

Tim Florian, ein Wachkomakind, begegnet Kinaesthetics

Wie das Leben mit einem Kind im Wachkoma bereichernd sein kann, beschreibt **Michaela Prella** in ihrem ergreifenden Bericht. Sie hat ihre Kompetenzen fortwährend weiterentwickelt und mit Kinaesthetics eine Möglichkeit gefunden, ihrem Sohn eine fördernde Unterstützung zu bieten.

Ein schwerer Unfall. 1998 erlitt mein damals knapp 2-jähriger Sohn einen Ertrinkungsunfall. Seit dieser Zeit lag er im Wachkoma. Anfangs sah es so aus, als wenn er nicht überleben würde. Immer wieder hatte er Atemstillstände, wenn er doch gerade angefangen hatte, selbstständig zu atmen. Nach einem halben Jahr in verschiedenen Kliniken und Einrichtungen holten wir ihn nach Hause, ohne dass es ihm besser ging. Aber wenn uns doch immer wieder gesagt wurde, dass er sowieso bald sterben würde, konnte er das auch zu Hause tun und wir mussten nicht mehr ständig die weiten Wege fahren. Zuletzt mussten wir über 120 km fahren, um bei ihm zu sein. Sein Bruder Nils Fabian war zu der Zeit 4 Jahre alt und Jan Philipp gerade geboren worden. Zu Hause verbesserte sich sein Zustand von Jahr zu Jahr aus vielen verschiedenen Gründen sehr erstaunlich. So konnte er mit 8 Jahren in eine Schule für körperbehinderte Kinder eingeschult werden und 2014 sogar seinen 18. Geburtstag feiern, was kaum einer für möglich gehalten hatte. Ein Grund war mit Sicherheit Kinaesthetics, das ich 2006 kennen lernen durfte.

Der erste Kinaesthetics-Kurs. Als ich 2006 zum ersten Mal mit meinem Sohn an einem Kinaesthetics-Kurs teilgenommen hatte, war ich erstaunt, wie anders mein Sohn plötzlich war. Für einen Außenstehenden hatte sich wohl nichts verändert, aber ich nahm deutlich wahr, dass er sich anders fühlte und eine viel zufriedener Ausstrahlung hatte. Danach nahm ich dann immer wieder an verschiedenen Kinaesthetics-Kursen und -Seminaren teil und veränderte so im Laufe der Jahre viele Abläufe im täglichen Umgang mit ihm nach und nach. Von einem Beispiel

möchte ich etwas ausführlicher berichten:

Der tägliche Weg aus dem Bett in den Rollstuhl. Mein Sohn konnte sehr lange Zeit kaum kleinste eigenständige Bewegungen ausführen. Ebenso konnte er nicht mit Lauten kommunizieren. Trotzdem bekam er sehr viel mit von dem, was um ihn herum geschah. Genauso hatte er fast immer eine ganz genaue Vorstellung davon, was er wollte und auch wie wir es machen sollten. So konnte er sehr deutlich mit seiner Atmung und seiner Körperspannung kommunizieren.

Den Weg vom Bett in den Rollstuhl veränderten wir lange Zeit nicht und machten ihn weiterhin einfach so, wie wir es uns beim 2-Jährigen angewöhnt hatten:

Alle Betreuer und ich auch hatten, wenn er in der Rückenlage im Bett lag, einfach unsere Arme unter seinen Oberkörper und sein Becken geschoben und ihn hochgehoben, um ihn dann in den Rollstuhl zu setzen. Im Laufe der Jahre ist einem gar nicht aufgefallen, dass er im Alter von 12 Jahren zwar immer noch relativ klein und leicht war – aber 1,50 Meter und 30 kg sind eben doch nicht mehr das Gewicht und die Größe eines 2-Jährigen. Dazu kam, dass Tim Florian sich nach dem Umsetzen in den Rollstuhl immer öfter für einige Zeit so steif machte, dass man die anschließenden Aktivitäten nicht weitermachen konnte und diesen „Wutanfall“ (wie wir es oft wahrgenommen haben) erst einmal abwarten musste.

Es musste sich dringend etwas ändern. Immer öfter bekamen wir dann doch Angst, weil seine



Der Weg in den Rollstuhl ist nicht mehr mit Heben und deshalb mit geringerer Anstrengung verbunden. Durch das langsame Vorgehen kann Tim Florian seine Muskelspannung gering halten.





