

Integra 19.9.2012

Bewegte Brücken bauen zu Menschen mit Demenz

**über das Konzept
Psychomotorische Entwicklungsbegleitung im Alter**

M☺T☺GERAGOGIK – PSYC-H☺M☺-TORIK

...wie man mit und durch Bewegung (noch/wieder) so MANCHES bewegen kann...

...bewegtes Erleben...

...bewegende Bewegung...

Motogeragogik ist ein ganzheitliches, erlebnisorientiertes, pädagogisches Konzept der Persönlichkeitsbildung und Persönlichkeitsförderung durch und mit Bewegung im Alter.

In der Beschäftigung mit Erinnerungen weckenden Alltagsmaterialien, wagen wir uns in freudvolle Bewegungsabenteuer, welche sogar hochgradig demente Menschen wieder im wahrsten Sinne des Wortes „bewegen“.

Gemeinsames Spiel sowie die Entwicklung eigener Ideen bilden einen Schwerpunkt im motogeragogischen Bewegungsangebot.

Über phantasievoll gestaltete, vielfältige Bewegungserfahrungen wird die ganze Person bewegt und gleichzeitig körperliche, geistige, psychische und soziale Bereiche angesprochen.

Für die Teilnehmer soll spürbar werden: „ Es geht noch etwas !“

Die Erfahrung eines „MEHR“ an bewegen Könnens ist auch die Erfahrung eines „MEHR“ an Sicherheit, an Zutrauen zu sich selbst, an Handlungskompetenz und individueller Freiheit.

Auch der gealterte, schmerzende, kranke Körper kann noch positiv in der freudvollen, kreativen Bewegung erlebt werden!

Psychomotorische Entwicklungsbegleitung soll dem alten Menschen helfen, mit sich und seiner Lebenssituation besser umgehen zu können!

Psychomotorik: weist auf die enge und untrennbare Verbindung von BEWEGEN (lat. movere = bewegen) und WAHRNEHMEN bzw. ERLEBEN (gr.: Seele, Leben) hin.

Psychomotorische Basisdimensionen

- **Beziehung:** Beziehung zu gestalten heißt, sich miteinander vertraut zu machen und respektvoll miteinander umzugehen
„Wir müssen uns miteinander verwickeln, damit wir uns entwickeln können“ (Adriano Miliani Comparetti)

- **Raum:** Einerseits der reale Raum (Gruppenraum, Klasse, Turnsaal,...) und andererseits ein Raum mit klaren Grenzen – ein Raum aus Regeln, Ritualen, Klarheit, Struktur und Sicherheit „Wir müssen Grenzen definieren, damit sich der Mensch innerhalb dieser Grenzen frei bewegen kann“ (Nelly Petauschnig)
- **Zeit:** Dem Menschen wird Zeit gegeben sich und seinen Körper mit im experimentieren mit verschiedenen Materialien und im Umgang mit den anderen Teilnehmern zu erfahren,...Zeit geben bedeutet auch, dass diese intensiv und sinnvoll genutzt wird.
„Die Zeit die wir miteinander verbringen sollte von hoher Qualität sein“ (Emmi Pickler)
„Das Gras wächst nicht schneller auch wenn wir daran ziehen“
- **Inhalt:** Wenn die ersten drei Dimensionen erfüllt sind, ist der Inhalt nicht mehr so bedeutend. Es geht mehr um das „WIE“ als um das „WAS“. Wichtig ist jedoch, dass die Inhalte auf die Bedürfnisse der Menschen, mit denen der/die Motopädagoge/in zu tun hat, abgestimmt sind.

