

# „Faszination des Augenblicks ...“

**Erwin Lang erzählt Maren Asmussen für *lebensqualität*, welche Ideen er aus der Schweiz „importiert“ hat und welche „Sternstunden“ er in seinem Beruf erlebt.**

Gemeinsam nach Fähigkeiten suchen: Kinaesthetics-TrainerInnen, BewohnerInnen und MitarbeiterInnen.

**lebensqualität:** In Schwäbisch Hall fand das erste Mal eine Kinaesthetics-Trainer-Fortbildung statt. Was war für dich interessant?

**Erwin Lang:** Erstmal war ich total stolz, weil es beweist, wie fortgeschritten unsere Einrichtung ist: Wir haben vor einigen Jahren gemerkt, dass uns die Kinaesthetics-Grundkurse nicht mehr weiterbringen. Deshalb habe ich einige Male Unterstützung aus der Schweiz geholt, um zu lernen.

**lebensqualität:** Welche Unterstützung aus der Schweiz hast du dir konkret geholt?

**Lang:** Ich habe den Film „Ermöglichen statt behindern“ gesehen und bewundert, was dort mit den Leuten gemacht wird. Ich dachte: „Das ist es, was wir brauchen! Das wollen wir in Schwäbisch Hall auch erreichen.“ Dann habe ich Thomas Mathis kontaktiert, dessen Adresse im Nachspann

angegeben war. Wir haben uns gut verstanden, und er lud mich ein, ihn in der Stiftung Friedheim in Weinfelden zu besuchen. So fing es an. Danach bin ich mit einigen KollegInnen hingefahren. Wir alle waren überrascht, was alles möglich ist, wenn man konsequent mit dem Kinaesthetics-Konzept arbeitet.

**lebensqualität:** Was ist möglich? Könntest du das beschreiben?

**Lang:** Es ist möglich, jeden Mensch – seinen Fähigkeiten und seinem Entwicklungsstandpunkt entsprechend – abzuholen und ihn weiterzuentwickeln. Vorher vertrat ich die Meinung, dass die zu betreuenden Menschen so sind, wie sie sind; dass wir bei ihnen sozusagen keine Veränderungen bewirken können, sondern nur ihren Alltag gestalten.

Wir sind vorher nicht davon ausgegangen, dass wir Hilfe anbieten können, um die Personen in ihrer Entwicklung und ihren Bewegungen weiterzuentwickeln. Diese Einstellung hat sich durch unsere Erfahrungen in der Schweiz gründlich geändert.

**lebensqualität:** Was hat sich nach dem Kontakt mit Kinaesthetics bei euch im Haus geändert? Wie fing es an, wie ging es weiter?

**Lang:** Es fing mit der Hospitation an. Als wir merkten, dass wir Kinaesthetics dort brauchen, habe ich verschiedene Aus- und Fortbildungen besucht. Heute bin ich Grundkurstrainer und halte eigene Kurse. Damals waren es Brigitte Marty und Thomas Mathis, die die ersten Grundkurse in unserer Einrichtung durchgeführt haben.

Der Grundkurs ist bei uns immer mit Praxis-einsatz verbunden. Es ist immer wieder schön zu beobachten, wie die Menschen einen anderen Blickwinkel einnehmen und die Erfahrung machen, dass wir etwas bewegen können. Das ist für alle eine Bereicherung!

Unser Haus bietet verschiedene Austauschmöglichkeiten: Im Forum können Interessierte Aktivitäten ausprobieren oder nach neuen Lösungen suchen. Innerhalb unserer Projekte diskutieren wir konkrete Schritte und Vorgehensweisen aus dem Alltag und suchen – mit Hilfe von Kinaesthetics-Rastern – nach Wegen, wie wir unsere erarbeiteten Erkenntnisse in den Betreuungsalltag integrieren können. Da dieser Alltag sehr straff organisiert ist,





Unter der Leitung von Maren Asmussen und Sabine Siemann wird eine Kinaesthetics-TrainerInnen-Fortbildung durchgeführt. BewohnerInnen und BetreuerInnen der Behindertenhilfe Diak nehmen gemeinsam an dieser Fortbildung teil.

halten wir diese „Lerneinheiten“ klein und kompakt, wie etwa „Bewusstes Training im Bett“.

