

## **FLOW: Momente höchster Konzentration**

Andrea Abraham, Karin Kraus

In einem dunklen, leeren Raum des Migros-Museums für Gegenwartskunst wird an einer grossen Wand eine farbenfrohe Video- und Lichtinstallation von Pippilotti Rist gezeigt, die von einer Klangkomposition begleitet wird. Ein knapp zweijähriges Mädchen der Kita Regenbogen Zürich nähert sich dem Bild, welches rund viermal so gross ist wie es selbe. Es berührt einen Ausschnitt des bewegten Bildes, rennt dann in Richtung seiner Gruppe, die mitten im Raum am Boden sitzt und wieder zurück zum Bild, welches sich farblich und inhaltlich ständig verändert. Es spielt mit dem Projektionslicht, indem es mit seinem eigenen Schattenwurf Teil des Bewegtbildes wird, und begibt sich erneut in die Dunkelheit des Raums. Seine Aufmerksamkeit wendet sich dann dem vergleichsweise kleinen Lichtkegel einer Taschenlampe zu, mit der es Licht und Schatten weiter erkundet.



Foto: Karin Kraus

### **Im Flow sein**

Wenn wir «im Flow» sind, befinden wir uns in einem beobachtbaren Zustand höchster Konzentration. Im Flow - auf Englisch «fliessen» oder «strömen» - versinken wir auf lustvolle Weise in einer freiwilligen Tätigkeit und vergessen alles um uns herum. In diesem Moment sind wir weder unter- noch überfordert und machen die Erfahrung von Selbstwirksamkeit. Unsere Gedanken schweifen nicht ab, sondern sind ausschliesslich auf die Tätigkeit ausgerichtet, die wir intrinsisch motiviert ausüben. Dieser Zustand und sein Wert für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und das psychische Wohlbefinden von Menschen aller Altersgruppen erforschte der 2021 verstorbene Psychologe Mihaly Csíkszentmihályi. Er entwickelte die Flow-Theorie auf der Grundlage seiner Erfahrungen in Italien als Jugendlicher im zweiten Weltkrieg: Er war neugierig zu erfahren, was Menschen nach traumatischen Lebenserfahrungen dazu antrieb, ihren Lebenssinn aufrechtzuerhalten. So entwickelte er - gemeinsam mit weiteren Vertreter\*innen - die Positive Psychologie, die ihren Fokus auf menschliche Stärken richtet wie Optimismus, Kreativität, intrinsische Motivation und Verantwortungsgefühl.

## Kinder im Flow

Kinder entwickeln sich, indem sie sich die Welt mit allen Sinnen und ihrem ganzen Körper aneignen. Je mehr sinnliche Erkundungsmöglichkeiten bspw. ein Ort, ein Raum oder ein Material bieten, um so grösser ist die Möglichkeit für Flow. Insbesondere Kulturorte, künstlerische Darstellungs- und Ausdrucksweisen sowie ästhetisches (veränderbares) Material bieten hohes Potential für Flow. Die Künste sind sinnliche-Sprachen, mit denen wir uns verständigen und in Resonanz mit der Welt und unseren Mitmenschen sein können.

Flow als beobachtbarer Moment ist ein Indikator für einen intensiven Bildungsmoment innerhalb eines kreativen Prozesses. Kreativität ist weder eine Gabe noch ein Talent. Kinder bringen alle Voraussetzungen für Kreativität von Geburt an mit: Neugier, Forscherdrang und Experimentierfreude. Hat ein Kind genügend Freiräume, entwickelt sich seine Kreativität im Verlauf der Kindheit in der spielerischen Auseinandersetzung mit sich und der Welt stetig weiter. Ein kreatives Kind entdeckt, sucht, sammelt und erforscht Dinge, verändert und verfremdet sie. Es tut so als ob, erfindet, versucht und irrt, scheitert, gibt nicht auf, probiert es anders. Bei all diesen Tätigkeiten entsteht Neues, d.h. vorher nicht Dagewesenes: Das können mimische, gestische und (vor)sprachliche Ausdrucksweisen sein, aber auch gestalterische und darstellende Spuren seines Tuns.

