

# Zahlreiche förderliche Faktoren

## Bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten in den Hilfen zur Erziehung

### MONE WELSCHÉ

Prof. Dr. Mone Welsche ist an der Katholischen Hochschule Freiburg Professorin für Entwicklungsförderung im Kindes- und Jugendalter mit dem Schwerpunkt Bewegungs- und Sportpädagogik in den Studiengängen Soziale Arbeit und Heilpädagogik. Sie leitet zudem das Zusatzlehrprogramm »Sportbezogene lebensweltorientierte Soziale Arbeit mit sozial benachteiligten jungen Menschen« (SPOSa). [www.kh-freiburg.de](http://www.kh-freiburg.de)

**Bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten können in den teil- und vollstationären Hilfen zur Erziehung zahlreiche positive Entwicklungen auslösen, von der Beziehungsorientierung über Kompetenzerleben bis zur Förderung von Partizipation und Engagement.**

In den teil- und vollstationären Maßnahmen der Jugendhilfe haben bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten eine lange Tradition. Schon früh wurde das Potential von Bewegung, Spiel und Sport erkannt, um kindgerecht Entwicklung zu unterstützen, pädagogische Ziele, wie beispielsweise Steigerung des Selbstwertgefühls, Förderung der Ich-Stärkung und Beziehungsfähigkeit, umzusetzen und Möglichkeiten zum emotionalen Ausgleich zu geben (Überblick bei Hammer 2007, 2015).

Um der Frage nach der Bedeutung von bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten für die teil- und vollstationären Hilfen zur Erziehung nachzugehen, wird in diesem Beitrag sowohl der Blick in die Praxis gelenkt als auch eine theoretisch-empirische Perspektive eingenommen.

Bewegung und Sport, beides hier verstanden als Aktivitäten in Abgrenzung zu gesellschaftlichen Phänomenen oder Strukturen wie Fankulturen oder dem organisierten Sport, setzen ihr Potential für die Soziale Arbeit nicht »automatisch« und aus sich selbst heraus frei. Deshalb werden abschließend zu berücksichtigende Bedingungen sowie Überlegungen zur pädagogischen Rahmung der beschriebenen Aktivitäten skizziert.

### Ein Blick in die Praxis

Welche Rolle die heutige Praxis der teil- und vollstationären Hilfen bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten zuschreibt, ist bislang nicht systematisch erhoben. Allerdings kann davon ausgegangen werden, dass entsprechende Angebote in den meisten Tages- und Wohngruppen stattfinden, sei es als spontane

Aktivität, wie das Kicken auf der Wiese an einem freien Nachmittag, oder als fest in den Wochenplan integrierte Aktivität, wie ein Tanz- oder Boxangebot.

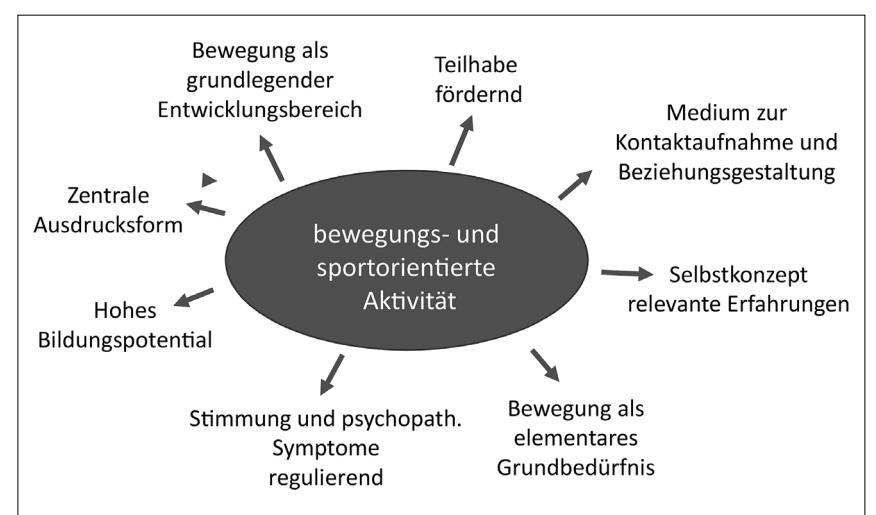
Ergebnisse eines Workshops mit Vertreterinnen und Vertretern von Jugendhilfeeinrichtungen in Baden-Württemberg zum Thema »Bewegung in der Jugendhilfe« bildeten einerseits die hohe Bedeutung und die Bandbreite von Zielsetzungen und Potentialen ab, die von den teilnehmenden Fachkräften mit Bewegungs- und Sportaktivitäten verbunden werden. Andererseits wurde deutlich, dass dieser Zugang in vielen Einrichtungen mehr genutzt werden könnte (Welsche 2017a).

