



Kinder kommen mit ihren Eltern in dem gemeinsam besuchten Grundkurs spielerisch in Bewegung.

Kinaesthetics in Rumänien

Einen Weg finden – zu sich selbst und zu den anderen

Die Caritas Alba Iulia lud Eltern und ihre behinderten Kinder zu einem gemeinsamen Grundkurs ein. **András Márton berichtet über die Erfahrungen der Beteiligten.**

Acht Frauen und zwei Männer der Caritas Alba Iulia in Rumänien haben diesen Sommer ihre Ausbildung als Kinaesthetics-TrainerIn Stufe 1 abgeschlossen. Das ist als Meilenstein eines Projekts zu werten, das vor 5 Jahren gestartet wurde. „Geburtshelfer“ dieses Unterfangens waren: Stefan Knobel, viele Kinaesthetics-TrainerInnen aus der Schweiz und die engagierten MitarbeiterInnen der Caritas Alba Iulia. Eine kontinuierliche Weiterentwicklung wird mit Schwung und Enthusiasmus vorangetrieben.

Schritt in die Praxis. Die Idee, für behinderte Kinder und ihre Eltern einen Grundkurs zu gestalten, schien auf den ersten Blick für uns alle

sehr gewagt. Wir hatten trotz längerer Auseinandersetzung mit Kinaesthetics kaum Erfahrung mit fremden Kindern. Unsere fachlichen Erfahrungen bezogen sich auf die Pflege von alten und chronisch kranken Menschen. Eher zufälligerweise haben einige von uns bis jetzt auch mit behinderten Menschen gearbeitet.

Triste Situation in Rumänien. Inspiriert hat uns der kleine Alfonz, ein Junge mit einer körperlichen Behinderung. Klari, eine unserer neuen Traineeinnen, nahm ihn letztes Frühjahr in einen Kurs mit.

In Rumänien wird „Behinderung“ immer noch mit „Schande“ in Verbindung gebracht. In unserem Land gab es noch vor 20 Jahren keine Menschen mit Behinderungen, sondern nur „Invalide“. Laut Schätzungen ist nur ein Viertel der Menschen mit Behinderungen öffentlich anerkannt. Vor diesem Hintergrund ist es verständlich, dass die Beziehung der meisten Menschen gegenüber Behinderten von Fatalismus und Ängsten geprägt ist. Das führt dazu, dass es für die meisten keine Angebote zur Rehabilitation oder Förderung gibt. Vielen Menschen ist es nicht einmal vergönnt, auf die Straße zu kommen und den Sonnenschein zu genießen.

Sprach- und Erfahrungsmix. Was könnten wir nun Kindern und Eltern in diesen drei Tagen anbieten? Können sie uns vertrauen? Können wir uns selbst vertrauen? Die positiven Erfahrungen mit Alfonz und seiner Mutter ermutigten uns. Deshalb verschickten wir Einladungen an sechs ver-



>>

erfahrungsbericht 1

„Ich weiß nun um die Komplexität einzelner Bewegungen.“

Andrea Lázár, 20 Jahre alt, wird ihre eigenen Bewegungsabläufe in Zukunft genau beobachten.

Ich habe angenommen, dass wir in diesem Kurs lernen, wie wir mit den Kindern Gymnastik machen können. Die Wahrheit ist, dass ich vor allem für mich selbst viel gelernt habe, was ich bei meinen Kindern sicherlich anwenden kann. Viele Fehler, die wir bis jetzt im Umgang mit den Kindern gemacht haben, können wir ab nun korrigieren. Es war für mich erschütternd zu erleben, dass ich ganz einfache Tätigkeiten wie Sitzen nicht wirklich verstanden habe. Erst wenn ich diese Aktivität im Detail analysiere, kann ich die Komplexität verstehen. Jetzt weiß ich, dass ich noch vieles lernen und verbessern kann. Wenn ich von nun an mit den Kindern in Bewegung komme, werde ich viel mehr darauf achten, wie ich sie anleite.



Ich habe angenommen, dass wir in diesem Kurs lernen, wie wir mit den Kindern Gymnastik machen können. Die Wahrheit ist, dass ich vor allem für mich selbst viel gelernt habe, was ich bei meinen Kindern sicherlich anwenden kann. Viele Fehler, die wir bis jetzt im Umgang mit den Kindern gemacht haben, können wir ab nun korrigieren. Es war für mich erschütternd zu erleben, dass ich ganz einfache Tätigkeiten wie Sitzen nicht wirklich verstanden habe. Erst wenn ich diese Aktivität im Detail analysiere, kann ich die Komplexität verstehen. Jetzt weiß ich, dass ich noch vieles lernen und verbessern kann. Wenn ich von nun an mit den Kindern in Bewegung komme, werde ich viel mehr darauf achten, wie ich sie anleite.

erfahrungsbericht 2

„Wir können jetzt den Alltag besser meistern!“

Erzsébet Varga besuchte den Kurs mit ihrem 12-jährigen Sohn Sanyika.

