

Verband der Psychomotoriktherapeutinnen und -therapeuten
Association des thérapeutes en psychomotricité
Associazione dei terapisti della psicomotricità

**psychomotorik schweiz**
psychomotricité suisse
psicomotricità svizzera



Psychomotoriktherapie
Eine Chance für Menschen mit einer
Autismus-Spektrum-Störung (ASS)

1. Kommunikation

Auffälligkeiten in der Kommunikation sind eines der Diagnosekriterien bei Menschen mit ASS. Wie stark dies Betroffene einschränkt, ist sehr unterschiedlich. Das Spektrum reicht von Menschen, die über keine Verbalsprache verfügen bis hin zu Personen, welche eine hochfunktionale Sprache entwickeln. Unabhängig von den lautsprachlichen Fertigkeiten ist die Kommunikationsfähigkeit als wechselseitiger, dynamischer Prozess eingeschränkt.

Die Psychomotoriktherapie bietet über den Körper, die Bewegung und das Spiel einen Dialog an und erweitert damit die Kommunikation um den nonverbalen Bereich. Die Fähigkeit, Gestik und Mimik zu vermitteln und zu verstehen, ist für eine gelingende Interaktion zentral. Durch die Verbindung von Bewegung, Handlung und Sprache eröffnet die Psychomotoriktherapie ein ganzheitliches Erfahrungsfeld, in welchem die Kommunikation gestärkt werden kann.

2. Soziale Interaktion und Emotionsregulation

Soziale Situationen stellen für Menschen mit ASS häufig eine grosse Herausforderung dar. Beziehungen zu knüpfen und aufrecht zu erhalten kann erschwert sein. Es können Besonderheiten im Erkennen, im Ausdruck und in der Regulation der eigenen Emotionen bestehen. Auch die Berücksichtigung und die situativ angemessene Einschätzung der Emotionen von anderen Menschen können auffällig sein.

In der Psychomotoriktherapie wird über Körper, Bewegung und Sprache der Zugang zu den Emotionen erweitert. Eigene Bedürfnisse können besser wahrgenommen und sowohl auf verbalem wie auch auf nonverbalem Weg mitgeteilt werden. Die Psychomotoriktherapie bietet die Möglichkeit, in einem geschützten und geführten Rahmen soziale Erfahrungen im Einzel- und Gruppensetting zu machen. Dabei kann die Psychomotoriktherapeut*in vermittelnd zur Seite stehen und Betroffene dabei unterstützen, die Perspektive von anderen zu verstehen. Dies ermöglicht, soziale Situationen besser einzuschätzen und angepasster darauf zu reagieren.

3. Sensorische Besonderheiten

Im Bereich der Sinneswahrnehmung zeigen sich bei Menschen mit ASS vielfältige Besonderheiten in Form von Unter- oder Überempfindlichkeiten. Dies kann zu Schwierigkeiten bei der Einordnung und Verarbeitung von Reizen führen, woraus eine Reizüberflutung entstehen kann. Möglicherweise besteht ein Bedürfnis nach sehr starken Wahrnehmungsreizen. Die Reaktionen eines Menschen auf seine Umwelt sind direkt von seiner Wahrnehmung und deren Verarbeitung und Verknüpfung abhängig.

Die Wahrnehmung als Grundlage für viele weitere Entwicklungsbereiche nimmt in der Psychomotoriktherapie einen wichtigen Stellenwert ein. Die Psychomotoriktherapie ermöglicht Eigenaktivität, welche vom Bewegen über das Bewirken zum Bewältigen führt. Weiter schafft sie einen Rahmen, in welchem durch bewusste Körperwahrnehmung Sinneserfahrungen erlebt, verarbeitet und integriert werden können.

4. Bewegung und Koordination

Über den Körper nehmen wir unsere Umwelt wahr und treten mit ihr in Kontakt. Die Körperwahrnehmung steht in einer engen Wechselwirkung mit der Motorik. Besonderheiten in der Körperwahrnehmung können bei Menschen mit ASS dazu führen, dass die Körperkoordination, das Erlernen neuer Bewegungsmuster und die Planung und Ausführung von Alltagshandlungen erschwert sind.

In der Psychomotoriktherapie steht der bewegte Körper im Zentrum. Auf der Basis ihres spezifischen Fachwissens kann die Psychomotoriktherapeut*in Menschen mit ASS individuell beim Aufbau einer differenzierten Körperwahrnehmung und koordinierten Bewegungsabläufen unterstützen.

