

# „Sich-gemeinsam-bewegen-lernen“

Silke Koritter und Tim Krüger

Wir sind Studierende des Instituts für Rehabilitationswissenschaften an der Humboldt-Universität zu Berlin und haben im Wintersemester 2012/2013 das Tutorium „sich-gemeinsam-bewegen-lernen“ angeboten. Wir hatten im Rahmen dieser Veranstaltung die Möglichkeit sehr praktisch am Thema „Bewegung mit schwerbehinderten Menschen“ zu arbeiten. Die Veranstaltung wurde von den Studierenden mit Interesse wahrgenommen. Als Orientierungspunkte für die Ausgestaltung der Veranstaltung dienten die folgenden Fragen: Welche Rolle spielt Bewegung für den Menschen im Kontext seiner individuellen Entwicklung? Wie ist Bewegung möglich, durch was wird sie ermöglicht und durch was gehemmt? Diese Frage bezieht sich sowohl auf anatomische und physiologische Voraussetzungen des Menschen, als auch auf individuelle und kontextuelle Gegebenheiten des Einzelnen. Eine weitere Frage war, welche Rolle die Bewegungsfähigkeit bzw. die Bewegung eines Menschen in sozialen Bezügen spielt. Damit ist auch die Frage nach der pädagogischen Situation und der Gestaltung des pädagogischen Bezugs durch Bewegungen der Interaktionspartner gestellt.

In unserer Veranstaltung wollten wir gemeinsam mit den TeilnehmerInnen der Frage nachgehen, welche Möglichkeiten es gibt schwerbehinderte, in ihrer Bewegung eingeschränkte Menschen in die Lage zu versetzen eigenständig Lernmöglichkeiten wahrzunehmen. Zielgruppe unseres Seminars waren Studierende der Pädagogik, der Medizin, der Rehabilitationswissenschaften und alle die in irgendeiner Weise mit schwerbehinderten Menschen zu tun haben könnten und am Thema interessiert sind.

## Problemstellung

Der Personenkreis der „Schwerbehinderten“ – wie wir ihn verstehen – ist äußerst heterogen. Es handelt sich dabei sowohl um Personen, die sich von Geburt an durch besondere Entwicklungsbedarfe auszeichnen, als auch um Personen, die im Zuge einer Erkrankung verschiedene Bewegungseinschränkungen erworben haben. Gemeinsam ist ihnen in jedem Fall eine große Abhängigkeit von anderen Personen in verschiedensten Bereichen des gesamten Lebensalltags (vgl. Bergeest 2006: 123). Speziell bei Fragen der Bewegung sind diese Menschen auf umfassende Hilfestellungen durch betreuende Personen angewiesen. Sie benötigen beispielsweise Hilfe um sich im Bett zu drehen, auf die Toilette oder aber in den Rollstuhl zu gelangen.

Leider verfügen die betreuenden Personen in vielen Fällen nicht über ausreichende Kenntnisse des Handlings, das heißt des „Handhabens“ in einem ganz praktischen Sinne. Dabei geht es zum Beispiel darum, wie man den schwerbehinderten Menschen anfasst. Aus Sicht des Betroffenen ist ein eher passives Erleben der Hilfen bei alltäglichen Verrichtungen vorherrschend. Die bewegungseingeschränkte Person wird im Bett gedreht, auf die Toilette gesetzt oder in den Rollstuhl umgesetzt (transferiert). In dieser (pflegerisch- medizinischen) Sichtweise ist der betroffene Mensch ein „Hilfempfänger“, aber auch ein „Patient“ im wörtlichen Sinne: Er erduldet die Handlungen, die an ihm vollzogen werden. Unsere (pädagogische) Perspektive ist dagegen eine andere.

Wie können wir den bewegungseingeschränkten Menschen in diese Handlungen miteinbeziehen? Wie kann ein (bewegungs-)partnerschaftlicher Umgang auf gleicher Augenhöhe geschehen um dem betroffenen Menschen die Möglichkeit zu geben, die Bewegung seines Körpers mitzugestalten und dabei persönliche Lerneffekte zu erzielen?

