



MegaMarie

Spiel-, Werk- und Begegnungsraum im Kulturpark
Ein Praxisprojekt des Marie Meierhofer Institut
für das Kind

Anita Mataj, Kunstpädagogin

Claudine Knuchel, Psychologin

Marie Meierhofer Institut für das Kind, Zürich

www.mmi.ch

Ablauf

- Präsentation
- Austausch in Gruppen: Welche Erfahrungen habt ihr im beruflichen Kontext mit Gesundheitsförderung gemacht?
- Plenum

- Pause: 15:30-16:00 Uhr

- Gruppenauftrag: Ideen möglicher Umsetzung von Gesundheitsfördernd in meinem Arbeitsbereich: Was braucht es damit dies gelingen kann?
- Plenum
- Schluss

Angebote der MegaMarie

- **Malen, Werken, Gestalten**

Kinder ab 4 Jahren können frei malen, zeichnen und gestalten. Diese Angebote werden durch Kunstpädagoginnen vom Verband Künste für Kinder und Jugendliche und Begleitpersonen begleitet.

- **Offener Spielraum**

Der Spielraum in der MegaMarie ist für die Kinder geöffnet. Die Kinder dürfen frei über ihren Spielinhalt entscheiden. Sie werden dabei von einer Kindergärtnerin und Begleitpersonen begleitet.

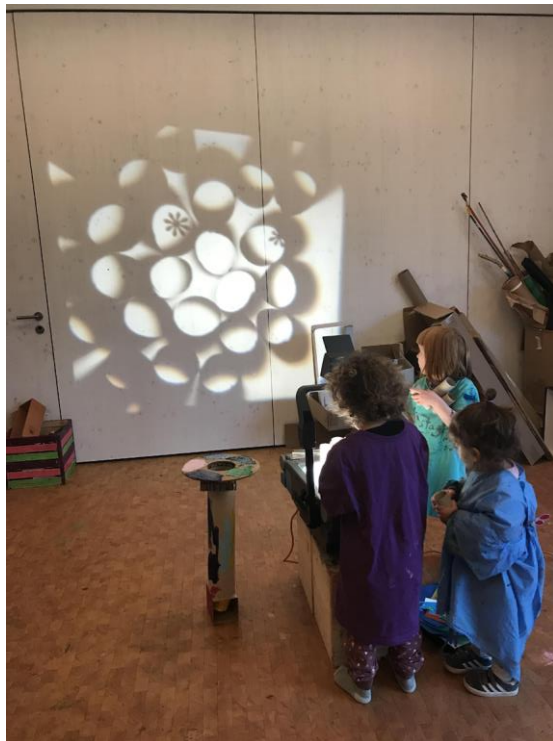
- **Geschichte und Gestalten**

Eine Leseanimatorin liest eine Geschichte vor. Danach können die Kinder das Angebot Malen, Werken, Gestalten nutzen.

- **Parents & Kids Workshop**

Eltern und Kinder aus dem Bundesasylzentrum haben die Möglichkeit frei gestalterisch tätig zu sein.

