

Verstehen, ohne zu hören

Wie gelingt ein Kinaesthetics-Grundkurs mit gehörlosen TeilnehmerInnen? Maria Gabriele Kroiß berichtet über ihre Erfahrungen und lässt die KursteilnehmerInnen zu Wort kommen.

Eine neue Herausforderung. Vor dem Kinaesthetics-Grundkurs bei „vis.com“, der Schule für visuelle und alternative Kommunikation in Linz (AT), hatte ich fast gar keine Erfahrungen mit gehörlosen Menschen. Zusätzlich war es ungewohnt, mit einer Gebärdendolmetscherin zusammen einen Kurs zu gestalten. Ich musste meine gewohnte Art der Anleitungen überdenken und war gezwungen, eine für mich ganz neue Art von Achtsamkeit zu entwickeln.

Sie können alles ... Schon beim Erstgespräch wies mich die Schulleiterin Uli Strauß auf etwas Wichtiges hin: Diese Menschen können alles außer hören. Als Kinaesthetics-Trainerin habe ich einerseits gelernt, mit Menschen in der direkten Bewegung quasi die „Bewegungssprache“ zu sprechen, also bewusst auch ohne Worte zu kommunizieren. Andererseits leite ich in Kinaesthetics-Kursen die ganzen Gruppen erst einmal durch Worte an. Das kann ich auch in einem Grundkurs mit gehörlosen TeilnehmerInnen machen, wenn eine GebärdendolmetscherIn die Übersetzung macht. In der konkreten Situation bemerkte ich bald, dass ich an diese Anleitung anders herangehen und sie sehr achtsam gestalten musste. Mein gewohntes Anleiten beinhaltet einen kritischen Moment: „Schließe deine Augen und drehe dich zur Seite und ...“ – ab diesem Moment funktioniert die Gebärdensprache nicht mehr!

Wie nehme ich Kontakt auf? Die SchülerInnen zeigten mir, wie ich mit ihnen in Kontakt treten kann: Wenn ich sie vor dem Ansprechen auf die Schulter oder den Arm tippe, dann wissen sie, dass ich mit ihnen sprechen will. Wenn man sie von hinten berührt, können sie erschrecken, weil sie mich nicht hören können, wenn ich mich nähere. Eigentlich ganz logisch, aber es war neu für mich.

Ich musste auch einen optimalen Blickwinkel für sie wählen. Denn die SchülerInnen mussten mich und die Dolmetscherin sehen können, und ich musste darauf achten, beim Sprechen ihr nicht „im Weg zu stehen“, sodass einige sie nicht sehen konnten. Auch im Gegenlicht zu stehen, sollte vermieden werden.

Auf Neues achten. Wie konnte ich die Aufmerksamkeit der SchülerInnen erlangen? Ich begann erst zu sprechen, wenn die SchülerInnen mich und die Dolmetscherin anschauten. Wir hielten beim Sprechen Blickkontakt mit ihnen, damit sie von den Lippen ablesen konnten. Beim Lippenlesen verstehen sie ca. 30 % des Gesagten. Zudem achtete stärker als sonst darauf, die gesprochenen Worte mit natürlichen Gesten, Mimik und Körpersprache zu verdeutlichen und zu begleiten, also meinen eigenen Körper „mitsprechen lassen“. Es war zwingend, dass ich zuerst sprach und dann zeigte. Die SchülerInnen können nicht auf die Dolmetscherin und mich oder auf die Dolmetscherin und erläuternde Darstellungen auf Flipcharts usw. gleichzeitig schauen. Es zeigte sich, dass es viel brachte, Inhalte schriftlich, mit Bildern und Skizzen „sichtbar“ zu machen. Durch diese Herausforderung entstanden viele gelungene Darstellungen auf dem Flipchart.

