

Susanne Brendt

Wege entstehen, indem wir sie gehen

Das Gestalt-Prinzip in der Physiotherapie an einer
Schule für körperliche und motorische Entwicklung

IHP Manuskript 0902 G * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst * Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de



Wege entstehen, indem wir sie gehen

Das Gestalt-Prinzip in der Physiotherapie mit einem Schüler an einer Schule für körperliche und motorische Entwicklung

Gliederung

1. Einleitung
2. Biographisches und meine Motivation
3. Theoretische Betrachtungen
4. Mein Arbeitsfeld
5. Die Begleitung eines Schülers über einen Zeitraum von 4 Jahren
 - 5.1. Ausgangslage
 - 5.2. Anfangsbefund
 - 5.3. Erste Physiotherapiestunden
 - 5.4. Siebtes und achtes Schuljahr
 - 5.5. Diplomatische Spaziergänge
 - 5.6. Kontakte zwischen Markus und seiner Klasse
 - 5.7. Vorbereitung auf Referate und Klassenarbeiten
 - 5.7.1. Übung 1
 - 5.7.2. Übung 2
 - 5.8. Teilnahme an der Abschlussfahrt
6. Fazit

1. Einleitung

Körperbehinderte Jugendliche stehen in ihrer Zeit der Pubertät vor vielfältigen Herausforderungen. Ihre Entwicklung zur Selbständigkeit und Eigenverantwortung wird oftmals erschwert, da sie für die meisten Alltagsverrichtungen fremde Hilfe benötigen. Die langjährige Begleitung dieser SchülerInnen erfordert von mir als Physiotherapeutin eine besondere Haltung und ein Konzept, um Angebote machen zu können, die dem körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklungsstand der Jugendlichen entsprechen. Zur optimalen Entwicklung der individuellen Persönlichkeit der Jugendlichen ist es notwendig, deren eigene Ressourcen zu würdigen und zu fördern.

Die Arbeitsbeziehungen zu meinen SchülerInnen bestehen oft über mehrere Jahre. In diesem Verlauf kommt es immer wieder vor, dass sie Therapiemüdigkeit zeigen. Dies äußert sich in zu spät kommen, Versäumen der Stunden (auch ohne abzusagen) Lustlosigkeit und mangelnder Kooperationsbereitschaft. Manche von ihnen wollen die Therapie vorzeitig abbrechen. Einige Schüler sind zusätzlich zum Eintritt ins 5. Schuljahr erstmalig von ihren Eltern getrennt, da sie in der Woche im schuleigenen Internat untergebracht sind. Den Eltern, Ärzten und Therapeuten ist es wichtig, dass die SchülerInnen insbesondere im Wachstum regelmäßig physiotherapeutisch behandelt werden. Die meist langfristigen Ziele der Behandlungen sind z. B. die Förderung und der Erhalt der Selbstständigkeit, die Vermeidung von Kontrakturen zum Erhalt der Steh- und Gehfähigkeit und der Umgang mit neuen Hilfsmitteln. Neben den medizinischen Kenntnissen benötige ich fundierte Kenntnisse in der Kontaktgestaltung und in der Förderung der Motivation, um Anreize für eine langfristige Kooperation der SchülerInnen

geben zu können. Einer der wichtigsten Aspekte in der Behandlung ist die Förderung der Selbstwahrnehmung zur Entwicklung von Eigenständigkeit und Selbstbewusstsein.

2. Biographisches und meine Motivation

Durch Selbsterfahrung während meiner Ausbildung als Physiotherapeutin an der Freien Universität Berlin (1986 - 89) erfuhr ich, wie wesentlich die Einbeziehung des Spürens in der Körperarbeit mit erkrankten Menschen ist.

Ich lernte die „Arbeit am Bewegungsverhalten“ von Elsa Gindler und Heinrich Jakoby und die „Sensorische Bewusstheit“ von Charlotte Selver kennen. Ebenso übte ich mehrjährige Selbsterfahrung in „Bioenergetik“ von Alexander Lowen und in „Biodynamischer Massage“ von Gerda Boyesen. Durch diese Verfahren erweiterte sich mein bis dahin eher medizinisches Verständnis für das Arbeiten in der Neurologie und Orthopädie. Ich konnte körperlich erfahren, wie durch Probieren und Experimentieren körperliche und geistig-seelische Veränderungen bei mir angeregt wurden.

Ich erlebte, wie es sich anfühlt, wenn verspannte Muskulatur gelöst wird, und es damit z. B. leichter wurde, sich aufrecht zu halten. Angenehm waren eine damit verbundene Aufhellung der Stimmung und ein Gefühl von innerer Stärke. Als Physiotherapeutin komme ich hautnah mit erkrankten und behinderten Menschen in Berührung. Um ein hilfreiches Gegenüber sein zu können, brauche ich medizinisches Wissen ebenso wie Kenntnisse über die Kontaktgestaltung.

