

## **Jenseits der Worte Freude an Bewegung und Sinneserfahrung**

Aufwachsen bedeutet, sich vom Körper zum Denken, von der Verwobenheit mit dem anderen zur Einheit, von der Globalität zur Besonderheit zu entwickeln.

In der sehr frühen Welt des kleinen Menschen verdichten sich Körper und Emotionen. Der Körper ist für das Baby die bevorzugte Ausdrucksform seiner Emotionen, der tonisch-emotionale Ausdruck. Tonus und Bewegung ergeben für das Baby einen Sinn. Extreme tonische Äußerungen signalisieren beispielsweise Leid und Angst, während Eutonie, eine wohltuende tonische Spannung, sein Wohlbefinden und seine mögliche Öffnung zur Welt zum Ausdruck bringen. Die Haltung des Umhüllens wird zur Haltung der Rückversicherung.

Dieser tonisch-emotionale Kern wird nach und nach mit den ersten psychischen Spuren angereichert, Erinnerungen an lustvolle Erfahrungen in der Mutter-Kind-Beziehung. Zunächst handelt es sich um unbewusste, chaotische, flüchtige Körperengramme, die sich später in Form von primären Vorstellungen stabilisieren. Bernard Aucouturier nennt sie „Handlungsfantasmen“ (vgl. *Aucouturier* 2006, 53 und 2019, 29–32). Das physiologische Bedürfnis wandelt sich in den Wunsch, die relationale Erfahrung der Freude an ihrer Befriedigung wiederzuerlangen.

### **Die Einheit des Selbst**

Durch die Reifung der Großhirnrinde und der subkortikalen Vernetzung sowie durch die Erfahrung der täglichen Realität des Bemutterns, der Kontraste zwischen den Momenten der primären Verschmelzung und der Trennung, beginnt das Baby immer deutlicher zu spüren, dass es ein Hier und ein Dort gibt, eine Abgrenzung zwischen ihm und dem anderen. Seine Wahrnehmung einer physischen und psychischen Grenze zwischen sich und dem anderen wird intensiver und stabilisiert sich allmählich. Das Baby erlebt zunehmend seine innere Identität, sein körperliches Selbst (vgl. *Aucouturier* 2006, 117).

Das Erfassen der Einheit des Selbst stellt einen grundlegenden Wendepunkt in der psychischen Reifung dar. Wenn das Kind sein Spiegelbild erblickt, erfasst es von außen seine Einzigartigkeit und seinen Platz unter den anderen. Das Kind muss sich nun mit einer neuen Angst auseinandersetzen: der Angst, allein zu sein, getrennt von der Mutter. Es muss das Gefühl haben, anerkannt zu werden, unter anderem durch seinen Vornamen, und als einzigartiges Wesen geliebt zu werden (vgl. *Aucouturier* 2019, 60).

Diese Bewegung der Befreiung von der Egozentrik hin zu einem Universum, das durch verbale und symbolische Sprache in differenzierte Einheiten strukturiert ist, ist die Dezentrierung. Sie ist ein wichtiges Ziel der Psychomotorischen Praxis.

### **Die Dezentrierung**

Damit sich das Kind aus der Ganzheit von Körper, Gefühl und Denken lösen und diesen großen Paradigmenwechsel integrieren kann, muss es sich unbedingt von seiner Umgebung unterstützt und gesichert fühlen.

Dieser Prozess braucht Zeit und durchläuft zahlreiche Unwägbarkeiten. Bis zum Alter von 6 bis 7 Jahren dominiert die Ganzheitlichkeit weitgehend das kindliche Denken (vgl. *Aucouturier* 2006, 156–159). Doch diese Interdependenz der Register bleibt auf leisen Sohlen das ganze Leben lang bestehen, je nach Persönlichkeit mehr oder weniger bewusst und offensichtlich.

### **Das Grundprinzip im Ansatz Aucouturier**

Die ganzheitliche Entwicklung des Kindes über den Körper steht im Mittelpunkt der Psychomotorischen Praxis Aucouturier. In diesem Ansatz wird davon ausgegangen, dass ein erstes Gefühl körperlicher Einheit grundlegend für die einzigartige Identität des Kindes ist. Ein Gefühl körperlicher Einheit ist die Basis für die gesamte menschliche Entwicklung – die körperliche, psychische und geistige Entwicklung.