Das Sprechen sichtbar machen. Es gibt auch einige Grundregeln dafür, wenn ich „direkt“ mit einer gehörlosen oder schwerhörenden Person spreche. Beim Formulieren der Worte sollte ich beachten, dass ich die Lippen deutlich zu jenen Lauten forme, die ich ausdrücke. Das Mundbild bzw. die Artikulation soll aber auch nicht übertrieben werden, sonst wird das Lesen der Worte verzerrt. Zusätzlich spielt die Lautstärke eine Rolle. Weil die Gesichtsmimik am natürlichsten ist, wenn ich in normaler Lautstärke spreche, ist

sie so am verständlichsten, und das Lippenlesen am einfachsten. Ich musste mich im Grundkurs immer wieder disziplinieren, dass ich nicht unbewusst lauter spreche.

Themenwechsel visualisieren. Die SchülerInnen wiesen mich von Anfang an darauf hin, dass es wichtig ist, mit dem Flipchart auf die Themenwechsel hinzuweisen. Es ist für gehörlose Menschen viel einfacher, in einer Kommunikation dem roten Faden zu folgen, wenn der Kontext und das Thema geklärt sind.

Klare Blickpunkte. Schnell bemerkte ich, dass es für die TeilnehmerInnen sehr schwierig ist, wenn ich während der Anleitung zu große Veränderungen bei den Aktivitäten oder Blickpunkten mache. So bereitete ich mich akribisch vor, um die sechs Kinaesthetics-Konzepte einfach und klar darzustellen und erfahrbar zu machen. Dieses Ziel gilt natürlich auch für Kurse mit Menschen, die hören können, was ich sage. Aber es zeigte sich, dass ich mich bei gehörlosen Menschen nicht mehr verbal durch meine Unklarheiten „schummeln“ konnte. Es war wichtig, am Anfang den inhaltlichen Schwerpunkt verbal ganz poin-

tiert zu formulieren, dies von der Dolmetscherin übersetzen zu lassen und zusätzlich auf dem Flipchart festzuhalten.

Auch die Blickwinkel und Unterschiede für die Einzel- und Partnererfahrung musste ich möglichst klar formulieren. Die TeilnehmerInnen mussten im Vorfeld verstehen, worauf sie achten sollen, wenn sie anschließend für sich eine Bewegungserfahrung machten. Denn ich konnte ungenaue Anleitungen im Nachhinein nicht mit Sprechen korrigieren – ich hätte mit allen einzeln Kontakt aufnehmen müssen! Also hielt ich die Abfolge der Aktivitäten, die wir unter einem bestimmten Konzept-Blickwinkel durchführten, und die „Forschungsfrage“ im Voraus in einer Art Ablaufprogramm auf dem Flipchart fest.

Viel selbstständigeres Lernen. Diese Vorbereitung führte dazu, dass die SchülerInnen sich sehr selbstständig mit den Konzept-Blickwinkeln auseinandergesetzt haben. Anhand der im Voraus geklärten Forschungsfrage und der Aktivitäten beschäftigten sie sich mit sich selbst und ihren Bewegungserfahrungen. Anschließend tauschten sich die TeilnehmerInnen in kleinen Gruppen aus, d. h., sie gebärdeten (sprachen) un-



tereinander über ihre unterschiedlichen Erfahrungen. Bei Fragen richteten sie sich an die Dolmetscherin, die für mich übersetzte. Bei vielen Fragen konnten wir über eine gemeinsame Bewegungserfahrung Antworten finden.

Zusammengefasst war die Vermittlung davon, was zu tun ist, die Aufgabe der Dolmetscherin und von mir als Trainerin. Wie die TeilnehmerInnen das taten und welche Wirkungen diese Erfahrungen auf sie hatten, wurde hauptsächlich im Austausch unter den TeilnehmerInnen geklärt. **Einzelcoaching.** Die gemeinsame Bewegung der Kinaesthetics-TrainerIn mit der einzelnen TeilnehmerIn ist auch in einem „normalen“ Grundkurs sehr wichtig. Mit den gehörlosen TeilnehmerInnen konnte ich diese individuellen Lernsequenzen aber noch gezielter einsetzen – denn wir nutzten Bewegung und Berührung „wortlos“ und mussten miteinander Unterschiede in der Bewegungserfahrung generieren, um gegenseitig verstehen zu können, was wir einander mitteilen möchten.

