



Das Lernteam:
 Thomas (Name von der
 Redaktion geändert), Kind
 im Wachkoma;
 Iris Mielacher (oben rechts),
 Betreuerin von Thomas,
 Mitarbeiterin in der Be-
 hinderteneinrichtung und
 Kinaesthetics-Trainerin in
 der Ausbildung Stufe II;
 Gudrun Lammer (unten
 rechts), Kinderkranken-
 schwester und Kinaesthetics-
 Trainerin Stufe II;
 Sabine Siemann (unten
 links), Krankenschwester
 und Kinaesthetics-Trainerin
 Stufe III.

Entdeckendes Lernen mit einem Jungen im Wachkoma

Mit einem Juchzen belohnt

Entdeckendes Lernen heißt voneinander und miteinander lernen. Kinaesthetics-Trainerin **Sabine Siemann** berichtet von ihren Erfahrungen mit einem 6-jährigen Wachkoma-Patienten, seinen BetreuerInnen und Angehörigen.

Arbeit im Lernteam. Wir bilden für diese vier Tage ein Lernteam mit Thomas*, einem 6-jährigen Jungen, der mit einem Herzfehler geboren wurde. Im ersten Lebensjahr musste er reanimiert werden. Seit seinem 6. Lebensmonat lebt er im Wachkoma. Er ist körperlich durch ein spastisches Bewegungsmusterbeeinträchtigt und leidet ab und zu an leichten Krampfanfällen. Seit kurzem lebt er in einer Einrichtung für behinderte Kinder und Jugendliche. Als wir ihn und seine Betreuerin Iris kennenlernen, hat er einen eher leeren Blick, fixiert uns nicht und liegt bewegungs- und teilnahmslos in seinem Kinderwagen.

Wir beschließen, dass wir unseren Lernprozess nach dem Kinaesthetics-Lernmodell gestalten werden. Dazu gehört, dass wir als erstes über eine Erfahrung die Situation erfassen möchten. Anschließend gestalten wir verschiedene Lernaktivitäten – um zum Schluss die neuen Entdeckungen in den Alltag zu integrieren. Die Kompetenzveränderung überprüfen wir am Schluss durch den Vergleich mit der Eingangsaktivität.

Ausgangsaktivität: Standortbestimmung über seine und unsere Bewegungskompetenz. Wir schauen uns zunächst an, wie die Aktivität vom Rollstuhl auf den Boden und zurück im Moment gestaltet wird. Damit der Kopf nicht nach vorne sinkt, hat seine Betreuerin alle Hände voll zu tun, um sich und Thomas sicher zu Boden zu bringen. Ihre Aufmerksamkeit gilt ausschließlich dem Kopf, und sie benötigt einen hohen Kraftaufwand. Um gezielt herauszufinden, was benötigt wird, haben wir zunächst eine weitere Standortbestimmung über seine Fähigkeiten, aber auch über seine Grenzen erstellt.

Was kann Thomas allein?

- > Lachen, wenn er sich wohlfühlt.
- > Er kann deutlich Unbehagen zeigen, indem er seine Mimik stark verändert und weinerliche Geräusche macht.
- > Er bleibt in der Rückenlage, Seitenlage und Bauchlage liegen, wenn man ihn in diese Position gebracht hat, ist jedoch nicht in der Lage, sein Gewicht selbständig zu verlagern.

* Name von der
 Redaktion geändert

Das Lernmodell

Die ersten Stunden unseres Zusammenseins benutzen wir, um für uns und Thomas Ziele zu definieren.

1. Wir möchten Thomas ermöglichen, sich an möglichst vielen Aktivitäten aktiv zu beteiligen, die wir mit ihm zusammen ausführen.
2. Wir als betreuende Personen wollen lernen, bei den Fortbewegungsaktivitäten vom Rollstuhl auf den Boden den eigenen Kraftaufwand zu reduzieren und Varianten zu erarbeiten, die mehr Kopfkontrolle für Thomas zulassen. Wir wollen die Unterstützung so anbieten, dass Thomas mit seiner eigenen Anpassungsbewegung folgen kann.

Erste Lernaktivität: Positionswechsel von der Rückenlage in Seitenlage und Bauchlage sowie zurück. Wir geben Thomas an verschiedenen Körperteilen Impulse. Dies geschieht sehr langsam, um die Reaktionen von Thomas wahrnehmen zu können. So können wir entdecken, wie seine Art von „Bewegungsantwort“ aussieht. Wir achten auf seine Mimik, wobei wir merken, dass Thomas bei angepasstem Tempo sehr aufmerksam und konzentriert ist.

