



Pflegegesichten

Über Bewegung zu  
Empathie und Verständnis

# Schreie, die bewegen

Autor:

Erich Weidmann

Fotos:

Shutterstock

Manche Situationen im Pflegealltag fordern uns bis aufs Äußerste heraus, besonders wenn ein Mensch seinen Zustand mit lauten Rufen und Schreien kundtut. Kürzlich wurde ich von einer Workshop-Teilnehmerin um Rat gebeten, weil eine Bewohnerin ihrer Institution seit Tagen sehr stark und energisch rufe. Diese Begegnung veranlasste mich, eine vor vielen Jahren erlebte Praxisbegleitung als Pflegegeschichte zu verfassen.

**WENN DIE DRINGLICHKEIT SPÜRBAR WIRD.** Schon beim Aussteigen aus dem Auto waren Frau Hugs Rufe deutlich zu hören. Es wurde mir sofort klar, warum die Anfrage der Pflegeeinrichtung einen so dringlichen Charakter hatte. Kennen Sie diesen Impuls, wenn Sie ein anderes Lebewesen am liebsten per Knopfdruck für einen Moment abstellen möchten? Ich konnte somit eine – durchaus verständliche – Erwartungshaltung an mich wahrnehmen, als mir die Wohnbereichsleitung Frau Hugs Geschichte zu schildern begann.

**DIE AUSGANGSLAGE.** Frau Hug war seit über fünf Jahren in dieser Institution zu Hause. Trotz ihrer schweren Sehbehinderung, chronischen Schizophrenie und einer vermuteten Demenz konnte sie ihren Alltag bis vor kurzem selbst gestalten. Jetzt aber schien alles zu scheitern: Sie kam nicht zur Ruhe, verweigerte die Pflege und war ununterbrochen am Rufen und Schreien. Ich erfuhr von der Wohnbereichsleitung auch mehr über Frau Hugs aktuelle Medikation sowie über die Herausforderungen, die diese Situation für die MitbewohnerInnen und das Pflegeteam mit sich brachte.

**DIE SUCHE NACH DER SCHLÜSSELSTELLE.** Vor der Teamsitzung lernte ich Frau Hug kennen. Sie saß in einem Rollstuhl, ein Hemiplegie-Tisch verhinderte das Aufstehen und teilweise das Nach-vorne-Beugen. Auf Nachfrage erfuhr ich, dass Frau Hug zuvor bereits zweimal auf dem Boden aufgefunden worden war. Der Tisch diente also ihrer Sicherheit. Doch ich fragte mich: Was ist die Schlüsselstelle in dieser Situation? Wie können wir uns ihrer Erfahrung annähern? Wie können wir in ihrem Verhalten das «Sinnvolle», «Produktive» und im Moment «Nicht-Veränderbare» entdecken?

**NACHSPIELEN: EINE UNGEÖHNLICHE ANNÄHERUNG.** Um tiefere Einsicht zu gewinnen, entschied ich mich für einen ungewöhnlichen Ansatz: das Nachspielen. In einem ersten Schritt setzte ich mich auf den freien Stuhl im Zimmer und positionierte meine Körperteile so, wie es Frau Hug tat. Ich beobachtete, was ich in mir spürte – Druckunterschiede, wie sich kleine Bewegungen in Zeit, Raum und Anstrengung gestalten ließen, wie mein Gewicht sich verlagerte. Ich bemerkte, dass Frau Hug sich nur wenig verändern konnte und viel Gewicht über den Rücken abgab, zuweilen sogar, indem sie die Füße stark in die Fußrasten drückte.

Ich traute mich fast nicht, so laut zu rufen wie Frau Hug, doch ich erhob im gleichen Rhythmus meine Stimme. Sofort spürte ich, wie viele Unterschiede dies in mir produzierte. Eine erste Hypothese entstand: Frau Hug erzeugt mittels Rufen Unterschiede, die in der Bewegung nicht möglich sind, und durchbricht damit gleichzeitig die ohnmächtige Stille.

