

Kommunikation mit behinderten Kindern

# Wer lernt von wem?

2003, Kanton Zürich: Geburt der Zwillinge Lhamo und Tashi. Bald danach stellt sich heraus, dass die beiden Mädchen in ihrer Entwicklung verzögert sind. Von Marie Theres Stickelberger

Als Lhamo und Tashi geboren wurden, besuchte ich den Kurs Kinaesthetics Peer-Tutoring. In diesem Kurs habe ich erkannt, dass meine eigene Bewegungskompetenz der Schlüssel ist, um Menschen in ihren Alltagsaktivitäten unterstützend zu helfen. Anfänglich habe ich diese Erkenntnis auf meine Arbeit mit demenzkranken Menschen bezogen.

In dieser Zeit wurde immer klarer, dass Tashi und Lhamo, die Zwillinge meiner Freundin Erika, in ihrem Entwicklungsprozess behindert sind. Ich erkannte, dass die Grundprinzipien, die mir in der Interaktion mit alten Menschen helfen, auch >>



Herausforderung:  
Betreuung behinderter Babys



## im gespräch

### Zeit lassen versus „Hau-ruck-Aktion“

Marie Theres Stickelberger sprach mit Angelika Brand, der Betreuerin von Lhamo und Tashi, über ihre Strategien, die vierjährigen, behinderten Zwillinge zur Selbständigkeit anzuleiten.

*Stickelberger: Angelika, du arbeitest als Betreuerin von Tashi und Lhamo. Wie ist es dazu gekommen?*  
 Brand: Ich arbeite tageweise im Entlastungsdienst des Kantons Zürich. Wir unterstützen Angehörige von Menschen mit einer Behinderung. Zudem führe ich meine eigene Gesundheitspraxis mit dem Schwerpunkt energetische Behandlungen. Diese beiden Tätigkeiten ergänzen sich wunderbar.

*Stickelberger: Du betreust die Zwillingmädchen seit 3 Jahren. Wie sieht die Arbeit mit ihnen aus?*

Brand: Eine besondere Herausforderung ist ihre nonverbale Kommunikation. Sie zeigen mir ohne Worte ganz genau, wo ich stehe. Ein Beispiel: Wenn ich angespannt bin, kann ich ihre Rückmeldungen nicht aufnehmen. Da ihre Bewegungsfreiheit eingegrenzt ist, muss ich mir genau überlegen, wie ich sie in ihren Bewegungsabläufen unterstützen kann. Weil die Mädchen immer schwerer werden, habe ich gelernt, mit meinem Körper ebenfallssanfter umzugehen. Ich habe gemerkt, dass mir das Heben und Tragen nicht gut tut.

*Stickelberger: Wie gehst du mit dem leidigen Zeitproblem um?*

Brand: In unserem „normalen“ Alltag sind wir gewohnt, gewisse Abläufe innerhalb einer angemes-

Die Zwillingmädchen Lhamo und Tashi „erziehen“ ihre Umwelt.



in der Auseinandersetzung mit Tashi und Lhamo anwendbar sind. So hatte ich plötzlich anstatt alte auch zwei sehr junge LernpartnerInnen auf meinem Weg zur Kinaesthetics-Trainerin.

**Verlassen alter Denkmuster.** In der Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin wurden meine Annahmen, wie ein Mensch funktioniert und was Pflege alter Menschen bedeutet, gründlich in Frage gestellt – viele Denkmuster stellten sich als veraltet heraus.

Der Umgang mit Tashi und Lhamo zeigte mir meine Grenzen auf. Wissen allein hilft da wenig: Ich wusste, dass es wichtig ist, mich gleichzeitig gemeinsam mit den Kindern zu bewegen – und habe mich in einseitiger Interaktion erlebt. Ich wusste, dass es wichtig ist, den beiden zu helfen, dass sie ihr eigenes Gewicht über den Knochen kontrollieren können – und habe sie gehoben ...

**Aufzeigen eigener Grenzen.** Ich erlebe die beiden Mädchen als meine besten Lehrerinnen. Ihre ganz individuelle Art, in der Welt zu sein, hilft mir, meine Annahmen zu hinterfragen. Ihre konsequente Ehrlichkeit und ihre sofortigen und unmissverständlichen Rückmeldungen zeigen mir immer wieder meine Grenzen auf. Immer, wenn sie mich auf eine Inkompetenz aufmerksam machen, die ich längst überwunden glaubte, frage ich mich, wer hat eine Behinderung, sie oder ich?

Durch Tashi und Lhamo konnte ich die Wichtigkeit der kompetenten Unterstützung von alltäglichen Aktivitäten Woche für Woche beobachten, da sich ihre wichtigsten Betreuungspersonen auf diesen Weg eingelassen haben.

Müßig zu erwähnen, dass natürlich nicht all die Jahre immer eitel Sonnenschein herrschte ...





