



PRAXIS FÜR
ERGOTHERAPIE

JASMIN KRIEGESKOTTE
BACHELOR OF SCIENCE ERGOTHERAPIE

RATGEBER

STIFT-
HALTUNG

Viele Menschen meistern den Schul- und Arbeitsalltag mit unterschiedlichen Stifthaltungen ohne Schwierigkeiten. Dennoch fällt bei einigen ein unleserliches und unflüssiges Schriftbild auf. Folgen können Haltungsschwierigkeiten oder Beeinträchtigung des ausdauernden Schreibens (Druckstellen an den Fingern) sowie Konzentrationsschwierigkeiten sein.

Durch einfache Hilfestellungen und Hilfsmittel kann im Vorschulalter eine ökonomische und physiologische Stifthaltung angebahnt werden.

GÜNSTIGE STIFTHALTUNG

Den Stift im 3-Punkt-Griff zu halten, hat sich als besonders effizient und ökonomisch erwiesen. Der Vierfingergriff gilt ebenfalls als eine „reife“ Stifthaltung.

- Daumen und Zeigefinger greifen den Stift wie eine Zange
- der Stift liegt auf dem Mittelfinger
- das Stiftende ruht in der Daumenmulde, dabei zeigt das Stiftende Richtung Ellenbogen
- der Ringfinger und der kleine Finger sind leicht gebeugt
- der Unterarm sowie das Handgelenk ruhen leicht auf dem Tisch



ALLTAGSHILFEN

- Wählen einer guten Ausgangssituation:
 - gerade Sitzhaltung
 - mit beiden Beinen auf dem Boden/ feste Unterlage
 - Keilkissen bahnt eine aufrechte Haltung an
 - Tischhöhe muss richtig angepasst sein, 16° Neigung der Schreibfläche gewährleistet eine gute Sitzausgangsstellung
- Ausprobieren von unterschiedlichen Stiften
- Schreibmaterialien verwenden, die geringen Druck erfordern
- Verspannungen durch Pausen vermeiden
- rutschfeste Unterlagen ermöglichen ein Nachsetzen des Armes
- Blatt Papier mit Tesafilm festkleben, dabei liegt die Konzentration auf dem Schreiben und nicht auf dem Papierfesthalten
- Dreiecksstiftilhilfe benutzen (dicke und dreikantige Buntstifte – Kinder können sie besser umfassen, sie bahnen die physiologische Haltung an, geben eine bessere Rückmeldung über das Druckverhalten im Gegensatz zu Filzstiften)



Kinder sollten Freude am Malen entwickeln. Lassen Sie Ihr Kind mit unterschiedlichen Stiften wie Wachsmalstiften, Ölkreide, Pinsel oder Straßenmalcreide malen, um das Malen möglichst abwechslungsreich und attraktiv zu gestalten. Je mehr Ihr Kind bereit ist zu malen, desto mehr Übung und Erfahrung kann es sammeln.



STIFTHILFEN

- dreieckige Aufsätze oder Aufsätze mit Einkerbungen verwenden
- Schreibkugel: passt problemlos auf jeden Stift oder Pinsel, vermittelt das Gefühl, den Gegenstand sicher zu greifen
- Stifte mit Verdickungen/rutschfeste, gummierte Einkerbungen
- Stiftbeschwerungen aus Fimo – besseres Gefühl für den Stift
- der Stift muss gehalten und fein dosiert bewegt werden können
- spezielle Füller, Stifte und Materialien gibt es im Schreibwarenhandel

Beachten Sie, mit dem Kind gemeinsam eine Stifthilfe zu finden!

LINKSHÄNDIGKEIT

- der linke Arm muss Bewegungsfreiheit haben!
- das Blatt (Heft) sollte nach rechts geneigt werden (ca. 30°)
- richtige Lage des Heftes als Umriss auf der Schreibunterlage
- Haltung der Hand unter der Schreibzeile
- Stiftende sollte auf die linke Schulter, bzw. Ellenbogen zeigen
- rechte Hand am Blattrand



WAS TUN BEI/WENN

VERKRAMPFTER STIFTHALTUNG

- Gesicht auf den Zeigefinger malen zur Erinnerung, dass man nicht verkrampft
- sobald die Anspannung kommt, Arm lockern durch Ausschütteln
- liegende Acht malen ∞

DER STIFT IN DER HAND STEHT

- bewusst machen, dass der Stift zwischen Daumen und Zeigefinger liegen darf
- Stift am Ende beschweren (z.B. mit Knete, Figuren)
- Dreipunkt- Stifte verwenden

DAS HANDGELENK IN DER LUFT IST

- Handgelenksauflage fördern z.B. durch Kneten, Malen mit Rasierschaum, etc.
- ein laminiertes Blatt unter das Handgelenk legen, welches das Kind beim Malen mitzieht



DER STIFT UNTER BETEILIGUNG ALLER FÜNF FINGER GEHALTEN WIRD

- Dreiecksstifte (Jumbostifte) oder Stifthilfen benutzen
- Ringfinger und Daumen halten eine Murmel fest
- Feinmotorik fördern durch Wäscheklammern, Schneiden, Reißen, Kreisel, Magnetspiel, etc.

DIE STIFTHALTUNG IM SCHLÜSSELGRIFF STATTFINDET

- Dreiecksstifte oder Stifthilfen einsetzen
- Förderung der feinmotorischen Entwicklung

Sollten diese Hilfestellungen und Maßnahmen noch nicht ausreichend sein, dann sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt/Ihrer Kinderärztin.



PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

JASMIN KRIEGESKOTTE

BACHELOR OF SCIENCE ERGOTHERAPIE

IN DER BOCKEMÜHLE 1 · 51702 BERGNEUSTADT

TELEFON 02261/2057592
MOBIL 0179/1268967

ERGOTHERAPIEKRIEGESKOTTE@GMAIL.COM
WWW.ERGOTHERAPIE-KRIEGESKOTTE.DE

TERMINE NACH VEREINBARUNG



Quellenangabe:

<http://www.fruehfoerderung-erlangen.de/service/wissenswertes/stifthaltung.html>

Erna Schönthaler . Grafomotorik und Händigkeit, Ergotherapie bei Kindern.

Stuttgart: Georg Thieme Verlag KG; 2013

Copyright Jasmin Kriegeskotte (Bachelor of Science- Ergotherapie)

Dieser Flyer erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.