Gestaltung hat die Intention, den betroffenen Kindern eine Orientierung anzubieten. Sie eröffnet ihnen die Möglichkeit, produktive Handlungen auszuführen, die für sie sinnvoll erscheinen und ein bewußtes Eigenerleben ermöglichen.

Reizkontrolle

Notwendig erscheint die Vorgabe eines festen räumlichen, zeitlichen und materialen Rahmens. Die Raumausstattung soll sehr einfach bzw. reizarm gehalten sein, mit einer geringen Materialauswahl, begrenzt auf das anstehende Bewegungsthema. Günstig erscheint die Arbeit in einer kleinen Gruppe von max. 4 bis 6 Kindern.

Klimagestaltung

Die Leiterin soll in ihrer Grundhaltung die Dynamik der betroffenen Kindern annehmen, eine freundlich neutrale Grundstimmung ausstrahlen und möglichst keine negativen Verstärkungen äußern. Worte der Anerkennung können dazu beitragen, die Lernatmosphäre freundlich und warmherzig zu gestalten.

Verhalten der MotopädIn

Sichtweise

Die bewegungsunruhigen und aggressiven Verhaltensmuster der betroffenen Kinder können auf den Betrachter chaotisch, destruktiv, angstauslösend und abstoßend wirken.

Für die betroffenen Kinder sind die wenig sozial angepassten Kommunikationsformen als Ausdruck der persönlichen Not und des Leids zu deuten. Aus ihrer Sicht sind es normale, über Jahre angeeignete und sinnvolle Verhaltensweisen, mit ihrer Umwelt und mit sich selbst in Kontakt zu treten.

Der MotopädIn obliegt die Aufgabe, die Kinder in ihren psychomotorisch enthemmten Verhaltensweisen ernst zu nehmen und über diese sozial wenig angepassten Kommunikationmuster eine Beziehung aufzubauen.

Verbalisation

Die Intervention der LeiterIn soll sehr viel Rückmeldungen über die Aktionen der Kinder beinhalten. Sie spiegelt die aktionalen, kognitiven und emotionalen Interaktionsprozesse den Kindern zurück.

Lenkung

Die Kinder sollen grundsätzlich in ihren Handlungen unterstützt werden und es soll ihnen Hilfe angeboten werden.

Gerade bei einem unruhigen Bewegungsverhalten erweist es sich als pädagogisch sinnvoll, die betroffene Person zu veranlassen, in ihren Handlungen innezuhalten, i.S. von "Stop and Go". Im geforderten "Innehalten" einer Handlung wird die Möglichkeit eröffnet, sich wahrzunehmen, zu spüren und zu erleben.

Grenzsetzung

Bei den folgenden Vorkommnissen soll die Motopädin mit dem Signal "Stop" eingreifen:

- körperliche Angriffe mit gesundheitlicher Gefährdung,
- Überschreitung der gesetzten räumlichen, zeitlichen, materialen und personalen Rahmenbedingungen,
- emotionale Betroffenheit und aufkommender Ärger bei der MotopädIn
- aufkommende unkontrollierte Steigerung der Aktionen, die in einem ungesteuerten Chaos enden können und dem Kind wenig neue Handlungsmöglichkeiten eröffnen - behutsam dämpfen.

Als „Wächterin“ für das Einhalten der Grenzen sollte sich die Motopädin in eindeutigen Ich-Aussagen mitteilen. Das Aussprechen von Verboten, auf das die betroffenen Kinder erfahrungsgemäß häufig wenig reagieren, kann vermieden werden, wenn die Motopädin bei vermutlich eintretenden Grenzverletzungen vorausschauend und frühzeitig im Vorfeld interveniert.

Lernprozess

Die MotopädIn soll die Handlungen der Kinder in ihren aktionalen, kognitiven und emotionalen Anteilen erkennen, aufgreifen, unterstützen und begleiten. Dies ermöglicht den betroffenen Kindern, sich in ihren aktuellen Kommunikationsstrukturen zu spüren und ein Gefühl zu entwickeln, ernst genommen zu werden.