Die Einheit des Selbst baut sich vor allem im ersten Lebensjahr auf, wenn sich das Baby in der Beziehung zu seiner Umgebung ausreichend sicher fühlt. Allmählich wird sich das heranwachsende Kind seiner Identität bewusst. Es nimmt sein Innenleben und die Grenzen von innen und außen wahr, es wird sich der anderen und der Objekte, die außerhalb von ihm sind, bewusst. Von dort aus überwindet es mit der Zeit einen egozentrischen Zugang zur Welt. Es lernt, sich zu dezentrieren, und damit eine objektivere Beziehung zu sich selbst, den anderen und den Objekten in einem organisierten und strukturierten Raum und einer strukturierten Zeit einzugehen. Das Kind erwirbt die Fähigkeit, sich und die Welt zu repräsentieren, durch Sprache zu symbolisieren, zu kommunizieren und zu kreieren. Es öffnet sich für Sozialisation und Lernen.

Die Einheit des Selbst wird jedoch unweigerlich beeinträchtigt: Hunger, Schwerkraft, Frustrationen usw. sind in der physischen und relationalen Realität unvermeidlich. Bei Kleinkindern ist diese Einheit noch partiell, fragil und manchmal sogar durch frühe desorganisierende Ängste gehemmt.

Die Psychomotorische Praxis Aucouturier schlägt deshalb einen Weg psychomotorischer Reifung vor, der dem Kind hilft, sein gesamtes Potenzial zu entfalten: Über die Freude an Sinneserfahrungen und Bewegung kann sich die körperliche Einheit (weiter-)entwickeln, Ängste werden abgebaut, und diese Erfahrungen führen zu einer tiefen Rückversicherung. Das Kind entwickelt sich auf diese Weise dank seiner inneren Ressourcen. Von den Psychomotoriker:innen wird es darin unterstützt, seine Ressourcen zu entfalten (vgl. *Aucouturier* 2019, 16 f. und 2006, 36 f.).

Ob in einer pädagogisch-präventiven Kindergruppe oder in therapeutischer Einzelarbeit – die Psychomotorische Praxis erfordert einen speziell strukturierten Rahmen in Bezug auf Raum, Zeit und Material. Ebenso grundlegend ist eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Kind und Fachleuten, die sich in ihrer Haltung an die Bedürfnisse des Kindes anzupassen verstehen.

### **Von der Angst zur Freude**

Die Spiele der tiefen Rückversicherung bewirken eine tonisch-emotionale Veränderung („transformation tonicoémotionnelle“), die die Einheit des Selbst fördert (vgl. *Aucouturier* 2006, 260).

Die motorische Expressivität wird als originäre Grundlage definiert: Über sie werden Körper und Bewegung zu Bedeutungsträgern. Sie zeugen von der frühen Geschichte jedes Einzelnen, von der Beschaffenheit seiner ersten Interaktionen, seiner Emotionen und seiner psychischen und geistigen Entwicklung. Psychomotoriker:innen sind achtsam und versuchen bedeutungsvolle Hinweise vom Kind aufzunehmen. So können Hypothesen über seine Entwicklung angestellt werden, insbesondere zur Qualität der Einheit des Selbst als Grundlage seiner Identität und seiner Fähigkeit, sich der Welt zu öffnen.

Die folgenden Fotos möchten – jenseits der Worte – den Entwicklungsprozess veranschaulichen, wie er in den Psychomotorik-Stunden vorgeschlagen wird.

Zunächst wird auf Kontraste in der tonisch-emotionalen Qualität verwiesen, wie sie bei zwei Spielen zur tiefen Rückversicherung – hier dem Umhüllen und dem Fallen – zu beobachten sind. Angst und Freude stehen in Kontrast zueinander. Von hier aus lässt sich der Veränderungsprozess ableiten, der im Mittelpunkt der Arbeit steht.

Dann wird aufgezeigt, wie dieser Weg zur Einheit die psychische Reifung fördert, indem er Zugang zu

neuen Symbolisierungsfähigkeiten schafft. Anschließend wird dieser Prozess in Verbindung mit der Ausbildung der Psychomotoriker:innen gebracht und Perspektiven der Professionalisierung werden aufgezeigt.