Um der Frage der Bedeutung für die Praxis empirisch nachzugehen, wird aktuell eine Erhebung in den teil- und vollstationären Hilfen in Baden-Württemberg durchgeführt (Welsche 2017b).

### Perspektive der Fach- und Bezugswissenschaften

Die diesem Beitrag vorangestellte Frage lässt sich neben dem Blick in die Praxis aus theoretisch-empirischen Erkenntnissen der Fachwissenschaft der Sozialen Arbeit wie der Bezugswissenschaften Bewegungspädagogik und Sportwissenschaften beantworten.

In einem ersten Schritt werden Aussagen zum Potential von bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten von Kolleginnen und Kollegen aus dem Feld der Sozialen Arbeit kurz zusammengefasst. Ausgehend von den Adressaten der Hilfen zur Erziehung – also den Kindern und Jugendlichen – und ihrer besonderen Bedingungen werden anschließend besonders



Bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten werden in den Hilfen zur Erziehung zahlreiche förderliche Aspekte zugeschrieben.

bedeutsame Argumente für bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten in diesem Handlungsfeld hervorgehoben.

## Allgemeine Aussagen

Ausgehende von einzelnen Aspekten oder dem gesamten Feld bewegungs- und sportorientierter Aktivitäten im Kontext der Sozialer Arbeit, in Teilen mit Bezug zur Jugendhilfe, wurden verschiedene Potentiale abgeleitet, welche ein breites Spektrum möglicher sozialpädagogischer Zielsetzungen abbilden (u. a. Lützkirchen 2016; Gräfe/Witte 2014; Welsche et al. 2013; Kammerer/Klinkhammer 2007; Dräbing 2006). Diese lassen sich in drei Blöcke schlagwortartig zusammenführen:

- Förderung gesundheitlicher Ressourcen: Unter dieser Überschrift kann im Verständnis der WHO-Definition von Gesundheitsförderung (1986) die Förderung körperlicher, sozialer und psychischer Ressourcen verstanden werden, die zu einem allgemeinen und umfassenden Wohlbefinden beitragen soll.
- Förderung von Teilhabe und Partizipation: Teilhabe an den verschiedenen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens, beispielsweise unter Freizeit-, Kultur-, Bildungs- oder Gesundheitsaspekten, kann mittels bewegungs- und sportorientierter Aktivitäten ermöglicht werden. Partizipation bezieht sich in diesem Zusammenhang im engeren Sinne auf Möglichkeiten der Mitgestaltung und Mitbestimmung, welche sowohl innerhalb der beschriebenen Aktivi-

täten als auch durch übergeordnete Strukturen, wie beispielsweise Sportvereine, gefördert werden können.

- Förderung der Persönlichkeitsentwicklung: Bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten bieten die Möglichkeit, emotional-soziale, sprachliche, kognitive und motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten im Sinne einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.

## Bedeutung bewegungs- und sportorientierter Aktivitäten

Kinder- und Jugendliche stellen die primäre Klientel der teil- und vollstationären Hilfen zur Erziehung dar.

Im Vergleich zu Klienten anderer Maßnahmen leiden sie häufig unter sehr hohen individuellen Belastungen bis hin zu psychischen Erkrankungen (Macseneaere/Schemenau 2008, Schmid et al. 2008). Sie gehören überwiegend zur niedrigen Bildungsschicht und sind in besonderem Maße von sozialer Benachteiligung bedroht. Sowohl aus dem Entwicklungsalter als auch aus diesen speziellen Bedingungen ergeben sich eine Reihe von Argumentationen für bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten, welche für diese Zielgruppe besonders bedeutsam sind (vgl. Grafik):

- Spielerisch-sportliche Aktivitäten gelten als besonders geeignetes Medium, um Kontakt und Beziehung zwischen Kindern und Jugendlichen, aber auch zu den pädagogischen Fachkräften herzustellen und zu gestalten. Zudem

haben solche Angebote für die Adressatengruppe oft einen sehr hohen Aufforderungscharakter und bieten die Möglichkeit, über Interessen und Ressourcen in Kontakt zu gehen. In Bewegung und gemeinsamen sportlichen Tun lassen sich zudem Beziehungen auf Augenhöhe herstellen und so eine vertrauliche Beziehung anbahnen.