**lebensqualität:** Was bedeutet das genau?

**Lang:** Es ist ratsam, die Pflegebedürftigen nicht gleich zu Beginn zu überfordern. Wir setzen kleine Impulse und beobachten, ob der Bewohner mitmachen kann; wenn ja, wie weit kann er mitmachen? Wir legen die Drehungen im Bett so an, dass sie bewusst miterlebt werden können. Viele Betroffene gehen mit dem Kopf oder mit den Augen mit. Einige können auch die Schulter mitdrehen. Wir achten darauf, dass sie aufmerksam sind.

Es ist jedes Mal ein toller Moment, wenn wir merken, dass die Person die Bewegung mitverfolgt. Wenn das passiert, haben wir die Fähigkeiten des jeweiligen Bewohners erkannt und eingesetzt. Diese Augenblicke sind Sternstunden für mich! Das versuche ich meinen MitarbeiterInnen zu vermitteln. Die meisten spüren die Faszination des Augenblicks, wenn man PatientInnen „erreicht“.

**lebensqualität:** Wie kann man diesen Blick für die „Faszination des Augenblicks“ bei den MitarbeiterInnen schärfen?

**Lang:** Die Eigenerfahrung spielt eine große Rolle. Dazu stellen wir die Tische beiseite und die MitarbeiterInnen legen sich auf den Boden, um verschiedene Bewegungsmuster auszutesten. Ein geflügeltes Wort lautet inzwischen: „Der Erwin kommt, jetzt gibt es wieder Bodenübungen.“

Eine andere Sache ist das bewusste Spüren dieses Augenblicks, in dem man einen „Draht“ zum Patienten aufgebaut hat. Wenn man auf die Konzentration des Bewohners achtet, spürt man es ohnehin von selbst.

**lebensqualität:** Was hat sich – verglichen mit früher – im Team verändert?

**Lang:** Früher haben die MitarbeiterInnen automa-

tisch einen Lifter verwendet, wenn der Patiententransfer etwas schwieriger war. Heute fragen sie mich, ob wir uns eine bestimmte Situation gemeinsam anschauen und eventuell andere Hilfsmittel finden können. Statt nach dem Lifter wird nun nach dem Erwin



## Alle Beteiligten profitieren voneinander

Vom 15. bis 19. Juni 2009 erarbeiteten in der Behindertenhilfe Diak Kinaesthetics-Trainer gemeinsam mit Betroffenen und deren BetreuerInnen neue Impulse. Maren Asmussen befragte für die Zeitschrift „lebensqualität“ drei Teilnehmer nach ihren Eindrücken.

Wenn Kinaesthetics-TrainerInnen in Fortbildungskursen zusammentreffen und gemeinsame Themen bearbeiten, dann beschäftigen sie sich intensiv mit ihrer eigenen Bewegungskompetenz. Die Sensibilität für die eigene Bewegung ist für Kinaesthetics-TrainerInnen ein zentrales Werkzeug in der Gestaltung von Lernprozessen. So können sich Kinaesthetics-TrainerInnen besser in PatientInnen einfühlen und

ihnen das anbieten, was sie in diesem Moment brauchen.

### Konstruktive Lernsituation.

Um diese Kompetenzen kontinuierlich weiterentwickeln zu können, suchen TrainerInnen in unterschiedlichen Rahmenbedingungen gemeinsame Lernsituationen. Eine besondere Situation ist das Lernen mit Menschen mit Behinderungen. Wenn Kinaesthetics-TrainerInnen dies miteinander gestalten können, dann ergibt sich nicht nur ein Lernen mit dem jeweils betroffenen Menschen, sondern auch die TrainerInnen profitieren voneinander. Jüngere Kinaesthetics-TrainerInnen können ihre konkreten Fragen mit erfahrenen TrainerInnen oder AusbilderInnen bearbeiten.



Ein Betreuer bewegt sich mit Frau Tapan nach Kinaesthetics-Prinzipien - ohne Hochheben oder Tragen - vom Rollstuhl ins Bett.



gerufen, um eine gewisse Situation auf eine gute Art und Weise für beide Seiten lösen zu können.

**lebensqualität:** Was kann die Leitung zu einem guten Arbeitsklima beitragen?

**Lang:** Entscheidend ist, dass eine Unterstützung von der Leitung da ist. Ohne das Wohlwollen der Leitung ist die Anwendung von Kinaesthetics im Betreuungsalltag auf Dauer nicht möglich. Der dahinterstehende Wert muss erkannt werden.

**lebensqualität:** Was sollte die Leitung dagegen haben? Gibt es irgendwelche Nachteile, die sich in der Arbeit mit Kinaesthetics ergeben?