Atelier

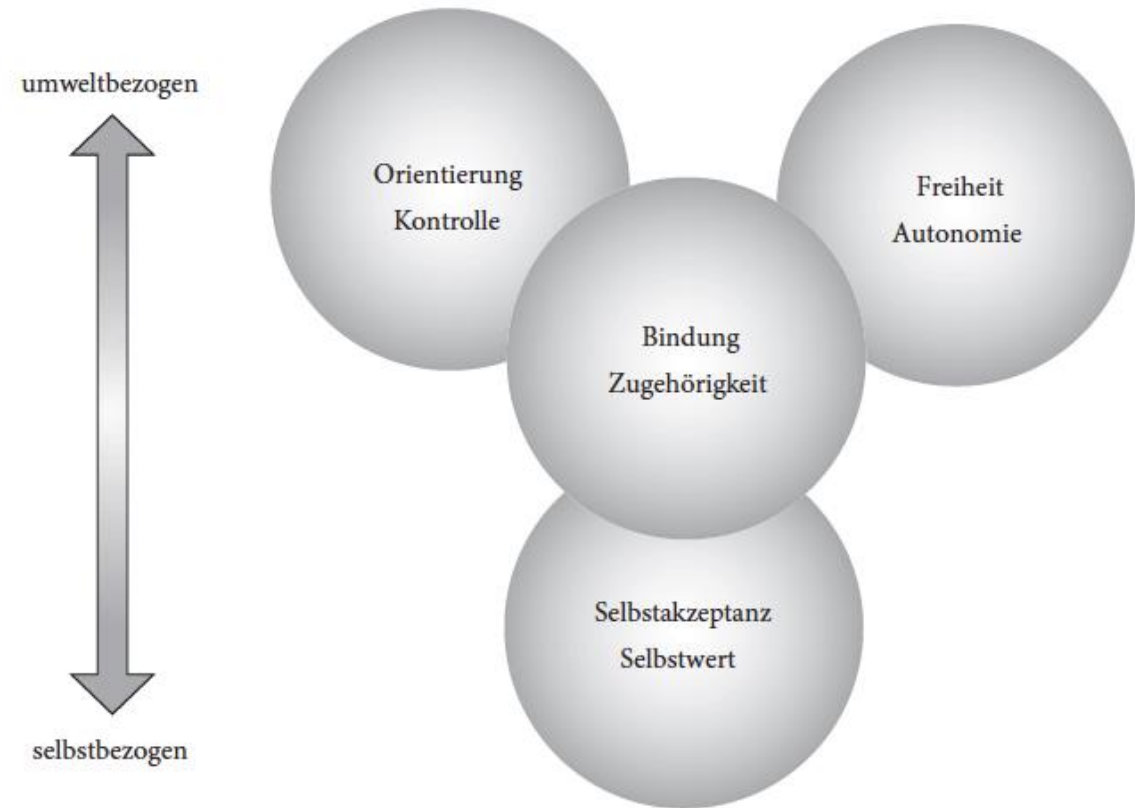


Spielraum



Grundbedürfnisse

- Bindung und Zugehörigkeit
- Orientierung und Kontrolle
- Selbstakzeptanz und Selbstwert
- Freiheit und Autonomie



Vier Grundbedürfnisse nach Schär & Steinenbach, 2015 angelehnt an »das konsistenztheoretische Modell des psychischen Geschehens« (s. Grawe, 2004).

Kernkompetenzen der Gesundheitsförderung

Ziel: Maßnahmen zu ergreifen, die diesen Zustand des „körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens“ befördern.

1. Selbstwahrnehmung, die sich auf das Erkennen der eigenen Person, des eigenen Charakters sowie auf eigene Stärken und Schwächen, Wünsche und Abneigungen bezieht.
2. Empathie als die Fähigkeit, sich in andere Personen hineinzuversetzen.
3. Kreatives Denken, das es ermöglicht, adäquate Entscheidungen zu treffen sowie Probleme konstruktiv zu lösen.
4. Kritisches Denken als die Fertigkeit, Informationen und Erfahrungen objektiv zu analysieren.
5. Die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, die dazu beiträgt, konstruktiv mit Entscheidungen im Alltag umzugehen.
6. Problemlösefertigkeit, um Schwierigkeiten und Konflikte im Alltag konstruktiv anzugehen.
7. Kommunikative Kompetenz, die dazu beiträgt, sich kultur- und situationsgemäß sowohl verbal als auch nonverbal auszudrücken.
8. Interpersonale Beziehungsfertigkeiten, die dazu befähigen, Freundschaften zu schließen und aufrechtzuerhalten.
9. Gefühlsbewältigung als die Fertigkeit, sich der eigenen Gefühle und denen anderer bewusst zu werden, angemessen mit Gefühlen umzugehen sowie zu erkennen, wie Gefühle Verhalten beeinflussen.
10. Die Fähigkeit der Stressbewältigung, um einerseits Ursachen und Auswirkungen von Stress im Alltag zu erkennen und andererseits Stress reduzierende Verhaltensweisen zu erlernen.

(Bühler/Heppekausen 2005:11–16).



Gesundheitsförderung durch Kunst und Kultureller Bildung

- Förderung von Teilhabe und Partizipation – gutes Bildungswesen und einen guten Gesundheitsstatus
- Stärkung der Lebensqualität
- Unterstützung von kreativem Denken
- Erweiterung individueller Handlungsspielräume
- Erleben eigener Handlungskompetenz und Erleben von Selbstwirksamkeit
- Stärkung der Problemlösungskompetenz
- Sensibilisieren der Empathie- und Resonanzfähigkeit
- Unterstützung von Sinnfindung und Sinnerfüllung
- Die Künste wirken gesundend auf die Seele und auf das Immunsystem, sie unterstützen Heilungs- und Verarbeitungsprozesse, stärken die Resilienz im individuellen wie im sozialen Bereich
- Besonders relevant werden diese Potenziale, wenn Menschen Krisen zu bewältigen haben oder wenn sie traumatische Erlebnisse wie Krieg, Flucht oder die jüngsten Verunsicherungen durch die Corona-Pandemie verarbeiten müssen
- Künstlerische Therapien zielen auf Erlangung, Wiedererlangung und Förderung der physischen, psychischen und psychosozialen Gesundheit sowie auf die Verbesserung der Lebensqualität (www.bagkt.de)
- die Stärkung von Selbstwirksamkeit, Selbstbewusstsein sowie Beziehungs- und Empathiefähigkeit