Wie kann Tim Florian so unterstützt werden, dass er seine Arme und Beine nutzt und die Bewegung nachvollziehen kann?



starke Anspannung am ganzen Körper und eine extrem gepresste Atmung über 10 bis 15 Minuten doch schwer auszuhalten war. Oft war er nach diesen Anfällen schweißgebadet. Deswegen fragten wir uns auch immer öfter, ob wir ihm wehgetan hätten und er uns auf diese Weise mitteilen wollte, es doch bitte anders zu machen. So stan-

den mittlerweile Überlegungen an, einen Lifter zu beantragen. Aber erstens hätte dieser viel Platz benötigt, was im häuslichen Bereich ja oft ein großes Problem darstellt, und zweitens war auch nicht wirklich klar, ob das Problem des „Steifmachens“ sich damit lösen würde.

Uns war klar, dass dringend etwas geändert werden musste. Deswegen habe ich mich dann genauer mit dem Weg vom Bett in den Rollstuhl beschäftigt, und einige interessante Beobachtungen dazu gemacht:

Paradigmenwechsel. Das Umsetzen in den Rollstuhl erfolgte ausschließlich unter der Perspektive des Behandlungsparadigmas: „Da Tim Florian sich selber nicht in den Rollstuhl setzen kann, machen wir es für ihn.“ Das einzige, was er im Laufe der Jahre gelernt hat, war, sich steif zu machen – vielleicht, um damit diese Art von Umsetzen fast unmöglich zu machen und uns so mitzuteilen, dass wir dringend einen anderen Weg finden müssen.

Nach mehreren verschiedenen Anläufen und oft ganz deutlichen Signalen von Tim Florian erarbeiteten wir dann mit der Unterstützung einer Kinaesthetics-Trainerin im Laufe der Zeit eine für beide Seiten passenden Weg in den Rollstuhl. Im Folgenden schildere ich ihn zurückblickend:

Überlegungen zur Ausgangssituation aus Kinaesthetics-Perspektiven

- Tim Florian konnte die Bewegungen, die für den Wechsel vom Bett in den Rollstuhl nötig waren, nicht nachvollziehen, und das machte ihm wohl umso mehr Angst, je mehr er von seiner Umgebung nach seinem Unfall wieder wahrnehmen konnte. Es ist ja für keinen Menschen normal, auf einem solchen Weg einfach so durch die Luft zu „fliegen“
- Da wir davon ausgingen, dass Tim Florian uns ja sowieso nicht helfen konnte, achteten wir auch nicht auf kleine Anzeichen der Eigenaktivität oder sonstige Impulse von ihm.
- Da wir nach einer gewissen Zeit schon im Voraus wussten, dass Tim Florian sich nach dem Umsetzen in den Rollstuhl wieder für längere Zeit steif machen würde, nahmen wir uns deswegen oft noch weniger Zeit für den Transfer, um nicht noch weitere Minuten zu „verschwenden“. Nach dem Transfer konnte man fast immer für längere Zeit nicht mit ihm weiterarbeiten und musste einfach warten, bis man ihn richtig in den Rollstuhl setzen konnte, um ihn anzuschlappen und die Jacke anzuziehen.
- Unseren inneren Raum nutzten wir kaum, um uns mitzubewegen. Ich kam mir oft wie ein Gabelstapler vor und nicht wie ein Mensch. Genauso wenig unterstützten wir Tim Florian, seinen inneren Raum zu entdecken; er wurde einfach wie ein Paket verladen.
- Unsere Anstrengung, die von Jahr zu Jahr größer wurde, „übertrug“ sich deutlich auf ihn– die ganze Aktion war ausschließlich eine einseitige Form der Interaktion. Was genau passierte, war für Tim Florian nicht nachvollziehbar, genauso wenig gaben wir ihm irgendeine Möglichkeit, sich von sich aus an der Interaktion zu beteiligen.
- Wir achteten kaum auf den Blickkontakt zwischen uns und auf eine angemessene Kommunikation.

Zu Beginn fuhr ich das Pflegebett auf eine für mich passende Sitzhöhe herunter, nahm anschließend die Fußstützen am Rollstuhl ab, und stellte mir einen höhenverstellbaren Hocker auf Rollen vor das Bett. Dann unterstützte ich Tim Florian, sich aus der Rückenlage auf seine Seite zu drehen.

