



## Lernen in der Begegnung, Teil 1

# Er war mein Lehrer

Im Gespräch: Erich Weidmann und Maren Asmussen-Clausen  
Fotos: Barbara Berner, Erich und Ruth Weidmann

**Was immer wir auch tun, die jeweilige Achtsamkeit hilft uns, unser Verhalten auf unser Gegenüber abzustimmen. Das ist nicht immer einfach, insbesondere dann nicht, wenn der Mensch gegenüber sehr wenig aktiv ist. Wie kann in solchen Situationen trotzdem mit- und voneinander gelernt werden? Erich Weidmann ist Kinaesthetics-Ausbilder. Er berichtet von seinen Erfahrungen.**

**Asmussen-Clausen:** Erich, du möchtest mir von einer besonderen Begegnung erzählen.

**Weidmann:** Ich möchte von Daniel erzählen. Er war Bewohner einer Pflegeeinrichtung. In Kursen und in unserem Bewegungscafé hatte ich immer wieder Gelegenheit, mit Daniel in Bewegung zu sein. Es war schon eine besondere Situation, denn er brauchte für nahezu jede Bewegung einen Impuls von außen. Wenn man mit ihm in Bewegung war, hatte er das Phänomen einer großen Körperspannung. Vor seiner Erkrankung hatte er ein normal bewegtes Leben geführt. Er war musikalisch und hatte eine Arbeit im Büro. Bis zuletzt konnte seine Krankheit nicht klar diagnostiziert werden. In den letzten Jahren hatten die Pflegenden aufgrund seiner Situation viele Herausforderungen während der täglichen Pflege zu bewältigen.

**Asmussen-Clausen:** Was waren das für Herausforderungen?

**Weidmann:** Die Herausforderungen stellten sich bei jeder Unterstützung in den Aktivitäten des täglichen Lebens. Vor allem bei Positions- und Fortbewegungsaktivitäten, aber auch beim An- und Ausziehen war es ein stetes Suchen nach Möglichkeiten. Später kamen die Unterstützungen beim Essen und Trinken dazu. Daniel konnte dies immer weniger, ohne sich zu verschlucken.

**Asmussen-Clausen:** Welche Möglichkeiten oder Kompetenzen konntet ihr entdecken?

**Weidmann:** Als Daniel die ersten Male bei uns war, konnte er schon nicht mehr über Sprache mit uns kommunizieren, aber er reagierte hie und da mit Heiterkeit, indem er lachte oder Symbole mit den Händen machte. Das hat uns unglaublich erfreut. An einem Kurstag kam seine Frau zu Besuch in den Kursraum. Sie war sehr interessiert und schaute zu, wie die KursteilnehmerInnen mit Daniel in Bewegung waren. Im Gespräch mit ihr zeigte ich meine Freude darüber, dass Daniel in manchen Situationen doch noch lachen könne. Ihre Antwort damals beeindruckte



te mich. Sie meinte: «Es macht Sinn, was ihr tut, aber ich bin mir nicht sicher, ob er wirklich immer aus Freude lacht oder ob es auch eine Art Überforderung sein könnte.» Das hat mich nachdenklich gestimmt. Daraufhin haben wir noch feiner miteinander gearbeitet. Wir haben uns zusammen ganz differenziert mit den Fragen von Zeit, Raum und Anstrengung auseinandergesetzt. Jedes Mal, wenn ich ihn berühren durfte, habe ich versucht, seine feinen Bewegungen zu erfahren. Damit wurde Daniel zu meinem Lehrer.

**Asmussen-Clausen:** Welche Qualität in der Berührung kannst du beschreiben?

**Weidmann:** Wenn ich mit ihm in Bewegung war, merkte ich, wie wichtig es war, Druck und Spannungsunterschiede sehr sensibel wahrnehmen zu können. So konnte ich merken, welche Reaktion meiner Berührung folgte. Das heißt, dass ich oft wartete, bis er seine Antworten in sich gefunden hatte. Vielfach brauchte er meine Berührung, um eine Bewegung selbst ausführen zu können. Manchmal hatte ich den Eindruck, dass er innerlich intensiv nach einer

eigenen Bewegung suchte, den Weg in sich aber nicht finden konnte. Von außen gesehen führte dies dazu, dass Daniel ohne äußeren Impuls scheinbar über lange Zeit keine Bewegung machte.

**Asmussen-Clausen:** Versuche, dein Vorgehen näher zu beschreiben.

**Weidmann:** Ich kann es mit den Bewegungselementen Zeit, Raum und Anstrengung beschreiben. Ich probierte, mich auf seine Zeit einzulassen. Ich nahm Kontakt auf, versuchte dies in mir wahrzunehmen und bot dann einen Impuls. Den machte ich nicht zu lange in der gleichen Weise, sondern verlangsamte ihn ab einem Moment, um ihm die Möglichkeit zu geben, auch selbst aktiv zu werden. Das ist der Aspekt Zeit. Wenn ich das Bewegungselement Raum beschreiben will, suchte ich mit ihm verschiedene Bewegungsräume, zum Beispiel innerhalb seines Brustkorbs. Dabei wechselte ich Richtungen und wartete, was Daniel daraus machte. Gemeinsam suchten wir nach «gang-





baren» Richtungen. Daniel war kompetent darin, sehr viel Anstrengung aufzubauen. Im Kontakt mit ihm veränderte ich sehr differenziert meine Anstrengung, bis ich bemerkte, dass er auch die seine etwas reduzieren konnte. So kamen die Bewegungselemente ins Spiel.