Die Fotos werden kommentiert und Hypothesen dazu formuliert. In der Praxis erfordern solche Hypothesen eine längere und eingehende Beobachtung des Kindes und der möglichen Verbindung zu markanten Elementen seiner Geschichte.

### **Umhüllen als Spiel der tiefen Rückversicherung**

Das Spiel des Umhüllens fördert das Erleben der Einheit des Selbst, indem die Wahrnehmung der Haut betont wird, die diese Einheit begrenzt und umfasst. Schaukeln und Drehen, manchmal miteinander verbunden, intensivieren die inneren Empfindungen.

*Ein kleines Mädchen hat sich in einer Hängematte niedergelassen. Sie dient ihr als Rückenstütze und hebt sie vom Boden ab. Sie ist allein, bewegt sich nicht, ist inaktiv und in sich zusammengekauert. Ihre Hände, die auf ihr gefaltet sind, versuchen vielleicht, sie zu sammeln, sie zusammenzufügen. Freude und Lust scheinen nicht vorhanden zu sein. Sie schaut in die Kamera, ohne sich wirklich an der Kommunikation zu beteiligen. Sie scheint auf eine Bewegung des Erwachsenen zu warten, vielleicht darauf, dass er sie ansieht, ihr Aufmerksamkeit schenkt, sie versteht und von ihrem Unwohlsein und ihrer Traurigkeit berührt wird. Ist es eine Geschichte von Vernachlässigung, von Verlassenwerden, von der uns ihr Körper erzählt?*

*Im Unterschied dazu erleben hier zwei Kinder gemeinsam die Freude am Schaukeln und Umhüllen. Das Kind auf der rechten Seite sucht den Blick seines Spielkameraden, man kann sein Lächeln erahnen, es sucht die Kommunikation. Das andere ist bereits nach außen gerichtet. Trotz einer gewissen Zurückhaltung des Mundes kann man die Freude in seinen Augen lesen. Das Gefühl der Einheit und die Freude, man selbst zu sein, festigen die Identität und ermöglichen eine vertrauensvolle Öffnung gegenüber dem anderen und der Gruppe.*

### **Das Spiel um „Leeren und Füllen“**

Das Spiel um „Leeren und Füllen“ markiert den Übergang zur Repräsentation der Einheit (vgl. Aucouturier 2006, 101).

Sobald die körperliche Einheit einigermaßen gefestigt ist, werden die sogenannten präsymbolischen Spiele möglich. Sie zeugen von der Fähigkeit des Kindes, sich von einem selbstbezogenen Körpererleben zu dezentrieren und sich mit größerer Objektivität auf die Welt einzulassen. Bei dieser Modalität der Symbolisierung muss sich die mentale Repräsentation noch auf konkretes Material stützen. Erst im Alter von 6 bis 7 Jahren erlangt das Kind die Fähigkeit, ausschließlich „mit dem Kopf“ zu denken, und zwar durch Sprache und mentale Repräsentationen.

*Hier sieht man ein Kind, wie es sich ganz in sein Spiel hineinprojiziert. Man kann seine Vertikalität wahrnehmen, seine geistige Konzentration, seine Freude und seinen Stolz – sich selbst und anderen gegenüber –, seine frisch erworbene Einheit zu repräsentieren. Der blaue Eimer, der möglichst viele Bälle enthält, ist wie seine Haut, sie enthält sein körperliches und psychisches Inneres, das es vielleicht als ziemlich überbordend empfindet!*

Das Kind vergewissert sich immer der Beständigkeit seiner Einheit: Es dekonstruiert sie, um sie mithilfe des Materials im Anschluss wieder zu rekonstruieren. Darüber festigt sich seine Einheit. Es wechselt zwischen Leeren und Füllen, Sammeln und Verteilen, Aufbauen und Abbauen – in diesem Sinne der immerwährende Erfolg von Wasser- und Sandspielen am Strand!

Die „Formation Personelle“ respektive die Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit als Teilbereich der Ausbildung ermöglicht es den Ausbildungsteilnehmer:innen, die Situationen, die die Kinder leben, noch einmal selbst zu erleben, um ihren Reichtum und ihre Tiefe zu entdecken. So können sie die tonisch-emotionale Resonanz entwickeln, d. h. die körperliche und emotionale Wirkung des anderen auf sich selbst spüren, damit sie ihre Haltung an die tiefen Bedürfnisse des anderen anpassen können.