Im weiteren Verlauf der motopädischen Arbeit findet ausgehend von sehr ungerichteten und ständig wechselnden Aktionen ein langsamer Aufbau von situationsangemessenen, strukturierten und zielgerichteten Handlungsabläufen statt. Phasen der Konzentration, Behutsamkeit und Annahme von externen Anforderungen gewinnen an Bedeutung.

E.J. Kiphard schlägt ein 6-Phasenmodell vor, das diesen Lernprozess strukturiert.¹ Der Lernprozess verläuft auf der Wahrnehmungsebene von taktil-kinästhetisch zu visuell orientierten Handlungen und wird im nächsten Abschnitt dargestellt.

¹ vgl.: E.J.Kiphard: Das hyperaktive Kind aus psychomotorischer Sicht. In: M. Passolt (Hrsg.): Hyperaktive Kinder: Psychomotorische Therapie. München 93.

8.4. 6-Phasenmodell von E.J. Kiphard

Intention

- Entwicklung der Eigenwahrnehmung von der Körperwahrnehmung zur visuellen und auditiven Wahrnehmung;
- Entwicklung der kognitiven Strukturen
- Hinführung zur Sozialen Wahrnehmung und sozialen Kompetenz
- Aufbau einer Bereitschaft, externen Anforderungen gerecht zu werden
- Entwicklung zur Schulfähigkeit
- Aufbau einer Impulskontrolle
- Entwicklung von Aufmerksamkeit, Zentrierung
- Entwicklung einer zunehmend differenzierten Handlungsplanung

Phase 1

Vestibulär-motorische Aktivitäten (Gewährungsphase)

Ziel

- Die betroffenen Kinder werden von den gesellschaftlich, institutionell bzw. familiär vorgegebenen Verhaltensnormen und -regeln entlastet und von den disziplinären Anforderungen entbunden.
- Unter neurophysiologischen Gesichtspunkten soll das vestibuläre System mit seiner angenommenen Unterfunktion über beschleunigende Bewegungen und propriozeptive Reizangebote eine zentrale Aktivitätssteigerung erfahren. Dies bewirkt eine Abnahme der Hyperaktivität und eine Zunahme des Wachheits- und Aufmerksamkeitsgrades.

Methode

- Gestaltung von Räumen, in denen die Hyperaktivität gelebt werden kann.
- Einfache, klar strukturierte Räume, die zur Wiederholung von Aktivitäten animieren.

Praxisangebot

Bei den Angeboten geht es um die Animation von beschleunigenden Bewegungen.

- Primitivmotorische Aktivitäten mit vestibulär aktivierenden Übungsangeboten:
Schiefe Ebene, Schaukel, Therapiekreisel, Pezzibälle, Rollbretter
Von einem Kasten (Erhöhung) in einen "Plumpsack" springen
Sich fallen lassen

Phase 2

Entwicklung von Bremskräften und bewusster Bewegungssteuerung Beschleunigende Bewegungen abbremsen und steuern

Ziel

- Beim Abbremsen die eigene Kraft und den Widerstand spüren.
- Die Tiefensensibilität ansprechen.
- Die inneren Brems- und Steuerungskräfte als lustvoll und selbstbestätigend erleben.
- Allmähliche Lenkung der bislang ungebremsen und ungefilterten Aktivitäten.
- Hinführung vom passiven zum aktiven Abbremsen.
- Entwicklung des Abbremsens vom Rumpf zu den Extremitäten.
- Aktivierung des ganzen Körpers beim Abbremsen und Steuern.

Methode

- Einfache Aufgabenerklärung, keine langen Erklärungen
- Aufbau von einfachen, klaren Spiel- und Raumstrukturen
- Verwendung von schweren Materialien, Großgeräten
- Steuerungs- und Abbremsvorgänge aus Phase 1 bewusst aufgreifen und ansprechen.

Praxisangebot

- "Stop and Go" Spiele.
- Bau von Strassen, Tunnels etc. und hindurchfahren.
- Hindernisse aufbauen und zwischendurchlaufen.

Phase 3

Konzentrationsverbesserung mit geschlossenen Augen

Ziel

- Verlagerung der Wahrnehmungsprozesse auf den taktilen und akustischen Wahrnehmungsbereich.
- Die Oberflächensensibilität ansprechen.
- Andere Sinneswahrnehmungen als Informationsquelle benutzen lernen.
- Beim Ertasten Widerstand spüren.
- Klarheit, Eindeutigkeit und Sicherheit über das Spüren erfahren und erleben.
- Diskriminationsfähigkeiten entwickeln.
- Klarheit, Eindeutigkeit und Sicherheit erleben.

