

Schweizerische Koordinationsstelle  
für Bildungsforschung

Centre suisse de coordination pour  
la recherche en éducation

Centro svizzero di coordinamento  
della ricerca educativa

Swiss Coordination Centre for  
Research in Education

Information Bildungsforschung  
Permanente Erhebung über Projekte der schweizerischen Bildungsforschung

Information sur la recherche éducationnelle  
Enquête permanente sur la recherche éducationnelle en Suisse

Informazione sulla ricerca educativa  
Inchiesta permanente sulla ricerca educativa in Svizzera

Information about research in education  
Permanent inquiry into educational research in Switzerland

---

ISSN 1013-6258

22:076

---

**Laufzeit des Projekts:** 2018–2021

**Thema des Projekts:**

Bewegungsbasiertes Präventionsprogramm zur Förderung emotionaler  
und sozialer Kompetenzen (Pilotprojekt BESK)

---

**Durée de la recherche:** 2018–2021

**Thématique de la recherche:**

Programme de prévention basé sur l'activité physique pour promouvoir  
les compétences sociales et émotionnelles (projet pilote BESK)

---

**Institution:** Interkantonale Schule für Heilpädagogik (HfH), Zürich

---

**Bearbeitung | Mise en œuvre:** Ilona Widmer, MSc in Bewegungswissenschaften; Lucia Maier Diatara, BSc in  
Psychomotoriktherapie

---

**Kontaktperson | Personne à contacter:** Ilona Widmer (ilona.widmer@hfh.ch)

---

---

**Kurzbeschreibung:** Die Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen von Schulkindern beschreibt ein wichtiges Arbeitsfeld in der Psychomotoriktherapie. Eine Onlineumfrage (N = 171) (Widmer, I. & Bräuninger, I., 2020) zeigt, dass gerade hinsichtlich eines spezifischen psychomotorischen Präventionsprogramms ein grosser Bedarf besteht. Mit dem vorliegenden Pilotprojekt «[BESK](#)» entwickelten die Autorinnen ein Präventionsprogramm für ein Klassensetting der 1./2. Primarstufe. Das 10-Lektionen-Programm basiert auf dem 5-Phasen-Modell nach Tuckman und den Grundpfeilern «Bewegung» und «Reflexion». Als quasiexperimentelle Interventionsstudie wurde es von vier Psychomotoriktherapeutinnen (25–41 Jahre, 4–17 Jahre Erfahrung) in sechs Klassen (N = 102, 52% Knaben, 48% Mädchen) durchgeführt und mittels Expertengesprächen und Gruppeninterviews auf dessen Machbarkeit evaluiert. Eine erste Einschätzung zur Wirksamkeit basiert auf der deutschen Version des Strength-and-Difficulty-Questionnaire für Lehrpersonen. Sechs weitere Schulklassen (Parallelklassen der BESK-Klassen) dienten dabei als Kontrollgruppe.

Die Ergebnisse zeigen, dass vor allem die abwechslungsreichen Bewegungs- und Spielsequenzen, die Sensibilisierung für gruppenspezifische Prozesse, die Reflexion als fester Bestandteil sowie der Austausch mit der Lehrperson für den präventiven Einsatz als gewinnbringend eingeschätzt wurden. Herausfordernd waren die strukturiert angeleitete Arbeit in der ganzen Klasse respektive das Umsetzen des strikten Lektionenplans. Die beteiligten Lehrpersonen bewerteten v.a. die Beobachtungsmöglichkeiten und den fachlichen Austausch mit der Psychomotoriktherapeutin als wertvoll. Eine unklare Aufgaben- und Rollenverteilung führte bei den Schulkindern und Lehrpersonen teilweise zu Desorientierung und Unsicherheit. Bezüglich Wirksamkeit zeigte «BESK» nach der Interventionszeit keinen signifikanten Effekt. 2023 soll ein Nachfolgeprojekt folgen.