„Jeder Therapeut ist sein eigenes Instrument. Dieses Instrument will gut gestimmt sein.“ (Polster und Polster)

Im Verlauf meines Berufslebens ergaben und ergeben sich immer wieder neue Herausforderungen. So lernte ich u. a. die „Klientenzentrierte Gesprächsführung“ nach Carl Rogers und nahm an Supervisionen teil. Dies ermöglicht mir z. B. einen besseren Umgang mit Schülern, die an lebensverkürzenden Krankheiten leiden. Durch längerfristige Hospitationen bei verschiedenen Tanztherapeuten erweiterte sich mein Verständnis für die Erfordernisse im Kontakt mit meinen SchülerInnen. Die Freude über die Besserung des Kontaktes zu ihnen und der beobachtbare Prozess ihrer zunehmenden Selbstverantwortung motivierten mich dazu, noch tiefer in dieses Thema einzusteigen. Im Verlaufe meiner Ausbildung zum Counselor mit der Fachrichtung Gestalttherapie lernte ich wesentliche Theorien und Methoden zur ganzheitlichen Beziehungsgestaltung kennen. Dabei gefielen mir besonders der experimentelle Charakter und der Gegenwartsbezug dieser Fachrichtung. Noch während dieser Ausbildung stellte ich fest, dass sich die Quote der SchülerInnen, die ihre Therapie vorzeitig abbrechen wollten, verringerte. Gleichzeitig hatte ich wieder mehr Freude an meiner Arbeit.

3. Theoretische Betrachtungen

Die Selbstwahrnehmung und das Selbstgewahrsein sind Voraussetzung für Selbstverantwortung und Selbstverwirklichung. Damit ein Jugendlicher selbst das Steuer seiner Lebenssituation in die Hand nehmen kann, ist es notwendig, dass er lernt, sich selber wahrzunehmen. Es sollte ihm bewusst werden, wie er mit sich umgeht und was in ihm vorgeht. Ebenso sollte er wahrnehmen, was um ihn herum geschieht. Die Selbsterfahrung an sich bedeutet bereits, dass der Jugendliche einen eventuell neuen, unbekanntem Weg ausprobiert. Hier und Jetzt sein bedeutet für jemanden, der gewohnt ist von vergangenen

Situationen zu sprechen, zu üben, heute und im derzeitigen Moment bei sich selber anzukommen. Meine SchülerInnen möchte ich auf ihrem Weg begleiten und sie darin unterstützen, Abstand zu gewinnen von der Krankheits- oder Behindertenzentrierung. Meine Haltung und meine Angebote entsprechen einer ressourcenorientierten Perspektivenerweiterung. Gemäß des Gestalt-Konzeptes biete ich ihnen Möglichkeiten zur Selbsterfahrung, Selbstfindung, Selbstannahme, zum Selbstvertrauen und zur Selbstverantwortlichkeit.

Im Sinne des Gestalt-Begriffs Ganzheit sind für mich die Aspekte Körper, Geist und Seele gleichermaßen wichtig. Möchte ich, dass meine SchülerInnen ihre Kompetenzen erkennen und ausschöpfen, so fördere ich sie in jeglicher Hinsicht.

„Psychische und physische Aktivitäten sind gleicher Gattung, können daher beide als Manifestationen desselben menschlichen Wesens angesehen werden.“

(Sluneko et al 1999)

4. Mein Arbeitsfeld

Seit 18 Jahren arbeite ich als Physiotherapeutin an einer „Förderschule für körperliche und motorische Entwicklung“. Diese Schule wird als Ganztagschule in der Trägerschaft des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR) geführt. Unsere Schule bietet als einzige von 18 Schulen für körperliche und motorische Entwicklung die Möglichkeit der qualifizierten Schulabschlüsse der Sekundarstufe 1, sowie mit ihrer gymnasialen Oberstufe die Fachhochschulreife und das Abitur an.

Um eine gut abgestimmte Förderung für unsere SchülerInnen zu ermöglichen, stehen alle Fachbereiche in ständiger Verbindung. Dazu gehören: PhysiotherapeutInnen, ErgotherapeutInnen, Logopädin, PflegerInnen, Zivildienstleistende und Frauen und Männer im freiwilligen sozialen Jahr, LehrerInnen, FachlehrerInnen, SozialpädagogInnen, SozialarbeiterInnen, ein Diplom-Psychologe und eine Diplom-Pädagogin mit der Zulassung als analytische Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin.