Psychomotorische Leitideen

1. **Ganzheitlichkeit** – Förderung der Entwicklung der Gesamtpersönlichkeit über das Medium Bewegung
2. **Entwicklungsorientiertheit** – es geht nicht um die größtmögliche Leistung, sondern die bestmögliche Entwicklung
3. **Handlungsorientiertheit** – durch Selbsttätigkeit zur Selbstständigkeit; nicht anleiten sondern anregen
4. **Ressourcenorientiertheit** – von den Stärken des Einzelnen ausgehen
5. **Freiwilligkeit** – „Einen freien Willen haben und diesen auch einsetzen zu können, gibt dem Kind die Gewissheit, dass es ernst genommen wird, dass nicht der Erwachsene für es Entscheidungen trifft, sondern dass es selbst über das, was sein Leben betrifft mitbestimmen darf“ (Renate Zimmer)
6. **Kommunikationsorientiertheit** – Prinzip des Vorschlags und Gegenvorschlags

Phasenmodell:

- Ankommen / Begrüßung
- Extensive Phase / In Bewegung kommen/ „miteinander warm werden“
- Intensive Phase – Kreativität / Experiment/ Wertschätzung/ Spiel
- Entspannung
- Reflexion
- Ausklang
- Nachklang

Integra 19.9.2012

Die psychomotorischen Zielbereiche:

- Ich-Kompetenz durch positive Körpererfahrung
- Sach-Kompetenz durch vielfältige Materialerfahrung
- Sozial-Kompetenz durch das freudvolle Miteinander

- Handlungs-Kompetenz

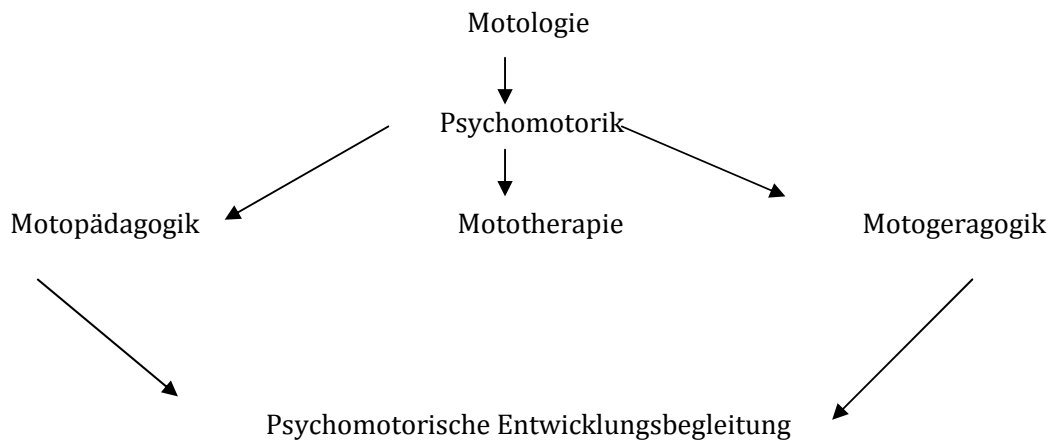
„Ich tue“ – Selbständigkeit
„Ich kann“ – Selbstwirksamkeit
„Ich bin“ – Selbstbewusstsein

(Michaela Steiner Schätz)

Nicht anleiten, sondern anregen ist die Devise!

**Es geht nicht um höchstmögliche Leistungen, sondern um die bestmögliche
Entwicklungsförderung durch das Medium Bewegung.**

Woher stammt das Konzept der Motogeragogik ?



Praxisüberlegungen:

Rituale
Themen / Biografischer Ansatz
Material (Alltag, Erinnerungen)
Musik
Experiment
Funktionsgymnastik
Spielemente
Tanz / Rhythmus
Memory-Elemente
Entspannung/Massage

Bedeutungsdimensionen der Bewegung:

- Instrumentelle Dimension – unser Körper als Werkzeug
- Explorierend- erkundende Dimension – über Bewegung immer Neues entdecken und erkennen
- Soziale Dimension – „wir müssen aufeinander zu-gehen“
- Personale Dimension

Mit intensiver Beziehungsgestaltung, Musik, Berührung und Materialien mit unterschiedlichem Aufforderungscharakter erwachen auch hochgradig demente Menschen von Einheit zu Einheit mehr und es gelingt tatsächlich diese bewegten Brücken zu ihnen zu schlagen

www.demenz-bewegen.org

www.motogeragogik.org

Thesi Zak 0664 47 29 171