

Wege zu einer aktiven Teilhabe am Leben – für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer Störung des Zentralen Nervensystems.

"Prävention und Rehabilitation zur Erreichung und Erhaltung einer nachhaltigen Lebensqualität" Berlin, 22. – 24.11.2013

Barbara Zimmer-Walbröhl

Vortrag

Behinderung und aktive Teilhabe: Lebenssituation und –qualität



Die Situation

Das Ziel

Die Ressourcen und Erfahrungen

Die Zukunft



Die Situation



Ziele formulieren



Ressourcen



Wahrnehmung



Sprache - Kognition



Motorik – Sich auf den Weg machen



Die Zukunft - Erfolge

Mein Vorschlag für mehr Lebensqualität und aktive Teilhabe ist ein Weg in 7 Schritten,

über die Wahrnehmung unserer Umwelt über unsere Sinne, zwar haben wir nur 5, die Augen, die Ohren, den Mund, die Nase und die Haut, wir nehmen unsere Umwelt visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch und gustatorisch wahr. Ich habe diesen 5 Sinnen noch die Füße und das Herz hinzugefügt. Die Füße symbolisieren für mich, sich auf den Weg machen und das Herz, den Erfolg, die Liebe.

Vor einiger Zeit habe ich zu diesem Weg eine Kommunikationsuhr entworfen.



Das Wichtigste an diesem Weg ist die Trennung von Problem und Weg. Viele Therapeuten haben eine sog. Problemlösungsstrategie entwickelt, sie analysieren das Problem, Ärzte behandeln das Problem, sie bleiben oftmals dort stehen. Zu meinem Sohn wurde nach einer schweren Erkrankung gesagt: Sie werden nie wieder der Alte sein, sie werden nie wieder arbeiten können. Wenn wir diese Aussage akzeptiert hätten, würde er heute im Rollstuhl in einer Ecke sitzen und nichts tun. Es hat zwar 8 Jahre gedauert, aber heute ist er fast wieder der Alte, hat seinen Humor, seine Intelligenz behalten.



1. Schritt: **Situationsbeschreibung**

Sich eine Situation genau vor Augen zu stellen, ganz genau zu wissen, mit welchen Störungen wir es zu tun haben. Darüber brauche ich mit Ihnen nicht zu reden, denn Sie alle kennen Ihre Situation sicherlich genau

Ich möchte hier nur einige Störungen nennen:

verlangsamtes Gangbild,

eine eingeschränkte Geschicklichkeit der Hände

Sprachschwierigkeiten

Dann können zusätzlich auftreten:

- eingeschränkte Aufmerksamkeit
- Gedächtnisstörungen
- Antriebsminderung
- Mangelnde Motivation

Es fällt der Umwelt oft schwer, verminderte Aufmerksamkeit und mangelnde Motivation voneinander abzugrenzen.

- Umweltwahrnehmung
- verminderte Steuerungsfähigkeit des Verhaltens (inneres Feedback)
- Persönlichkeitsveränderungen

Beeinträchtigung der Handlungssteuerung

- Planung
- Initiierung
- Durchführung
- Strukturierung von Handlungsabläufen
- Problemlösendes Denken
- Lernen aus Erfahrung
- Auswahl von Zielen
- Flexibilität der Einstellung auf wechselnde Lebenssituationen

Die 7 Schritte, die ich Ihnen vorstellen möchte, ermöglichen, für die Aufgabenstellungen des Lebens eine Strategie zu entwickeln und in Teilschritte zu zergliedern, so dass auch nach kürzester Zeit ein Erfolg zu sehen ist.



2. Schritt Die Ziele

Meist werden Ziele negativ formuliert, negativ formulierte Ziele können wir natürlich nicht erreichen. Ich habe oft folgende Zielformulierungen gehört, sie sind meist zu allgemein gefasst:

Nicht bevormunden und selektieren,
Eigenaktive Teilhabe im Rahmen der Möglichkeiten,
Verantwortung auch Informationen weitergeben
Behinderungen und aktive Teilhabe in unserer Gesellschaft

Ziemlich beste Freunde

Leben selbst entscheiden
Man kann dazu beitragen, auch Höhen zu schaffen

Versuchen Sie einmal selbst, hier und jetzt ein Ziel zu formulieren, es muss positiv formuliert sein, möglichst den eigenen Kompetenzbereich betreffen, überprüfbar sein.

Die meisten Ziele können schließlich auf kurze Formulierungen reduziert werden, wir brauchen einen

Sinn

Leben selbst gestalten

Aufmerksamkeit
Wertschätzung
Attraktivität

Auswahl von Zielen

Tagtägliches Bewältigen einzelner Lebenssituationen in Richtung Gelingen: psychisches Wohlbefinden, sich körperlich als Mensch zu fühlen, Teil der Gesellschaft zu sein, es geht um grundlegende Aspekte, sich als Teil der anderen zu fühlen.

All diese Dinge hängen von den sozialen Ressourcen ab: Familie, Arbeitssituation, Bildungssituationen. Im schulischen Bereich wird zu wenig darauf geachtet, dass auf Bildung mehr Wert gelegt wird.

