

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	81 (2010)
Heft:	9: In Bewegung : wie Kopf und Körper profitieren
 Artikel:	Psychomotorische Intervention bei älteren Menschen : der Körper spricht eine deutliche Sprache
Autor:	Nicole, Anne-Marie / Rohner, Jürg
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-805521

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Psychomotorische Intervention bei älteren Menschen

Der Körper spricht eine deutliche Sprache

In Alters- und Pflegeheimen ist die Psychomotorik-Therapie noch weit weniger bekannt als in der Arbeit mit Kindern. Angesichts der positiven Erfahrungen könnte sich dies bald ändern.

Von Anne-Marie Nicole

Anne-Catherine Werder ist Psychomotorik-Therapeutin im Genfer Pflegeheim Petite Boissière. Sie ist bestens in das interdisziplinäre Team des Heims integriert und arbeitet eng mit der Ergo- und der Physiotherapeutin zusammen und, sofern in einer bestimmten Situation erforderlich, auch mit dem Psychiater. Einerseits betreut sie die Bewohnerinnen und Bewohner individuell, insbesondere mit Entspannungsübungen und Massagen, die Wohlbefinden verschaffen und der Person helfen, sich mit ihrem Körper in Einklang zu bringen. Andererseits führt die Psychomotorik-Therapeutin Gruppensitzungen durch für Personen, für die die üblichen Aktivierungsangebote des Hauses nicht geeignet sind.

Jeden Freitagnachmittag leitet Anne-Catherine Werder, meistens unterstützt von einer Praktikantin in Psychomotorik, eine Gruppe «Bewegungs-Tanz». Sie empfängt die Bewohnerinnen – Männer sind nur selten dabei – nach dem Prinzip «Es kann kommen, wer möchte» in einem Raum, der zwar gross genug ist für einen Kreis mit zehn Stühlen oder Rollstühlen, aber trotzdem nicht riesig erscheint und ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit vermittelt. Die Sitzung läuft immer nach demselben Ritual ab: Empfang mit Getränken und Begrüssung der Teilnehmerinnen, Bewegungen in einem Crescendo

von Rhythmisierung im Sitzen bis zu einigen Schritten Tanz für die ganz Mutigen, gegenseitiger Austausch, Versorgen allenfalls benutzter Hilfsmittel und Abschluss.

Die Ziele dieser Sitzung sind vielfältig: Orientierung in Zeit und Raum verbessern, Gleichgewicht und Gewandtheit in der Fortbewegung fördern (Sturzprophylaxe), soziale Kontakte aufrechterhalten und den Lebensmut stimulieren. Dabei ist im Auge zu behalten, dass der Augenblick zählt, ein besonderer Augenblick der Ruhe, der Freude und der Empathie, der nicht unbedingt auf langfristige Wirkung angelegt ist. «Besonders bei Personen, die an Demenz leiden, liegt unser Ziel darin, dass sie sich anders ausdrücken können, nämlich mit

ihrem Körper. Wir streben nichts Besonderes an; wir wollen einfach mit ihnen zusammenkommen, Vertrauen schaffen und vor allem verhindern, dass bei ihnen ein Gefühl des Versagens aufkommt», sagt Anne-Catherine Werder.

Das Individuum als Ganzes mobilisieren

Ganz allgemein geht es bei der Psychomotorik darum, das Individuum als Ganzes zu mobilisieren und seine Integration in die Umwelt zu fördern, und zwar ungeachtet seiner motorischen und sensorischen Fähigkeiten. Denn Psyche, Körper und Emotionen stehen in einem engen Zusammenhang. «Die Sprache des Körpers ist aussagekräftiger als Worte», erläutert Anne-Catherine Werder. Bei Zäsuren und emotionalen Schocks ist es manchmal einfacher, sich über den Körper und die Bewegung auszudrücken als verbal. Das zeigt sich bei älteren Menschen mit Demenz besonders gut. «Wir kennen im Allgemeinen die Schwachstellen und Defizite älterer Menschen», so Werder. «Mit der Technik der Psychomotorik können wir die noch vorhandenen Fähig-



Die Bewohnerinnen des Heims Petite Boissière sind nicht in der Lage, Rock-'n'-Roll zu tanzen. Im Lauf der Sitzung fassen sie aber Vertrauen und ihre Bewegungen mit den Armen, Beinen oder Füßen werden sicherer und deutlicher.

