Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 40 (1980-1981)

Heft: 2

Artikel: Musikalisch-rhythmische Erziehung als Weg zur Körperwahrnehmung und Selbstentfaltung

Autor: Giger-Wey, Vreni

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-356629

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: 15.07.2025

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

Musikalisch-rhythmische Erziehung als Weg zur Körperwahrnehmung und Selbstentfaltung

Vreni Giger-Wey, Chur

Hans lebt mit zwei Geschwistern, Vater und Mutter in einer Stadtwohnung. Hier heisst es «normal» leben, und zwar so, dass die Erwachsenen rundherum in ihrer Ruhe nicht gestört werden. Hans hat sich also ruhig und selbstverständlich ordentlich zu verhalten. Dazu ist er jetzt als Neunjähriger auch alt und vernünftig genug und fähig, sich anzupassen. Als Erziehungshilfe in dieser Richtung wirkt auch noch der Fernsehapparat. In der Schule kann man auf Ruhe noch weniger verzichten. Ohne sie — das weiss jeder — werden die Schüler nicht gescheit. Hans passt sich also gezwungenermassen an, weil er lieb und gut sein möchte, weil er von irgendjemandem Achtung und Zuneigung erhalten will. Hansens Vernunft «befiehlt» seinem Körper immer mehr, den Bedürfnissen der Erwachsenen zu entsprechen. Sein Kopf wird immer «grösser», der übrige Körper wird ihm allmählich fremd. Die spontane Lust am Greifen, Angreifen, Aufgreifen, die Freude an der Bewegung, ja sogar die Freude am Leben vermindern sich immer mehr. Er «lernt», Gefühle zu unterdrücken. «Nimm dich zusammen», heisst es von aussen und von innen. Hans wird zusehends scheu, konzentrationsgestört, still, steif und zurückgezogen. Seine Wahrnehmungsfähigkeit und folglich auch seine Leistungsfähigkeit nehmen ab. Er beginnt aufzufallen. Bei Peter ist es anders. Der ist nicht halbwegs so «vernünftig» wie Hans, ganz im Gegenteil. Er trotzt und rebelliert gegen den Zwang, sich still und ruhig verhalten zu müssen, gegen die räumliche Enge, gegen auferlegte Ordnung. Den Eltern gegenüber darf er sich nur beschränkt zur Wehr setzen, da er ja das Risiko, sie zu «verlieren», nicht eingehen kann. Er reagiert seine Wut dort ab, wo es für ihn gefahrlos ist: er benimmt sich ausfällig und frech seinen Kameraden, besonders den schwächeren, gegenüber. Er stösst überall an, wird sozial «schwierig». Seine Bewegungen sind unkontrolliert und überdimensioniert. Er weicht Anforderungen aus, haut unvorhergesehen darauf los, ist überall zur gleichen Zeit und nirgends, ist zerstreut und abwesend. Seine Konzentrationsfähigkeit lässt nach. Echte Konzentrationsfähigkeit setzt *Selbstvertrauen* voraus, und dieses wiederum beruht auf einer gesunden Körperwahrnehmung.

Ich skizzierte hier kurz zwei sehr häufig zu beobachtende Verhaltensmuster:

- das überangepasste, scheue, ichschwache Kind, das seinen Körper nur zum Teil oder kaum mehr wahrnimmt, dem sein Körper Unlust und Angst bereitet
- das aggressive, anstössige, ichstärkere Kind, das seinen Körper auch dazu braucht, seine gestaute Wut loszuwerden, das aber das Gefühl der lustvollen Bewegung ebenso verloren hat, da es sich durch seinen Körper negativ und destruktiv erlebt.

An der grundlegenden Bewegungsnotwendigkeit des Kindes, der der Erwachsene sehr oft verständnislos gegenübersteht, knüpft die musikalisch-rhythmische Erziehung nach Jacques Dalcroz und Mimi Scheiblauer an. Die Rhythmik *unterstützt, begleitet* und *fördert* das kindliche Bewegungsbedürfnis mit den Grundelementen der Musik: Rhythmus, Takt, Dynamik, Melodie und Klang. Das Kind bestimmt sein eigenes Tempo, seinen eigenen Rhythmus, und seine Ausdrucksart. Sie werden von der Musik aufgenommen und widerspiegelt. So bekommt das Kind die Möglichkeit, sich wieder zu spüren. Es erlebt den Ausdruck seiner Kraft als positiv, und das gibt ihm seine ursprüngliche Selbstsicherheit wieder zurück.

Mit dem Rhythmus arbeiten heisst Bewegungsabläufe in Zeiteinheiten, also strukturiert erleben lassen, im Gegensatz zur unstrukturierten, überschiessenden, auseinanderfallenden, abgebrochenen Bewegung. Dies gibt dem Kind wiederum bejahende Körpergefühle, Vertrauen und Sicherheit. Mit dem Element des Klanges und der Melodie können wir das Soziale im Kind «zum Klingen» bringen. Es erlebt plastisch den Unterschied zwischen Zusammenprall und Zusammenklang. Ihm seine eigene Stimme wieder spürbar zu machen und mit Sprache und Bewegung zusammen eine Einheit entstehen zu lassen, geben ihm wiederum Körperwahrnehmungen zurück. Es kann erleben, dass sein Ausdruck schön ist. Es erfährt sich als das, was ein Kind eigentlich ist: voller Kraft und Lebensfreude.