Das Ziel eines „Handlings“ in unserem Sinne besteht zum einen darin, das Lernen zu unterstützen und möglich zu machen. Dem bewegungseingeschränkten Menschen soll ermöglicht werden eigenständige Bewegungen auszuführen, seine Bewegungskompetenzen kennenzulernen und zu verbessern. Zum anderen wird aber auch ganz direkt – nämlich über den Kontakt von Mensch zu Mensch – Orientierung und Sicherheit im Bewegungsvollzug vermittelt. Indem man den betroffenen Menschen bei einer Bewegung unterstützt, ermöglicht man ihm eigenständige Tätigkeiten, die sich auch entwicklungsfördernd für ihn auswirken können. Durch „Handling“ erfährt der Betroffene eine „Aufforderung zur Selbsttätigkeit“ (Benner 2005: 80) und kann unterstützt durch die betreuende Person Erfahrungen sammeln, die ihm ein Kompetenz- und Autonomieerleben verschaffen (vgl. Schäfer 2009). Die „Selbsttätigkeit“ wird von uns als die handelnde Auseinandersetzung des Subjekts mit der Umwelt aus einem inneren Selbstzweck heraus verstanden, die wiederum die Grundlage für menschliche Lern- und Entwicklungsprozesse darstellt (Benner 2005: 81).

## Abgeleitete Vorgehensweise

Für die inhaltliche Annäherung an und die theoretische Auseinandersetzung mit der beschriebenen Problematik im Rahmen unseres Seminars wählten wir die unseres Erachtens nach zentralen Begriffe Körper, Bewegung und Entwicklung als Grundlage.

Der Körper bildet die Grenze des Individuums zu seiner (sozialen und materialen) Außenwelt. In allen sozialen Bezügen ist zuerst der Körper das Gegenüber. Die individuellen körperlichen Eigenschaften bilden somit den Ausgangspunkt für die soziale Interaktion zwischen Menschen. Der Mensch wird in unserer Zeit nicht mehr durch eine (künstliche) Trennung von Geist und Körper (Descartes) beschrieben, sondern vielmehr als eine „bio-psycho-soziale Einheit“ (Berger 2010: 7) angesehen. Wir sehen den Körper als Ganzheit an, in der sinnliche (körperliche) Erfahrungen mit der innerpsychischen Realität untrennbar verbunden sind und indirekt oder direkt auf diese zurückwirken (Lewin bei Breitenbach 2003: 46). Aus dieser Sichtweise ist der Mensch also eine Einheit von Körper und Geist bzw. eine „Ganzheit“ (Berger 2010: 11). Menschen sind Individuen, deren Eigenarten aus einem komplexen Wechselverhältnis körperlicher, psychischer und sozialer Gegebenheiten hervorgehen.

Es gibt aber auch so etwas wie die „Eigenlogik des Körpers“ (Abraham 2010: 49), der man sich nicht entziehen kann. So hat jeder Mensch und damit sein Körper „natürliche Grenzen der Belastbarkeit“ (ebd.) die ihm immer wieder die eigene Körperlichkeit (und damit Begrenztheit) bewusst machen. Die Entwicklung eines eigenen Körperbewusstseins kann als zentrale Entwicklungsaufgabe des Menschen zu einer eigenständigen Persönlichkeit verstanden werden (vgl. Frostig 1999: 44).

Entwicklung wird von uns als „dynamischer lebenslanger Prozess“ (Fischer 2003: 125) verstanden. Entwicklung ist Ergebnis der Auseinandersetzung des Individuums mit Entwicklungsaufgaben. Diese Aufgaben werden ihm sowohl von außen (z.B. Gesellschaft, Schule, soziales Umfeld) aber auch von innen (z.B. Lebensalter, innere Reifungsprozesse) herangetragen. Vorangegangene Entwicklungsschritte ermöglichen dabei nächstfolgende Entwicklungsschritte.

„Entwicklung ist ein Prozess, in dem ein Organismus (biologisches System) wachsende Komplexität

und einen höheren Grad von Struktur seiner Austauschprozesse erlangt. Sie erhöht den Grad der Flexibilität und sie verbessert die Bedingungen des Individuums in seinem Wechselspiel mit der sozialen Umwelt.“ (Berger 2010: 11)

Der Begriff Bewegung ist ein weitläufiger und vielschichtiger Begriff. In der Bewegung sehen wir den Inbegriff für Leben. Solange wir leben sind wir in Bewegung (z.B. Atmung, Herzschlag, Gemütsbewegungen). Handeln ist ohne Bewegung nicht denkbar. Handelnd eignet sich der Mensch Weltwissen an (vgl. Schäfer 2011: 179). Auch in der medizinischen Therapie von Menschen mit körperlichen Behinderungen findet dieser Grundsatz Berücksichtigung. So zum Beispiel als ein Prinzip in der Bobath-Therapie, einem anerkannten Behandlungskonzept bei Menschen mit neurophysiologisch bedingten Bewegungseinschränkungen:

„Das Prinzip der Selbstorganisation in der Bewegungsmitgestaltung impliziert das Bild des eigenaktiv handelnden Menschen, der in der Therapie herausgefordert ist, ausgelöste, geführte, unterstützte oder selbständige Bewegungen mitzugestalten.“ (Ritter 2008: 156)

Auch Fischer (2003) sieht die Bewegung als Medium für Entwicklung. Bewegung ist nicht weniger als die „Grundkategorie der Erkenntnisgewinnung“ (Krus 2004: 24). Die Bewegungsfähigkeit eines Menschen ist damit für pädagogische Zielstellungen von zentraler Bedeutung.

Da wir es bei jedem Menschen mit einem besonderen und einzigartigen Wesen zu tun haben, konnte es uns bei der Veranstaltung nicht darum gehen ein „motorisches Patentrezept“ im Umgang mit bewegungsbeeinträchtigten Menschen zu vermitteln. Vielmehr ging es darum, grundsätzliche Möglichkeiten menschlicher Bewegung kennenzulernen, die auf den Einzelfall angepasst werden können.

Praktische Grundlagen des Seminars lieferten verschiedene Pflege- und Therapiekonzepte aus Krankenpflege und Physiotherapie, aber auch medizinische und physiologische Erkenntnisse.

Erkenntnisse zum „motorischen Lernen“ zeigen, dass jedes Bewegungsangebot auch ein Lernangebot sein kann, wenn es bestimmten Kriterien entspricht. Im Falle des Bewegungslernens mit bewegungsbeeinträchtigten, schwerstbehinderten Menschen kann das heißen, dass die Bewegung nachvollziehbar, also langsam und deutlich, geschieht, um vom Betroffenen bewusst wahrgenommen werden zu können: „Somit muss der Stimulus der Therapeutin, sei er verbal, visuell oder durch Handling, signifikant und spezifisch sein.“ (Lynch-Ellerington 2003: 8)

Die Konzepte der „Kinästhetik“ und der „Basalen Stimulation“ gehen davon aus, dass der Mensch seine Umwelt durch Bewegung erfährt. Sie sehen in der Bewegung eines Menschen enge Wechselwirkungen zwischen psychischen und sozialen Dimensionen seines Daseins. Im Grunde heißt das, dass eine Bewegung dem ICH Wahrnehmungen über *sich* selbst, aber auch über sich selbst *in* der Welt ermöglicht.

Zusammenfassend ergab sich unsere theoretische Basis zuerst aus der Auseinandersetzung mit den drei Grundbegriffen Körper, Bewegung und Entwicklung. Im weiteren Verlauf wurde immer wieder „praktisches“ Wissen zu physiologischen Gegebenheiten des Körpers aus Therapie und Medizin eingebunden.

Voraussetzung für den Umgang mit einem Gegenüber ist auch auf körperlicher Ebene das Wissen um sich selbst. In unserem Fall, das Wissen um den eigenen Körper. Die Basis hierfür bietet ein möglichst gutes Körpergefühl, das durch möglichst umfang- und variationsreiche Erfahrungen und Wahrnehmungen erlangt werden kann. Basierend auf eigenen Körpererfahrungen sollte „Wissen“

erlangt werden, das für die Entwicklung individualisierter Bewegungsprogramme mit beeinträchtigten Menschen verwendet werden kann.