## 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.

www.zeitschriftlq.com

www.kinaesthetics.net



Die Autorin:  
MarieTheresStickelberger-Landolt ist Kinaesthetics-Trainerin Stufe II/Pflege. Sie arbeitet im Pflegezentrum Wald (Kanton Zürich) mit dementen Menschen.

senen Frist zu verrichten. In meiner Arbeit ist es oft umgekehrt: Es klingt paradox, aber ich gewinne Zeit, wenn ich mit jemandem, der nicht so mobil ist, langsam vorgehe – das heißt, ich versuche, mich dem Tempo meines Gegenübers anzupassen. Somit sind die gemeinsamen Bewegungen und Abläufe für alle Beteiligten nachvollziehbar und effiziente Mithilfe ist garantiert! Seit dem Kinaesthetics-Grundkurs ist mir das viel klarer geworden.

*Stickelberger: Was hat dir der Grundkurs vermittelt?*

Brand: Ich habe die Bewegungen am eigenen Körper erfahren. Tief beeindruckt hat mich, wie unterschiedlich es sich anfühlen kann, wenn man bewegt wird: Vom Stuhl in einer „Hau-ruck-Aktion“ an beiden Armen hochgezerrt zu werden, ist höchst unangenehm. Zur Mithilfe angeleitet zu werden und selber mitzumachen, fühlt sich komplett anders und viel angenehmer an. „Gehoben werden“ ist eine Bewegung, die man nicht nachvollziehen kann.

*Stickelberger: Außerdem ist man durch Heben gefährdet, ein schmerzhaftes Rückenleiden zu kriegen.*

Brand: Das habe ich! In der Physiotherapie habe ich gelernt, richtig zu heben. Zusätzlich habe ich entdeckt,

wie ich Heben vermeiden kann. Für das Verständnis, Gewicht über meinen Körper zu nehmen, hat mir das Erfahren der Funktionen von Knochen und Muskeln geholfen. Bei der Betreuung meines Vaters, ein MS-Patient im Rollstuhl, merke ich sofort, ob ich ihn richtig zur Mithilfe anleite oder ob ich hebe. Da kann ich nicht mogeln, da er viel schwerer ist als die beiden Mädchen. Ich habe erkannt, dass Kinaesthetics vom leichten Baby bis hin zu schweren Erwachsenen funktioniert. Gewicht lässt sich ohne großen Kraftaufwand bewegen und verschieben.

*Stickelberger: Bei welchen Aktivitäten ist dir diese Erkenntnis hilfreich?*

Brand: Zum Beispiel beim Wechseln der Windeln helfe ich den Mädchen, ihr Gewicht seitlich über das Becken zu verlagern und hebe nicht einfach die Beine, um die Windeln unters Gesäß zu schieben.

Ich versuche, sie bei allen Fortbewegungsaktivitäten – wie zum Beispiel beim Ein- und Aussteigen ins Auto, in den Kinderwagen oder auf das „Hochsitzli“ zum Essen – derart zu unterstützen, dass sie aktiv mithelfen können. Im Hinblick auf ihre Unabhängigkeit tue ich ihnen keinen Gefallen, wenn ich sie hebe und trage. Ich wünsche ihnen, dass sie Selbständigkeit erlangen werden!



Angelika Brand ist Drogistin, energetische Heilpraktikerin, Mitarbeiterin im Entlastungsdienst des Kantons Zürich.

„Routiniert“ schafft Tashi das Ein- und Aussteigen aus dem Auto.



## Erfahrungen einer Mutter von behinderten Zwillingen

### Eine Welt ist zusammengebrochen – und eine neue entstanden!

Bis zur Geburt meiner beiden Töchter Lhamo und Tashi war der Begriff „Behinderung“ für mich ein Fremdwort. Es existierte nicht in meinem Leben. Dann mit der Realität konfrontiert, lernte ich neue Wertmaßstäbe kennen. Von Erika Gyger

Nichts deutete während der Schwangerschaft darauf hin, dass etwas bei meinen Töchtern nicht der Norm entsprach. Sie entwickelten sich prächtig. Wir drei hielten es bis zur 39. Schwangerschaftswoche miteinander aus. Auch die Geburt verlief problemlos, spontan, kurz und heftig.

Dalagen die beiden herzigen Geschöpfen nun in meinen Armen, atmeten zwar nicht ganz so tief, aber ich war noch immer nicht beunruhigt. Doch von einer Stunde zur anderen veränderte sich meine und ihr Leben dramatisch: Nach einer Reanimation mussten beide Mädchen auf die Notfallstation der Neonatologie verlegt werden, wo sie 5 Wochen lang blieben.