Zeit geben. Wenn er dort angekommen war, gönnten wir uns erst einmal eine kurze Pause, um ihm die Möglichkeiten zu geben, sich auf die veränderte Lage einzulassen. Danach half ich ihm, sich auf die Bettkante zu setzen, und wir legten wieder eine kleine Pause ein, in der ich mich neben ihn auf die Bettkante setzte. Mit meinem Körper konnte ich seine Sitzposition unterstützen. Oft stellte ich ihm vorher sogar noch eine passende Fußbank unter die Füße, sodass er sein Gewicht zusätzlich über die Beine auf die Füße abgeben und auch das Gleichgewicht besser halten konnte. In dieser Position konnte man regelmäßig sehen, wie sehr Tim Florian diese Art zu sitzen genossen hat, auch wenn es sehr anstrengend für ihn war. Seine gesamte Aufmerksamkeit stieg deutlich, auch sein Gesichtsausdruck veränderte sich. Er war sichtlich stolz, so etwas geschafft zu haben.

Eigenaktivität unterstützen. Um nun weiter in den Rollstuhl zu gelangen, kam er auf meinen Schoß, und ich setzte mich mit ihm zusammen auf den Hocker. Hierbei war für mich jedes Mal deutlicher zu spüren, wie sehr er nun an der Aktivität beteiligt war. Ich bemerkte, wie er sich an jede kleinste Bewegung von mir anzupassen versuchte. Durch den großflächigen Körperkontakt, den ich mit ihm in dieser Position hatte, erhielt er auch die Sicherheit, die er brauchte, um sich auf etwas Neues einzulassen. Ich konnte regelmäßig beobachten, dass er sich in dieser Position gut entspannen konnte. Wenn er mal einen nicht so tollen Tag hatte, tat ihm diese Position auf dem Schoß von mir oder einer BetreuerIn immer wieder sehr gut. Aber auch wir saßen oft und gerne längere Zeit so mit Tim Florian auf dem Schoß auf diesem Hocker. Der Vorteil war, dass wir unsere Hände frei hatten und auch er seine Hände frei bewegen konnte. So konnten wir mit ihm gemeinsam neue Dinge ausprobieren. Um nun weiter in den Rollstuhl zu gelangen, fuhren wir mit dem Hocker daneben und Tim Florian kam nun ohne große Anstrengung unsererseits in den Rollstuhl.

Zeit sparen. Während der ganzen Zeit machte sich Tim Florian niemals steif, sodass ich immer direkt danach weiterarbeiten, ihn im Rollstuhl anschnallen und auch gleich die Jacke anziehen konnte. Darum sparten wir sogar viel Zeit. Die Zeit, die ich für diesen Weg mehr benötigt habe, sparte ich ja im Anschluss ein, da ich nicht mehr warten musste, bis ich weitermachen konnte. Außerdem zeigten sein Gesichtsausdruck und seine Körperspannung deutlich, dass er mit dieser Art des Umsitzens sehr zufrieden war!

Zum Schluss ging es Tim Florian richtig gut und er blieb ganz entspannt. Seine Hände waren locker und lagen auf seinem Schoß, der Gesichtsausdruck war interessiert und aufmerksam, die Atmung ruhig und tief.

Was hat sich alles durch Kinaesthetics verändert? Früher erlebte ich mich oft wie ein Gabelstapler beim Verladen von Gegenständen. Meine Aufmerksamkeit lag nur beim Ziel der Tätigkeit: Ich wollte einfach schnell fertig werden, weil es ja doch immer anstrengender wurde. Als ich zum ersten Mal von Kinaesthetics gehört habe, dachte ich, dass ich nun eine neue Technik lernen würde, um in Zukunft meinen Sohn einfacher und besser pflegen zu können. Ich erwartete in erster Linie Tricks und Tipps. Deswegen sah ich im ersten Kurs auch noch Einiges aus dieser Perspektive. Doch dann wurde mir ziemlich schnell klar, dass es bei Kinaesthetics viel mehr um eine Art Lebenseinstellung geht, also gar nicht darum,



Tim Florian entspannt in seinem Rollstuhl





Die Autorin:

Michaela Prella hat 16 Jahre die Pflege ihres Sohnes übernommen. Sie ließ sich während dieser Zeit zur Kinaesthetics-Trainerin ausbilden und berät nun selbst pflegende Angehörige. Außerdem ist sie Energieberaterin.

eine neue Technik zu lernen, sondern meinen Sohn als einen Menschen zu sehen, der noch Ressourcen hat, die ich mit ihm zusammen entdecken kann.

