

Psychomotorische Gesundheitsförderung - was ist das?

- Im Vordergrund steht das Medium BEWEGUNG und die Erfahrung des eigenen Körpers als Ressource. Die Klientel sollen sich durch Bewegung und Handlung wahrnehmen, erleben und erfahren.
- Psychomotorische Gesundheitsförderung betrachtet den Menschen als Wesen, dessen Emotionen, Kognitionen, sinnliche Wahrnehmungen, Bewegungen und soziale Kommunikation in enger Wechselbeziehung geschehen.



- Körper- und Selbstkonzept entwickeln sich über die gesamte Lebensspanne in Abhängigkeit von Lebenswelt und Lebensgeschichte.

Psychomotorische und bio-psycho-soziale Gesundheitsförderung

in der Sozialen Arbeit



Die Praxis:

- Bewegungs-Lebensthemen werden erfahrbar gemacht, z. B. den eigenen Körper mit seinen Fähigkeiten und Grenzen wahrnehmen, Spielen, Sich konzentrieren, in Balance bleiben, Selbstwirksamkeit erfahren, Erlernen von Atmungs-, Bewegungs- und Entspannungsverfahren, Kooperieren, Konkurrieren, sozial Interagieren, und viele mehr..
- Wohlbefinden und die Freude am Erleben stehen stets im Vordergrund.
- Die Handlungen sind prozessorientiert, Erfahrungs- und Handlungsorientiert, Bedürfnisorientiert und Lösungsorientiert.
- Es wird zum Selber Tun angeregt, anstatt von Vorgeben.

Projekt-Arbeitsfelder der Sozial Arbeit im Projektfeld psychomotorische und bio-psycho-soziale Gesundheitsförderung:

- Seniorenarbeit - Seniorenresidenzen/Altenheime/Betreute Wohneinrichtungen
- Frühförderung - Kindergärten/Kitas/Vorschulen
- Grundschulen
- Jugendarbeit
- Klinische Arbeitsfelder - Einrichtungen der Kinder und Jugendpsychiatrie
- Einrichtungen für die ambulante Betreuung psychisch Erkrankter
- Drogenberatung

Psychosoziale und körperliche Zielsetzungen für die Klientel in der Sozialen Arbeit in den Arbeitsfeldern:

- Stärkung gesundheitlicher Schutzfaktoren
- Veränderung von Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein
- Förderung der Kommunikations- Handlungsfähigkeit,
- Förderung der Sozialkompetenz
- Förderung der Lebenskompetenz

Zielsetzungen für die Projektstudierenden:

- Konzeptionierung, Planung und Durchführung von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung.
- Analyse und (Selbst-)reflektion bio-psycho-sozialer gesundheitlicher Problemlagen.
- Kompetenzen im Umgang mit ausgewählten gesundheitlichen Problemlagen.

Kompetenzen im Bereich des Projektmanagements.

Kontakt:

- Prof. Dr. Ruth Haas (ruth.haas@hs-empden-leer.de)