

Spielen, entdecken, w

Motorikförderung für die Ein- bis

ZU BEGINN

2018 trat die damalige Salzburger Gebietskrankenkasse (SGKK) mit der Anfrage an mich heran, das seit 2011 bestehende Gesundheitsförderungsprojekt „Baby isst mit!“ mit einem Motorikförderungs-Angebot für das Land Salzburg zu erweitern. Die kostenlosen Kurse sollten sich an Eltern von Kleinkindern im Alter von ein bis drei Jahren richten und ihnen Orientierung zur motorischen Entwicklungsförderung geben.

„Ja!“, dachte ich sofort, „Das möchte ich unterstützen!“, wo ich doch in meiner pädiatrischen Ergotherapiepraxis regelmäßig die Auswirkungen von Bewegungsmangel und motorischen Entwicklungsauffälligkeiten im Alltag von Kindern und Jugendlichen erlebe.

Regelmäßig kommen Eltern verunsichert mit ihrem jungen Kind zur ergotherapeutischen Abklärung zu mir, weil sie selbst Zweifel an der Normalentwicklung ihres Kindes hegen oder eine weitere Bezugsperson wie etwa die Kindergartenpädagogin auf eine Entwicklungsauffälligkeit hingewiesen hat. Oftmals stellt sich im Abklärungsverlauf heraus, dass die ungünstige Entwicklung des Kindes auf entwicklungshemmenden Verhaltens- und Erziehungsweisen der Eltern basiert. Ich mache dann die erfreuliche Erfahrung, wie rasch sich Alltagsschwierigkeiten und Entwicklungsauffälligkeiten auflösen können, sobald es gelingt, die Bezugspersonen aktiv in den Diagnostik- und Therapieprozess miteinzubeziehen und entwicklungsfördernde Herangehensweisen umzusetzen. Je jünger das Kind desto leichter. Dann kommt es vor, als dürfte ich mit meiner Intervention die Entwicklung des Kindes „anstopfen“ und sie läuft wieder wie von selbst. Je älter das Kind, desto festgefahrener sind oft die Alltagsschwierigkeiten des Kindes und seiner Familie. Nicht selten höre ich von Eltern: „Wenn ich das doch bloß schon früher gewusst hätte!“

Internationale und nationale Förderung der Kinder- und Jugendgesundheit

Nicht nur wir Ergotherapeut*innen machen die Erfahrung, dass sich entwicklungsfördernde Interventionen *je früher desto besser* auf die Gesundheit des Kindes auswirken. Gesundheitsexpert*innen auf der ganzen Welt machen sich Gedanken darüber. So hält die Weltgesundheitsorganisation (WHO) in ihrer europäischen Strategie zur Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen fest, wie wirkungsvoll es für ein Land ist, in die Gesundheit der Kinder zu investieren – besonders in den ersten drei Lebensjahren (WHO Regionalbüro für Europa, 2014). Die Leitprinzipien und Prioritäten der Strategie beinhalten Evidenzen dafür, dass die Gesundheit bzw. Krankheit von Erwachsenen auf den Erfahrungen und der Gesundheit in der Kindheit in allen Entwicklungsbereichen basiert – emotional, sozial, sprachlich, sensomotorisch, kognitiv und körperlich.

Im „Framework on Early Childhood Development in the WHO European Region“ werden diese Leitprinzipien für alle Kinder von null bis drei Jahren präzisiert empfohlen (WHO Regional Office for Europe, 2020).