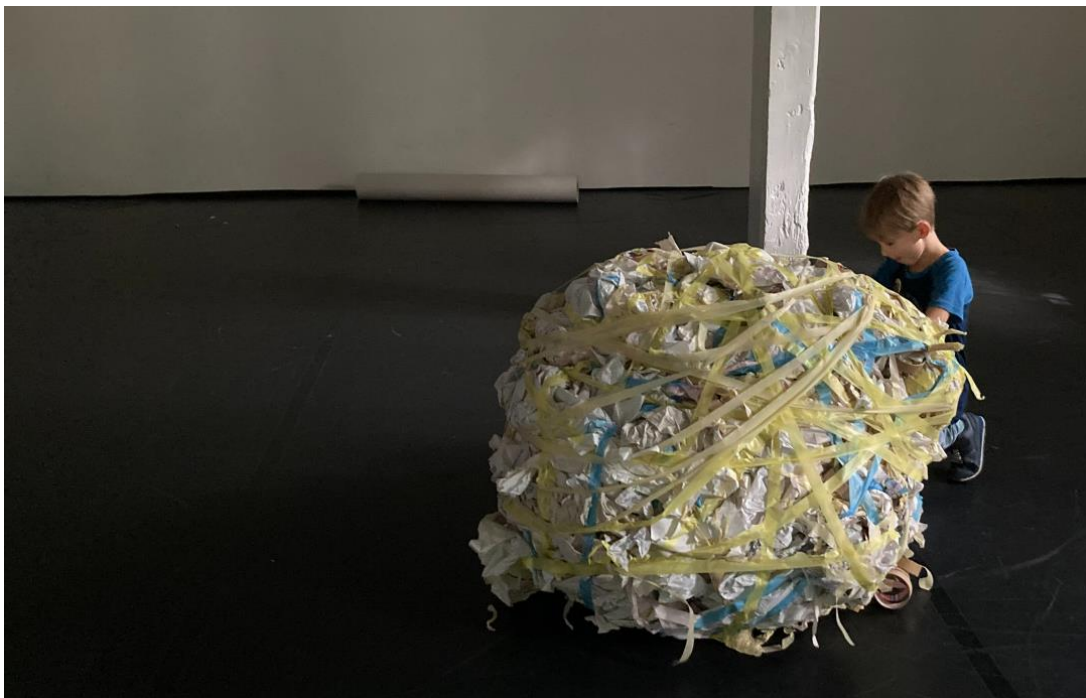


Foto: Karin Kraus

## Flow-Erfahrungen in der Stationären Erziehungshilfe

Kunst-, musik- und bewegungsorientierte Massnahmen haben sich für die ressourcenorientierte Arbeit mit Kindern in der stationären Erziehungshilfe als wirksame Ansätze etabliert, um Kinder in der Bewältigung ihrer Belastungslagen zu unterstützen. Aber, so der Deutsche Heilpädagoge Klaus Esser<sup>1</sup>:

«Wenn Erwachsene als pädagogische Fachkräfte Kinder bei ihren schöpferischen Prozessen begleiten, stehen häufig bewusst oder unbewusst pädagogische, direkte oder indirekte Zielsetzungen im Vordergrund. Wenn Kinder aber Künstlern begegnen, die keine pädagogischen Zielsetzungen verinnerlicht haben und darüber hinaus auch auf eine ungewöhnliche Weise mit ästhetischen Materialien umgehen, ungewöhnliche Ideen entwickeln und Respekt vor der schöpferischen Leistung

---

<sup>1</sup> Esser, Klaus (2020). Kunstpädagogik und Resilienz in der Erziehungshilfe. Kunstvermittlung als ressourcenorientierte Methode der Entwicklungsförderung für traumatisierte Kinder und Jugendliche. In Klaus Essner & Eckhart Knab (Hrsg.), Kunstpädagogik in der Erziehungshilfe (S. 49-80). Lambertus. Hier S. 74.

eines Menschen haben, dann kann es sein, dass Kinder ihre kreativen Kompetenzen auf eine intensive Weise entfalten, frei von konventionellen Kriterien und von dem Wunsch zu gefallen.»

Die Schule sowie viele Institutionen der Frühen Kindheit orientieren sich an einer lernzielorientierten, durch zeitliche und materielle Vorgaben strukturierten ästhetischen Bildung und einem normierten Kreativitätsbegriff. Kreativitäts- und neuroästhetische Forschungen zeigen indes die Bedeutung expressiver und absichtsloser Freiräume als unabdingbar, damit Kinder durch ästhetische Erfahrungen in kreativen Flow kommen, ihre Selbstwirksamkeit fördern, Resilienz stärken und kulturelle Teilhabe erfahren können.

Wie können Sie die bestehenden Erkenntnisse zum Wert von Flow-Erfahrungen und ästhetischer Bildung in Ihrem dichten sozialpädagogischen Alltag ermöglichen? Welche pädagogischen, strukturellen, personellen und materiellen Bedingungen müssen in Ihrer Institution gegeben sein, damit Kinder Flow erleben können? Wie lassen sich die zielorientierte sozialpädagogische Arbeit mit absichtsloser Exploration verbinden? Diese und viele weitere Fragen stellen sich bei der Implementierung des Flow-Ansatzes in der Stationären Erziehungshilfe. Lesen Sie mehr dazu in der kostenlosen Broschüre «FLOW macht Kinder stark» (2024) der nationalen Initiative Lapurla, die sich stark macht für mehr kreative Freiräume der Jüngsten: <https://www.lapurla.ch/download>

Auf der Webseite von Lapurla finden Sie zudem weitere Inspiration, wie Sie selber mehr kreative Freiräume im Alltag schaffen können: <https://www.lapurla.ch/>.



Und wenn Sie sich in diesem Feld professionell weiterbilden möchten, empfehlen sich zwei spezifische berufsbegleitende Weiterbildungslehrgänge an der Hochschule der Künste Bern HKB, Berner Fachhochschule BFH:

**CAS Kulturelle Bildung:** Kreativität ermöglichen ab der frühen Kindheit: Erarbeiten Sie sich berufsbegleitend die kultur- oder frühpädagogische Qualifikation für Ihre Arbeit im Frühbereich oder im kulturellen Bereich: <https://www.bfh.ch/de/weiterbildung/cas/kulturelle-bildung/>

**CAS Stark am Start - Kunst, Gesundheit und Soziales verbinden und Caring ab der Frühen Kindheit interprofessionell gestalten** (NEU ab April 2025): <https://www.bfh.ch/de/weiterbildung/cas/stark-am-start/>