Fotos: amn

Etwas Geschichte

Die Ausbildung in Psychomotorik wurde Mitte der 60er-Jahre in Genf geschaffen, und zwar auf Anregung von Julian de Ajuriaguerra, einem französischen Neuropsychiater spanischer Herkunft, in Zusammenarbeit mit Suzanne Naville, einer der ersten Psychomotorik-Therapeutinnen der Schweiz. Professor Ajuriaguerra hatte damals den Lehrstuhl für Psychiatrie an der Universität Genf inne und war Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Bel-Air. Suzanne Naville war erste Leiterin der Ausbildung in Genf. Später hat sie die Psychomotorik in Zürich aufgebaut, zunächst am Kinderspital, dann beim städtischen Schulamt. Sie leitete auch die Ausbildung in Psychomotorik an der ebenfalls in Zürich ansässigen Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik (HfH). Seit 2008 bietet die Pädagogische Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz in Basel keine Psychomotorik-Therapeuten mehr aus. In der Deutschschweiz ist es seither nur noch an der HfH in Zürich möglich, einen Abschluss zu erwerben. In der Westschweiz bietet die Hochschule für Sozialarbeit (HETS) in Genf die Ausbildung an. Sie führt zu einem Bachelor in Psychomotorik. (amn)

Weitere Informationen:

www.hfh.ch/psychomotoriktherapie
www.ies-geneve.ch/psychomotricite

keiten einer Person, die wir auf den ersten Blick nicht wahrgenommen haben, erfassen und dabei herausfinden, mit welchen Fähigkeiten und Ressourcen sie Verluste kompensieren kann.»

Viele Pflegeheime wenden heute unter Bezug externer Fachleute ergänzende Methoden an wie Ergotherapie, Physiotherapie, Musiktherapie, Kunsttherapie oder auch traditionelle chinesische Methoden wie Tai-Chi oder Akupunktur. Psychomotorik hingegen gelangt noch wenig zur Anwendung. Mit einem Grund dafür ist, dass der Beruf noch wenig bekannt ist, eine Rolle spielen aber auch Finanzierungsprobleme.

Die Anstellung von Anne-Catherine Werder in der Résidence Petite Boissière ist einem glücklichen Zusammentreffen persönlicher, institutioneller und finanzieller Umstände zu verdanken: Die richtige Person war im richtigen Moment am richtigen Ort. Direktor Jean-Marie Carron ist immer mehr davon überzeugt, einen guten Entscheid gefällt zu haben. «Die Psychomotorik-Therapeutin ergänzt die Pflege, sie mobilisiert andere Ressourcen. Schwierige Situationen kann sie mit mehr Zeit und aus etwas Distanz betrachten und mithelfen, sie zu entschärfen.» Der Direktor unterstreicht auch die präventive Bedeutung der Psychomotorik, die sich insbesondere in der Aufrechterhaltung der Autonomie einer Person zeigt und so zur Lebensqualität in einem Pflegeheim beiträgt. Ob nun therapeutisch oder präventiv eingesetzt, die psychomotorischen Aktivitäten werden bei der Berechnung der erforderlichen Pflege nicht berücksichtigt und deshalb mit den Pauschalen der Krankenkassen-Grundversicherung nicht abgedeckt. Die >>



Nehmen Sie das Glück in die Hand.

NEU: Wiedereinstieg in den Pflegeberuf – Aarau, Beginn: 22. August 2011

NEU: Tagesverantwortung übernehmen – Aarau, Beginn: 10. November 2010

NEU: Zusatzqualifikation intravenöse Therapie – Aarau, Beginn: 06. September 2010

NEU: Zusatzkompetenz Harnableitungen – Aarau, Beginn: 18. Oktober 2010

Medikamentenlehre MEDI I – Aarau, Beginn: 16. September 2010

Stets Aktuell: www.hplus-bildung.ch

H+ Bildung ▪ Die Höhere Fach- und Führungsschule von H+ Die Spitäler der Schweiz
Rain 36 ▪ 5000 Aarau ▪ T 062 926 90 00 ▪ F 062 926 90 01 ▪ info@hplus-bildung.ch ▪ www.hplus-bildung.ch

CAFITESSE

VIELFALT FÜR ALLE



Guter Kaffee in seiner schönsten Form

So viele Menschen,
so viele unterschiedliche Geschmäcker:

Die Cafitesse-Maschinen machen nicht nur einen guten Eindruck, sondern auch guten Kaffee und exzellenten Cappuccino.

Ripa AG
Talstrasse 29
5703 Seon

Telefon 062 775 07 07
Telefax 062 775 06 06
www.repa.ch



Finanzierung stellt deshalb zweifellos ein grosses Hindernis für die Anstellung einer Fachperson für Psychomotorik in einem Heim dar. Es braucht dazu ein echtes Bekenntnis der Institution.