Die Interaktion stärken. Wenn ich meinen Sohn mit den erwähnten Anpassungen unterstützte, in den Rollstuhl zu kommen, war das für mich eher ein Gefühl, als wenn ich mit ihm tanzen würde. Ich hatte plötzlich einen ganz anderen Kontakt zu ihm. Meine Aufmerksamkeit lag in erster Linie bei mir selbst und meinem Sohn. Unser Ziel war nicht mehr so wichtig, wichtiger war für uns der Weg dahin geworden, den wir gemeinsam erleben durften. Dieses Erleben wirkte sich aus meiner Sicht auch auf andere Bereiche aus. Wenn ich

meinen Sohn in all den anderen Situationen unterstützte, war er nicht mehr derjenige, der gar nichts konnte, bzw. ich diejenige, die alles für ihn machen musste. Vielmehr fiel mir jetzt plötzlich auf, was er noch alles konnte, wenn ich ihn entsprechend unterstützte. So gingen wir auch in vielen anderen Bereichen gemeinsam auf die Suche und haben dadurch eine ganz andere Beziehung zueinander bekommen.

Lernen ermöglichen. Außerdem hatte der nun anders gestaltete Weg in den Rollstuhl Tim Florian im Laufe der Jahre die Möglichkeit gegeben, kleine Bewegungen zu erlernen und so die Interaktion selbst mitzugestalten. Ganz besonders war dies deutlich geworden, wenn er sich aus der Rückenlage auf die Seite drehte: Er hatte im Laufe der Zeit schon recht gut gelernt, sich fast selbstständig auf die Seite zu drehen, wenn ich den äußeren Bewegungsspielraum gut vorbereitet hatte und ihm zur Unterstützung meinen Arm so reichte, dass er sich selber an meinem Arm auf die Seite ziehen konnte.

Sichtbare Kompetenzentwicklung. Insgesamt hat sich auch seine Wachheit über all die Jahre immer weiter gesteigert. Diese für einen Außenstehenden vielleicht sehr kleinen Kompetenzzuwächse zeigten aber für Tim Florian große Auswirkungen. Diese Auswirkungen konnte man in verschiedenen Bereichen gut erkennen, wie z. B.

- an seiner Spastik: sie ist im Laufe der Jahre deutlich zurückgegangen,
- an seiner Atmung: Er hat niemals eine Lungenentzündung oder eine andere schwere Atemwegkrankung gehabt (letztere sind bei fast allen Wachkomapatienten sehr häufig),
- an seinem Immunsystem: Er ist nur sehr selten krank geworden,
- und ganz besonders an seiner Ausstrahlung: Mit seiner ruhigen und zufriedenen Art hat er viele Menschen berührt.

Fazit. So hat Kinaesthetics mit Sicherheit eine sehr wichtige Rolle gespielt, dass mein Sohn trotz seiner massivsten Einschränkungen fast immer einen zufriedenen und ausgeglichenen Eindruck gemacht hat – und dass er den Unfall um mehr als 16 Jahre überlebt hat.

Überlegungen zur Anpassung aus Kinaesthetics-Perspektiven

- Tim Florian konnte nun die Bewegungen nachvollziehen.
- Ich hatte jetzt einen viel engeren Blickkontakt und nutzte auch die verbale Kommunikation viel intensiver, viele unserer Bewegungen kommentierte ich nun.
- Tim Florian zeigte jetzt oft durch leichte Anspannung, dass er viele Bewegungen mitmachen wollte und fühlte sich jetzt in die Aktivitäten miteinbezogen
- Meinen inneren Raum nutze sowohl ich als auch er deutlich mehr.
- Die Zeit, die ich nun für den Weg vom Bett in den Rollstuhl länger brauchte, konnte ich hinterher wieder „einsparen“, da ich direkt danach ihn im Rollstuhl anschnallen und die Jacke anziehen konnte.
- Meine Anstrengung ist deutlich gesunken, was sich sofort auf Tim Florian auswirkte. Er konnte die ganze Zeit locker bleiben, der großflächige Körperkontakt half ihm, sich besser im Raum zu orientieren und sich somit sicherer zu fühlen.
- Der Weg in den Rollstuhl wurde von der gleichzeitig-gemeinsamen Interaktionsform geprägt, in der ich jederzeit auf seine Impulse und kleinste Eigenaktivitäten eingehen konnte.
- Wie er nun aus dem Bett in den Rollstuhl kam, entsprach in etwa dem Weg, den auch wir selber nehmen würden, wenn wir uns selbstständig dorthin begeben würden.
- Den Rollstuhl konnte ich nun weiter entfernt vom Bett hinstellen, was mir mehr Raum und Platz für einen Hocker mit Rollen gab.
- Das Bett wurde auf eine andere Höhe eingestellt als auf diejenige für die Pflegetätigkeiten.
- Die Fußstützen des Rollstuhls wurden entfernt, damit ich mit dem Hocker näher an den Rollstuhl heranfahren konnte.

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 _____