- Insbesondere bei Kindern gilt Bewegung als Grundbedürfnis (DVS 2015).
- Zudem stellt Bewegung nicht nur ein elementares Betätigungsfeld, sondern auch eine zentrale Ausdrucksform von Kindern dar (vgl. Zimmer 2014), so dass durch einen bewegungsorientierten Zugang die Klärung von Befindlichkeiten und Problemen erleichtert werden kann.
- Die Entwicklung eines breiten Bewegungsrepertoires stellt einen grundlegenden Entwicklungsbereich im Kindesalter dar, welcher in einem engen Zusammenhang zur emotional-sozialen, sprachlichen und kognitiven Entwicklung zu sehen ist (vgl. Zimmer 2014). Kinder und Jugendliche, welche in den Hilfen zur Erziehung betreut werden, zeigen sehr häufig Verzögerungen oder Beeinträchtigungen über alle Entwicklungsbereiche. Da in den Hilfen zur Erziehung ein grundsätzlicher Auftrag zur Entwicklungsförderung formuliert ist, bieten sich bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten als feste Bestandteile der Gruppenangebote darstellen, um eine ganzheitliche – und damit nicht nur aber auch motorische – Entwicklung zu fördern.
- Sportliche Aktivitäten haben als Freizeithinhalt eine herausragende Bedeutung für junge Menschen (BMFSFJ 2017, 394). Die Möglichkeit, Bewegungsformen und Sportarten zu erlernen und auszuüben, sowohl im Kontext der Hilfe als auch außerhalb, ist von grundlegender Bedeutung, um Teilhabe zu ermöglichen.
- In diesem Zusammenhang ist auch das Bildungspotential, welches sowohl dem Gegenstand Bewegung (vgl. Kuhlenkamp 2017, 12,81 f.) als auch dem (organisierten) Sport zugeschriebenen wird (BMFSFJ 2005, 376), zu sehen. Haben junge Menschen Möglichkeiten an entsprechenden Aktivitäten teilzunehmen,

## Fortsetzung von Seite 20

- sind ihnen Bildungszugänge eröffnet. Für sozial-benachteiligte Kinder und Jugendliche ist der Zugang häufig erschwert.
- Von einer hohen individuellen Belastung der Kinder und Jugendlichen durch Symptome psychischer Erkrankungen, wie depressive Verstimmung, Ängste, hohe körperliche Anspannung oder Hyperaktivität, ausgehend, bieten bewegungs- und sportorientierte Aktivitäten im Sinne körperlicher »anstrengender« Aktivität wertvolle Möglichkeiten, um zur Regulierung von Stimmungen und psychopathologischen Symptomen beizutragen. Für primär pädagogische Angebote, mit körperlich anstrengenden Aktivitäten zum Inhalt, sind sportpsychologische Studien besonders interessant, welche vor allem Ausdauersportarten als besonders geeignet hervor, um einen emotionalen Ausgleich und eine Stabilisierung zu unterstützen, wohingegen wettbewerbsorientierte und Mannschaftssportarten das psychische Gleichgewicht, abhängig von Erfolgs- oder Misserfolgserleben, potentiell eher destabilisieren (Überblick bei Fuchs/Schlicht 2012).
  - Zudem zeigen verschiedene Studien zum Selbstkonzept, dass gerade Kinder und Jugendliche mit sozialen Auffälligkeiten und einem niedrigen Ausgangsniveau besonders von sportlichen Aktivitäten profitieren (Wagner/Alfermann 2006).
- Bedingungen für eine positive Wirkung der Aktivitäten**
- Voraussetzungen für eine positive Auswirkung von bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten scheint einerseits die Auswahl geeigneter Bewegungsformen und Sportarten sowie die Anpassung an individuelle Bedingungen der Kinder und Jugendlichen, wie beispielsweise erlebte Stressoren und individuelle Belastungsgrenzen zu sein (Welsche 2013). Andererseits ist eine pädagogische Rahmung der Aktivitäten unablässig, damit sozialpädagogische Ziele erreicht werden können (vgl. Seibel 2013, Michels 2007). Angebote mit einem psychomotorischen Schwerpunkt können auf eine spezifische Methodik zurückgreifen (vgl. Kuhlenkamp 2017). In einem Beitrag von Welsche (2018) werden erstmals grundlegende Prinzipien formuliert, an welchen sich die Durchführung von sportorientierten Angeboten in den Hilfen zur Erziehung orientieren kann: Beziehungsorientierung und emotionale Sicherheit, positive Erfahrung und Kompetenzerleben, Partizipation und Engagements, Personenzentrierung sowie Reflexion.
- Ausblick**
- Nach diesem kurzen Überblick bleibt abschließend festzuhalten, dass ein empirisch belastbarer Nachweis über die Auswirkungen von bewegungs- und sportorientierten Aktivitäten in der Hilfen zur Erziehung, wie auch in der Jugendhilfe im Allgemeinen, bislang noch aussteht. Es scheint sowohl für die Praxis als auch die Wissenschaft wünschenswert, wenn sich der Herausforderung den Zuschreibungen empirisch nachzugehen, in den nächsten Jahren gemeinsam gestellt würde. ■
- Literatur**
- 