Die TherapeutInnen der Physiotherapie und Ergotherapie arbeiten eng zusammen mit den Reha-Technikern, um eine individuelle Hilfsmittelversorgung, z. B. Rollstuhl, zu gewährleisten.

Natürlich stehen alle MitarbeiterInnen der Schule in Kontakt mit den Eltern der SchülerInnen und den Erziehern aus dem schuleigenen Internat.

Der Schwerpunkt meiner Arbeit liegt in der physiotherapeutischen Therapie von SchülerInnen in Einzelstunden. Die erforderlichen Therapien, die durch Ärzte verordnet werden, sind im Ganztagsbetrieb der Schule integriert. Die SchülerInnen erhalten ein- bis dreimal pro Woche eine Einzelstunde zu 45 Minuten. Dies entspricht der Dauer einer Unterrichtsstunde.

Je nach aktueller Zielsetzung findet die Therapie in speziellen Behandlungsräumen oder auf dem Schulgelände statt.

5. Die Begleitung eines Schülers über einen Zeitraum von 4 Jahren

5.1. Ausgangslage

Markus lebt mit seinen Eltern, seiner vier Jahre älteren Schwester und seinem zwei Jahre jüngeren Bruder in einer Kleinstadt in der Eifel. Er kommt an unsere Schule, da er unter einer massiven und bisher medikamentös nicht einstellbaren Epilepsie leidet. Bei ihm zeigt sich das Anfallsleiden in Form von Sehstörungen, Gangunsicherheiten und Absenzen. Dies sind kurze,

auch sekundenlange Bewusstseinstürbungen mit nachträglichen Amnesien bzw. Erinnerungslücken. Die Symptome treten bei ihm plötzlich und ohne Vorankündigung auf. Er lebt in der ständigen Ungewissheit, wann er wieder einen Anfall bekommt. Markus hat eine normale Grundschule besucht und hat dort sehr gute Noten. Anschließend wechselt er zum Gymnasium. Nach seinem elften Lebensjahr treten erstmals seit der Meningitis im Säuglingsalter wieder Krampfanfälle auf, die zunächst mit Schutzmedikamenten aufhören. Nach einem halben Jahr treten wieder Anfälle auf, die sich auch durch einen Schulwechsel vom Gymnasium zur Realschule nicht bessern. Schulisch steht er nun „mangelhaft“ in allen Hauptfächern. Da Markus zügig ein Lernumfeld mit weniger Leistungsdruck braucht und eine Umgebung, die angemessen auf seine Erkrankung reagiert, beantragen seine Eltern für ihn die Aufnahme auf eine Schule mit sonderpädagogischer Förderung. Im Elterngespräch erfahre ich, dass Markus ehrgeizig und lernwillig ist. Er vergleicht sich oft mit seinen beiden Geschwistern, die mühelos lernen und erfolgreich sind. Markus kommt in die siebte Klasse als Quereinsteiger an unsere Schule. Seine Ärzte empfehlen ihm zweimal wöchentlich Physiotherapie auf neurophysiologischer Grundlage zur Besserung der Grob- und Feinmotorik.

5.2. Anfangsbefund

Markus erscheint pünktlich zur ersten vereinbarten Therapiestunde. Er ist ein schlanker Typ, seine Hautfarbe ist blass und seine Stimme klingt monoton und leidend. Er wirkt an diesem Tag nervös und verunsichert auf mich. Ich lasse mir von ihm beschreiben, wie sich bei ihm die Epilepsie im Einzelnen äußert. Er berichtet, dass sich seine Bewusstseinstürbungen oft durch Sehstörungen ankündigen. Dabei „überfallen“ ihn diese Zustände „wie aus heiterem Himmel“. Diese Unberechenbarkeit macht ihn sehr unsicher. Aus diesem Grund lässt er sich innerhalb der Schule von einem Mitschüler begleiten, wenn er die Klasse verlässt. Außerdem geht Markus in den Schulfluren an den Wänden entlang, um bei einer auftretenden Gangunsicherheit Halt zu finden. Am Ende des Erstinterviews möchte ich von ihm wissen, was er sich von der Physiotherapie erhofft und was er verbessern möchte. Er zählt motiviert auf, was er gerne erreichen will: eine Besserung seines Gleichgewichts, seiner Gangunsicherheit und Kondition. Heute möchte ich mir ein Bild von seinen Gleichgewichtsreaktionen machen. Dazu biete ich ihm sowohl einen Sportkreisel als auch ein flaches Schaukelbrett an. Ich bin gespannt darauf, wie er auf den Test reagieren und die Geräte nutzen wird.