Wie weiß ich, was verstanden wurde? Da ich nicht hören konnte, was die TeilnehmerInnen miteinander sprechen, musste ich meine Einschätzung über das, was inhaltlich verstanden wurde, einerseits auf meine Beobachtungen stützen. Andererseits konnte ich die Dolmetscherin fragen, was für Fragen diskutiert werden. Missverständnisse brachten uns oft zu neuen Forschungsfragen; wir gingen offen damit um und hatten viel Spaß.

Ungestört denken. Für mich war sehr eindrücklich, dass Menschen mit Hörbeeinträchtigungen in ihrer lautlosen Welt ihre Gedanken und ihre Bewegung viel eher zu Ende denken. Ihre inneren Überlegungen und ihr Tun werden durch das Außen nicht so schnell gestört. Sie können sich ganz bewusst und intensiv auf die Wahrnehmung der Bewegung konzentrieren. Wenn sie eine Partnererfahrung machen, sind sie erst mit der Gebärdensprache, dann mit der Bewegungsinteraktion beschäftigt – sie gebärden (sprechen) also während der Bewegungserfahrung nicht –, und somit ist die Achtsamkeit ganz bewusst auf die eigene Bewegung gelenkt.

Verständnis für mein Unvermögen. Ich konnte sehr rasch Vertrauen zu den SchülerInnen aufbauen. Offen und neugierig traute ich mich, mich auf eine mir bisher unbekanntere Kommunikationsart einzulassen, indem ich aktiv auf die Teil-

nehmerInnen zugegangen bin. Keine SchülerIn lachte mich aus, wenn ich „etwas falsch machte“ – im Gegenteil: Jedes Bemühen wurde durch die volle Aufmerksamkeit der ganzen Gruppe honoriert!

Viele Erfahrungen werden mir auch in Kinaesthetics-Kursen mit hörenden Menschen helfen, denn ich habe entdeckt, dass ich in meinen Anleitungen mit meinen begleitenden Worten oft Ungenauigkeiten zurechtbiege und dadurch vom Eigentlichen – von der fokussierten Bewegungserfahrung – ablenke.

Im Folgenden berichten einige TeilnehmerInnen des Grundkurses von ihren Eindrücken.



Carina Hofmarcher:

Für mich war der Unterschied von Muskeln und Knochen am interessantesten. Der Unterschied ist, dass der Muskel das Gewicht auf die knöcherne Struktur

leitet und der Knochen das Gewicht übernimmt. Wichtig ist, dass man auf seinen Körper achtet. Die PatientIn sollte möglichst viel selbstständig tun. Das heißt, dass ich mich selbst auch bewegen muss und nicht heben soll. Energie sparen und Zeit lassen!



Edith Comini:

Für mich war es sehr interessant zu sehen, welche Unterschiede durch die Einzel- und Partnererfahrung entstanden sind. Zuerst soll man Einzelerfahrungen

machen, z. B. bei der komplexen Funktion „Fortbewegung“. Gehen mit geschlossenen Augen oder mit offenen Augen und bewusst spüren, wie es funktioniert. Dann werden Partnererfahrungen gemacht. Ich kann dabei erfahren, welche Unterschiede bestehen, wenn ich führe oder geführt werde, und dabei verschiedene Möglichkeiten ausprobieren.



Auf die Bitte der Autorin stellt sich im Folgenden die veranstaltende Schule vor und erklärt, wie Kinaesthetics in ihr Konzept passt.

Die Schule für visuelle und alternative Kommunikation („vis.com“) ist eine 3-jährige Ausbildung im Sozialbereich für gehörlose und schwerhörige Erwachsene. Die AbsolventInnen assistieren in der Kommunikation, helfen, motivieren, unterstützen und begleiten hörbeeinträchtigte Kinder, Jugendliche, Erwachsene und alte Menschen mit oder ohne zusätzliche Beeinträchtigungen.