Für uns waren diese drei Tage wundervoll! Gemeinsam mit meinem Sohn habe ich unheimlich viel gelernt. Ich wäre glücklich, wenn wir weiterhin in Kontakt bleiben könnten, damit wir das Erlernte festigen können. Denn wir wollen unseren Kindern richtig helfen. Sanyika konnte nicht auf dem Bauch liegen, er konnte seine Beine nicht kontrollieren.

Nach diesen drei Tagen schafft er es wieder. Er konnte auch nicht alleine zum Sitzen kommen. Auch in den Rollstuhl zu steigen war für uns beide unheimlich schwer. Jetzt geht das problemlos. Was wir hier gelernt haben, hat uns sehr viel geholfen. Vielen Dank!



schiedene Familien mit behinderten Kindern.

Am Abend des 13. Juli waren sieben Kinder, begleitet von ihren Eltern und/oder Betreuerinnen, im Caritas-Altenheim Sankt Elisabeth eingetroffen und erwarteten gespannt, was passieren würde.

Am nächsten Morgen begann der Grundkurs, der in seiner Zusammensetzung kaum bunter hätte sein können: Da trafen Kinder verschiedensten Alters mit unterschiedlichen Behinderungen aufeinander, frisch zertifizierte Kinaesthetics-Trainerinnen Stufe 1 arbeiteten erstmalig mit hoch erfahrenen TrainerInnen wie Brigitte Marty und Stefan Knobel, Eltern kommunizierten mit den BetreuerInnen.

Als zusätzlicher Gast war die Altenheim-Bewohnerin Imecs Júlia gekommen, die keinen Kurs und keine Ausbildung versäumt. Sie ist seit Jahren begeisterter Kinaesthetics-Fan, weil sie nach sechs Monaten Bettlägerigkeit wieder gehen gelernt hatte. Wir verständigten uns in einem Sprachenmix aus Deutsch, Schwyzerdütsch und Ungarisch, Zeichensprache, Körpersprache und Metakommunikation.

Selbstbesinnung. Wie immer beginnen wir mit der Rückenlage, die eine entspannte „Innensicht“ ermöglicht. Die daraus resultierende Selbstwahrnehmung, das „Zu-sich-Kommen“, das „Beisich-Sein“, lässt ein Zusammengehörigkeitsgefühl entstehen. Bald verschmelzen wir zu einer Gemeinschaft, zu einem lebendigen System, wo Interaktion, Kreativität, Spaß und Freude, aber auch Schmerz und Trauer zuhause und gestattet sind.

Arbeit ohne Kinder. Einige TrainerInnen begleiten die Kinder in den Garten, wo sie sich spielenden Interaktionen widmen. Im Freien herrscht richtig traumhaftes Sommerwetter. Unterdessen können die anderen TrainerInnen in aller Ruhe mit den Eltern im Kursraum arbeiten. Der 14-jährige Ervin weigert sich anfänglich, von seiner Mutter getrennt zu werden. Seine Mutter, die das gehnt hat, ist nach kurzer Zeit umso mehr erstaunt, als Ervin ebenfalls, gemeinsam mit den anderen, langsam zu Boden kommt; er fängt an zu rollen, spielt mit dem Ball und lässt – wenn auch nur für 15 Minuten – seine Mutter ungestört arbeiten, lernen, experimentieren. So erleben Ervin und seine Mutter, wie vorhandene Spannungen durch Interaktionen auf der Ebene der erfahrbaren Existenz umorganisiert und abgebaut werden können. Ervin schließt Freundschaften, die ihn dazu bringen, seine Schuhe auszuziehen; eine große Errungenschaft, weil er das sonst nie öffentlich tun würde. Damit sich Ervin in die Mitte des Kreises wagt, braucht es ein Kätzchen, das Stefan Marty rasch – wer weiß woher – besorgt hat. Die Katze



bewirkt etwas, das ein Mensch – so geschickt und erfahren er auch ist – wahrscheinlich nie zustande gebracht hätte.