Zweite Lernaktivität: Kommunikation ohne Sprache. Unsere nächste Beobachtung gilt dem Gespür, wie wir an unterschiedlichen Körperteilen in unterschiedliche Richtungen einen angepassten Spannungsaufbau für Bewegung erzielen können. Wir achten stark auf das kinästhetische Sinnessystem – das Spüren von Veränderung der Körperspannung. Thomas ist sehr konzentriert und spürt bald, dass er die Bewegung durch das Drehen seines Kopfes aktiv mitbestimmen kann.

Dritte Lernaktivität: Entdecken von Bewegungsmöglichkeiten und Grenzen. Thomas' Arme und Beine werden durch das



Thomas' Arme und Beine werden durch das Wiederholen der Positionswechsel beweglicher, seine Hände lockerer.

Wiederholen der Positionswechsel in einem geeigneten Tempo beweglicher, seine Hände beginnen locker zu werden – Thomas lernt offenbar, die Muskelspannung aktiver und gezielter anzupassen.

Vierte Lernaktivität: Aktiv Gewicht verlagern in verschiedenen Positionen – Gewichtsverlagerung in sitzender Position. Für diese Position benötigt Thomas eine Umgebung, die ihn stützt. Unter dem Fokus „Menschen lernen neue Bewegungsmuster, indem sie der Bewegung anderer Menschen folgen“ bewegt sich jeweils eine Person mit ihm. So kann er ein Gespür für seine eigene Gewichtsverlagerung entwickeln. Wir beobachten, dass er dabei gleichzeitig lernt, seine Arme zum Stützen zu nutzen. Thomas ist sehr aufmerksam und ganz konzentriert bei den Aktivitäten. Trotz hoher Konzentration geraten seine Arme nicht wie zuvor in hohe Spannung. Seinen Kopf steuert er für einen Moment selbst und ist sichtlich zufrieden. Seine Hände sind gelöst.

Fünfte Lernaktivität: Umgebungsgestaltung zur Spannungsregulierung. Thomas ist nicht in der Lage, das Gewicht seiner Massen in höheren Positionen selbst zu kontrollieren. Hier benötigt er eine Umgebungsunterstützung – und zwar so, dass er die Aktivität in der jeweiligen Position nachvollziehen kann.

Integrationsaktivität. Integrationsaktivitäten dienen dazu, dem Menschen ein Angebot zu machen, seine Lernerfahrungen aus den kleinen Lernaktivitäten zu verbinden. Mit Thomas gehen wir ins Schwimmbad und bieten ihm Bewegungen mit Hilfe einer Decke an. Dabei entdecken wir, wie gut Thomas seine Spannung in den Armen auch im Wasser regulieren kann.



Gewichtsverlagerung in sitzender Position: Für diese Position benötigt Thomas eine Umgebung, die ihn stützt.

Wirkung auf Fußstellung, Beckenstellung und Spannungsregulierung



Vorher: Durch den Sitzgurt fallen die Beine auseinander. Seine Füße stellen sich nach innen. Dadurch bekommt er keinen ausreichenden Kontakt, um seine Füße zu unterstützen. Er hat keinen Widerstand in der Umgebung, somit macht er eine hohe Körperspannung, um sich zu kontrollieren.



Nachher: Statt des Gurtes bekommen die Beine von auf der Rückseite Unterstützung. Durch das feste Kissen unter seinen Füßen kann er das Gewicht des Beckens besser kontrollieren. Jetzt hat Thomas eine richtige Sitzposition. Er spürt den Widerstand der Umgebung und kann seine Körperspannung besser regulieren. Seine Arme sind so locker, dass er Brustkorb und den Kopf besser halten kann.



- > Er juchzt vor Freude, wenn er sich in der Bauchlage befindet.
- Was kann Thomas tun, wenn er geführt wird?
- > Beide Beine beugen – mit viel Geduld der unterstützenden Person.
- > Arme nutzen für Gewichtsübernahme im seitlichen Sitzen.
- Was muss für Thomas übernommen werden?
- > Kopfkontrolle im Sitzen und in anderen höheren Positionen – immer dann, wenn der Kopf keine Unterstützung durch die Umgebung erfährt.
- > Gewichtsverlagerung in jeder Position.
- > Kontrollierter Spannungsaufbau bei der Fortbewegung.

Fragen. Nach der ausführlichen Standortbestimmung differenzieren wir unsere Themen, die zunächst nur Fragen sind, und uns einladen, auf Entdeckungsreise mit Thomas zu gehen:

- > Wie kann Thomas lernen, den Kopf für Aktivitäten zu nutzen?
- > Welche Umgebung braucht Thomas, um Spannungen besser regulieren zu können?
- > Wie können wir lernen, auf die Bewegungsreaktion von Thomas zu warten und diese zu interpretieren?

Durch die Eigenerfahrung können wir nachvollziehen, warum Thomas in bestimmten Situationen eine hohe Spannung hat oder gar zum Krampfanfall neigt.