Die Schule „vis.com“ ist Teil des Instituts für Sinnes- und Sprachneurologie, dessen Träger das „Konventhospital der Barmherzigen Brüder Linz“ ist. Die „vis.com“ ist eine staatlich anerkannte katholische Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht.

Ein besonderes Merkmal der „vis.com“ ist die Gebärdensprache als Unterrichtssprache: Entweder gebärdet die LehrerInnen selbst oder es wird ihr eine GebärdensprachdolmetscherIn zur Verfügung gestellt.

Die Idee hinter dieser Ausbildung ist das Konzept, dass Menschen mit Hörbeeinträchtigungen ihre Welt am besten kennen und sie somit auch am besten geeignet sind für die Betreuung von hörgeschädigten KlientInnen in den verschiedenen Einrichtungen. Der zwischenmenschlichen Kommunikation kommt eine grundlegende Rolle für die Gesamtentwicklung eines jeden Menschen zu. Gerade bei beeinträchtigten Menschen, die sich nicht der Lautsprache bedienen können, kommt es durch die fehlende lautliche Kommunikation und die in der Folge fehlenden sozialen Kontakte oft zu einer Isolation der Betroffenen. Durch die Förderung und Sicherung der Kommunikation der Betroffenen begleiten AbsolventInnen der „vis.com“ diese aus ihrer Isolation heraus.

SchülerInnen der „vis.com“ absolvieren im Laufe ihrer Ausbildung ein hohes Ausmaß an Praktika in der Betreuung von mehrfachbeeinträchtigten Menschen – oftmals unterstützen sie die KlientInnen auch in ihrer Mobilität und (Körper-)Pflege.

Das Konzept von Kinaesthetics stellt eine wertvolle, praxisnahe Ergänzung der Fächer „Medizin“ und „Unterstützung in der Basisversorgung“ dar. Es bietet den SchülerInnen eine gute Hilfestellung bei der Bewältigung von pflegerischen Aufgaben und kann in der Praxis gut umgesetzt werden.

Im September 2015 erhielt die vis.com das Statut einer SOB- Schule für Sozialbetreuungsberufe. Die neuen Kontaktdaten lauten:

<http://www.barmherzige-brueder.at/pages/issn/bildung/viscom>



vis.com-SOB
Schule für Sozialbetreuungsberufe
des Konvents der barmherzigen Brüder Linz
Schwerpunkt Behindertenbegleitung/
Ausbildungsform in Gebärdensprache
Kaplanhofstraße 40, DE-4020 Linz



In Kinaesthetics lernt man keine Technik, sondern man lernt, die Erfahrungen zu verstehen. Man soll zuvor schauen, welche Ressourcen eine PatientIn zur Transportbewegung hat, ob sie etwas selber aktiv kann, und seine Handlungen dann individuell an die PatientIn anpassen. Dadurch entsteht mehr Qualität.



Franz Steinbrecher: Die ersten paar Minuten mit der Theorie waren mir nicht so klar. Doch nach den ersten Selbsterfahrungen hat es bei mir Klick gemacht und ich habe

das Konzept verstanden. Ab da war ich begeistert dabei.

Am besten gefiel mir daran, wie die Trainerin die einzelnen Elemente erklärt und uns dann durch Unterschiede Klarheit ermöglicht hat. Wir konnten es anschließend selber erfahren. Da staunte ich oft, was man alles mit dem eigenen Körper und im Kontakt mit dem Körper des Gegenübers machen kann und was doch noch an Ressourcen in uns steckt, wenn man sie verwendet!



Fatima Ahmed: Der Kinaesthetics-Kurs war sehr interessant für mich. Ich habe viel gelernt: Wie ich mit PatientInnen umgehen, mir Zeit nehmen und auf meinen Körper achten kann.

Unsere Trainerin war sehr geduldig mit uns. Sie hat sich die Mühe gemacht, uns alles auf dem Flipchart zu erklären. Ihre Schrift und wie sie die Flipchart-Seiten gestaltete, hat mir sehr gefallen. Was ich in diesen Kurs gelernt habe, möchte ich für Zukunft verwenden.