Pető war der Überzeugung, dass man die motorischen Entwicklungsprozesse nicht von anderen Entwicklungsbereichen loslösen kann. Förderung musste seiner Ansicht nach vernetzt sein und

Wahrnehmung,

Sprache,

Kognition

und Motorik umfassen.

Und ich möchte hier einen wichtigen Satz von Pető zitieren:

"Das Ziel war, die Lebenswirklichkeit des Kindes mit dem Bewegungslernen zu verknüpfen: „... die Therapie, egal wie gut sie ist, hilft nicht, wenn sie nicht in alle Bereiche des Lebens eingebettet wird".

Die Fähigkeit zur selbständigen Lebensführung wird angestrebt.

Pető war der Meinung, dass die Beeinträchtigung der Orthofunktion die Folge der Schädigung des Zentralen Nervensystems ist, wobei sich die entstandene Bewegungsstörung als Lernhindernis darstellt, die kompensiert werden kann.

Das soll erreicht werden, indem die Eigenaktivität der Kinder gefördert wird, um individuelle Ziele zu erreichen. Nicht die alters- oder intellektbezogenen Defizite sollen konstatiert, sondern die Entwicklungsmöglichkeiten des Kindes ins Auge gefasst werden. Um von der Dysfunktion zur Orthofunktion zu gelangen ist eine ganzheitliche Intervention notwendig.

Als Rehabilitationsziele werden verfolgt:

- Aufbau von lebenspraktischen Fähigkeiten
- Erhaltung und Ausbau von motorischen Fähigkeiten
- Entwicklung von perzeptiven und kognitiven Fähigkeiten
- Erweiterung von kommunikativen Möglichkeiten
- Entwicklung von sozialen und individuellen Fähigkeiten
- Auseinandersetzung mit der Behinderung
- gesellschaftliche Integration
- positive Persönlichkeitsentwicklung
- optimale medizinische Beratung der Eltern und Kinder

Sie sind sicher mit dieser Formulieren einverstanden, doch wie erreichen wir diese Ziele konkret. Dazu gehen wir den nächsten Schritt: es ist der Schritt über die Ressourcen. Beziehungsziele machen glücklicher als berufliche Ziele!



3. – 6. Schritt Die Ressourcen

1. Beispiel: Wahrnehmung

Sinne

Wir nehmen unsere Umwelt über unsere Sinne wahr, sehen, hören, sprechen. Doch diese äußere Sinneswahrnehmung geht mit einer inneren Sinneswahrnehmung einher, was wir von außen wahrnehmen können, können wir auch intern, während Sie hier sitzen, denken Sie gleichzeitig an Ihre Kinder, an den Urlaub, an die See, den Himmel, die Berge ...

Phantasiereise

Was habe ich getan, ich habe Sie auf eine innere Reise geschickt, Sie haben vielleicht gemerkt, dass Sie bestimmte Dinge mitmachen konnten, aber Sie haben sich für ein eigenes Transportmittel entschieden, sind an Ihrem gewählten Ziel angekommen, und vielleicht haben Sie auch gemerkt, dass Sie einen bestimmten Sinneskanal bevorzugen.

2. Beispiel: Sprache



HP OI

Das Karussell (Rainer Maria Rilke)

Jardin du Luxembourg

Mit einem Dach und seinem Schatten dreht
sich eine kleine Weile der Bestand
von bunten Pferden, alle aus dem Land,
das lange zögert, eh es untergeht.
Zwar manche sind an Wagen angespannt,
doch alle haben Mut in ihren Mienen;
ein böser roter Löwe geht mit ihnen
und dann und wann ein weißer Elefant.

Sogar ein Hirsch ist da, ganz wie im Wald,
nur dass er einen Sattel trägt und drüber
ein kleines blaues Mädchen aufgeschnallt.
Und auf dem Löwen reitet weiß ein Junge
und hält sich mit der kleinen heißen Hand,
dieweil der Löwe Zähne zeigt und Zunge.
Und dann und wann ein weißer Elefant.

Und auf den Pferden kommen sie vorüber,
auch Mädchen, helle, diesem Pferdesprunge
fast schon entwachsen; mitten in dem Schwunge
schauen sie auf, irgendwohin, herüber -
Und dann und wann ein weißer Elefant.

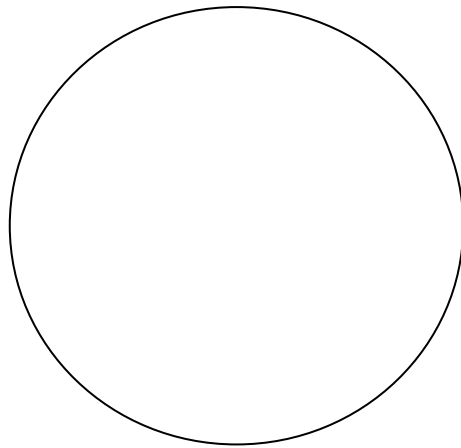
Und das geht hin und eilt sich, dass es endet,
und kreist und dreht sich nur und hat kein Ziel.
Ein Rot, ein Grün, ein Grau vorbei gesendet,
ein kleines kaum begonnenes Profil -
Und manches Mal ein Lächeln, hergewendet,
ein seliges, das blendet und verschwendet
an dieses atemlose blinde Spiel ...