**Asmussen-Clausen:** *Wie konntest du wahrnehmen, dass er das Spiel der Bewegungselemente besser nutzen konnte?*

**Weidmann:** Wenn sein Gewicht gut organisiert war, konnte er eine Position halten. Mein Traum wäre gewesen, dass er selbstständig aus dieser – meiner Meinung nach gut organisierten – Position die nächste Bewegung gestalten könnte. Dies war Daniel aber nicht möglich. Das Wichtige war, dass ich begonnen habe zu verstehen, was es braucht, dass Daniel Bewegungen selbst finden konnte. Für uns und auch für seine Frau war es fast ein kleines Wunder, wenn er sein Sitzen selbst organisieren konnte.

**Asmussen-Clausen:** *Wie hast du den Kontakt gestaltet? Was hast du zum Beispiel mit deinen Händen gemacht?*

**Weidmann:** Im Bewegungscafé konnte ich mir oft Zeit nehmen, um mit Daniel in Bewegung zu sein. Ich stellte mir immer wieder die Frage, ob ich Berührungen entdecken könnte, die Daniel besser für seine Bewegung nutzen konnte. So habe ich oft mit meinen Händen Kontakt an nur einer Masse aufgenommen, zum Beispiel am Arm. Wir haben gemeinsam die verschiedenen Bewegungsrichtungen dieser Masse gesucht. Meine Hypothese war, dass Daniel mehr Informationen über die Bewegungsmöglichkeiten dieser jeweiligen Masse erfahren konnte, wenn ich mit beiden Händen Kontakt zu dieser einen Masse hatte.

**Asmussen-Clausen:** *Ich denke auch, dieser differenzierte Kontakt mit beiden Händen kann helfen, sich selbst zu verstehen. Es kommt hinzu, dass du seine Impulse aufgreifen kannst.*



**Erich Weidmann** ist Kinaesthetics-Ausbilder. Er organisiert das Kinaesthetics-Bewegungscafé in Suhr/Schweiz und engagiert sich für die Lebensqualität von Menschen mit großen Einschränkungen und ihren Angehörigen.

**Weidmann:** Ich gehe davon aus, dass das viel bewirkt hat. So konnte er ein Stück weit selbstbestimmt handeln. In Bezug auf seine Körperspannung haben wir die Erfahrung gemacht, dass ihm die Zeit auf dem Boden geholfen hatte, sein Gewicht besser auf den Untergrund abgeben zu können.

**Asmussen-Clausen:** *Der harte Boden bietet die Referenz, dass die Körperteile zueinander ins Spiel geraten. Rollen kann helfen, die Spannung differenzierter zu regulieren.*

**Weidmann:** Ja, Rollen auf dem Boden, Positionen einnehmen wie die Bauchlage oder den Hand-Knie-Stand und auch das Rollen von der Rückenlage in Richtung Bauchlage. Es geht nicht primär um dieses «Rollen», sondern darum, zusammen mit Daniel verschiedene Wege in dieser Bewegung gesucht und da und dort tatsächlich gefunden zu haben. Dies hat ihm geholfen, die Spannung in seinem Körper besser zu regulieren und ein Stück weit loszulassen. Dazu eignet sich der harte Boden unglaublich gut.

**Asmussen-Clausen:** *Du hast von seinem Lachen gesprochen und der Vermutung, dass dies auch eine Äußerung von Forderung oder Überforderung sein könnte. Wie ging das weiter?*

**Weidmann:** Daniels Möglichkeiten wurden mehr und mehr eingeschränkt. Was mir vor allem von Daniel bleibt, sind seine lebendigen Augen. Auf mich wirkten sie leuchtend, fragend und staunend. Manchmal glaubte ich auch, in seinen Augen lesen zu können «Gut so», aber auch «Stopp!» und «Was tust du da!?».

**Asmussen-Clausen:** *Was hast du von ihm gelernt?*

**Weidmann:** Ich habe gelernt, dass Menschen mit starken Einschränkungen anderen Menschen sehr viel geben können. Daniel war für Pflegende, KursteilnehmerInnen und mich ein ebenbürtiges Gegenüber. Ich selbst musste lernen, mit einem Menschen in Bewegung zu sein und damit leben zu müssen, dass Kompetenzen zurückgehen. Ich lernte für mich, dass Kommunikation über Berührung und Bewegung ein riesiges Potenzial hat. Ich wünsche mir, dass dieser «Sprachunterricht», der zwischen uns beiden zunehmend nuancierter wurde, mir hilft, auch mit anderen so schwer betroffenen Menschen in der Begegnung zu kommunizieren.

**Asmussen-Clausen:** *Erich, herzlichen Dank für das interessante Gespräch.* ●

# 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 \_\_\_\_\_