**Lang:** Manchmal hinterfragt man gewohnte Vorgehensweisen und Abläufe. Wenn man Änderungen plant, hört man oft: „Wir machen das schon lange so und haben es jetzt in unseren Alltag übernommen.“ Neues kann auch Angst oder Unruhen hervorrufen. Man muss sehr behutsam vorgehen, um keinen Widerstand zu provozieren. Es braucht viel Geduld! Auch Grenzen müssen überwunden werden, damit man vorwärtskommt. Wenn man in solchen Situationen allein ist und keine Rücken- deckung hat, kann man die nötige Energie nach einiger Zeit nicht mehr aufbringen.

**lebensqualität:** Wie wurde in der Trainerfortbildung miteinander gearbeitet?

**Lang:** Soweit ich es beobachten konnte, wurde mit sehr viel gegenseitigem Respekt gearbeitet, sodass alle Beteiligten davon profitiert haben: Unter den TrainerInnen gab es sehr emotionale Szenen. Die



## „Gemeinsam in Bewegung sein“



**Ute Lechner** ist engagierte Peer Tutorin

### Ute Lechner erhielt neue Impulse und hinterfragt alte Arbeitsmuster.

„Ich fand es schön, von außen bestätigt zu bekommen, dass wir ein gut funktionierendes Team sind. Diesen Eindruck habe ich auch, deshalb macht mir Gemeinsames-in-Bewegung-Sein solchen Spaß. Gleichzeitig fand ich es toll, Menschen von außen dabei zu haben, die neue Impulse geben und uns vor eingespielten Mustern und „Betriebsblindheit“ bewahren.“

Ich habe frische Blickwinkel gewonnen, wie und wo ich Unterstützung anbieten kann, um die Eigenaktivität zu erweitern und neue Varianten und Lernmöglichkeiten anzubieten.“

# im gespräch

## „Erfolg der kleinen Schritte!“

**Andreas Bartling** erkannte, dass eine einseitige Interaktion überhaupt nichts bringt und dass eine passende Lernumgebung das Miteinander-Tun befördert.

**lebensqualität:** Sie waren Teilnehmer der Trainerfortbildung „Handicapped“ in Schwäbisch Hall. Wie waren Ihre Eindrücke?

**Andreas Bartling:** Fünf Tage Schwäbisch Hall, Behindertenhilfe Diak, eine Einrichtung für Menschen mit Behinderungen, geistige und körperliche Behinderungen, eine große Herausforderung für mich.

**lebensqualität:** Worin bestand die große Herausforderung?

**Bartling:** Ich musste viel Neues lernen. Das Erste war, dass ich mit Menschen in Kontakt gekommen bin, mit denen ich im alltäglichen Leben nichts zu tun habe; mit Menschen, die zum Teil sehr stark motorisch behindert sind, aber eben auch zum Teil kognitiv, also geistig behindert sind.

**lebensqualität:** Was haben Sie aus dieser neuen Herausforderung gelernt?

**Bartling:** Ich habe daraus lernen dürfen, wie man mit solchen Menschen in Kontakt treten und mit ihnen kommunizieren kann. Ich habe auch gelernt, wie ich mich gemeinsam mit ihnen auf den Weg begeben kann, um gemeinsame Ziele und Lernangebote zu formulieren.

**lebensqualität:** Wie hat sich dieses „Gemeinsam auf den Weg begeben“ gestaltet?

**Bartling:** Die Arbeit mit einer Bewohnerin ist so verlaufen, dass wir zunächst formulieren mussten, was wir gemeinsam tun wollen und was wir erreichen möchten. Was ich gelernt habe: Ohne die Beteiligung der Betroffenen funktioniert nichts. Wenn man etwas machen will, muss man dies gemeinsam tun und gemeinsame Ziele formulieren; sonst geht es in den Bereich der einseitigen Interaktion.

**lebensqualität:** Sie beschreiben, wie die Betroffene lernte, ihre Bedürfnisse zu artikulieren. Darin stecken natürlich auch viel Freude und die Möglichkeit, selbst etwas zu lernen.

**Bartling:** Ja, das stimmt. Das ist für mich das Resultat, das ich aus der Fortbildung mitnehme: stärker auf den Punkt zu achten, was wir gemeinsam tun und entwickeln können. Ich möchte wegkommen vom einseitigen Handeln hin zum „Komm, wir tun es gemeinsam!“.