Arbeit mit Kindern. Wenn die Kinder aus dem Garten zurückkehren, bearbeiten die Eltern die Konzepte gemeinsam mit ihren Sprösslingen. Alle Beteiligten probieren das Erlernte aus und sammeln dabei wertvolle Erfahrungen. Niemand wundert sich, dass der kleine Magor inzwischen das Aufsetzen gelernt hat, dass Sanyika den Weg von der Rückenlage in die Bauchlage und ins Sitzen findet und mit wenig Zeitaufwand auch aus dem Rollstuhl in einen Sessel kommt. Seine zarte Mutter, die weniger wiegt als er, bringt ihren Sohn nun mühelos vom Boden in den Rollstuhl.

Szilárd, der Junge, der mit 6 Jahren nur auf dem Rücken liegen kann, fängt an zu reagieren, sich zu bewegen und interaktiv zu lallen. Andrea, Attila und Julcsi – sie alle erleben innerhalb kürzester Zeit eindrucksvolle Beispiele für den Fortschritt in der Bewegung und in der Kommunikation.

Gemeinsam lernen. Eltern und Kinaesthetics-TrainerInnen freuen sich über das gelungene

Zusammensein in Bewegung. Der Raum öffnet sich für alle, der innere Raum so gut wie der äußere, ein wahrer Gewinn an Lebensqualität entsteht. Die Grenzen zwischen TrainerInnen und KursteilnehmerInnen verschwimmen. Die Kinder zeigen und erklären den Erwachsenen, welche Hilfe sie brauchen: „Nicht so, anders geht es besser!“, „Die Massen auseinander!“, „Langsamer!“. Alle sind Teil des Ganzen: in der lebendigen Brücke beim Hinunterrollen in den Keller, beim Reiten auf den TrainerInnen und bei vielen anderen Spielen, die aus Spontaneität entstehen.

Am letzten Tag sind sich alle einig: Der Kurs soll möglichst rasch fortgesetzt werden. Bei der gemeinsamen Auswertung versuchen wir die Lebensgefühle, die in diesen Tagen hochgekommen sind, in Sprache zu fassen. Ratlosigkeit macht sich breit. Wie können wir das Erlebte formulieren? Allein unsere Seniorin, Imecs Júlia, wagt auszusprechen, was wir alle denken: „Dafür gibt es keine Worte, das muss man erleben!“

Zum Abschluss organisierten wir eine Grillparty, bei der wir mit den Kindern Lieder sangen und unsere Erfahrungen und Gefühle austauschten. Ein würdiger Ausklang unseres Zusammenseins.



Der Autor:

Dr. András Márton ist Geschäftsleiter der Caritas Alba Iulia in Siebenbürgen, Rumänien.

erfahrungsbericht 3

„Ich möchte das Kinaesthetics-System genauer kennenlernen.“

Géza Lőrincz nahm mit seiner 9-jährigen Tochter Andrea teil.

Als ich mich mit meiner Tochter für diesen Kurs anmeldete, wusste ich nur, dass es sich um eine neue Methode handelt. Ehrlich gesagt, hegte ich keine großen Hoffnungen. Am Anfang war ich ziemlich enttäuscht, weil ich erwartet hatte, etwas zu lernen, was Heilung bringt. In weiterer Folge war es befreiend, dass diese Methode nicht falsche Hoffnungen weckt, indem sie verspricht, dass Kranke wieder gesund werden; Kinaesthetics geht von unseren Erfahrungen aus. Das ist eigentlich die beste Perspektive. Es tat gut, zu sehen, dass mit diesen Ideen in den meisten Situationen in kürzester Zeit bemerkenswerte Fortschritte zu erfahren sind. Wenn ein Mensch eine Erfahrung macht, die ihm hilft, wird er sich das

merken, denn: Er hat es erlebt und es hat funktioniert. Darauf kann dann aufgebaut werden.



ABC-Schützen. Diese drei Tage machten mich zufrieden und dankbar. Ich möchte mich bei allen bedanken, die uns die Teilnahme ermöglicht haben. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass wir in Kontakt bleiben und dass dieser Kurs weitergeführt wird. Wir sind begeistert von dem, was wir bisher gelernt haben; aber ich vermute, dass das nicht einmal das ABC war, sondern nur die Linien, Kreise und Punkte, die die Schulkinder vor dem ABC üben. Ich möchte gern die „Kinaesthetics-Buchstaben“ erlernen, um sie dann lesen und verstehen zu können. Ob das mit Fachbegleitung oder im Rahmen von Kursen geschieht, werden wir sehen. Danke nochmals für die freundliche Aufnahme, für die Aufmerksamkeit, für die Erklärungen, aber auch für das Verständnis unserer Situation. Denn Verständnis ist äußerst wichtig, aber nicht selbstverständlich.

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 _____