Nachdem ich den Untergrund mit Matten abgesichert habe, gebe ich ihm den Übungsauftrag: „Markus, für den Gleichgewichtstest gebe ich dir nun drei Übungen.“

1. Stelle dich bitte auf den Kreisel mit beiden Füßen, wobei du die Füße nacheinander aufsetzt, deine Kniegelenke sind beide leicht gebeugt. Halte die obere Fläche des Kreisels möglichst ruhig und gerade bzw. horizontal!
2. Stelle dich mit dem linken Bein auf den Kreisel, halte es in leichter Beugung, halte das rechte Bein gebeugt in der Luft, du kannst deine Arme zum Ausgleich ausbreiten. Finde mit dem stehenden Fuß die Stelle auf dem Gerät, wo es dir am leichtesten fällt, das Gleichgewicht zu halten!
3. Stelle dich nun mit dem rechten Bein auf den Kreisel und halte dich ebenso darauf, wie mit dem linken Bein in der Übung zuvor!“



****Bild 1****

Stand auf Sportkreisel

Markus absolviert die gestellten Aufgaben zu schnell und achtet nicht auf die genaue Ausführung der Gleichgewichtstests. Auf dem Kreisel hüpfte er anstatt darauf zu stehen und möchte bald beide Geräte übereinander stellen. „Sehen Sie mal, was ich kann!“ höre ich ihn, während er das kleine Gerät auf das größere stellt. Ich spüre, dass Markus sich vor mir präsentieren will. Als Anhaltspunkt für die Entwicklung der motorischen Fähigkeiten brauche

ich den Test in der standardisierten Form. Ich bitte ihn, die beiden Übungen auf dem Sportkreisel noch einmal genau nach Anweisung zu machen. Jetzt gebe ich den Arbeitsauftrag in kurzen Schritten, bis seine Ausführung dem eigentlichen Test entspricht. Markus hat wenig Interesse an solchen „langweiligen“ Übungen und sagt: „Ich kann viel mehr!“. Dennoch lässt er sich ein wenig empört darauf ein, und ich mache mir Notizen über seine Standsicherheit in verschiedenen Ausgangsstellungen.

5.3. Erste Physiotherapiestunden

In den ersten Wochen der Therapie stehen die Stabilitätsübungen im Vordergrund. Ich rege Markus an, eigene Übungen zu überlegen. Mit viel Phantasie erfindet er Gleichgewichtsübungen, die zum Teil auch für mich neu sind. Als Unterlage dient ihm eine Matte, die den Geräten Halt verleiht. Seine Versuche mit verschiedenen Kreiseln und Schaukelbrettern sind sehr mutig und sehen akrobatisch aus. Ich gebe Markus die Gelegenheit mit den Geräten zu experimentieren, da sein Gleichgewichtssinn auch bei der Handhabung der Geräte geschult werden kann. Sein Interesse scheint unbegrenzt, und ich beobachte, dass Markus sich oft übernimmt. Er kommt richtig in Fahrt und steigert sich in diese Übungen hinein. Selbst nach mehrmaligen Stürzen steigt er unermüdlich auf die Geräte und entwickelt weitere waghalsige Übungen. Als mir seine Experimente zu gefährlich werden, muss ich ihn unterbrechen. Mir scheint jetzt die Verletzungsgefahr zu hoch. Bis hierher ist es für mich eine Gratwanderung mit der Frage: „Wann greife ich in die Situation ein, ab wann sollte ich meinen Schüler schützen?“ Bereits zweimal wollte ich mich einmischen, bin aber den spannenden Weg des Ausprobierens noch einige Augenblicke mit ihm gegangen. Beim Experimentieren lerne ich Markus besser kennen. Mir ist es wichtig, seine Motivation und seinen Energiefluss zu erhalten.

„Jeder Therapeut muß selbst herausfinden, wie er die schwierige Aufgabe lösen kann, eine Sitzung zu lenken und zu leiten und gleichzeitig der Führung des Kindes zu folgen.“

... Die therapeutische Arbeit mit dem Kind ist ein sanfter, fließender Prozess - ein organisches Ereignis.“

(Violet Oaklander)