Ein Beruf, der aufgewertet werden sollte

Verschiedene Beispiele im Ausland haben schon gezeigt, dass die psychomotorische Therapie bei älteren Menschen wirksam ist, so zum Beispiel in der Sturzprophylaxe oder bei der Förderung des Erinnerungsvermögens. Auch in der Westschweiz wenden sich die Psychomotorik-Therapeuten heute vermehrt der Pflege älterer Menschen zu, etwa in den Geriatrieabteilungen der Universitätsspitäler Waadt und Genf oder auch in Pflegeheimen. Auch Praktikumsplätze werden angeboten. In der Deutschschweiz haben die Altersheime der Stadt Zürich ein Pilotprojekt für Psychomotorik in drei Institutionen lanciert. Eine Psychomotorik-Therapeutin hält dort Einzel- und Gruppenstunden ab. Eine erste Bilanz von Liliane Ryser, Abteilungsleiterin Heime, fällt sehr positiv aus: «Die Verantwortlichen der Institutionen schätzen die Erfahrung, und auch die Bewohnerinnen und Bewohner haben das neue Angebot gut aufgenommen.» Die Zürcher Fachhochschule für Angewandte Wissenschaften evaluiert derzeit die ersten Resultate des Pilotprojekts. ●

Übersetzung aus dem Französischen: Jürg Rohner



Die ganz Mutigen wagen ein paar Tanzschritte mit der Psychomotoriktrainerin Anne-Catherine Werder.

Psychomotorik und Demenz

Zwei Therapeutinnen haben in einer Diplomarbeit dargelegt, welche positiven Auswirkungen die Psychomotorik-Therapie auf ältere Menschen mit Demenz vom Typ Alzheimer hat.

Drei Monate lang haben Anouk Longchamp und Karine Piemontesi gegen Ende ihrer Psychomotorik-Therapie-Ausbildung eine Gruppe von sieben Bewohnern des Pflegeheims Les Tilleuls in Genf, das auf die Aufnahme von psychogeriatrischen Patienten spezialisiert ist, jeweils während eines Treffens pro Woche begleitet. Sie wollten für ihre Diplomarbeit beobachten, welchen Einfluss traditionelle Instrumente der psychomotorischen Praxis haben und wie sie für die Begleitung von älteren Menschen mit Problemen des Gedächtnisses, des Verhaltens und der Orientierung in Raum und Zeit angepasst werden können. Für ihre Arbeit haben sie später den Marie-Louise-Cornaz-Preis erhalten. Dieser wird jedes Jahr für eine Forschungs- oder Diplomarbeit in den Bereichen Soziales oder Gesundheit zum Thema «Abhängigkeit vom Abbau von Gehirnzellen und Probleme dieser Abhängigkeit im Zusammenhang mit der Wahrung der Menschenwürde» verliehen.

Die Beobachtungen der zwei Studentinnen gingen von drei Hypothesen aus: die Bedeutung der Gruppenarbeit, die Vor-

teile eines spielerisch gestalteten Raumes und die Bedeutung der nonverbalen Kommunikation in der Psychomotorik. Die Ergebnisse ihrer Beobachtungen sprechen klar für eine psychomotorische Intervention bei fragilen älteren Menschen.

Die Arbeit in einer gut strukturierten und organisierten Gruppe bot einen Rahmen, der ein Gefühl der Sicherheit vermittelte und in dem jedermann vorbehaltlos aufgenommen wurde und als Individuum seinen Platz fand. Dieser Rahmen förderte den sozialen Zusammenhalt und den gegenseitigen Austausch. Dies tat übrigens auch der spielerisch gestaltete Raum, der sich für eine Anerkennung und Wertschätzung der Handlungen jeder einzelnen Person, für ein positives Bild von sich selbst und die Selbstachtung, für das Wohlbefinden und auch das Vergnügen eignete.

Zum Thema nonverbale Kommunikation meint Karine Piemontesi: «Wir haben unsere eigenen sozialen Codes beiseitegelassen, um uns ganz auf die Äusserungen des Körpers, die Mimik, die Blicke, die Töne zu konzentrieren und uns auf einer anderen Austauschebene zu bewegen. Ob sich die Bewohnerinnen verstanden fühlten? Schwer zu sagen. Auf jeden Fall konnten wir eine vertrauliche Beziehung aufbauen, was nicht von vornherein sicher war.» (amn)