**KOMMUNIKATION JENSEITS DER WORTE.** In einem nächsten Schritt ging ich in die gemeinsame Interaktion mit Frau

Hug. Ich berührte ihre Hand und bat sie mit einem Impuls und den passenden Worten, diese zu heben. Das Vibrieren ihrer Stimme wurde leiser, und ich merkte, wie sie die Hand hob. Behutsam löste ich den bewegungseinschränkenden Hemiplegie-Tisch und zog ihn weg. Ich berührte ihren Fuß und bat sie mit Impuls und Sprache, das Bein anzuheben. Sie tat es. Wieder veränderte sich ihr permanentes, vibrierendes Rufen.

**EINE ZWEITE HYPOTHESE ENTSTEHT.** Die Kommunikation mit Frau Hug führte über achtsames Berühren und Bewegen. Meine Stimme hilft, wenn sie nicht im Widerspruch zur Kommunikationsebene von Berühren und Bewegen steht.

Diese Erfahrung hat mir einmal mehr gezeigt, wie wichtig es ist, hinter das vordergründige Verhalten zu blicken und neue Wege der Kommunikation zu finden, auch wenn es auf den ersten Blick aussichtslos erscheint. Manchmal ist solches Schreien ein Hilferuf, eine Form der Selbstregulation oder ein Ausdruck von etwas, das wir noch nicht verstanden haben. Eine gemeinsame Interaktion erfordert Mut, Empathie und die Bereitschaft, sich auf die Welt des anderen einzulassen.

**EIN TEAM AM LIMIT.** Als ich das Pflegeteam im Wohnbereich traf, spürte ich schnell, wie ernst alle die Belastung durch Frau Hugs Verhalten nahmen. Jedes Teammitglied konnte auf seine eigene Weise ausdrücken, wie überfordert es sich fühlte – sei es aus Sorge um Frau Hug, um die MitbewohnerInnen oder um das eigene Wohlbefinden. Die spürbare Unruhe und der Stress waren mehr als verständlich; diese Situation schrie förmlich nach einer Lösung.

**VOM BEHANDELN ZUM VERSTEHEN.** Frühere medikamentöse Behandlungsversuche bei Frau Hug waren erfolglos geblieben. Unsere neue Herangehensweise konzentrierte sich daher auf folgende tiefgreifende Fragen: Wie entstand Frau Hugs aktuelles Verhalten? Und warum ist dieses für sie momentan stimmig? Diese Fragen waren nicht direkt zu beantworten, doch der Mut, sie überhaupt zu stellen und zu erforschen, war der erste Schritt zur Veränderung.

**EINTAUCHEN INS ERLEBEN.** Methodisch nutzten wir für unsere Forschung die 1.-Person-Perspektive. Das bedeutete, dass die Pflegenden ihre eigenen Erfahrungen und Wahrnehmungen im Umgang mit Frau Hug systematisch untersuchten. Subjektive Perspektiven – wie sich etwas anfühlt, was wahrgenommen und gedacht wird – wurden zu einer wertvollen Informationsquelle. Zielwared, ein umfassendes Verständnis für Frau Hugs Phänomen zu entwickeln, indem die Innensicht der Erlebenden mit einbezogen wurde.

Wie bereits erwähnt, ist das Nachspielen eine unkonventionelle Methode. Nach einer kurzen Einführung nahmen wir uns Zeit, Frau Hugs Situation selbst zu erfahren: mit wenig Bewegungsraum, in totaler Stille, mit gleichzeitiger →

Blindheit und dem monotonen Summen als Simulation des Schreibens. Diese direkte Erfahrung war entscheidend, um Empathie und ein tieferes Verständnis zu entwickeln.

**ZUERST VERSTEHEN, DANN VERSTANDEN WERDEN.** Gemeinsam sammelten wir alle Beschreibungen und Eindrücke, um eine Hypothese zu bilden: Warum könnte dieses Verhalten für Frau Hug im Moment sinnvoll und sogar lebensnotwendig sein? Im gemeinsamen Austausch entstand eine besondere Atmosphäre des Verständnisses. Nach und nach näherten wir uns einer Hypothese an: Frau Hug erzeugt mit ihrem Verhalten Informationen, mit denen sie sich spüren kann. Sie befindet sich dabei in einer nicht enden wollenden, gleichbleibenden Schleife.