Für Markus ist es „unnötig“, den Platz stärker abzusichern. Zunächst zögert er und möchte davon nichts wissen. Er belächelt mich, akzeptiert aber schließlich, dass ich auf zusätzliche Absicherung bestehe. Wir stellen gemeinsam zwei lange gepolsterte Bänke auf, an denen er sich festhalten kann. Da Markus keine Pausen macht und inzwischen einen hochroten Kopf hat, rege ich eine Auszeit an. Es ist schon vorgekommen, dass bei ihm durch stärkere körperliche Anstrengungen epileptische Anfälle ausgelöst wurden. Außerdem möchte ich auch das Tempo der Experimente verlangsamen, um den Aspekt des Spürens zu betonen. Markus neigt dazu, bei Schwierigkeiten mit der Balance die Übungen noch anspruchsvoller zu gestalten und sich zu überfordern. So entsteht ein gewisses Chaos, und es kommt mir so vor, als hätte er sich Aufgaben für fortgeschrittene Artisten ausgesucht. Ich vermute, dass er sich mit seinen Geschwistern vergleicht und jede Minute auskosten will, um seine motorischen Fähigkeiten zu verbessern. Er wirkt auf mich wie getrieben. Ich frage ihn, wie er sich jetzt fühlt und ob er seinen Puls spürt. Er gibt mir keine Antwort. Wir sprechen über den Sinn der Pulskontrolle, und er misst selbstständig seine Werte. Sein Belastungspuls liegt im Normbereich. Nach fünf Minuten lasse ich ihn wieder messen, um die Erholungsfähigkeit seines Herzens zu testen: auch hier hat er normale Werte. Wir unterhalten uns über den gesundheitlichen Wert von Pausen. Außerdem erarbeite ich mit ihm die Erlaubnis zur Entspannung. Dies erscheint mir nun der richtige Zeitpunkt zu sein, da er sich

gerade erst in eine gefährliche Situation gebracht hat. Ich vermute eine Einschärfung, die er mir auch bestätigt. Sie lautet: „Wenn ich mich nur genügend anstrenge, werde ich so leistungsfähig wie mein Bruder.“

Anhand von gesetzten Pausen möchte ich ihn dazu bringen, sein persönliches und gegenwärtig verträgliches Maß zu finden. Er versichert mir, er hätte genug Kondition, in dem bisherigen Tempo weiter zu üben. Außerdem müsste er unbedingt bald sein Gleichgewicht verbessern.

Das Ziel meiner Arbeit mit Markus ist einerseits, ihm genügend Raum für seine Eigenaktivitäten zu geben. Andererseits möchte ich mit ihm zusammen seine individuellen Belastungsgrenzen erarbeiten. Im Kontakt mit ihm entscheide ich mich aus der jeweiligen Situation heraus, welchen Lernaspekt ich bei ihm aktuell unterstützen möchte. Auf dem Hintergrund einer prozessorientierten Begleitung des Schülers vertraue ich zunächst auf seine innere Dynamik und seine organismische Selbstregulation.

„Um sich zu erhalten und zu entwickeln, muß der Organismus seine Bedürfnisse befriedigen. Da er von sich aus weiß, was er hierzu benötigt, kann er zwischen dem, was ihm nutzt und was ihm schadet, unterscheiden. So reguliert der Organismus sich selbst.“ (Selbstregulation; angelehnt an die Theorie von Goldstein)

Wenn er Hunger hat, sucht er Nahrung. Wenn er friert, sucht er Wärme. Bei der Selbstregulation befriedigt er immer das für ihn wichtigste gegenwärtige Bedürfnis, während alle anderen Bedürfnisse zunächst zurückgestellt werden, bis das jeweils bestehende Ungleichgewicht durch Bedürfnisbefriedigung ausgeglichen ist.“
(Dinslage 1990)

„...wir ziehen es vor, daß ein Patient in seine eigene Erfahrung steigt, und vertrauen darauf, daß er, wenn er eine klare Vorstellung davon bekommt, was in ihm geschieht, vom eigenen Richtungssinn zur nächsten für ihn bedeutenden Erfahrung geführt wird. Seine innere Dynamik muß erkannt und wiederbelebt werden.“
(M. u. E. Polster)

5.4. Siebtes und achtes Schuljahr

Über einen Zeitraum von mehreren Wochen übernimmt sich Markus regelmäßig und vernachlässigt seine Pausen. Er sieht keinen Sinn in Erholungsphasen und sagt mit ernster Miene: „Ich muss mein Gleichgewicht verbessern!“ Da ich aus medizinischer und pädagogischer Sicht auf Pausen bestehe, gebe ich ihm eine festgelegte Struktur für unsere 45-Minuten-Einheiten vor. In jeder Einheit wird es mindestens einen Teil von 15 - 20 Minuten geben, in dem Konzentration, Entspannung und moderates Bewegen im Vordergrund stehen. Um die Eigenwahrnehmung von Markus zu schulen, frage ich ihn zu Beginn der Stunde, wie es ihm momentan körperlich geht. Er antwortet nicht. Er berichtet stattdessen von seinen frustrierenden Erlebnissen, die er in den letzten Tagen hatte. Sein Sprechtempo ist sehr langsam und er wiederholt sich oft. Manchmal beginnt er Sätze, die er nicht zu Ende bringt. Ich möchte ihn in seinem Befinden ernst nehmen, will aber auch mehr Raum für neue Erfahrungen anbieten. Nochmals frage ich ihn nach seinem gegenwärtigen Befinden und lasse ihn entscheiden, mit welchem Teil - aktiv oder eher entspannend - er beginnen will. Zum Ende des achten Schuljahres übernimmt Markus mehr Verantwortung für sich selbst und die für ihn aktuell stimmige Einteilung der Therapiezeit und sagt z. B.: „Heute möchte ich gerne zuerst rausgehen und im Anschluss Übungen im Raum machen.“