**lebensqualität:** Sie haben drei Tage in einer Gruppe gearbeitet mit einem Begleiter, der die Person gut kennt, einem erfahrenen Trainer und einer Bewoh-

nerin, die - wie Sie beschreiben - intensiv weiß, was sie tut und auch die Gestaltung des Miteinander-Tuns absolut bestimmt hat. Welche weiteren Aspekte waren für Sie als Trainer in dieser Fortbildung wichtig?

**Bartling:** Auf jeden Fall war das Thema „kleinschrittiger vorgehen“ sehr wichtig. Man muss auf Reaktionen warten können und nicht sofort auf den großen Wurf hoffen; sich anpassen zu können an den Betroffenen war eine große persönliche Herausforderung. Die Frage, die mich neben dem Thema „Interaktion“ beschäftigte, war: Wie gestalte ich eine Umgebung, in der Lernen möglich ist? Ganz konkret: Welche Möglichkeiten bestehen außerhalb des Rollstuhls, in dem die Leute häufig sitzen müssen? Gelingt es am besten auf dem Boden oder geht es auf einem Bett? Oder funktioniert es über unterschiedliche Höhen runter auf den Boden, so wie wir es getan haben. Für mich war es sehr wichtig herauszufinden, welche Umgebung wir benötigen, um gemeinsam lernen zu können.

**lebensqualität:** Was brauchen Kinaesthetics-TrainerInnen, um überhaupt zu solchen Fragestellungen zu kommen?

**Bartling:** Ganz eindeutig das Lernen in der Praxis! Gemeinsames Lernen mit betroffenen Menschen, um Kinaesthetics auch langfristig in die Praxis implementieren zu können. Ganz wichtig ist mir der Punkt: Das Tun zu analysieren.

**lebensqualität:** Was wünschen Sie sich persönlich für die Zukunft?

**Bartling:** Ich wünsche mir mehr Kontakt zu den Betroffenen, ich wünsche mir mehr Zeit, um mit diesen Menschen arbeiten zu können. Ich wünsche mir auch, mich ab und zu aus dem Krankenhausalltag auszuklinken und Zeit zu finden, mich forschend auf diesen Weg zu begeben.



**Andreas Bartling** ist Krankenpfleger und Kinaesthetics-Trainer seit 2001, Stufe 2, und arbeitet in einer Abteilung für Rückenmarkverletzte im Gemeinschaftskrankenhaus in Herdecke.



Erwin Lang bietet Herrn Vaas Unterstützung, damit er selbst aufstehen kann. Gemeinsam gehen sie zu Boden. Eine grundlegende Erfahrung.



„Selbst die Lautstärke der Stimme kann bereits Körperspannungen hervorrufen.“

MitarbeiterInnen haben erlebt, dass sie als vollwertiges Teammitglied behandelt wurden.

Den BewohnerInnen wurde so viel Aufmerksamkeit gewidmet, dass viele interessante und neue Ideen entstanden sind, die wir im Alltag weiterführen können.

**lebensqualität:** Was verändert sich nun für das Team der Behindertenhilfe Diak?

**Lang:** Alle waren sehr aufgeregt und fasziniert von den neuen Dingen, die wir ausprobiert haben. Ein Beispiel ist eine

30-jährige, spastische Bewohnerin. An vielen Tagen ist sie nur schreiend im Rollstuhl unterwegs. Als wir den Umgang mit ihr verändert haben, begann auch sie sich zu verändern. Sie hatte eine geringere Körperspannung, saß ganz anders im Rollstuhl und kann nun die Kontaktaufnahme und Berührung der MitarbeiterInnen genießen. Sie liebt es, bewegt zu werden, wenn es ihrem Tempo und ihren Möglichkeiten entspricht. Wir haben den Transfer verändert: Statt sie in den Rollstuhl zu heben, haben wir sie auf die Bettkante gesetzt und nun über den Oberschenkel in den Rollstuhl gesetzt. Dadurch ent-

deckten wir, dass Frau Tapan sich sogar drehen und abstützen kann. Momentan sind wir dabei, den nächsten Schritt in Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern der Wohngruppe zu tun: Wir ändern den Transfer in den Rollstuhl so, dass wir Frau Tapan nun über rollende und drehende Bewegungen in den Rollstuhl helfen.

Die Beobachtung dieser positiven Veränderungen hat die Mitarbeiter elektrisiert. Sie möchten nun daran teilnehmen.