Soll die Rhythmik echte Hilfe für das

IN- UND AUSLANDREISEN

Flug-, Schiff- und Bahnbillette
Ferienarrangements / Charter- und Städteflüge
Carreisen mit eigenen Cars / Mietwagen
Hotelreservationen

REISEBÜRO Engel CHUR

Bahnhofstrasse 4 Tel. 081 22 84 55

FARBEN + LACKE
Candinas
CHUR

Basteln

Linol- und Stoffdruckfarben, Batikfarben, Glasmalfarben, Color Paste, Exponitfarben, Holzgegenstände zum Bemalen und Schnitzen, Schnitzmesser, Keramik zum Bemalen, Keramikfarben, Mosaikkasten sowie verschiedene Bastlersachen für Kinder und Erwachsene

Für Schulen Spezialpreise

Kind in seinem gefährdeten Lebensraum sein und nicht Erziehungshilfe für den Erwachsenen in seinem Bestreben, ein Kind nach seinem Bedürfnis heranzuziehen, oder dem Lehrer für sein Programm, so darf sie keinesfalls leistungsorientiert sein. *Rhythmik orientiert sich allein am Bewegungsbedürfnis des Kindes.*

Durch Beobachten und Zuhören erfährt die Rhythmikerin, wohin sie das Kind weist, wo die Schwierigkeiten und wirklichen Bedürfnisse des Kindes liegen. Das Kind will erleben, dass es gut ist, ohne ständig gewertet zu werden. Es soll nicht nur auf Urteile der Erwachsenen vertrauen, sondern auch auf seine innere Stimme. Die Rhythmik hat mannigfaltige Möglichkeiten, ihm die Erfahrung seines echten Selbst zu vermitteln, weil sie Bewegungsfreiheit bieten und gestalten kann und an kein starres Programm gebunden ist. Sie ist frei, Mittel zu finden, wie dem verunsicherten, verängstigten, aggressiven Kind der Körper wieder vertrauter gemacht werden kann. Im tänzerischen Ausdruck kann es das Gefühl der Sicherheit und Lebensfreude wieder erfahren. Wichtig ist, dass dem Kind keine neuen Bewegungsmuster aufgezwungen werden zusätzlich zum Zwang, der überall von aussen auf es einwirkt.

Um auf unsere Beispiele zurückzukommen: Hans müsste auf verschiedenste Arten seinen Füssen wieder vertrauen lernen, durch Stampfen, leises und lautes Gehen, Hüpfen usw. Er müsste sein Tempo erfahren und neben anderen durchsetzen lernen. In Widerstandsübungen mit Material, Kindern und Raum kann er seinen Körper neu erfahren. In sozialen Übungen erlebt er, dass er sich überordnen darf, ohne sich einer Gefahr auszusetzen; er lernt, dass sich unterordnen nicht mit Selbstaufgabe identisch ist. In Phantasieübungen wird er aus Ideen von anderen eigene weiterentwickeln.

Peter würde ebenfalls an Widerstandsübungen seinen Körper wieder spüren lernen. Für ihn ist das Erlebnis wichtig, dass verschiedene Materialien (Kugel, Reifen, Tuch, Seil usw.) Anlass geben, sich entsprechend verschieden zu verhalten. Er darf seine Kraft zeigen, ohne destruktiv werden zu müssen. In sozialen Übungen kann er erfahren, dass stark sein auch heissen kann, Verantwortung für den Kameraden zu übernehmen. Aus dieser Erfahrung heraus wird er auch lernen, sich der Führung eines Schwächeren anzuvertrauen. Indem er seine Kraft und Bewegungsimpulse sinnvoll gestalten und einsetzen kann, wird er sie bejahen.

Piaget hat uns neu darauf hingewiesen, dass jede Entwicklung, insbesondere die der menschlichen Intelligenz, über die Bewegung läuft. Jede Hemmung des natürlichen Bewegungsvorganges wirkt sich auf die physische, psychische und geistige Entwicklung negativ aus. Das Kind kommt mit einem zuerst noch gut verpackten und unsichtbaren, dann immer mehr Raum verlangenden, immer grösser werdenden Bewegungsbedürfnis in die Welt. Es bewegt Augen und Glieder, dreht sich, strampelt, kriecht und greift und «be-greift». *Ohne Greifen kein Begreifen!* Je älter das Kind wird, desto grösser wird der Raum, den es zu entdecken hat, und damit vergrössert sich das Bedürfnis nach Bewegung, Abwechslung und Handlung. Bleiben sein Bewegungsfreiraum, sein Entdeckungs- und Erfahrungsfreiraum klein, so kann sich seine Intelligenz nur kümmerlich entfalten. Der Körper ist das Medium aller Erfahrung, auch der intellektuellen Einsicht. Für das Leben eines gesunden Kindes ist Bewegung unabdingbar.