

Hallo Oberkurs!

In der „Schwerbehindertenwoche“ hätten wir uns aktiv mit verschiedenen Aktivierungsmöglichkeiten in Punkt 3 beschäftigt. Ich habe nun versucht die wichtigsten Dinge schriftlich zusammenzufassen.

Arbeitsauftrag: Lesen Sie sich den Beitrag durch!

Bei Rückfragen gebe ich Ihnen gerne – am besten telefonisch - Auskunft.

Erleben, Spüren und Bewegen Bewegungsförderung für Menschen mit schwerster Behinderung

1. Erleben des eigenen Körpers

Ein ganzheitlich orientiertes Erleben des eigenen Körpers ist ein wichtiger Bestandteil bewegungsorientierter Betreuung von Menschen mit schwersten Behinderungen. Bewegungsangebote bieten viele Ansätze, diesen Menschen einen Zugang zu ihrem Körper – und damit zu sich selbst und der Welt zu ermöglichen. Durch und mit unterschiedlichsten Materialien und Angebotsformen ist es möglich eine positive Begegnung mit dem eigenen Körper anzubahnen und erlebbar zu machen.

Vielseitige und verschiedenartige Materialien, Medien und Geräteaufbauten (Schwungtücher, unterschiedliche Bälle, Gelegenheiten zum Schaukeln) und Situationen ermöglichen es, Eindrücke des eigenen Körpers, seiner Begrenzungen und der Umwelt anzubieten, die ein Spüren, Wahrnehmen in ganzheitlichen Situationen ermöglichen, welches über ein rein funktionales Training weit hinausgeht. Über Eindrücke durch und mit dem Körper kann so die Welt den Menschen mit schwersten mehrfachen Behinderungen nähergebracht werden.

2. Erleben von Bewegung

Durch geeignete Angebote ist es möglich, diesem Personenkreis das Erlebnis von Bewegung in einer besonderen Weise näher zu bringen. Dies gilt umso mehr, wenn motorische Einschränkungen ein Erleben im Alltag erschweren und be- oder verhindern. Durch den Einsatz von Materialien und Geräteaufbauten können Bewegungen in vielfältiger Weise mit einfühlsamer Unterstützung vermittelt und ermöglicht werden. Dabei sind unterschiedliche Arten von Bewegung denkbar und möglich. Vom Erleben und Erspüren von geführter „passiver“ Bewegung (siehe auch Unterrichtsbeitrag im Unterkurs „Passives Durchbewegen“; Massagen) bis zu aktiv ausgeführten Bewegungen.

3. Aktivierung

Zum Alltag von Menschen mit schwersten mehrfachen Behinderungen gehört, dass viele eher wenig aktiv und mit wenig eigengesteuerter Aktivität an Situationen des Alltagslebens teilnehmen und teilhaben. Die Gründe dafür sind vielfältig – von schwerster körperlicher Betroffenheit bis hin zu resignativem Verhalten.

In bewegungsorientierten Angeboten kann es gelingen, die betreuten Menschen zu eigener Aktivität und zu aktiver Teilhabe an den Angeboten zu ermutigen und diese Eigenaktivität auch zu unterstützen.

Häufig zeigen sich hier auch „weniger auffallende Aktivitäten“ – z. B. wird der Kopf beim Schaukeln für kurze Zeit angehoben oder gehalten, bei einer Massage wird Blickkontakt

aufgenommen, der Atemrhythmus verändert sich beim Liegen auf dem großen Ball oder beim sanften Schwingen auf dem Trampolin, ein Ball wird mit den Augen verfolgt,

All diese Formen haben zur Folge, dass Menschen, denen sonst vielleicht nur wenig eigenbestimmte Aktivität möglich ist, in bestimmten Situationen zu handelnden Menschen werden.

Aktivierung wird möglich durch die

- Gestaltung von individuell angepassten, erlebnisorientierten Situationen
Mögliche Formen individueller Angebote: unterschiedliche Lagen einnehmen, Lageveränderungen durchführen, Massagen mit unterschiedlichen Materialien, Fahren/Gefahrenwerden mit dem Rollstuhl und Bewegen durch Hindernisse und auf unterschiedlichem Untergrund. Es können auch Angebote im Sinne eines Parcours durchlaufen/durchfahren werden. Hier können die einzelnen Stationen gezielt an die Erfordernisse des betreuten Menschen angepasst werden (Überforderung vermeiden!)
- durch den Einsatz von ansprechenden Materialien und Geräten
z. B. Trampolin, Weichbodenmatte auf Bällen gelagert, Turnmatte auf Tennisbällen oder Stäben, Matte auf Rollbrettern, Reifenschaukel, großer Ball, Therapierollen, Schwungtücher. Ebenso geeignet sind selbst hergestellte und individuell eingesetzte Trockenduschen, Tastwäscheleinen, Geräuschmaterialien, Geräuschbäume, Geräuschschaukeln (siehe Reifenschaukel) usw.
- durch den Einsatz von Musik
Musik kann bei manchen Angeboten eine wichtige Rolle spielen. Durch ihren Einsatz kann eine Rhythmisierung und Strukturierung verdeutlicht und erleichtert werden. Bewegungen können unterstützt werden. Dabei ist wichtig, dass Musik bewusst und gezielt eingesetzt wird, eine „Dauerberieselung“ z. B. mit Entspannungsmusik ist unbedingt zu vermeiden. Für manche Menschen mit schwerer und schwerster Behinderung ist der Einsatz von Musik in Verbindung mit Wahrnehmungs- und Bewegungsübung jedoch eine Überforderung!
- durch die persönlichkeitsorientierte, zugewandte Unterstützung des Betreuers
Dies ist oft eine stetige Herausforderung, ein sich immer wieder notwendiges „Sich-einlassen“ auf die momentane Befindlichkeit des zu betreuten Menschen. Neben grundlegenden Anforderungen an die Betreuungspersonen werden im Bereich von Halten, Sichern, Hilfestellung geben usw. große Anforderungen an die fachliche und persönliche Kompetenz von Betreuer*innen gestellt. Selbstverständlich sind eine unfallverhütende, gesundheitserhaltende, fachlich kompetente Hilfestellung und eine ebensolche Gestaltung der gesamten Situationen und ihrer Anforderungen. Weiterhin ist eine ständige Reflektion der Hilfestellung (ist diese herausfordernd, motivierend und aktivierend?) notwendig. Überbehütung, ein zu Viel an Halt und Unterstützung ist ebenso zu vermeiden wie Überforderung und „Überbeanspruchung“. Orientiert an dem Motto „Hilf mir es selbst zu tun!“ ist eine genaue Kenntnis der grundlegenden individuellen Gegebenheiten und des Entwicklungsstandes der betreuten Menschen und der aktuellen Befindlichkeiten die Grundlage der Betreuung.

Grundsätzlich sind bei bewegungsorientierten Angeboten für Menschen mit schweren und schwersten Behinderungen die Erfahrungen und Grundlagen unterschiedlicher Fachbereiche zu berücksichtigen – eine interdisziplinäre Gestaltung ist unumgänglich. Besonders wichtig ist es z. B. die Grundlagen physiotherapeutischen Arbeitens bei Lagerung, Bewegung und Handling zu beachten und Erkenntnisse aus dem Bereich der Ergotherapie einfließen zu lassen. Hier ist eine Absprache mit den behandelnden Therapeuten notwendig. Weiterhin können verschiedene Aspekte aus unterschiedlichen Betreuungsansätzen (z. B. Snoezelen, Basale Stimulation usw.) in bewegungsorientierte Angebote aufgenommen werden.