Iwona Terlik: Ich bin dankbar für alles, was ich gelernt habe. Es war sehr interessant, die Konzepte von Kinaesthetics kennenzulernen und im praktischen Tun zu erfahren. Mir hat

besonders gefallen, wie man eine KlientIn mit der richtigen Unterstützungsbewegung fürs Trinken begleiten kann. So lernt man selbst wieder etwas. Das war schön für mich.



Karl Hobel: Vor dem Kurs habe ich ein Praktikum in der „Lebenswelt“ in Pinsdorf gemacht. Die Unterstützung der Menschen war für mich eine große Belastung.

Für mich war das kinästhetische Sinnessystem sehr interessant. Dadurch werde ich mir meiner Bewegung bewusster. Nach dem Kurs habe ich in der „Lebenswelt“ mein Praktikum fortgesetzt. Ich konnte viel selbstbewusster sein und auf mich schauen. Ich unterstützte eine KlientIn so, dass sie sich selbst bewegen konnte. Ich fühlte mich gut. Ich möchte davon noch mehr lernen.



Sandra Schwaiger: Es hat mir sehr gut gefallen, weil ich viel dazugelernt habe, wie man BewohnerInnen helfen kann, selbstständiger zu werden. Ich kann das im Seniorenheim anwenden.

Wichtig war für mich, am Bett zu üben. Weil ich Rückenprobleme habe, kann ich die KlientInnen nicht heben. Deshalb ist es für mich angenehmer, wenn ich mich mitbewege. Den Weg vom Bett in den Rollstuhl kann ich nun richtig gut unterstützen – wow, ich habe so viel dazugelernt! Besonders gefällt mir, dass ich jetzt verstehe, wie ich selbst vom Boden bis ins Stehen komme. Vorher habe ich nicht gewusst, wie das genau geht, was die einzelnen Schritte sind. Jetzt ist mir das klar und bewusst.

Ulrike Kreindl:

(Geprüfte Gebärdensprachdolmetscherin)

Ich arbeite freiberuflich als Dolmetscherin für Gebärdensprache und habe den Grundkurs „Kinaesthetics in der Pflege“ für die gehörlosen TeilnehmerInnen der „vis.com“ und die hörende Vortragende Frau Maria Kroiß gedolmetscht. Besonders interessant bei diesem Dolmetschauftrag war für mich das Konzept der „Interakti-

on“, weil die inneren und äußeren Bewegungselemente „Zeit“, „Raum“ und „Anstrengung“ auch auf meinen Berufsalltag als Gebärdensprachdolmetscherin zutreffen.

Das Bewegungselement „äußerer Raum“ ist etwas, womit sich DolmetscherInnen bei jedem Termin auseinandersetzen müssen. Als Dolmetscherin muss ich beispielsweise darauf achten, mich so zu positionieren, dass die gehörlosen Personen die Vortragende und mich als Dolmetscherin gleichzeitig sehen können, dass ich nicht im Gegenlicht stehe und für alle gut sichtbar bin.

Das wichtigste Bewegungselement beim Gebärdensprachdolmetschen ist für mich das der „Zeit“. Als Dolmetscherin kann ich nicht meiner „inneren Zeit“ folgen, sondern muss mich an die „äußere Zeit“, d. h. das Sprech- bzw. Gebärdentempo der KommunikationspartnerInnen, anpassen. Je nachdem, ob jemand langsam oder schnell gebärdet, muss auch ich langsam oder schnell ins Deutsche dolmetschen und umgekehrt.

Das wirkt sich dann auf das Bewegungselement „innere Anstrengung“ aus, weil es viel mehr Energie erfordert, nicht in seinem eigenen Sprechtempo agieren zu können.



Die Autorin:

Maria Kroiß ist freiberufliche Kinaesthetics-Trainerin für die Programme „Kinaesthetics in der Pflege“ und für pflegende Angehörige.



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 _____