Das Lernmodell. Um uns weiterentwickeln zu können, nutzen wir ein Lernmodell, das auf Seite 13 im Detail beschrieben wird. Es ist unser roter Faden in der Arbeit mit Thomas.

Rollstuhl – Boden und zurück. In diesen Tagen holen wir Thomas immer wieder aus dem Rollstuhl und nehmen dabei unsere eigene Bewegungskompetenz unter die Lupe. In Eigenerfahrungen überprüfen wir unser Handling in Bezug auf die Kopfkontrolle und passen es neu an.



„Spürt der Mensch keinen Widerstand in der Umgebung, dann macht er Widerstand im eigenen Körper“

Der Vergleich – Aktivität 2. Die Ausgangsaktivität wird nochmals mit neuen Ideen durchgeführt und mit Aktivität 1 verglichen. Der Unterschied ist der Lernzuwachs für alle Beteiligten. Beim Transfer Rollstuhl – Boden und zurück ist Thomas nun in der Lage, die Kopfkontrolle selbst zu übernehmen. Dazu benötigt er einen eindeutigen Impuls am Rücken. Die Betreuerin hat mehr Bewegungsfreiheit und trotzdem viel Kontrolle über Thomas und ihre eigene Bewegungsmöglichkeit.

Lernaktivitäten für den Alltag. Wir hatten im Seminar eine optimale Lernumgebung mit ausreichend Zeit. Der Alltag sieht bekanntlich anders aus, und so haben wir uns Gedanken gemacht, wo wir im Alltag die kleinen Lernaktivitäten in unsere normale Arbeit integrieren können:

Beine aufstellen

> Einlagenwechsel

> Positionswechsel Rückenlage –
Seitenlage – Bauchlage und zurück

Kopfkontrolle

> bei jedem Positionswechsel wie

z. B. dem Drehen auf die Seite

> Transfer aus dem Rollstuhl auf
den Boden, ins Bett, ins Auto usw.

Uns geht es hauptsächlich darum, Thomas beim Spannungsaufbau für Bewegung zu unterstützen, damit er seine Kopfkontrolle schulen kann und ein besseres Gespür für seine Möglichkeiten erfährt.

Umgebungsgestaltung. Um Spannungen zu reduzieren, ist es notwendig, dass jeder Körperteil eine Unterstützungsfläche hat. Thomas braucht auch in der Rückenlage Unterstützung an den Armen. Eine einfache gerollte Decke wäre ein idealer Begleiter in jeder Position.

Juchzen und Knurren. Wir danken Thomas für seine eindeutigen Rückmeldungen. Er hat uns mit Juchzschreien belohnt, wenn wir auf seiner Wellenlänge waren, und er hat uns sofort mit einem Knurren oder bösen Blicken bestraft, wenn wir mit unseren Ideen falsch lagen. Und das war mehr, als uns viele Worte hätten sagen können.



Die Autorin:
Sabine Siemann ist
Kinaesthetics-Trainerin
und Krankenschwester.
Sie hat eine Stabsstelle
für Kinaesthetics im
Klinikum Osnabrück.

Entwicklungsschritte von Thomas in einem Zeitraum von vier Tagen

- > Er ist deutlich aufmerksamer in der Interaktion mit anderen Menschen.
- > Hat die Aktivität ein für ihn nachvollziehbares Tempo, ist er sehr konzentriert bei der Sache.
- > DurcheinegeeigneteUmgebungsunterstützungsind seine Spannungen deutlich geringer.
- > Dadurch kann er eindeutigen Impulsen folgen wie z. B. die Beine selbst aufstellen.
- > Mit Hilfe ist er in der Lage, sich selbst zu berühren. Dazu nutzt er die Vorderseiten seiner Hände.
- > Thomas hat gelernt, die Bewegung seines Kopfes für den Positionswechsel zu nutzen.
- > Dadurch hat er deutlich mehr Kopfkontrolle erlangt, zum Teil kann er den Kopf kurzfristig selbst halten.

Entwicklungsschritte der Kinaesthetics- Trainerinnen

- > Uns ist deutlich geworden, wie sensibel wir die Reaktion des anderen wahrnehmen können, wenn wir in der Lage sind, unsere eigene Körperspannung zu reduzieren und aktiv der Situation anzupassen.
- > Es ist nicht in erster Linie wichtig, womit wir beginnen, doch es ist wichtig, die Qualität unseres Handelns zu erfahren, indem wir achtsam sind auf die Rückmeldung in unserem Körper und die des anderen. Dies funktioniert nur, wenn wir uns aufeinander einlassen und in der Lage sind, dem Tempo des anderen zu folgen.
- > Sind wir zu schnell, erfahren wir wenig von den Fähigkeiten des anderen.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____