

# Konzeption

## Zielgruppe

Die Kinderklettergruppe richtet sich an Kinder mit ADS aber auch an Kinder, die nicht das Vollbild eines ADS zeigen, jedoch spezifische Symptome aufweisen und einer spezifischen Unterstützung bedürfen.

Das Alter der Kinder soll zwischen 5 und 12 Jahren liegen. Diese Altersspanne ist bewusst groß gehalten, da die Erfahrung zeigt, dass Kinder, ganz besonders ADS Kinder, von altersgemischten Gruppen bei entsprechendem Setting enorm profitieren.

## Methodik

Die Förderung orientiert sich an den Leitsymptomen des ADS. Dies wird hier kurz ausgeführt.

### 1. Störung der Aufmerksamkeit:

Das Klettern erfordert eine ungeteilte Aufmerksamkeit auf das momentane Tun. Wird die Konzentration unterbrochen, tritt die Konsequenz sofort ein. Unachtsames Benützen von Griffen und Tritten, Schwätzen, unkontrolliertes „rumhampeln“ hat klare Folgen: man fällt ins Seil.

### 2. Störung der Impulskontrolle:

Das Klettern erfordert eine hohe Kontrolle der Impulsivität. Genau wie bei Punkt 1, hat ein impulsiver Ausbruch sofortige Konsequenzen, ohne das pädagogisch interveniert werden muss, die Konsequenz ergibt sich aus dem Tun selbst. Ebenso erfordert das Klettern Beharrlichkeit und Ausdauer, auch die Frustrationstoleranz kann hierbei optimal erweitert werden.

### 3. Hyperaktivität oder Hypoaktivität:

Das Klettern stellt hohe Anforderungen an die Koordination von Bewegungsabläufen, sowie die vorausschauende Planung derselben. Ebenso lernen die Kinder ihre motorischen Fähigkeiten und Grenzen richtig einzuschätzen und diese konkret umzusetzen. Störungen in der Propriozeption, der Kraftdosierung und dem Vestibulärsystem werden durch das Klettern verbessert. Hiervon profitieren sowohl hyper- als auch hypoaktive Kinder.



## Was konnten wir beobachten

- Fast allen Kindern, die meist als Einzelkämpfer zu uns kommen, gelingt es im Laufe eines Schuljahres sich in ein Gruppengedüge das davon lebt Verantwortung für sich und andere zu übernehmen einzulassen.
- Die Selbsteinschätzung verbesserte sich, die Eigenverantwortlichkeit wurde gestärkt.
- Hyperaktive Kinder erarbeiteten sich Ernsthaftigkeit, Genauigkeit und Achtsamkeit.
- Hypoaktive Kinder entdeckten ihre Kraft, sowie Willensstärke und Durchhaltevermögen um eine Handlung durchzuführen.

Einen ganz besonderen Wert legen wir darauf, dass sich jedes einzelne Kind ganz nach seinem eigenen Vermögen und Maß entwickeln kann - selbst gesucht, aber auch selbst gefunden.



# Therapeutisches Klettern

- für außergewöhnliche Kinder -



## Die Idee

Das Programm „THERAPEUTISCHES KLETTERN“ für Kinder mit einem erhöhtem Risiko in ihrer gesundheitlichen und psychosozialen Entwicklung will Hilfestellung zu einer gesunden Integration in das gesellschaftliche Miteinander anbieten.

Es gibt Kinder, die sehr aktiv sind, die sich jedoch enorm schwer tun eine Handlung zu planen und zu Ende zu führen. Anderen scheint die Motivation zu fehlen, eine Herausforderung überhaupt anzunehmen um sie später auch bewältigen zu können.

Beides, gerichtete Handlungsfähigkeit und Motivation sind Voraussetzungen, damit sich ein Mensch zu einer eigenständigen Persönlichkeit entwickeln kann. Die Erfahrung etwas selbst anzupacken und es meistern zu können ist dazu grundlegend.

## Was wird gefördert

Klettern setzt gerichtetes Handeln, Motivation und ein soziales Miteinander voraus. Verantwortung übernehmen und Vertrauen entwickeln, wo kommt das stärker zum Tragen als beim Sportklettern. Wir sprechen ja von Seilpartnerschaften.

Das partnerschaftliche Miteinander, Eigenständigkeit, angepasste Impulskontrolle, Selbsteinschätzung, zuverlässigkeit im Handeln und die Möglichkeit Grenzerfahrung zu machen ohne eine wirkliche Gefahr macht das Klettern zu einem idealen Trainingsfeld. Zudem bietet der Sport genug Raum um die Eigenwahrnehmung und die gesunde Selbsteinschätzung zu schulen.

## Der Ablauf

Regelmäßige Gruppen finden, außerhalb der Schulferien, in der Regel zweiwöchentlich statt und erstrecken sich über ein Schuljahr.

Weiterführende Klettergruppen sind vorgesehen.

Sehr gewünscht ist eine enge Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten. Dazu sieht das Programm Elternfachabende, eine thematische Einführung, die Möglichkeit zu Einzelgesprächen und einen gemeinsamen Kletterausflug vor.



Das Programm wird durch die „Freiburger Vereinigung zur Hilfe für psychisch kranke Kinder und Jugendliche e.V.“, sowie die Stiftung „Jugend spielt“ gefördert. Dafür bedanken wir uns im Namen der Kinder und Eltern recht herzlich.



## Die Betreuung

Der Betreuungsschlüssel beträgt 3 zu 1

## Betreuungspersonen

Aranka Enkelmann- Schulthess  
Staatl. gepr. Ergotherapeutin

Matthias Kraft,  
Feldenkraispädagoge, Kletterübungsleiter des DAV

Nayeli Sophie Fehrlé  
Erzieherin, Kletterübungsleiterin des DAV

Britta Weigelt  
Staatl. gepr. Ergotherapeutin

## Kontakt

### Eingebunden e.V.

Adinda-Flemmich-Str.14,  
79100 Freiburg  
Tel.: 0761 - 283468

Email: [team@eingebundenev.de](mailto:team@eingebundenev.de)  
[www.eingebundenev.de](http://www.eingebundenev.de)