**BMFSFJ (Hg.) (2017):** Fünfzehnter Kinder- und Jugendbericht. Berlin.

**BMFSFJ (Hg.) (2005):** Zwölfter Kinder- und Jugendbericht. Berlin.

**Dräbing, R. (2006):** Kinder brauchen Bewegung! Bewegung in der Jugendhilfe? Meyer & Meyer Sport, Aachen.

**Deutsche Vereinigung für Sportwissenschaften (2015):** Frühe Kindheit und Bewegung, Positionspapier. [www.sportwissenschaft.de/fileadmin/pdf/download/dvs\\_Positionspapier\\_Fruhe-Kindheit-final.pdf](http://www.sportwissenschaft.de/fileadmin/pdf/download/dvs_Positionspapier_Fruhe-Kindheit-final.pdf), Zugriff am 06.11.2017.

**Fuchs, R. & Schlicht, W. (Hg.) (2012):** Seelische Gesundheit und sportliche Aktivität. Hogrefe, Göttingen.

**Gräfe, R., Witte, M. D. (Hg.) (2014):** Körper und Bewegung in der Sozialen Arbeit (Schwerpunkttheft). Sozialmagazin, 39, 1-2.

**Hammer, R. (2015):** Psychomotorik in der Kinder- und Jugendhilfe. In: Krus, A., Jasmund, Ch. (Hg.) Psychomotorik in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern. Kohlhammer, Stuttgart, 133-145.

**Hammer, R. (2007):** Bewegung, Spiel und Sport als bewährte Maßnahme in der Kinder- und Jugendhilfe. motorik 30 (2), 58-62.

**Kammerer, B., Klinkhammer, M. (Hg.) (2007):** Sport und Jugendhilfe. Emwe, Nürnberg.

**Kuhlenkamp, S. (2017):** Lehrbuch Psychomotorik. Reinhardt, München.

**Macsenaere, M., Schemenau, G. (2008):** Erfolg und Misserfolg in der Heimerziehung. Unsere Jugend, 60 (1), 26-33.

**Michels, H. (2007):** Hauptsache Sport. Sozial Extra, 9/10, 13-16.

**Lützenkirchen, A. (Hg.) (2016):** Soziale Arbeit und Bewegung: Theorie und Praxis bewegungs-, sport- und körperbezogener Interventionen. Jacobs, Lage.

**Schmid, M., Goldbeck, L., Nuetzel, J., Fegert, J. M. (2008):** Prevalence of mental disorders among adolescents in German youth welfare institutions. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health 2 (1), 2.

**Seibel B. (2013):** 25 Jahre Sport und Soziale Arbeit: Retrospektive, gemeinsame Entwicklungslinien und Handlungsperspektiven - eine Einführung In: Welsche, M., Seibel, B. & Nickolai, W. (Hg.) (2013): Sport und Soziale Arbeit in der Zivilgesellschaft. Feldhaus, Hamburg, 19-41.

**Wagner, P., Alfermann, D. (2006):** Allgemeines und physisches Selbstkonzept. In: Bös, K., Brehm, W. (Hg.): Handbuch Gesundheitssport. Schorndorf, Hofmann, 223-345.

**Welsche, M. (2018, in print):** Sportorientierte Angebote in der teil- und vollstationären Jugendhilfe. Überlegungen zu grundlegenden Prinzipien der Durchführung. Motorik (1), 11-17.

**Welsche, M. (2017a):** Unveröff. Protokoll zum Workshop »Bewegung in der Jugendhilfe, verschenktes Potential?«, Mitgliederversammlung der Arbeitsgemeinschaft katholischer Einrichtungen und Dienste der Erziehungshilfen in der Erzdiözese Freiburg (AGE), 18.10.2017 in Bad Herrenalb.

**Welsche, M. (2017b):** Unveröff. Forschungsprojektskizze, »Bewegungs- und sportorientierte Angebote in den teil- und vollstationären Hilfen zur Erziehung in BaWü, eine Fragebogenerhebung im mixed-method Design«. Katholische Hochschule Freiburg.

**Welsche, M. (2013)** Die Bedeutung von Sport und Bewegung für sozial benachteiligte junge Menschen – eine subjektorientierte Perspektive. In: Welsche, M., Seibel, B. & Nickolai, W. (Hg.): Sport und Soziale Arbeit in der Zivilgesellschaft. Feldhaus, Hamburg, 42-53.

**Welsche, M., Seibel, B. & Nickolai, W. (Hg.) (2013):** Sport und Soziale Arbeit in der Zivilgesellschaft. Feldhaus, Hamburg.

**Zimmer, R. (2014):** Handbuch Bewegungserziehung. Herder, Freiburg im Breisgau.