Methode

- Beim Ertasten soll, wenn möglich, die Körperlage vom Liegen über das Sitzen zum Stehen erfolgen.
- Beim Richtungshören werden die Richtungen klar angegeben und die Geräusche aus einfachen, sich wiederholenden Klängen produziert.

Praxisangebot

- Eine Hindernisbahn entlangtasten. Ein Seil spannen und dieses entlanggehen.
- Figuren abtasten, unterscheiden und erkennen.
- Geräuschquellen nachgehen.
- Geräuschquellen unterscheiden und erkennen.

Phase 4

Schulung der visuellen Aufmerksamkeit

Ziel

- Optische Aufmerksamkeit über starke Vordergrundreize und unter Zuhilfenahme intrinsischer Motivation schulen.
- Gegenstände visuell unterscheiden und erkennen.

Methode

- Die Phase erscheint besonders günstig im Anschluss an Entspannungspausen.
- Die Aufgaben werden in Ruhe, spannend und ausdrucksstark angeboten.
- Die visuellen Reize werden deutlich, klar und einfach in Szene gesetzt.
- Die Übungen und Spiele erfolgen zunächst unter Ausschaltung des eigenen Sich-Bewegens, dann unter Hinzunahme der eigenen Bewegung.

Praxisangebot

- Verborgene Gegenstände kurz zeigen und identifizieren lassen. Zunächst in ruhender Position, dann in der Bewegung.
- Pantomimisch Handlungen zeigen und ausführen lassen.
- Veränderungen von Figuren erkennen.
- Schutzmannspiele

Phase 5

Überwindung der Impulsivität²

Meichenbaum hat kognitiv-verhaltenstherapeutische Programme zur Verbesserung der Verhaltenskontrolle entwickelt. Es geht dabei um den Aufbau von Selbstinstruktionen und Handlungsanleitungen, die vom lauten oder geflüsterten Formulieren über das leise "innere Sprechen", Monologisieren zum verinnerlichten Denken führen und hilfreich sind, Selbststeuerungsprozesse aufzubauen.

Das laute Verbalisieren von Handlungen dient der Strukturierung und Bewußtwerdung eigener Handlungsstrategien.

² vgl. Meichenbaum, D.W.: Kognitive Verhaltensmodifikation. München/Wien 79.

Douglas, V.: Stop-look-and listen! The problem of sustained attention and impulse control in hyperactive und normal children. Canadian Journal of Behavior Science 4/72. S. 259-281.

Frostig, Marianne: Bewegten-Wachsen-Lernen. Bewegungserziehung. Dortmund 74.

In dieser Phase wird neben dem senso- und psychomotorischen Lernen das begleitende Denken bewußt hinzugenommen. Das Denken kann als Kontrolle der motorischen Handlungen gesehen und als kognitiver Störfaktor produktiv eingesetzt werden.

Ziel

- Verbesserung der Verhaltenskontrolle.
- Aufbau von Selbstinstruktionen und Handlungsanleitungen.
- Hinauszögerung der Spontanimpulse und Weiterentwicklung der Impulskontrolle.
- Erfahrungen und positives Erleben von Denkpausen ermöglichen.
- Weiterentwicklung kognitiver Strukturen.
- Förderung des lauten Verbalisierens von Handlungen, was der Strukturierung und Bewußtwerdung eigener Handlungsstrategien dient.

Methoden

- Während der Aktivitäten zum Sprechen anregen.
- Anregungen zum Innehalten geben.
- Einbau von Denkphasen zu vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen Handlungen

Praxisangebot

- STOP (Bedenkpause)! SCHAU! HÖRE! DENKE! TUE!
- Problemlösungsaufgaben stellen: Vor während oder nach der motorischen Handlung zur verbalen Formulierung der Handlungsschritte anregen. Nachfragen: Was willst Du machen? Wie willst Du es machen? Was hast Du gemacht? Wie hast Du es gemacht?