Im Sinne der Gesundheitsförderung sollte ein Land ressortübergreifend diese Strategien ermöglichen: „Responsive Care“ als oberste Priorität und alle weiteren Maßnahmen begleitend, meint den achtsamen, behutsamen, bindungsorientierten Umgang der Bezugspersonen mit den Bedürfnissen der Säuglinge und Kleinkinder. Kinder lernen in all ihren Entwicklungsbereichen am besten durch das Spielen mit allen Sinnen in Alltagssituationen gemeinsam mit ihren Bezugspersonen und anderen Kindern. Die gesunde Ernährung sollte von Anfang an gelebt werden. Kinder ab einem Jahr ist aktive Bewegung von mindestens drei Stunden pro Tag empfohlen und sie sollten ausreichend Möglichkeiten und Unterstützung

AUTORIN

Maria Wolf, MEd

Ergotherapeutin, Master of Education;

freiberuflich tätig in eigener Praxis für Kinder und Jugendliche;

Lehr- und Vortragstätigkeiten für Eltern und Ergotherapeut*innen in Präsenz- und Onlinekursen

salzburg@ergotherapie-wolf.at

www.ergotherapie-wolf

www.facebook.com/ergotherapiewolf



achsen!

Dreijährigen



Ein Gesundheitsförderungsprojekt der ÖGK im Rahmen von „Baby isst mit – Baby macht mit!“

darin bekommen, ihre grob- und feinmotorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu trainieren. Die Konsumation von digitalen Medien sollte für Kinder ab zwei Jahren eine Stunde täglich nicht überschreiten und ist für unter Zweijährige tabu. Zahnhygiene, Impfungen und einfühlsame, kindgerechte Pflege und Behandlungen bei Krankheiten werden implementierend empfohlen.

In Österreich wurde seit 2011 eine Kinder- und Jugendstrategie (Bundesministerium für Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, kein Datum) weiterentwickelt, auf welcher das Gesundheitsziel 6 basiert: „Gesundes Aufwachen für alle Kinder und Jugendlichen bestmöglich gestalten und unterstützen“. (Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, 2022). Nationale, regionale und bundesländerübergreifende Projekte und Institutionen wie zum Beispiel die „Frühen Hilfen“, (Gesundes Österreich GmbH, 2022),

die Liga für Kinder und Jugendgesundheit, Österreichische Sozialversicherungsträger und öffentliche Elternberatungsstellen unterstützen die Umsetzung dieser Strategie.

Das Salzburger Projekt

Beim Salzburger ÖGK-Projekt „Dein Baby isst mit – Dein Baby macht mit!“ handelt es sich um kostenlose Kurse für Schwangere und Eltern von Babys und Kleinkindern. 2011 startete das Projekt in Form von Ernährungsworkshops in Kooperation mit „Richtig essen von Anfang an!“ (Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH, kurz AGES, 2022) und wurde 2019 um Kooperationspartner und Kurse der Rubriken Bewegung und Gesundheit erweitert: Yoga für Schwangere, Motorikförderung für die Ein- bis Dreijährigen, Erste Hilfe, Rauchfrei und Zahngesundheit. (Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), 2020)

„Kinder ab einem Jahr ist aktive Bewegung von mindestens drei Stunden pro Tag empfohlen.“

Spielen, entdecken, wachsen!

Ich durfte den Elternkurs „Spielen, entdecken, wachsen!“ mit dem Schwerpunkt Motorikförderung für die Ein- bis Dreijährigen konzipieren und erstellen. Mittlerweile bieten wir dieses zweistündige Angebot im ganzen Bundesland Salzburg an. Gemeinsam mit meinen fünf geschätzten Ergotherapie-Kolleginnen Eva Maria Ernst, Christine Fritsch, Eva Huber, Stefanie Huber und Diana Weise versorgen wir Stadt und Land Salzburg mit bis zu 20 Workshops pro Jahr. Die Gruppengröße von maximal 15 Teilnehmenden ermöglicht einen persönlichen Zugang. Die Eltern werden bei ihrer Online-Anmeldung darauf hingewiesen, dass es sich um einen Kurs für Erwachsene ohne Kinder handelt. Die Workshops finden in öffentlichen Räumlichkeiten oder direkt in den Ergotherapiepraxen der Kolleginnen statt. Ich organisiere die Kurse und kümmere mich um administrative Aufgaben in Zusammenarbeit mit der Projektleiterin von „Baby isst mit – Baby macht mit!“. Der Kursinhalt wurde so konzipiert, dass wir Kursleiterinnen den Teilnehmenden grundsätzlich gleiche Inhalte anhand der einheitlichen Powerpoint-Präsentation vermitteln – ergänzt mit unserer jeweils persönlichen Expertise. Die Eltern und Interessierten erhalten im Sinne der evidenzbasierten Entwicklungsförderung Informationen zu Motorik- und Spielentwicklung für Kinder im Alter von ein bis drei Jahren.