5.5. Diplomatische Spaziergänge

Nach ungefähr einem Jahr mit wenigen epileptischen Anfällen ändert sich die Situation für Markus allmählich. Im Verlauf des achten und neunten Schuljahres treten bei ihm oft kurze Sehstörungen und kleinere Krampfanfälle auf. Die damit verbundene Erschöpfung veranlasst ihn mehrmals in der Woche, den Ruhebereich der Pflegeabteilung aufzusuchen. Dabei versäumt er viele Unterrichtsstunden. Er empfindet es als Belastung, sich nicht immer auf seinen Körper verlassen zu können.

Markus macht auf mich einen depressiven, hoffnungslosen Eindruck. Seine Gedanken kreisen fast ausschließlich um Misserfolge im Unterricht. Seine Angst vor Referaten und Klassenarbeiten haben schon zu erheblichen Lernblockaden und zu einer vermeidenden, ängstlichen Haltung geführt. Seine schulischen Leistungen lassen nach. Inzwischen möchte sich Markus vorwiegend darüber unterhalten und ich bemerke eine körperliche Starrheit und einen flachen Atem an ihm. Oft spricht er so leise und tonlos, dass ich nachfragen muss.

Er hat ein großes Sprechbedürfnis und ist nicht mehr motiviert seine Übungen zu machen. Ich erlebe ihn nun eher abwartend und aufnehmend. Er äußert keine eigenen Ideen mehr. Außerdem habe ich den Eindruck, er möchte nur noch alles „richtig“ machen. Markus möchte mich zufriedenstellen und sich danach richten, was ich als „richtig“ für ihn empfinde. Um wieder in Bewegung, ins Tun zu kommen, schlage ich ihm die Teilung der Stunde in einen Spaziergang mit Unterhaltung und einen körperbetonten Teil vor. Ein Ortswechsel erscheint mir jetzt besonders sinnvoll. Damit möchte ich ihm eine zunächst räumliche Distanz zu seinem aktuell belastenden Feld Schule anbieten. Nach meinen Erfahrungen ergibt sich aus einer Redesituation in Bewegung meistens eine Erweiterung der persönlichen Einstellungen.

Unsere „Diplomatischen Spaziergänge“ führen uns um das Schulgelände herum und dauern ca. 20 Minuten. Diese von mir angeregten Spaziergänge haben den Charakter einer Unterhaltung unter Gleichen, die sich auf Augenhöhe ihre Gedanken und Visionen mitteilen. Meine Haltung entspricht der von Diplomaten, die an den Besonderheiten des jeweils anderen Landes interessiert sind, und ebenso ihr eigenes Land vertreten. Unsere Vier-Augen-Gespräche ähneln den Gesprächen, die stattfinden, wenn Verhandlungen stagnieren. Es zeigt sich die gesamte Bandbreite der Gefühle von Markus, die mit dem Thema seiner Erkrankung verbunden sind.

Ich lasse mir von ihm ausführlich beschreiben, wie sich diese Gefühle körperlich bemerkbar machen. Anfangs ist Markus noch skeptisch und fragt mich, ob denn „Spazierengehen“ zur Physiotherapie dazu gehört. Diese Frage erinnert mich an den Leistungsgedanken. Er freut sich zu hören, dass er selbst herausfinden darf, was zu seiner momentanen Befindlichkeit passt. Seit einigen Wochen teilt mir Markus während unserer Runden um die Schule seine wesentlichen Gedanken mit. Er berichtet auch über sein Leben außerhalb der Schule: was ihn interessiert, ihm Spaß macht und was ihm gelingt. Ich habe ihn nicht extra dazu befragt; denn unsere Gesprächsthemen ergeben sich aus der Situation heraus. Er scheint unsere Spaziergänge zu genießen, und ich bemerke eine Änderung seiner Stimme. Ich kann ihn nun akustisch und inhaltlich besser verstehen, und wir machen jetzt auch schon mal Witze. Unsere regelmäßigen „Diplomatischen Spaziergänge“ haben bei Markus einen regelrechten Dambruch verursacht. Er ist viel eher bereit, etwas von sich preis zu geben. Er kennt und äußert immer mehr seine Wünsche.