Phase 6

Sportliches Handeln als Mittel zur Selbstdisziplinierung

Ziel

- Aneignung von sportlichen, artistischen Fertigkeiten aus den Neigungsbereichen.
- Hinführung zum Leistungsdenken.
- Aufbau von sozialen Wahrnehmungsprozessen.
- Spezifische Rollen einnehmen und hierfür Verantwortung übernehmen.
- Sich externen Leistungsanforderungen stellen und damit auseinandersetzen.

Methoden

- Projekte anbieten
- Lob und Anerkennung aussprechen
- Selbsttätiges soziales Handeln unterstützen

Praxisangebot

- Trampolinspringen
- Wasserspringen
- Heilpädagogisches Reiten, Voltigieren
- Vorführaktivitäten: Bodenakrobatik in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit; Break Dance, Jonglieren.
- Rollschuhe, Skateboards, BMX-Räder, Stelzenlaufen.
- Yoga.

Fazit

Aufgrund der Handlungsmuster, die Kinder zeigen, kann bestimmt werden, welche Phase des Modells für die Förderung sinnvoll erscheint. Die Dauer der Verweilung in einer Phase und die Entscheidung für den Übergang zur nächsten Phase hängen vom Entwicklungsverlauf der Förderung ab.

Die Phasen bauen zwar im Hinblick auf die Entwicklung der Impulskontrolle und Handlungsplanung aufeinander auf jedoch können in der konkreten Förderung Phasen ineinander greifen, Phasen übersprungen bzw. zurückliegende Phasen aufgegriffen werden.

Die senso- und psychomotorischen Angebote in den einzelnen Phasen sollen zunächst einfach und elementar in ihren Anforderungsstrukturen gestaltet werden. Die Zunahme an Differenzierung und Komplexität erfolgt langsam und behutsam. Im Vordergrund stehen die Wiederholung der Angebote und nicht die Variation und Vielfalt der Übungs- und Spielangebote.

8.5. Bewegungsangebote / Bewegungsthemen

8.5.1. Unterstützung von expressiven und großräumigen Bewegungsformen, die starken aktionalen Charakter aufweisen

Weichbodenmatte

- Auf die Weichbodenmatten springen, fallen lassen. Niedersprünge.
- Gegen senkrecht gestellte Weichbodenmatten rennen, springen, treten.
- An einer senkrecht stehenden Weichbodenmatte stehen und mit dieser umfallen.

Schaumstoff

- In einen Schaumstoffberg springen bzw. sich fallen lassen. Niedersprünge.

Trampolin

- Auf dem Trampolin, über mehrere Trirnpoline springen.

Sandsack

- Gegen Sandsack treten, boxen.

Rollbrett (Rb)

- Auf dem Rb sitzen, liegen und mit den Händen, Füßen von der Wand abstoßen.
- Person A sitzt auf dem Rb und wird von Person B in Richtung einer senkrecht an der Wand stehenden Weichbodenmatte beschleunigt. Person A „knallt“ mit dem Rücken bzw. der Seite gegen die Matte.
- Person A sitzt auf dem Rollbrett und wird von Person B über ein Seil hin- und her bzw. im Kreis gerollt und anschließend gegen die senkrecht gestellte Weichbodenmatte geschleudert.
- Mit dem Rollbrett Karambolagen verursachen.

Pezziball

- Pezziball gegen die Wand werfen.
- Pezziball vor dem Körper halten, durch den Raum laufen und mit Anderen zusammenstoßen.

Stab

- Mit einem Stab auf Matten bzw. Gegenstände schlagen, die Lärm verursachen.
- Mit dem Stab auf einen Pezziball schlagen.

Weitere Aktionen

- Trommeln.
- Nach Rhythmen (Percussion) stampfen.
- Durch den Raum stampfen und laut schreien ("Stimme kommen lassen"), fluchen, Schimpfworte benutzen.