Eine Odyssee begann. Das Wort „Behinderung“ stand nun beängstigend im Raum. Wohl wussten die Ärzte nicht, was den Zwillingen fehlte, doch bald stand fest, dass etwas mit ihrer Entwicklung nicht stimmen konnte. Mehr und mehr zeigten sich spastische Bewegungen und merkwürdige Zuckungen. Die Diagnose blieb allerdings weiterhin und noch für lange Zeit unklar.

Für mich brach eine Welt zusammen, eine Welt der Normen, der absehbaren Entwicklungen und der Vorhersehbarkeit. Nichts galt mehr! Anstelle des Wettstreits, welche von beiden wohl zuerst Mama sagen, zuerst sitzen oder schneller zu laufen beginnen würde, fand nun der eigene Kampf mit meinen Wertvorstellungen statt.

Stark und tief war jedoch von Anfang an die Liebe zu diesen beiden Geschöpfen. Diese Liebe übertraf alles, was ich vorher je gefühlt hatte. Sie entwickelte sich zu einer – im wahrsten Sinne des Wortes – bedingungslosen Liebe, umso mehr, als ich gar keine Bedingungen stellen konnte. Es fehlte mir schlichtweg der Rahmen. Die fehlende Diagnose zwang mich, meine bisherige Art der Wahrnehmung sowie meine gesamten Wertvorstellungen grundlegend zu ändern und neu zu schulen.

Interaktives Erspüren von Bewegungen. Wir lebten und leben im Jetzt. Ich lernte meine Mädchen völlig frei von Vergleichen wahrzunehmen, weil es gar keine Vergleiche gab. Es galt, ihre Ausdrucksmöglichkeiten zu erspüren und zu erfahren. Da meine Zwillinge bis

heute nicht reden können und sich auch anderweitig „nur“ beschränkt mitzuteilen vermögen, musste ich mich mental wie physisch filterlos in sie einfühlen. Instinktiv nahm ich sie auf meine Hüften und tanzte mit ihnen, damit sie meinen Rhythmus erspüren, erfahren und in ihr eigenes Bewegungsmuster einfügen konnten. Ich nahm sie auf meinen Rücken, kroch und robbte am Boden durch die Wohnung, damit sie erfahren, wie sich Fortbewegung anfühlt. Wenn immer möglich, versuchte ich, mich in ihre Bewegung einzuloggen. So begriff ich, dass meine Töchter über meine eigene Körperbewegung lernen konnten, sich selbst zu bewegen. Es wurden Grenzen gesprengt, die anfangs unverrückbar schienen, und ich lernte, dass Behinderung wohl am meisten durch die Umwelt und durch die Gesellschaft zur Behinderung wird.

Wer behindert wen?

Am Anfang drohten mich quälende Fragen fast zu erdrücken: „Warum gerade ich?“ „Was habe ich falsch gemacht, dass ich zwei behinderte Kinder bekam?“ Ich merkte, wie tief diese Sätze in der Gesellschaft verankert sind, wie negativ behaftet das Wort Behinderung ist. Wer behindert denn wen? Nach welchen Normen und Werten leben wir und richten wir uns? Fortwährend lerne ich mit meinen Töchtern neue Wertmaßstäbe kennen und danach zu leben. Die Kraft, die aus diesem neuen inneren Reichtum entsteht, macht mich stark und gleichzeitig sensibel und empathisch. Es ist wie eine Befreiung, eine neue Freiheit und Beweglichkeit, nicht mehr den gängigen Normen der Gesellschaft entsprechen zu müssen. Mittlerweile kenne ich die Diagnose meiner Töchter. Vielleicht eröffnen sich damit Perspektiven ungeahnter Verbesserungen. Doch die Heilung hat schon viel früher begonnen, nämlich durch die Akzeptanz dessen, dass „mieni zwei liebe Schätzli“ so sind, wie sie sind. Ich kann nun der Behinderung meiner Töchter einen Namen geben, jedoch lasse ich mich durch diese Diagnose nicht beschränken. Ich habe gelernt, den Weg meiner Mädchen als ihren eigenen anzuerkennen. Nicht durch die Diagnose, sondern durch SIE wird sich dieser Weg jeden Tag neu zeigen. Was am allerwichtigsten ist: Ich habe MICH kennengelernt, habe meine „verhinderten“ und dadurch „behinderten“ Wesensanteile erfahren und so in mein Selbst integriert. Genau die verletzlichen Seiten, die sich mir durch meine Kinder zeigen konnten, machen mein Leben nun so reich und erfüllend.

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.

www.zeitschriftiq.com www.kinaesthetics.net



Kinaesthetics



Erika Gyger ist Personalberaterin in einer Regionalen Arbeitslosen Vermittlungsstelle RAV, astrologische Beraterin.

# 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](http://www.verlag-lq.net) oder per Post

verlag lebensqualität  
nordring 20  
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net  
[www.verlag-lq.net](http://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 \_\_\_\_\_