

GONGE[®]

INSIGHTS

Von Rollen und dem Meistern

Von Physiotherapeutin Hannah Harboe

Die Erfahrung, etwas zu können, was man vorher nicht konnte, ist für jeden von uns ein tolles Gefühl. Bei Kindern ist dieses Gefühl oftmals mit motorischem Können verbunden: lernen zu krabbeln, zu gehen, zu klatschen, den Reißverschluss zu schließen usw.

Wenn wir Kinder beobachten, die sich Fähigkeiten aneignen, können wir das Erlebnis von Erfolg sowohl sehen als auch spüren. Ganz natürlich teilen wir die Freude an dieser neuen Eroberung. Wir loben sie für ihren Einsatz und spiegeln die Freude und Begeisterung der Kinder wider.

Manchen Kindern fällt es schwer, sich neues Können anzueignen. Ebenso wie ein Erfolg zu mehr Erfolg führt, kann ein Versagen dem Kind den Mut nehmen und wie eine negative Spirale wirken, bei der das Kind das Vertrauen in das eigene Können und die Fähigkeit, Neues zu lernen, verliert.

Diese Kinder können sich zurückziehen, werden vielleicht schnell traurig und möchten nicht an Aktivitäten teilnehmen, die sie noch nie ausprobiert haben.

Wenn das Kind keine Hilfe erhält, um die negative Spirale umzukehren, kann sich das geringe Selbstvertrauen auf den Selbstwert des Kindes auswirken. Das Kind entwickelt ein Selbstbild als jemand, der nicht will und nicht kann.

Zu lernen, auf einer Rolle zu laufen, kann für viele wie eine große Herausforderung wirken. Das Stehen und Laufen auf einer Rolle zu meistern, erscheint wie etwas, das sehr viel Training erfordert.

Tatsächlich ist es so, dass die meisten Kinder ohne Behinderungen lernen können, sich bereits nach etwa einer halben Stunde Training selbstständig auf der Rolle zu bewegen.

Die Rolle eignet sich daher ausgezeichnet, wenn ein Kind lernen soll, etwas zu meistern, um so das Selbstvertrauen zu stärken. Das Selbstbild des Kindes ändert sich von jemand, der nichts kann, in jemand, der sich an Schwieriges herantraut und durch Übung etwas Neues zu meistern lernt.

Fall auf Seite 2. >>



Die grüne Rolle enthält 2,5 Kilo Sand. +4 Jahre

Die orangefarbene Rolle ist ohne Sand. +7 Jahre

Fall:

Ein Elternpaar wendete sich an mich, weil sie das Gefühl hatten, dass sich ihre siebenjährige Tochter Christina außerhalb der häuslichen Umgebung aus allen sozialen Zusammenhängen zurückzog. Verabredungen zum Spielen akzeptierte sie nur zuhause. Während der Schulstunden traute sie sich nicht, sich zu melden, und hatte Angst davor, dass der Lehrer sie nach etwas fragt.

Zuhause wurde sie wütend und traurig, wenn die Eltern Hausaufgaben mit ihr machen wollten, und noch bevor die Schulbücher herausgeholt wurden, sagte sie, dass sie das ja doch nicht kann. Inzwischen nahmen Christinas negative Erwartungen an die ihr gestellten Herausforderungen so viel Raum ein, dass auch ihr allgemeines Wohlbefinden davon beeinträchtigt wurde. Sie schlief schlecht, aß nur wenig und zog sich vom Spiel und Zusammensein mit Freunden zurück.

Ich einigte mich mit den Eltern darauf, dass wir durch motorisches Training und durch Benutzen des Körpers daran arbeiten wollen, die negative Spirale umzukehren und Christina durch das Erlernen und Meistern von etwas Neuem ein positives Erlebnis geben wollen. Christina war fünfmal zum individuellen Training bei mir. Wir haben einander kennen gelernt und sie hat Vertrauen gefasst, dass ich sie keinen Aktivitäten aussetze, die sie nicht bewältigen kann.

Wir haben motorische Bahnen angelegt, auf denen sie mit dem gearbeitet hat, was sie bereits kann, ich habe sie für ihre Beteiligung gelobt und wir haben viel gelacht. Die Eltern waren dabei und haben sie sowohl körperlich als auch verbal unterstützt. Schnell haben sie bemerkt, dass Christina sich auf das Training gefreut hat. Für heute habe ich angekündigt, dass wir versuchen wollen, auf der Rolle zu trainieren – etwas Neues und etwas, das sie noch nie probiert hat.

Ich habe Christina geholfen, auf die Rolle zu steigen und sie am Arm gehalten. Ich habe ihr versprochen, nicht loszulassen, bevor sie selbst dazu bereit ist. Ich habe ihr gesagt, dass ich weiß, dass sie es noch nicht selbst kann. Anzuerkennen, dass sie es noch nicht kann, ist in diesem Zusammenhang wichtig und viel besser, als Formulierungen wie „das schaffst du schon“ zu verwenden, wie wir es oft tun, um dem Kind Mut zu machen und zu zeigen, dass wir an es glauben.

Christina war beim ersten Versuch etwas verdrossen und verschlossen, machte aber mit und wurde gelobt.

Wir machten eine Pause, aßen ein paar Kekse und sprachen darüber, dass so eine Rolle ganz schön schwierig sei, und dass es fast wie ein Zirkuskunststück aussieht, darauf rollen zu können.

Als sie es nach der Pause noch einmal versuchte, übten wir, von der Rolle auf- und abzustiegen. Bereits beim dritten Versuch traute sich Christina, ohne Unter-



stützung selbst aufzusteigen. Sie jubelte und die Eltern klatschten Beifall.

Ich hielt sie und plötzlich sagte Christina: „Lass mich mal los.“ Einen halben Meter rollte sie ganz allein, bevor sie heruntersprang. Alle waren begeistert und wir teilten die Freude und den Erfolg mit Christina. Jetzt wollte sie es noch mal und noch mal probieren. Die Strecken, auf denen sie auf der Rolle lief, wurden länger und länger. Ich durfte sie dabei filmen, damit sie anschließend auf dem Film sehen konnte, wie gut sie ist. Die negative Spirale wurde ganz allmählich umgekehrt und das Erlebnis die Rolle zu meistern, hatte einen verstärkenden Effekt.

Die Eltern erinnern sie an das positive Erlebnis, wenn Christina sich weigert, etwas Neues auszuprobieren. „Kannst du dich noch daran erinnern, als du gelernt hast auf einer Rolle zu laufen?“ wird zu dem Satz, der sie daran erinnert, etwas Schwieriges zu wagen und an die Notwendigkeit zu üben, bevor man ein Meister wird. Heute ist Christina nicht mehr diejenige, die sich nie traut, sondern diejenige, die gern etwas Schwieriges übt und bei Widerstand nicht aufgibt.

**Auf Wiedersehen im
nächsten Gonge Insights
– oder besuchen Sie
www.gonge.com**