*Eine Teilnehmerin hatte gerade eine lange Umhüllung in einem weichen Stoff erlebt, der sehr eng am Körper anlag und das Gefühl der Körperhülle intensivierte. Sie konnte nichts sehen. Eine andere Teilnehmerin begleitete sie in einem stillen, aufmerksamen und wohlwollenden Kontakt. Im Moment des Wiedersehens fällt die große Entspannung der Person am Boden auf, ihr Gesammeltsein und ihre Einheit, die mit ihrem Inneren in Kontakt steht. In der Intensität ihrer Blicke und ihres Lächelns sieht man die gegenseitige Freude an der Begegnung und der gegenseitigen Anerkennung.*

### **Der Fall und der Sprung in die Tiefe**

Der Sprung ist eine komplexe Erfahrung: Er führt zum Verlust der Stützpunkte, zur Projektion des Selbst in die Leere, zum freien Fall und schließlich zur Rückkehr auf den Boden. Er kann Freude bereiten und das Gefühl der Existenz stärken, aber er kann auch die Angst wecken, sich zu verlieren, unendlich weit in die kosmische Leere zu fallen und beim Aufprall auf den Boden in tausend Stücke zu zerfallen. Es weckt Fantasmen, die zum Menschsein gehören – und bisweilen in einer wenig feinfühligem frühen Bemutterung erlebt wurden (vgl. Aucouturier 2006, 89–90).

Auch das Rutschen konfrontiert das Kind mit der Angst vor der Leere, allerdings in abgeschwächter Form, da das Becken und die Beine auf der schiefen Ebene aufgestützt bleiben.

*Hier hält sich das Kind mit beiden Händen und dem rechten Fuß fest, es hält den Atem an, sein Gesicht und sein Körper verraten uns seine ganze Besorgnis. Die Kontrolle, die zunächst natürlich ist, muss dem Loslassen weichen, damit die Freude am Rutschen voll ausgelebt werden kann.*

Wenn die Einheit des Selbst ausreichend gefestigt ist, stärkt der Sprung in die Tiefe diese Einheit. Er wird zu einem wertvollen Mittel narzisstischer Stärkung, einer Quelle für Freude und Stolz.

*Im Gegensatz zum vorherigen Bild sehen wir hier ein Kind in einem schönen Schwung, einer freien, freimütigen Projektion des Selbst in den Raum, mit einer guten tonisch-emotionalen Regulierung zwischen Kontrolle und Loslassen. Es lächelt nicht nur mit dem Mund, sondern mit dem ganzen Körper.*

*Im Hintergrund ist ein kleines Mädchen zu sehen, das gerade dabei ist, einen Gegenstand von der Rutsche rutschen zu lassen oder – symbolischer – an ihrer Stelle rutschen zu lassen.*

In der Psychomotorik-Stunde benutzt jedes Kind das Material nach Belieben, je nach seinen Bedürfnissen und Ressourcen. Der Erwachsene lädt es ein und bietet Orientierung, traut dem Kind aber auch zu, seinen eigenen Weg zu finden.

### **Der Übergang zur Repräsentation**

Die Psychomotorik-Stunde wird mit dem Vorschlag, zu malen, zu modellieren oder zu bauen, beendet. Dabei ist es wichtig, auf die Worte und Kommentare des Kindes zu seinem Werk zu achten. Dabei kann man sich aber auch auf die körperlichen und gestischen Spuren konzentrieren, die das Kind darin hinterlassen hat, die Spuren seiner motorischen Expressivität.

*Es handelt sich hier um die Zeichnung eines Kindes, das schon älter ist: Das Männchen ist schon genauer, Worte begleiten die Zeichnung. Die grafische Gestaltung zeugt jedoch vom Fehlen einer Tonusregulierung (Steifheit, Impulsivität). Die Wiederholung und Fixierung der nach unten gerichteten Striche, das Fehlen einer Bodenlinie, um sie aufzuhalten, und das Hängen des Männchens in der Luft deuten auf keine mögliche Begrenzung des Fall(en)s hin. Die Angst entsteht auch durch den dunklen, schweren und dichten Himmel, der herabzustürzen und alles auf seinem Weg zu erdrücken droht. Neben dem klar identifizierbaren Mann oder Männchen sind runde Formen zu erkennen, vielleicht Spuren der primären Umhüllung, manchmal leer, durchsichtig oder mit angstbesetzten Worten (Ha Ha). Nur das Covid-Virus scheint positiver besetzt zu sein, flüssiger, harmonischer, sonniger.*

Mit welchem Bild identifiziert sich der Urheber? Mit dem Männchen bzw. Mann? Mit dem Virus? Welche emotionale Belastung wird vermittelt? Welches Bild von sich selbst wurde dem Kind vermittelt?