Spielen ist Turbolernen

Zu Beginn der Workshops gehen wir der Frage nach, was wir unter Motorikförderung verstehen und warum Spielen laut Entwicklungsforschern Turbolernen ist (Zimpel, 2014). Jedes Kind bringt individuelle Stärken und Interessen von Geburt an mit. Wir sollten diese im Sinne von Remo Largo's *Fit-Prinzip* erkennen und deren Entfaltung unterstützen. Gerät ein Kind in seiner Entwicklung aus dem Lot entsteht ein sogenannter *Misfit*. In diesem Fall, sollten wir nicht das Kind „zu reparieren“ versuchen, sondern vielmehr die Gegebenheiten seines Umfelds an seine individuellen Bedürfnisse und Stärken anpassen. Dies gilt übrigens ebenso für uns Erwachsene ... (Largo, 2018, 2019).

Die Eltern bekommen Inspirationen und konkrete Ideen, wie sie grob- und feinmotorische Aktivitäten spielerisch und bedürfnisorientiert indoor und outdoor anbieten können und erfahren, dass die besten „Spielzeuge“ und Spielideen in Alltagsgegenständen und in der Natur zu finden sind. Lassen wir die Kinder ihre Welt mit allen Sinnen in einem kindgerechten Rahmen selbst entdecken, können sie in allen Entwicklungsbereichen am besten wachsen. In diesem Sinne: Spielen – Entdecken – Wachsen! Wir besprechen die Risiken der entwicklungshemmenden Wirkung eines nicht kindgerechten Umgangs mit Medien wie dem Smartphone und dem Tablet (Habermann, 2020) und klären Fragen zu Entwicklung und Erziehung, welche die Eltern mitbringen oder die sich im Vortrag ergeben. Es geht vorrangig um die gesunde Entwicklung und wie Eltern diese bestmöglich unterstützen können. Dazu gehörend klären wir, wie Eltern erkennen können, ob sich ihr Kind normal entwickelt und wann es Sinn macht, sich Unterstützung zu holen. Sie erhalten Adressen für kostenlose regionale Anlaufstellen, falls am Ende des Workshops noch Unsicherheiten bestehen und wir den Eltern gezielte Beratung empfehlen.

Ausgestattet mit einem Package voll inspirierendem Wissen und konkreten Spielideen, Links zum Weiterlesen, Ausflugs-

tipps (Wanda Kampel Verlags KG, kein Datum) und der von Ergotherapeut*innen entwickelten, wertvollen Broschüre „Die rote Schnur“ (Verein „Die rote Schnur“ Ergotherapie und Prävention, 2009) ermutigen wir die Eltern, diese Inputs im Alltag mit ihrem Kind auszuprobieren und zu leben.

Onlinesetting versus Präsenzkurs

In Zeiten von Lockdown und körperlichen Begegnungseinschränkungen durch die Pandemie hat sich die Online-Version als gute und wichtige Option erwiesen. Nun macht sich eine Entwicklung breit, dass Eltern auch in der aktuellen Phase des wieder offenen Alltagslebens bei geringerem Covid19-Ansteckungsrisiko bevorzugt Online-Kurse buchen. Präsenzkurse kommen zugunsten der Online-Kurse kaum zustande. Ich halte diese Entwicklung aus mehreren Gründen für bedenklich:

Die Vermittlung und der Austausch über diese inspirierenden Inhalte sind in Präsenz ohne Frage lebendiger und bewegter möglich als in der Online-Version. Eltern sind jetzt besonders verunsichert, was die Entwicklung ihrer Kinder angeht, wo sie in den letzten beiden Jahren kaum Austausch mit anderen Eltern und Fachpersonen wie etwa in Mutter-Kind-Gruppen hatten. Sich zu trauen, Fragen zu stellen, fällt vielen Eltern in einer mutmachenden Präsenzurunde leichter. An der nonverbalen Kommunikation ist ablesbar, wo die Teilnehmenden stehen. Online können wir uns zwar sehen, ein tatsächlicher Blickkontakt ist jedoch nicht möglich.