---

**Brève description de la recherche :** La promotion des compétences sociales et émotionnelles chez les enfants en âge scolaire est un champ de travail important de la thérapie psychomotrice. Une enquête en ligne (N = 171) (Widmer, I. & Bräuninger, I., 2020) a révélé qu'il existe précisément un réel besoin de programmes de prévention axés spécifiquement sur la psychomotricité. Dans le cadre du présent projet pilote «[BESK](#)», les auteures ont mis au point un programme de prévention pour des classes du 1<sup>er</sup>/2<sup>e</sup> degré primaire. Le programme, basé sur le modèle en 5 étapes de Tuckman, s'appuie sur les piliers clés «mouvement» et «réflexion» et contient 10 leçons. Il a été appliqué par quatre thérapeutes en psychomotricité (de 25 à 41 ans, avec 4 à 17 années d'expérience) dans six classes (N = 102, 52% de garçons, 48% de filles) sous la forme d'une étude d'intervention quasi-expérimentale. La praticabilité du programme a ensuite été évaluée au moyen d'entretiens avec des expert-e-s et d'entretiens de groupe. Pour obtenir une première appréciation de l'efficacité du programme, les auteures ont utilisé la version allemande du «Strength and Difficulty Questionnaire» pour enseignant-e-s. Le groupe de contrôle était composé de six autres classes (classes parallèles aux classes participant au projet BESK).

Les résultats montrent que les séquences variées d'activité physique et de jeux, la sensibilisation aux processus de dynamique de groupe, la réflexion en tant qu'élément fixe ainsi que l'échange avec l'enseignant-e ont été évalués comment étant les plus bénéfiques à l'intervention préventive. Parmi les défis posés par ce programme figuraient la réalisation d'un travail structuré et guidé avec l'ensemble des élèves ainsi que la mise en œuvre du plan de leçons rigoureux. Les enseignant-e-s impliqués ont surtout apprécié les possibilités d'observation ainsi que l'échange technique avec la thérapeute en psychomotricité. En revanche, une répartition imprécise des tâches et des rôles a parfois dérouté et déconcerté les élèves et les enseignant-e-s. En ce qui concerne l'efficacité du programme «BESK», aucun effet significatif n'a été constaté après la période d'intervention. Un projet de suivi est prévu pour 2023.

---

**Veröffentlichungen | Publications:** Widmer, I. & Bräuninger, I. (2020). Bestandsaufnahme der Psychomotoriktherapie zur Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen von Schulkindern. Ergebnisse einer schweizweiten Online-Umfrage. *Motorik*, 3(43), 134–143. doi: <https://doi.org/10.2378/mot2020.art24d> (im Text zitierte Literatur)

Widmer, I. & Maier Diatara, L. (2021). *Pilotprojekt zur Machbarkeitsprüfung von BESK – bewegungsbasiertes Präventionsprogramm zur Förderung von emotionalen und sozialen Kompetenzen (Schlussbericht)*. Zürich: Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik. PDF siehe [hier](#)

Widmer, I., Maier, L. & Hövel, D. C. (2022). Bewegungsbasierte Förderung prosozialen Verhaltens beim Schuleintritt: Eine Wirksamkeitsprüfung des Präventionsprogramms BESK. *Prävention und Gesundheitsförderung*. doi: <https://doi.org/10.1007/s11553-022-00962-0> oder siehe [hier](#).

Hier erwähnte Publikationen sind über den Buchhandel oder die durchführende Institution bzw. die Kontaktperson zu beziehen, nicht bei der SKBF.

Les publications mentionnées dans l'Information sur la recherche éducationnelle ne sont pas disponibles au CSRE; veuillez vous adresser à votre libraire ou à l'institution de recherche ou à la personne de contact mentionnée.

---

**Methoden | Méthodes de recherche:** Interventionsstudie, Befragungen, quantitativ

**Geografischer Raum | Délimitation géographique:** Schweiz

**Art des Projekts | Type de recherche:** Eigenprojekt

**Auftrag | Mandat de la recherche:** ohne Auftrag

**Finanzierung | Financement:** finanzielle Unterstützung durch Psychomotorik Schweiz (Verband für Psychomotoriktherapeutinnen und -therapeuten)

---

**Schlüsselbegriffe:** obligatorische Schule, Primarschule, Psychomotorik, Schulkind, Förderung, soziale und emotionale Kompetenz, Prävention

**Mots-clés:** école obligatoire, école primaire, psychomotricité, enfant d'âge scolaire, promotion, compétence sociale et émotionnelle, prévention