3. Schritt: **Kognition**

Unsere Übung ist der Kontinent der Persönlichkeitsanteile

Stellen Sie sich einen Kreis vor, in dem sich Ihre Persönlichkeitsanteile befinden, vielleicht haben Sie einen Kontinent des Verstandes, des Gefühls, vielleicht ist dort auch ein kreativer Anteil. Wenn Sie jetzt an Ihre Zielformulierung denken, versuchen Sie einmal herauszufinden, welcher Persönlichkeitsanteil daran beteiligt ist und wie viel Raum er einnimmt





4. Schritt : **Motorik** sich auf den Weg machen
Visualisieren Körpersprache Bsp. Buch Soziale Kompetenz

Bewerbungsgespräch

...wenn ich das alles gewusst hätte, hätte ich mich total anders verhalten

Tim berichtet über ein Vorstellungsgespräch, das "total" in die Hose gegangen war:

"Bis zu den Hobbys lief es ganz locker. Bis zu der Frage: 'Warum, meinen Sie, warum sollten wir Sie einstellen, warum wollen Sie gerade Laborant werden?' Ich habe dann oberflächlich geantwortet und mehr oder weniger das erzählt, was der Berufsberater zu mir gesagt hat, ich habe mir nichts weiter gedacht. Der Berufsberater hatte mir geraten: 'Du wirst jetzt Laborant.' Was ich von dem Gespräch noch mitgekriegt habe, habe ich so heruntergeplappert. Ich dachte, die wollen etwas über mich persönlich erfahren. Über die Frage, warum ich da hingehen will, habe ich mir vorher keine Gedanken gemacht."

Und weiter:

"Mein Vater hat gesagt, ich sollte sagen, ich bin der Beste. Und wenn er mich fragen würde, welche Vorstellung ich von dem Beruf hätte sollte ich sagen, dass ich mich mit der Materie gut auskenne, weil ich zielgruppenorientiert bin. Quatsch. Weil der Job mir gut gefällt. Dass ich ihn 24 Stunden lang tun könnte und ich würde mich total reinhängen – wenn mir etwas gefällt, dann tue ich es so lange, bis es zu Ende ist."

"Ich habe immer die Szene vor meinen Augen, wo er mich gefragt hat, wie viele Beschäftigte hat die Firma, da hat es in meinem Kopf 'Plopp' gemacht, ich hätte dann klar und deutlich geantwortet: '2000' Ich glaube, heute würde ich einfach die Antwort sagen. Wenn ich eine andere Einstellung gehabt hätte, wäre ich total gut drauf gewesen, hätte zu mir gesagt: 'Du holst dir den Job jetzt, das sind hier Leute, die wollen jemanden einstellen., Statt dessen habe ich mit dem geredet, als ob es irgendwer wäre, ich habe mich kindisch verhalten, habe denen den Eindruck vermittelt, mit dem kann man sowieso nichts anfangen. Ich habe an die Wand geschaut, bin seinem Blick ausgewichen. Wenn ich den Film ändere, schaue ich ihn an, sage, dass ich den Job haben will. Dann ist es total gut gelaufen."

Ich würde Sie gern auf ein Projekt hinweisen, das ich gemeinsam mit einem gemeinnützigen Verein zurzeit gründe, es ist eine Einrichtung, in der sich junge Menschen auf eine Berufstätigkeit vorbereiten können, und zwar in einem kleinen Betrieb, in dem sie in Kursen durch verschiedene Berufsfelder geleitet werden, z. B. Handwerk und Verwaltung, aber auch Kunst und Kreativität. Sie können mich selbstverständlich im Laufe dieser Tagung ansprechen und Näheres erfahren.



Die Zukunft

Zurzeit läuft im Radio und im FS eine Serie über das Glück. Was kann ich tun, dieses Ziel zu erreichen, in unserem Fall möchte ich die Farbe hinzufügen, bringen Sie Farbe in ihr Leben, oft sind es die kleinen Dinge, die glücklich machen.

Hobbys: Singen, Stricken, Tanzen, alles was Spaß macht und vor allem, was anders ist, als das was man den Tag über macht.

Dazu gehört auch, ich entscheide für mich, ich entscheide sofort, warte nicht bis all die Einwände beseitigt sind. Wenn ich glücklich bin, haben auch die anderen etwas davon, wir sind entspannt

Unser Weg durch die Ressourcen ist auch ein Weg in die Erinnerungen, mit Hilfe dieser positiven Erinnerungen können wir unsere Zukunft gestalten, dass Sie jeden Tag eine positive Erinnerung in eine aktive Tätigkeit umwandeln, das wünsche ich Ihnen.

Mit den Aquarellen aus meinem neuen Buch Regenbogenland würde ich meinen Vortrag gern beenden.