## Durchführung der Veranstaltung

Für die Durchführung des Tutoriums war es aus diesem Grund sinnvoll, nach vier einleitenden Einzelterminen den Rest in Blockveranstaltungen anzubieten, um so den TeilnehmerInnen ausreichend Raum und Zeit für eigene Erfahrungen und Ideen zur Verfügung zu stellen. Innerhalb der praktischen Übungsanteile wurde in Kleingruppen von zwei bis drei Personen gearbeitet. In den ersten Sitzungen wurden dabei hauptsächlich grundlegende Handling-Erfahrungen bei der Bewegung, dem Transfer und der Positionierung von Menschen gesammelt. Der Rückbezug auf das Wissen um physiologische und anatomische Grundlagen der menschlichen Bewegung unterstützte den praktischen Aneignungsprozess. Unsere Vorstellung war, dass die TeilnehmerInnen mit zunehmender Übung ihre praktisch gewonnenen Erfahrungen auf Fallbeispiele abstrahieren lernen. Hier sollten von den TeilnehmerInnen selbständig individuelle Bewegungs- und Positionierungsmöglichkeiten erarbeitet werden. Bei der Durchführung der Veranstaltung war es unerlässlich, sich an dem vorhandenen Vorwissen und den Vorerfahrungen der TeilnehmerInnen zu orientieren. Im Verlauf mussten wir unseren Ablaufplan immer wieder an den fortschreitenden Lernprozess der TeilnehmerInnen und an deren Fragen anpassen. So hatten wir die Möglichkeit, gemeinsam mit den TeilnehmerInnen an konkreten Problemen beim Handling zu lernen und neue Perspektiven auf Alltagsprobleme im Bereich Mobilität und Positionierung zu gewinnen.

Die Ergebnissicherung der im Seminar erarbeiteten Inhalte (Videos der praktischen Teile, Flipcharts, Mindmaps) und weiterführende Literatur wurden in einem Moodle-Kurs hochgeladen und sind zur individuellen Lernkontrolle einsetzbar.

## Fazit

Es war uns wichtig zu zeigen, dass im körperlichen Umgang mit Menschen mit schweren Behinderungen das Handling, also die Art wie man jemanden anfasst, von zentraler Bedeutung ist. Hierüber werden wichtige Informationen ausgetauscht und Bewegungen können initiiert oder verhindert werden. Durch zielgerichtete Berührung (Fazilitation) kann Lernen auf körperlicher Ebene – also motorisches Lernen – ermöglicht und unterstützt werden. Durch motorisches Lernen entsteht ein „Körpergedächtnis“; automatisierte verinnerlichte Bewegungsabläufe und -übergänge werden gespeichert, egal ob es sich dabei um „pathologische“ unökonomische oder um normale Bewegungen, also zeitlich und räumlich koordinierte Bewegungen, handelt. Durch Wiederholung werden sie eingeübt und auf neuronaler Ebene gebahnt. Das Verständnis über diese Zusammenhänge sollte im Tutorium durch theoretische Betrachtungen und praktische Übungen vertieft und zudem ein sensibler zwischenmenschlicher Umgang befördert werden.

## Literaturverzeichnis

Abraham, Anke (2011): Der Körper als heilsam begrenzender Ratgeber? Körperverhältnisse in Zeiten der Entgrenzung. In: Reiner Keller/Michael Meuser (Hg.): Körperwissen. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 31-52.

Benner, Dietrich (2005): Allgemeine Pädagogik: eine systematisch- problemgeschichtliche Einführung in die Grundstruktur pädagogischen Denkens und Handelns. Weinheim/München: Juventa.

Bergeest, Harry. (2006): Körperbehindertenpädagogik: Studium und Praxis. Bad Heilbrunn:

Klinkhardt.

Berger, Ernst (2010): Neuropsychologische Grundlagen kindlicher Entwicklung. Wien/Köln/Weimar: Böhlaus UTB.

Breitenbach, Erwin (2003): Förderdiagnostik. Theoretische Grundlagen und Konsequenzen für die Praxis. Würzburg: Edition Bentheim.

Fischer, Klaus (2003): Psychomotorik im Lichte unterschiedlicher Entwicklungstheorien. In: Otmar Weiß (Hg.): Motopädagogik. Wien: Facultas. S. 123-129.

Frostig, Marianne (1999): Bewegungserziehung. Neue Wege der Heilpädagogik. München: Reinhardt.

Krus, Astrid (2004): Mut zur Entwicklung. Das Konzept der psychomotorischen Entwicklungstherapie. Reihe Motorik Bd. 26. Schorndorf: Hofmann Verlag.

Lynch-Ellerington, Mary E. (2003): Man soll das Kind nicht mit dem Bad ausschütten. Neurophysiologische Grundlagen, die das heutige Bobath Konzept untermauern. In: Fisiologie. 12. S. 5-20.

Ritter, Gisela/Welling, Alfons (2008): Die 10 Prinzipien des Bobath-Konzepts in der Kindertherapie. Stuttgart: Thieme.

Schäfer, Gerd E. (2011): Was ist frühkindliche Bildung? Kindlicher Anfängergeist in einer Kultur des Lernens. Weinheim/München: Juventa.