Für dieses Kind, dessen Produktionen von angstbesetzten Fantasmen zum Verlust des Selbst durchdrungen sind, könnte eine psychomotorische Therapie, die ihm Halt gibt und ihm hilft, seine körperliche Einheit aufzubauen, angezeigt sein.

*Hier, in einem symbolisch elaborierteren Register, wird die Angst vor dem Sturz in einer Reitstunde in Szene gesetzt. Sie wird in eine Geschichte eingebettet, diese ist realistisch und inhaltsreich. Die Vielfalt der Konstruktionen zeugt von einer guten, sich nicht wiederholenden räumlichen Strukturierung. An der Integration der Einheit besteht kein Zweifel. Die Handlung integriert verschiedene interagierende Charaktere, die Sozialisierung ist deutlich vorhanden. Dieses Mädchen benötigt keine Hilfe über die Psychomotorische Praxis Aucouturier.*

### **Unser Weg**

Der Weg von der Angst zur Freude und zur psychischen Reifung ist manchmal ein ganz unerwarteter. Es ist wichtig, auf die vitalen Ressourcen des Kindes zu vertrauen sowie auf den einzigartigen, manchmal unerwarteten Weg, den es gehen wird, um diese Ressourcen zu entfalten. Das Kind zeigt ihn uns in der Psychomotorik-Stunde. Ihm Vertrauen zu schenken, ist wichtig, aber es ist nicht egal, wie man dies tut.

Die Praxis Aucouturier stützt sich auf eine Methode. Es gibt klare Leitideen, eine spezifische Methodik und einen konkreten, räumlich und zeitlich strukturierten Rahmen für diesen Reifungsprozess. Sie bietet eine fachliche Haltung an, die auf der tonisch-emotionalen Resonanz und der Empathie der Therapeut:innen beruht. Sie nehmen das Kind an, gehen achtsam mit ihm um, ermutigen es, vermitteln ihm ein positives Bild von sich selbst und laden es ein, Spiele zu entdecken, die ihm beim Großwerden helfen. Sie tragen Sorge für die Regeln und Grenzen des Rahmens sowie für den Sinn und die Ethik der Arbeit.

Für die Ausbildung in der Psychomotorischen Praxis Aucouturier sind drei Jahre erforderlich. Sie besteht aus drei Teilen: dem theoretischen und dem praktischen sowie der Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit in der „Formation Personelle“. Die Formation Personelle ermöglicht es den angehenden Praktiker:innen, sich von der eigenen Geschichte zu lösen, um sich ganz in den Dienst der tiefen Bedürfnisse des Kindes zu stellen. Nur wer sich wieder mit der eigenen motorischen Ausdruckskraft auseinandersetzt, kann die des Kindes verstehen, in einen beruhigenden und zugleich anregenden Dialog treten und dem Kind helfen, alle seine Ressourcen für ein gutes Aufwachsen zu entwickeln.

### **Literatur**

Aucouturier, B. (2006): Der Ansatz Aucouturier, Handlungsfantasmen und psychomotorische Praxis.

Bonn: proiecta Verlag.

Aucouturier, B. (2019): Handeln, Spielen, Denken. Bonn: proiecta Verlag.

**Philippe Lemenu**

Therapeut in Psychomotorischer Praxis Aucouturier, Supervisor, Ausbilder am belgischen Ausbildungsinstituts EBPPA (Brüssel), Mitbegründer und Mitglied der ASEFOP.

philippelemenu@gmail.com

**Danielle Michaux**

Klinische Psychologin, Neurolinguistin, Psychomotorik-Therapeutin, Ausbilderin am belgischen Ausbildungsinstitut EBPPA, Mitglied der ASEFOP.

daniellemichaux@hotmail.com