**lebensqualität:** Du hast während der „Handicapped“-Fortbildung selbst in einer Gruppe mitgearbeitet. Kannst du uns etwas darüber erzählen?

**Lang:** Da kein Mitarbeiter unserer Wohngruppe in diesem Team war, habe ich die Rolle des Mitarbeiters übernommen.

Unsere Dreiergruppe hat sich mit dem Bewohner Herr Vaas beschäftigt. Wir haben uns überlegt, wie wir Herr Vaas' Alltag erleichtern können. Sein Problem war, dass er meist eine viel zu hohe Körperspannung hatte für die Dinge, die er tun wollte. Herr Vaas besitzt sehr viele Fähigkeiten: Er kann sich selber organisieren, er kann selber aufstehen, er kann seine Bewegungsabläufe sehr gut durch Gewichtsverlagerung organisieren. Diese Bewegungen sind bei ihm allerdings mit zu hoher Körperspannung und zu viel Kraftaufwand verbunden. Unsere Forschungs idee war, herauszufinden,





wie er seine Anstrengung besser dosieren kann.

Wir erkannten, dass selbst die Lautstärke der Stimme bereits Körperspannungen bei ihm hervorruft. Bei unserem gemeinsamen Bewegen auf dem Boden konnte Herr Vaas wunderbar die Spannung lösen. Wir bewegten ihn behutsam hin und her – ganz ruhig –, sodass sich Herr Vaas schnell auf uns eingestellt hat. Als ich ihn am Ende etwas kräftiger aufforderte, sich wieder in den Rollstuhl zu begeben, setzte ihn dieser Ausspruch so unter Druck, dass sich seine Körperspannung erhöhte. So haben wir bemerkt, dass wir auf die Interaktion, wie wir ihn ansprechen, achten müssen; auch die Stimmung in der Gruppe wirkt sich stark auf ihn aus.

**Lebensqualität:** *So wie ich das höre, ist viel entdeckt worden. Was wünschst du dir für die Zukunft für deine Einrichtung und für Kinaesthetics?*

**Lang:** Ich wünsche mir, dass es immer wieder solche Kurse gibt, weil es einen aus dem Alltag Stückweise herausholt und weil man viel konzentrierter an bestimmten Situationen arbeiten kann. Der Alltag überrollt einen. Deshalb ist es gut, solche Fortbildungstage festzulegen, an denen man sich die Zeit für intensives Arbeiten mit den Betroffenen nimmt.

Im Behindertenbereich wird deutlich, was es heißt, in Interaktion, in Beziehung zu treten. Das beginnt bei der Sprache, was zum Beispiel die Do-

sierung angeht. Vor allem im Behindertenbereich sind die Menschen sehr sensibel. Auch die Trainerin, die mit mir zusammen gearbeitet hat, war ganz erstaunt, wie sensibel man sein muss und wie eng es beieinander liegt, ob eine gute oder weniger gute Interaktion entsteht.

Ich finde, dass man besonders bei behinderten Menschen erfahren kann, was „Zeit, Raum und Anstrengung“ und die Verknüpfung von zwei Personen bedeutet. Vor allem in der Zeit kann ein sehr großer Unterschied vorhanden sein, die ich in meiner Bewegung habe und die ein Bewohner dafür benötigt. Diesen Unterschied kann man hier besonders gut lernen.

**Lebensqualität:** *Was meinst du, was die Kinaesthetics-TrainerInnen gelernt haben?*

**Lang:** Sie haben gelernt, auch auf sich zu achten und sensibler zu werden im Erkennen, ob die Leute selbst aktiv werden können oder ob diese Möglichkeit fehlt. Außerdem haben sie gelernt, dass man im Behindertenbereich mit vorgefertigten Bildern und Ideen nicht sehr weit kommt. Man muss schauen, welche Ressourcen vorhanden sind und was der Mensch kann. Das kann man oft nicht voraussehen. Man muss im Augenblick sensibel sein und erkennen, was einen weiterführt.

**lebensqualität**

die Zeitschrift für Kinaesthetics

Ein Kooperationsprodukt von:  
Kinaesthetics Deutschland, Kinaesthetics Italien, Kinaesthetics Österreich, Kinaesthetics Schweiz,  
European Kinaesthetics Association, Stiftung Lebensqualität.  
Herausgeber: Stiftung Lebensqualität, Nordring 20, CH-8854 Siebnen.



Kinaesthetics

www.zeitschriftflq.com www.kinaesthetics.net