In Bezug auf die Inhalte des gesundheitsförderlichen Umgangs mit digitalen Medien für Kinder und deren Bezugspersonen gleicht es Ironie, wenn Eltern währenddessen gemeinsam mit ihrem Kind von ihrem Smartphone aus am Workshop teilnehmen und so weder dem aktiven Folgen des Kurses noch der bedürfnisorientierten Betreuung ihres Kindes gerecht werden können.

Es wäre interessant zu evaluieren, weshalb sich Eltern aktuell bevorzugt für die Online-Version entscheiden. Wir hoffen sehr, dass die Präsenzkurse bald wieder regelmäßig zustande kommen und arbeiten an Strategien daran.

„Lassen wir die Kinder ihre Welt mit allen Sinnen in einem kindgerechten Rahmen selbst entdecken, können sie in allen Entwicklungsbereichen am besten wachsen.“

Youtubevideo in der Pandemie

Bevor Online-Kurse im Rahmen des Projekts möglich wurden, drehte die ÖGK im ersten Lockdown 2020 gemeinsam mit mir eine kleine Webinar-Reihe mit Ausschnitten der damaligen Kursinhalte. Ich muss zugeben, rund um den Dreh war ich sehr aufgeregt!

Mitunter weil wir die Umsetzung recht rasch improvisiert haben. Dennoch sind fünf informative Youtube-Videos entstanden, die verlinkt auf baby-isst-mit.at und dem Portal gesundheitskasse.at unter der Rubrik Motorikförderung anzusehen sind (Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), 2020).

Kurs für Familien mit Migrationshintergrund

Um der WHO-Strategie gerecht zu werden, ein besonderes Augenmerk auf Kinder von Migrant*innen und ethnischen Minderheiten zu richten, veranstalten wir in der Stadt Salzburg in Kooperation mit „Frau und Arbeit“ im Rahmen des Projekts „SALUS Salzburger Gesundheitslotsinnen“ jährlich zwei bis drei Kurse für Eltern mit Migrationshintergrund (Frau & Arbeit gemeinnützige GmbH, kein Datum).

In diese Kurse kommen die Eltern gemeinsam mit ihren Babys, Kleinkindern und größeren Geschwistern. Während die älteren Kinder mit den jüngeren spielen, gibt es gemeinsam mit zwei Dolmetscherinnen einen kurzen Input zur

Entwicklungsförderung. Anschließend dürfen mich die Eltern beobachten und sich aktiv miteinbringen, wie ich mit ihren Kindern spiele und dabei entwicklungsfördernd unterstütze. Sowohl die Kinder wie die Eltern sind zum Beispiel erstaunt, wenn ich einen Dreijährigen anleite und Mut mache, mit der Schere Schnipsel von einem Papierstreifen abzuschneiden. Kulturbedingt war diese Betätigung für das Kind bis dato tabu. Die Kinder sprechen schon oft gut Deutsch und laufen mir voll herzlicher Begeisterung zu. Sie freuen sich, mit mir spielen zu dürfen. Die Sprachbarriere zwischen uns Erwachsenen hemmt die Mütter nicht, neugierig und interessiert dabei zu sein. Sie stellen mir bei einer Kaffeejause viele Fragen, die ich gemeinsam mit der Sozialarbeiterin und der Dolmetscherin zu beantworten versuche oder auf Beratungsstellen verweise. Es geht auch um die Entwicklung ihrer bereits älteren Kinder, Fütterungsschwierigkeiten ihrer Babys oder Sorgen aus dem Alltagsleben. Einmal war die Sirenenprobe am Samstag um 12.00 Uhr zu Mittag zu hören. Viele der Teilnehmenden schreckten zusammen und fragten uns, was das zu bedeuten habe. Sie waren beruhigt, als wir es ihnen erklärten, worum es sich dabei handelt.