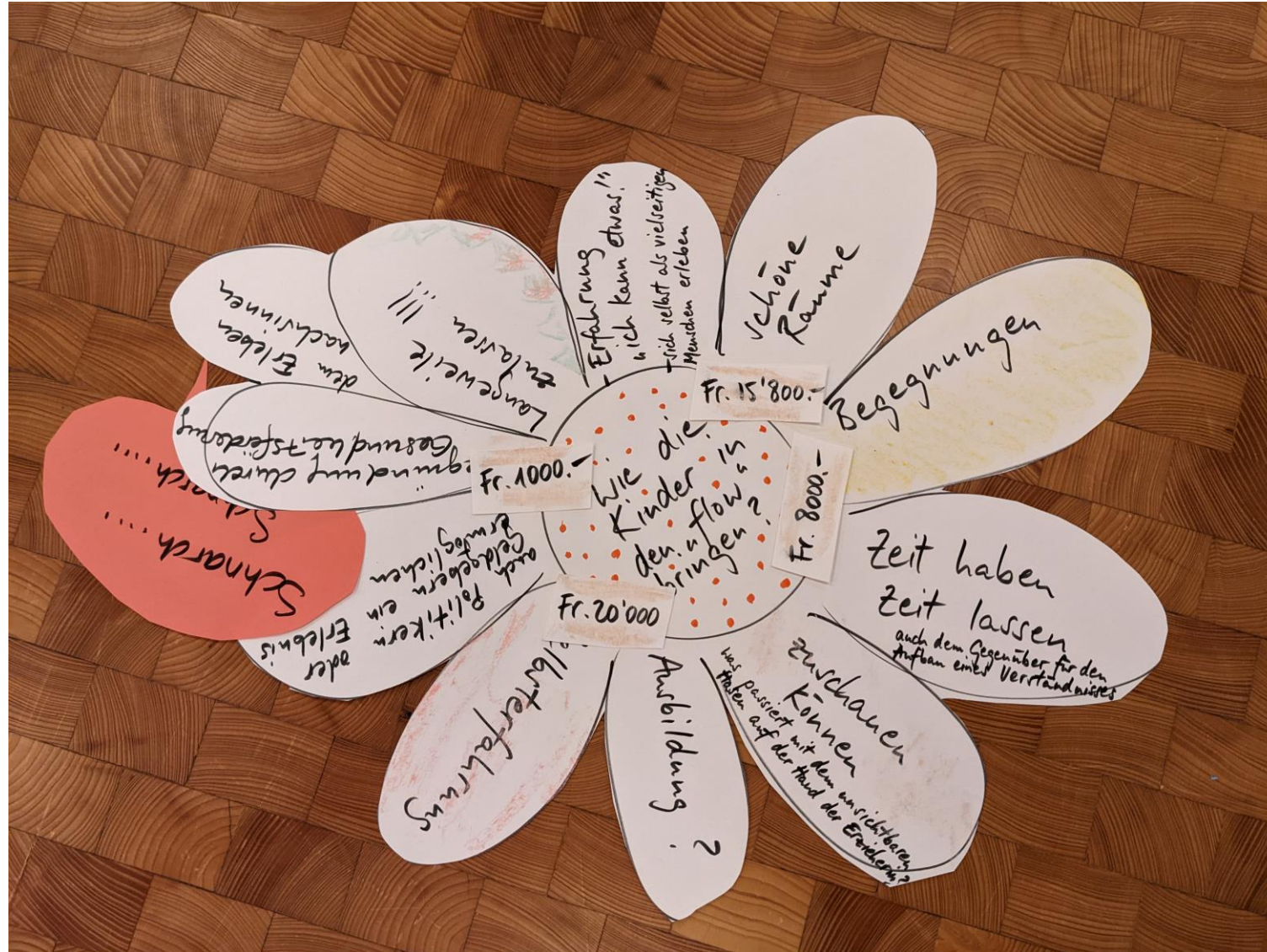
(gesund mit kunst: Netzwerk STADTKULTUR ist das Kultur-Forum bayerischer Städte und Gemeinden)

Kulturelle Bildung, Kulturelle Teilhabe:

