

Elfriede Hengstenberg

War von 1915 an als Gymnastiklehrerin in Berlin tätig. In ihrer Arbeit mit Kindern, die wegen Haltungsschwächen oder orthopädischer Probleme zu ihr kamen, suchte sie nach einem Weg, der es den Kindern ermöglichte, ihre ungünstigen Haltungsgewohnheiten aus selbstgewonnener Erfahrung zu verändern. Als Schülerin Elsa Gindlers wusste sie, dass Haltung und Bewegung einen tiefen Zusammenhang mit der Persönlichkeit eines Menschen haben und dass Korrekturen von außen keine dauerhafte Verbesserung bewirken können.

Hengstenberg ließ die Kinder an Stangen, Leitern, Brettern u.ä. probieren, wie eine Kletter- oder Balancieraufgabe am besten zu bewältigen sei. Unabhängig von Lob, Tadel oder Anweisungen des Erwachsenen fanden die Kinder zu ihrem angeborenen Forscherdrang zurück und machten Entdeckungen, die ihr Bewegungsverhalten tiefgreifend veränderten.

Zugleich wurden die Kinder selbstbewusster und selbständiger: die

Ängstlichen lernten ihre verborgenen Fähigkeiten kennen, die Übermütigen begannen ihre Grenzen wahrzunehmen, die Flüchtigen fanden zu Konzentration und Ausdauer in der Auseinandersetzung mit einer selbst gewählten Aufgabe.

Die Vorbereitung einer interesseweckenden Umgebung einerseits, und die respektvolle Begleitung der Kinder andererseits, sind die Grundprinzipien Hengstenbergs.

Klettern-Balancieren-Ausprobieren

In den Bewegungsgruppen, die wir in unserer Praxis anbieten, verwenden wir die von E. Hengstenberg entwickelten Kletter- und Balanciergeräte und orientieren uns an ihrer Arbeitsweise.

Die Kinder, 3-6 pro Gruppe, werden von Therapeutinnen begleitet. Nachdem sie sich für eines der Bewegungsangebote entschieden haben, erforschen die Kinder in ruhiger Atmosphäre die Möglichkeiten des jeweiligen Geräts. Jedes Kind probiert so lange es möchte an einer Station, ohne Zeit- und Leistungsdruck von außen.

Die begleitende Therapeutin benennt vielleicht den Versuch eines Kindes, sie kann Vorschläge machen oder die Materialien nach dem Bedürfnis eines Kindes modifizieren. In einer schwierigen Situation gibt sie dem Kind durch ihre Nähe Sicherheit.

Die Kinder lernen, gerade durch die Wiederkehr derselben Geräte über mehrere Wochen, Variationen in ihren Versuchen zu finden. Sie beginnen, sich selbst Aufgaben zu stellen und sich daran zu messen; sie gewinnen Sicherheit in ihrer Selbsteinschätzung und werden ermutigt, auch ihrem Bedürfnis nach kleinen Ruhepausen Raum zu geben.

Die Auseinandersetzung mit den Materialien, die von den Therapeutinnen in Kenntnis der Fähigkeiten der Kinder arrangiert werden, verlangt ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und innerer Anwesenheit. Dadurch hilft das Angebot den Kindern nicht nur, ihre Bewegungsgeschicklichkeit zu verbessern, sondern es erweitert ihre Kompetenzen in einem umfassenden psychomotorischen Sinn.

Bewegungsgruppe nach Elfriede Hengstenberg

Der Rahmen

- Klettern und Balancieren im vorbereiteten Raum
- Hengstenberg-Geräte, bestehend aus Leitern, Stangen, Brettern, etc. und anderen weiterentwickelten Holzmaterialien
- Altersgleiche Gruppen von Kindern zwischen vier und acht Jahren
- Kletterstunden 1 mal wöchentlich/ 60 Min.
- Gruppengröße: 3-6 Kinder

Die Kinder

- wählen ihre Bewegungsaufgaben selbständig
- arbeiten selbstbestimmt ohne Zielvorgaben oder Bewertungen
- machen Erfahrungen, die sowohl ihre Geschicklichkeit als auch ihre Aufmerksamkeit und Eigenverantwortlichkeit verbessern

Die Therapeutinnen

- unterstützen die selbstgewählte Aktivität der Kinder
- reichen keine „helfenden Hände“, sondern lassen die Kinder ihre individuellen Fähigkeiten in einem geschützten Raum kennenlernen
- schaffen eine ruhige Atmosphäre für ungestörtes Probieren

KLETTERN BALANCIEREN AUSPROBIEREN



BEWEGUNGSGRUPPEN FÜR KINDER nach Elfriede Hengstenberg

PRAXISGEMEINSCHAFT
ERGOTHERAPIE

Karin Burtscher
Isolde Schachner