Im zweiten Teil der Stunde, die im Therapieraum stattfindet, erarbeiten wir gemeinsam Übungsbausteine, die zur jeweiligen Tagesform von Markus passen. Er lernt die eigenständige Anwendung von z. B. gezielten Dehnübungen gegen Wadenschmerzen,

Entspannungsverfahren, Konzentrationsübungen und Lernbiologische Verfahren zur besseren Verfügbarkeit seines Wissens während der Klassenarbeiten. Nachdem er einige Verfahren kennengelernt hat, lasse ich von ihm eine Liste erstellen, die seine hilfreichsten Übungen enthält. Dabei möchte ich von ihm eine Reihenfolge nach seinen hilfreichsten bzw. besten Übungen.

Meine besten Übungen

1. Diplomatische Spaziergänge
2. Brain-Gym¹
3. Kurze Phantasiereisen
4. Mudras²
5. Jin Shin Jyutsu³
6. Progressive Entspannung nach Jacobsen
7. Qigong
8. standardisierte Dehnungen für verspannte Muskeln
9. Tai Chi
10. Yoga für Kinder und Jugendliche durch Tierdarstellungen

5.6. Kontakte zwischen Markus und seiner Klasse

Im wöchentlich tagenden Klassenteam erfahre ich, dass Markus mehr und mehr die Geduld seiner MitschülerInnen strapaziert. Durch das Versäumen von Unterricht stellt er in den meisten Fächern sehr viele Verständnisfragen. Im Fach Deutsch soll er vom Erweiterungskurs in den Grundkurs wechseln. Er sieht das nicht ein und führt seine schulische Verschlechterung hauptsächlich auf seine „blöden“ MitschülerInnen zurück, die ihm nicht genügend geholfen haben. Er fühlt sich von seiner Klasse unverstanden und ausgegrenzt. Er nennt mir etliche Beispiele für das, seiner Ansicht nach, unkollegiale Verhalten seiner Klasse. Manchmal denkt er darüber nach, ob er diese Klasse verlassen möchte. Momentan ärgert er sich am meisten über den Sportunterricht. Bei der Zusammenstellung von Mannschaften wird er meistens als letzter gewählt. Er vertritt die Ansicht, sein Sportlehrer sollte für eine gerechte Aufteilung der Mannschaften sorgen. In unserer Physiotherapiestunde ist Markus voller Wut und Enttäuschung über diesen Umstand.

Er ist jetzt nicht in der Lage, sich auf meine Übungsangebote einzulassen und wiederholt seine tragische Geschichte immer wieder.

Ich entscheide mich, mit ihm an diesem Thema zu arbeiten, da es absolut im Vordergrund steht. Bis jetzt hat Markus sich nur in der passiven Rolle dargestellt. Ich fordere ihn auf sich vorzustellen, er würde selbst einmal die beiden Mannschaften wählen. Ich rege ihn an, die für ihn „ideale“ Aufstellung zu Papier zu bringen.

Über das Visualisieren möchte ich ihm die Gelegenheit geben, die Zusammenhänge in seiner Klasse besser zu verstehen. Sein Gesichtsausdruck verändert sich und er wirkt überrascht auf mich. Grinsend beginnt er auf einem Blatt Papier das Spielfeld aufzuzeichnen. Während er zeichnet bezieht er mich mit ein und erklärt mir, wie ich mir die Situation in der Sporthalle vorstellen soll. Es geht um das Beispiel Basketball. Ich höre ihn laut nachdenken, während er die Namen seiner MitschülerInnen auf den beiden Spielfeldseiten einträgt. Nach einigen Änderungen, die er noch vornimmt, zeigt er mir freudig sein Ergebnis.

¹ Brain-Gym bzw. Edu-Kinestetik nach G. und P. DENNISON

² Mudras: Finger-Yoga

³ Jin Shin Jyutsu : Selbsthilfe zum Lösen von Energieblockaden

Pia, Henrig, Marc, Andre',
Angela, Juliane,

Thomas, Tommy, Sarah, Franziska,
Paul, Mathias, Lisa

****Bild 2****
Mannschaftsaufstellung

Ich möchte wissen: „Stimmt es so für dich? Schau es dir noch einmal in Ruhe an!“ Er überfliegt seine Zeichnung nochmals und möchte sein Ergebnis so stehen lassen. Ich frage Markus nach seinen Wünschen für den Sportunterricht. Er antwortet mir spontan: „Ich möchte von meinem Lehrer aufgefordert werden, meine eigene Mannschaft zu wählen. Aber ich befürchte, dass mein Wunsch nicht erfüllt wird.“ Ich ermutige ihn, seinen Sportlehrer selbst anzusprechen und ihm von seinem Wunsch zu erzählen. Markus kann sich vorstellen, mit seinem Lehrer zu sprechen und nimmt es sich für die nächste Sportstunde vor. Er ist nun bereit, sich dem Thema Körperarbeit zu widmen. Offensichtlich ist das bis dahin unerledigte Thema „Mannschaften wählen“ von ihm bearbeitet worden.