- öffentliche Kulturleben ist wichtig für den Umgang mit Isolation, für die Bewältigung von Einsamkeit und für das Sinn-Erleben (M. Fuchs_2014; Treptow 2026; Keupp 2014)
- Kulturinstitutionen tragen zur Resilienz der Bürger:innen bei und leisten damit einen Beitrag zur Gesundheit im Sinne der „Public Health“ (Adli 2018:89)
- Integration und Inklusion – beispielsweise in der Arbeit mit Geflüchteten helfen sie Sprachbarrieren zu überwinden (Menzen 2016; Treptow 2016)
- Kulturelle Bildung setzt den Schwerpunkt der Persönlichkeitsentwicklung in seinem sozialen, kulturellen und politischen Kontext
- Will gemeinsames kulturelles Verständnis schaffen, dass gesellschaftlichen Zusammenhalt festigt
- hat die Ausbildung von Lebenskohärenz im Sinne von Identitätsarbeit und Lebensbewältigung im Auge (Keupp_2014), während es der Gesundheitsförderung neben der sozialen Gesundheit ganz wesentlich um die körperliche und seelische Gesundheit geht

Fotoprotokoll:

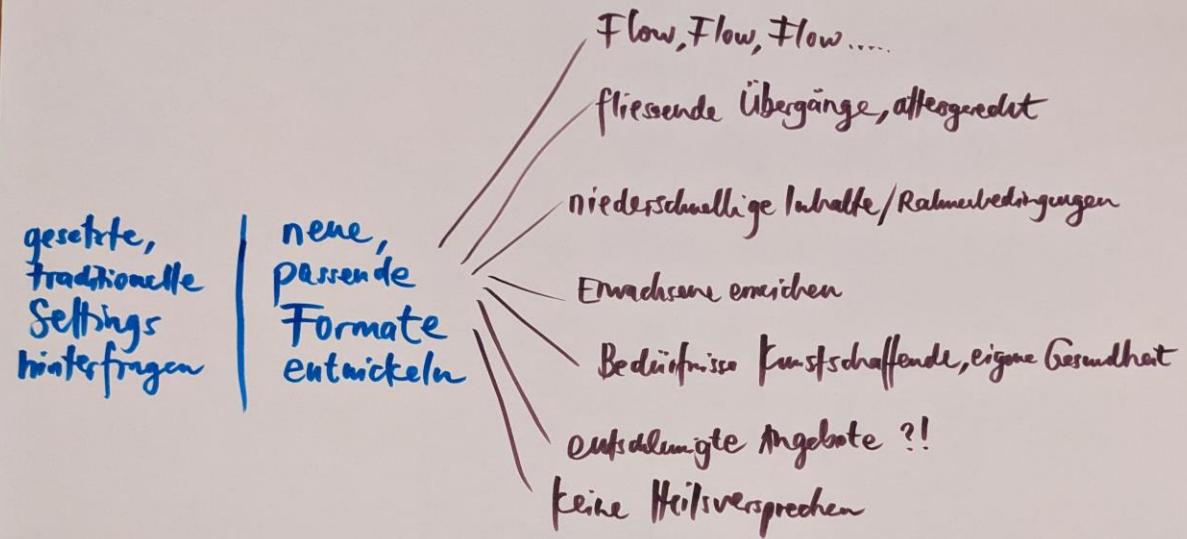
Ideen möglicher Umsetzung von Gesundheitsförderung in meinem Arbeitsbereich: Was braucht es damit dies gelingen kann?



Fotoprotokoll:

- In der Ausbildung für FABE kulturelle Bildung verankern
- Betreuungsgutscheine für diverse Institutionen die Eltern divers nutzen können
→ informelle Bildung
- Kitas sollen externe Kulturfachpersonen beiziechen können
- Finanzierung der Kita durch Bund und Firmen

Fotoprotokoll:



Quellen

- **Ich mach dich gesund...“: Kulturelle Bildung und Gesundheitsförderung** von **Christine Fuchs**, Erscheinungsjahr: 2020

Link: <https://www.kubi-online.de/artikel/ich-mach-dich-gesund-kulturelle-bildung-gesundheitsfoerderung>

- **HEALTH EVIENCE NETWORK SYNTHESIS REPORT 67 What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?, WHO**

Link: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>

- **Montreal Museum of Fine Arts: Kunsttherapie und Gesundheit**

Link: <https://www.mbam.qc.ca/en/education/art-therapy-and-health/#breaking-the-barriers-of-social-isolation-2065>

- **Stadt Kultur Bayerische Städte e. V.: Gesund mit Kunst**, «gesundmitkunst»Einführung und Beispiele aus der Museumspraxis Projektbericht

Link: https://stadtkultur-bayern.de/images/kultur/programm/38_gesundmitkunst_d101_file.pdf

<https://stadtkultur-bayern.de/index.php/programme/projekte/gesund-mit-kunst>

- Schär, M. & Steinebach, Ch. (2015). Überblick: Grundbedürfnisse bei Kindern, Jugendlichen und Familien. In M. Schär & Ch. Steinebach (Hrsg.), Resilienzfördernde Psychotherapie für Kinder und Jugendliche - Grundbedürfnisse erkennen und erfüllen. (S. 16–41). Weinheim und Basel: Beltz.

- Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.