8.5.2. Gegenseitig "Sich messen"

- Nach Musik stampfen.
- Tauziehen am Lang- und Rundseil (zu zweit, in der Gruppe).
- Zwei Personen stehen in einem Reifen, in einem Rundseil, das am Becken anliegt und versuchen sich wegzudrücken, -zuschieben.
- Person A hält das Seil, den Reifen, in dem Person B sich befindet. Person B versucht sich wegzudrücken, -schieben, was von Person A verhindert wird.
- Am Stab gegenseitig ziehen, wegdrücken.
- Zwischen zwei Gruppen befindet sich eine senkrecht stehende Matte, die umgedrückt werden muss.
- Zwischen zwei Personen befindet sich ein rollender Kasten, der weggeschoben werden soll.
- Auf dem Rollbrett sitzen, liegen und sich gegenseitig wegdrücken.
- Personen stehen Rücken an Rücken, Kreuzbein an Kreuzbein, Becken an Becken gegenüber und versuchen sich gegenseitig wegzudrücken.
- Armdrücken.
- Pezziball vor den Körper halten und mit dem Partner "zusammenstoßen".
- Zwei Personen stehen sich auf einer Bank gegenüber und versuchen sich gegenseitig mit den Schaumstoffblöcken von der Bank herunterzuschlagen.
- Schaumstoff-, Kissenschlachten.
- Boxen, Schattenboxen.
- Catchen

8.5.3. Sich Platz schaffen, Wehren, Behaupten

- Bälle wegtreten.
- Mit dem Stab Bälle wegschlagen.
- Pezziball auf den Rücken der betreffenden Person werfen.

- Pezziball, Medizinball derart auf die Person werfen, dass diese ihn mit den Händen, Füßen, dem Gesäß, dem Rücken abwehren, d.h. wegstoßen, -treten, -schlagen kann.
- Ball auf einer schiefen Ebene herunterrollen lassen und mit den Beinen, Armen wegstoßen.

Spiele

- Abwurfspiel mit Pezziball. Schaffung von Schutzräumen.
- Felder freihalten. Bälle aus dem eigenen Spielfeld in das gegnerische befördern.

8.5.4. Dosierung des Kräfteinsatzes

- Auf Gummiblase, Autoschlauch mit verschiedenen Körperteilen drücken, diese verformen.
- Auf eine Personenwaage mit verschiedenen Körperteilen drücken.
- Einzelne Körperteile gegeneinanderdrücken.
- Liegeposition: Einzelne Körperteile so weit anheben, dass sie gerade noch / gerade nicht mehr den Boden berühren. Angehobene Körperteile anschließend wieder absenken.
- Im Stehen Arme langsam anheben und in Vorhalte bringen.
- Auf dem Boden liegen und auf einen vereinbarten Geräusch hin aufspringen und langsam wieder zu Boden sinken.
- Nach Musik im Raum bewegen. Musik abschalten und daraufhin sofort die Bewegung "einfrieren".

Partnerarbeit

- Person A liegt auf einer Decke und wird von Person B durch den Raum gezogen.
- Sich mit dem Partner in verschiedenen Positionen halten.
- Einzelne Körperteile des Partners drücken (leicht - fest). Brennesselspiel: Haut des Partners wringen.
- Person A steht auf den Fußballen. Hände von Person B werden unter die Fersen von Person A geschoben. Person A senkt die Fersen langsam ab und gibt Gewicht an Person B ab.

8.5.5. Zwerchfellatmung, -stoß

- Verschieden schwere Gegenstände auf den Bauch, Schulterblätter, Gesäß etc. legen und auf die Atmung achten.
- Die Ausatmung mit einer Bewegung verbinden.
- Nach der Ein- bzw. Ausatmung den Atem anhalten.
- Atemwege verengen: Finger vor die Nase halten, Nasenflügel leicht zudrücken und Ein- und Ausatmen.
- Sprechen von „ß“, „z“, „k“, „t“, „ch“, „f“. Zischen wie eine Lokomotive.
- Pusten wie der Wind.
- Leises Summen, Stöhnen.
- Watte, japanischen Papierball kräftig und kurz wegpusten.
- Durch einen Strohhalm pusten.
- Bauchatmung: Heben und Senken der Bauchdecke.
- Brustatmung: Heben und Senken des Brustkorbes.
- Bauch einziehen und vorschnellen lassen.
- Medizinball auf den Bauch der liegenden Person fallen lassen.
- Im Liegen Wasserball mit der Bauchdecke wegstoßen.

8.5.6. Entspannung

Progressive Relaxation