Zum Schluss

Es sind berührende und bewegte Momente speziell in den Kursen mit geflüchteten Familien, aber genauso in allen anderen Workshops. Auch wenn ein zweistündiger Workshop oftmals nicht ausreicht, um all den unterschiedlichen Bedürfnissen und Fragen der Eltern gerecht zu werden, fühlt sich jeder Kurs sinnvoll an und ermöglicht den Eltern weiterführende Auseinandersetzung mit der Thematik. Es macht

mir Freude, einen Baustein zur Gesundheit einer Gesellschaft beitragen zu können. „Investing in early childhood development (ECD) is one of the best investments a country can make“ (WHO Regional Office for Europe, 2020). Lasst uns dafür alle ressort- und berufsübergreifend an einem Strang ziehen für die Gesundheit unserer Kinder und die von uns Erwachsenen! Mehr davon! ■



QUELLEN

- Bundesministerium für Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. (kein Datum). *Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie*. <https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Kinder--und-Jugendgesundheit/Kinder--und-Jugendgesundheitsstrategie.html>
- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. (2022). *Gesundheitsziele Österreich*. Abgerufen am 16. Mai 2022 von <https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2017/05/bericht-arbeitsgruppe-6-gesundheitsziele-oesterreich.pdf>
- Frau & Arbeit gemeinnützige GmbH. (kein Datum). *fä Frau & Arbeit*. <https://www.frau-und-arbeit.at/index.php/projekte/salus-gesundheit>
- Frau und Arbeit. (kein Datum). <https://www.frau-und-arbeit.at/index.php/projekte/salus-gesundheit>
- Gesundes Österreich GmbH. (2022). *Frühe Hilfen*. <https://www.fruehehilfen.at/>
- Habermann, K. (2020). *Eltern-Guide Digitalkultur, Alternativen zu Smartphone, Spielkonsole & Co*. Springer Verlag GmbH. <https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/?contentid=10007.878902&portal=oegkportal>. (kein Datum).
- <https://www.kinderjugendgesundheit.at/>. (kein Datum).
- Largo, R. H. (2018). *Babyjahre - Entwicklung und Erziehung in den ersten vier Jahren*, Vollständig überarbeitete Neuauflage. Piper Verlag GmbH.
- Largo, R. H. (2019). *Das passende Leben - was unsere Individualität ausmacht und wie wir sie leben können*. Fischer Taschenbuch Verlag.
- Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH, kurz AGES. (2022). *Richtig essen von Anfang an!* <https://www.richtigessenvonanfangen.at/home/>
- Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK). (2020). *Dein Baby isst mit - Dein Baby macht mit!* Abgerufen am 16. Mai 2022 von <https://www.baby-isst-mit.at/ueber-uns/>
- Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit, *Gesundes Aufwachsen für alle Kinder*. (2022). Abgerufen am 16. Mai 2022 von <https://www.kinderjugendgesundheit.at/>
- Verein „Die rote Schnur“ Ergotherapie und Prävention. (2009). *Die rote Schnur*. http://www.dieroteschnur.at/leitfaden_und_vortraege.htm
- Wanda Kappel Verlags KG. (kein Datum). Wandaverlag. <https://www.wandaverlag.com/buecher/oesterreich/salzburg.php>
- WHO Regional Office for Europe. (2020). World Health Organization, iris.institutional Repository for Information Sharing. Abgerufen am 16. Mai 2022 von <https://apps.who.int/iris/handle/10665/332068>
- WHO Regionalbüro für Europa. (2014). Weltgesundheitsorganisation, Regionalbüro für Europa. Abgerufen am 16. Mai 2022 von <https://www.euro.who.int/de/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/policy/investing-in-children-the-european-child-and-adolescent-health-strategy-20152020>
- Zimpel, A. F. (2014). *Spielen macht schlau! Warum Fördern gut ist, Vertrauen in die Stärken Ihres Kindes aber besser*. GU Gräfe und Unzer Verlag GmbH.