**DAS iLQ-MODELL UND FORSCHUNGSFRAGEN IM ALLTAG.** Rückblickend kann ich das, was wir im damaligen Forschungsprozess taten, mit dem erst kürzlich ausformulierten iLQ-Modell gut beschreiben. Wir konzentrierten uns dabei insbesondere auf den Aspekt der «Verbundenheit». Wir spielten die Interaktion erneut nach, die sich bei meiner ersten Begegnung mit Frau Hug ergeben hatte. Auch das war ein ungewöhnlicher Ansatz, doch schnell entwickelte sich ein dynamisches und kreatives Spiel, in welchem wir nach neuen Möglichkeiten suchten. Die folgenden Forschungsfragen leiteten uns:

- Wie passe ich meine Bewegungsgeschwindigkeit fortlaufend an die Möglichkeiten meines Gegenübers an?
- Wie wirkt sich meine Anstrengung (Muskelanspannung und -entspannung) im Verlauf der Unterstützung auf die Anstrengung meines Gegenübers aus?

Gemeinsam entschieden wir, dass die von jedem Einzelnen erfahrenen starken Unterschiede fortan in die Begegnungen des Teams mit Frau Hug einfließen sollten. Deshalb formulierten wir konkrete Ziele und Maßnahmen:

- Ziel: Frau Hug soll so unterstützt werden, dass sie ihre Spannung vielfältig und differenziert entwickeln und wahrnehmen kann.
- Maßnahme 1: Wir nutzen die alltäglichen Aktivitäten, um den folgenden Forschungsfragen in der gemeinsamen Interaktion nachzugehen:
  - Wie passe ich meine Bewegungsgeschwindigkeit fortlaufend an die Möglichkeiten von Frau Hug an?
  - Wie wirkt sich meine Anstrengung (Muskelanspannung und -entspannung) im Verlauf der Unterstützung auf die Anstrengung von Frau Hug aus?
  - Was kann ich in alltäglichen Unterstützungssituationen von Frau Hug über mein Führen-Folgen-Verhalten feststellen?

- Maßnahme 2: Wir stellen uns die folgende Forschungsfrage, um den Einfluss der Umgebung auf die Durchführung der Aktivität zu analysieren:
  - Wie wirken sich Umgebungsveränderungen auf die Möglichkeiten von Frau Hug aus?

Wir alle widmeten uns intensiv diesem gemeinsamen Forschungsprozess mit Frau Hug. Und die intensive Auseinandersetzung führte bei allen Beteiligten zu mehr Verständnis, mehr Empathie und einer Verbesserung der Situation.

**WIRKUNG UND ENTWICKLUNG.** Eine Situation wird erträglich. Diese Geschichte liegt Jahre zurück, Frau Hug ist längst verstorben. Doch was mich bis heute beeindruckt, ist die nachhaltige Wirkung unserer Arbeit: Die angepassten Interaktionen mit Frau Hug und die Suche nach passenden Umgebungen veränderten die Situation so grundlegend, dass sie für den gesamten Wohnbereich erträglich wurde. Das Pflegeteam war sich seiner Interaktionen bewusst und entsprechend stolz auf die Fortschritte. Angehörige, Mitbewohnende, das Pflegeteam und die Institution waren dankbar, dass Frau Hug trotz ihrer vielfältigen Beeinträchtigungen wieder mehr Begegnungen zulassen konnte. Diese Erfahrung zeigt, dass ein Perspektivenwechsel und die Bereitschaft, neue Wege zu gehen, selbst in scheinbar ausweglosen Situationen positive Veränderungen bewirken können.



## Über das Schreien

Erich Weidmann und Ilona Himmelberger

**HIMMELBERGER:** Erich, deine Blogartikel sind bekannt dafür, dass sie auf persönlichen Erlebnissen basieren und tiefe Einblicke in die Pflegepraxis geben. Welchen Zweck verfolgst du damit, diese sehr persönlichen Geschichten zu erzählen?