5. Handlungsplanung und exekutive Funktionen

Menschen mit ASS haben oft Schwierigkeiten, zu erledigende Aufgaben so zu strukturieren, dass sie den Erwartungen von aussen gerecht werden. Auch die Steuerung von Impulsen und Bedürfnissen kann erschwert sein und stereotype Verhaltensweisen können auftreten. Oft stellen das Erlernen, Automatisieren und flexible Erweitern von Handlungsabläufen für Menschen mit Autismus eine grosse Herausforderung dar.

Die Psychomotoriktherapie begleitet Betroffene beim Erlernen von Kompetenzen, welche notwendig sind für die Teilhabe in der Gesellschaft. Dazu gehören beispielsweise, sich einlassen zu können auf Anforderungen von aussen, das Einhalten von Regeln und die Erweiterung der Handlungsplanung.

6. Selbstkonzept

Im Alltag erleben Menschen mit Autismus viele Herausforderungen, da sie über eine eigene Denkweise verfügen und Situationen häufig anders wahrnehmen als ihr Umfeld. Dadurch entstehen immer wieder Missverständnisse und in der Folge ein Gefühl des Nicht-Verstanden-Werdens. Die Erfahrung, die Erwartungen von Anderen nicht einordnen und dadurch nicht erfüllen zu können, kann die Sicht auf die eigene Person negativ beeinflussen.

Die Stärkung eines positiven Selbstkonzeptes ist ein zentrales Thema in der Psychomotoriktherapie. Es gründet auf der Überzeugung, selbst etwas bewirken zu können und auf dem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Durch Bewegen und Handeln erleben Menschen ihre Selbstwirksamkeit sehr unmittelbar und direkt. Dank eines positiven Selbstkonzeptes gelingt ein eigenmotiviertes und erfolgreiches Lernen.

7. Ressourcen und Kreativität

Viele Menschen mit ASS haben eine ungewöhnliche Faszination für bestimmte Themenbereiche. Individuelle Stärken und Interessen werden in der Psychomotoriktherapie aufgenommen und als Ressourcen für die weitere Entwicklung genutzt. Über den kreativen Ausdruck wird der Fantasie und den persönlichen Interessen Raum gegeben. Auch im therapeutischen Spiel stehen die Ressourcen und die Fantasie des Kindes im Zentrum. Die individuellen Stärken und Interessen können als Brücke in andere Lernbereiche genutzt werden. Dabei kann die Psychomotoriktherapie den Transfer in das Umfeld der Betroffenen begleiten.

8. Begleitung und Kontinuität

Psychomotoriktherapeut*innen leisten im Bereich ASS einen wesentlichen Beitrag. Sie können nicht nur den Prozess eines ersten Verdacht bis zur Abklärung bei einer Fachstelle begleiten, sondern auch die Therapie von Betroffenen und die Beratung ihres Umfeldes sicherstellen.

Übergänge bedeuten für viele Menschen mit ASS eine Herausforderung. Psychomotoriktherapeut*innen sorgen für Kontinuität in der Begleitung von Familien und Betroffenen bei Übergängen während der Schulzeit oder in das Berufsleben. Sie pflegen eine multiprofessionelle Zusammenarbeit und verfügen über ein breites Netzwerk zu weiteren Fachpersonen.

Psychomotoriktherapeut*innen unterstützen das Umfeld dabei, Verständnis für die Besonderheiten eines Menschen mit Autismus zu entwickeln und die Rahmenbedingungen adäquat zu gestalten. Dies ist wichtig, um den Anpassungsdruck und den daraus entstehenden Stress der Betroffenen zu reduzieren. So kann Folgestörungen vorgebeugt werden.

Ziel der psychomotorischen Arbeit ist es, Menschen mit ASS mehr Lebensqualität und eine bessere soziale Partizipation in Schule und Gesellschaft zu ermöglichen.

Berufsbild Psychomotoriktherapeut*in



Verband der Psychomotoriktherapeutinnen und -therapeuten
Association des thérapeutes en psychomotricité
Associazione dei terapisti della psicomotricità



psychomotorik schweiz
psychomotricité suisse
psicomotricità svizzera

Psychomotorik Schweiz
Genfergasse 10
3011 Bern

Telefon 031 301 39 80
info@psychomotorik-schweiz.ch

www.psychomotorik-schweiz.ch