**WEIDMANN:** Meine Leidenschaft gilt den Interaktionen, die Pflegende im Pflegealltag gestalten. Seit ich in der Pflege tätig bin, sehe ich, dass diesen alltäglichen Aktivitäten oft zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Dies gilt vor allem in Hinblick auf die Herausforderungen und Kompetenzen, die es braucht, um die alltäglichen Interaktionen wertschätzend und respektvoll zu gestalten.

In einer Umgebung, die von Bürokratie, Personalnotstand und dem Fokus auf Sicherheit geprägt ist, möchte ich zeigen, dass es für die einzelne Pflegekraft immer um die Bereitschaft gehen sollte, selbstlernend zu bleiben. Durch das Teilen solcher Erfahrungen möchte ich inspirieren und die Bedeutung jeder einzelnen Interaktion hervorheben.

**HIMMELBERGER:** Mir fällt auf, dass du oft Kinästhetik-Fachsprache benutzt, ohne das Wort Kinästhetik zu gebrauchen.

**WEIDMANN:** Tatsächlich. In den letzten beiden Jahren habe ich das bewusst und unbewusst so gehandhabt.

Meine Überlegung dahinter war, die Geschichten, das Verhalten und die Kompetenzen der Beteiligten zu beschreiben. Die Fähigkeit, seine Geschwindigkeit anzupassen, ist allgemein verständlich. Das Wort Kinästhetik hingegen erfordert oft eine Erklärung und kann schnell zu Bewertungen führen, die den Blick auf das Wesentliche verstellen.

**HIMMELBERGER:** In deiner Geschichte beschreibst du das Nachspielen als unkonventionelle Idee. Ist es so unkonventionell?

**WEIDMANN:** Das Nachspielen ist ein Kernelement der Kinästhetik. Es bildet die Erfahrungsebene. Oft stellt es aber trotzdem eine Herausforderung dar für Pflegende, die die

Kinaesthetics-Basisbildungen besuchen. Meine Blog-Beiträge sollen als Brücke dienen, um ihnen den Zugang zu erleichtern.

**HIMMELBERGER:** Du machst des Weiteren einen Bezug zum iLQ-Modell. Dieses war damals, als sich die Geschichte vor acht Jahren zugetragen hat, noch nirgendwo beschrieben.

**WEIDMANN:** Ja, damals beschäftigten wir uns im Netzwerk mit anderen Fragen. Den Begriff der «Verbundenheit» haben wir unter anderem einmal in einer Ausbildung mit folgenden Worten beschrieben:

«Pflegende sind in der Lage, alltägliche menschliche Funktionen – wie Fortbewegung oder Bewegung am Ort – so zu unterstützen oder zu übernehmen, dass die betroffene Person die Selbstkontrolle über das Geschehen behält, d. h. die eigene Bewegungskompetenz wahrnehmen und einsetzen kann.»

Das iLQ-Modell stellt dies heute deutlich besser dar. Es hilft mir, die täglichen Herausforderungen der Pflege zu vereinfachen, indem es die Aufmerksamkeit auf einzelne Komponenten lenkt und so sicherstellt, dass der Mensch im Mittelpunkt steht.

**HIMMELBERGER:** Erich, besten Dank für das Gespräch! ●



**ERICH WEIDMANN** ist leidenschaftlicher Pflegefachmann und Kinaesthetics-Trainer. Er schätzt jede Begegnung, um als Suchender Passendes zu finden. Im Gelingen und Misserfolgen im Moment erkennt er das Lernpotenzial.



**ILONA HIMMELBERGER** verfügt über einen M.A. in Geschichte und Germanistik. Sie ist für den Ressourcenpool Curriculum und Forschung der EKA tätig und seit vielen Jahren Lektorin der LQ. Sie lebt mit ihrem Partner ohne Hund und Katze, dafür mit vielen Zimmerpflanzen, im Zürcher Unterland.

# 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 \_\_\_\_\_