Vor unserer nächsten Physiotherapiestunde kommt er bereits in der Pause bei mir vorbei, um mir von seinem Erfolg zu berichten. Er hätte mit seinem Sportlehrer gesprochen und durfte seine eigene Mannschaft zusammenstellen. Sein Lehrer hätte sich über seine Initiative gefreut. Markus ist stolz und macht einen überschwänglichen Eindruck auf mich. Er beginnt damit, mir die Erfolgsgeschichte ein zweites Mal zu erzählen. Dabei passiert es ihm, dass er mich „duzt“, korrigiert sich aber sofort und sagt dann „Sie“. Da ich in der Pause noch etwas zu tun habe, unterbreche ich ihn: „Ich freue mich mit dir, Markus, dein Mut hat sich gelohnt. Lass uns in deiner Stunde nochmals darüber sprechen.“ In der nächsten Stunde teilt mir Markus mit, dass er sich nun vorstellen kann, sich im Sportunterricht mehr einzubringen. Er hätte nun kaum noch Bedenken. Ich freue mich sehr über die Entwicklung von Markus. Er hat gelernt, seine Störungen zu erkennen und zu benennen. Er hat es auch geschafft, in dieser Klasse zu bleiben und denkt zurzeit nicht mehr darüber nach, die Klasse zu verlassen.

5.7. Vorbereitung auf Referate und Klassenarbeiten

Im neunten Schuljahr, mit mittlerweile 16 Jahren, verschlechtert sich der körperliche und seelische Zustand von Markus. Durch häufige Fehlzeiten hat er viel aufzuholen und entwickelt zunehmend Angst vor den Klassenarbeiten. Es kommt zu Lernblockaden, die es ihm unmöglich machen, einige solcher Arbeiten auch nur zu beginnen. Ich möchte wissen, ob Markus generell die Inhalte seines Lernstoffs wiedergeben kann. Im entspannten Zustand kann er gut verständlich wiedergeben, was er für die Klassenarbeiten gelernt hat. Seine Stimme klingt sicher, wenn er mir eine Kostprobe seines Wissens präsentiert. Markus sagt: „Ich möchte Übungen gegen Lampenfieber machen.“ Ich biete ihm an, Verfahren kennen zu lernen, um seine Nervosität in solchen Situationen zu begrenzen. Er sucht sich selbst Übungen aus in denen Konzentration, Bewegung, Entspannung und Atmung kombiniert werden. Am besten gefallen ihm Übungen der Kinesiologie, Tai Chi, Yoga und Mudras. Wir machen meist gemeinsam diese Übungen. Dies hat sich als sinnvoll erwiesen, da er dann weniger gehemmt ist. Nach kurzer Zeit berichtet er erfreut von seinen Erfolgen. Er kann jetzt vor Referaten und Klassenarbeiten selbstständig Übungen anwenden, die es ihm ermöglichen zuversichtlich sein Wissen anzuwenden.

Dies sind für Markus die zwei wichtigsten Übungen zur Konzentrationssteigerung und zur Reduktion von Lampenfieber vor den Klassenarbeiten.

5.7.1. Übung 1

Eine Hand liegt mit dem Handteller flach auf dem Hinterkopf, die andere liegt flach auf der Stirn. Er beobachtet seinen Atem; wenn er diesen als regelmäßig empfindet, sagt er zu sich selbst im Stillen: „Ich bin ruhig und konzentriert, mir steht mein gesamtes Wissen zur Verfügung.“ Er kann diesen Satz einige Male langsam wiederholen. (Übung aus Jin Shin Jyutso in Kombination mit einer Affirmation)

5.7.2. Übung 2

Übung aus der Liste der Mudras: „Prana Mudra“, die Enden des 4. und des 5. Fingers berühren sich, der Daumen der gleichen Hand berührt die beiden anderen Fingerkuppen, Ausführung gleichzeitig mit linker und rechter Hand. Dieses Finger-Mudra steht für innere Klarheit, Energie tanken und Zunahme der Sehschärfe.



****Bild 3****

„Jin Shin Jyutso“



****Bild 4****
„Mudra“

5.8. Teilnahme an der Klassenfahrt

Ende des 9. Schuljahres steht fest, dass die Klasse von Markus im 10. Schuljahr ins Ausland, nach Zandvoort in die Niederlande fahren will. Er kann sich nicht vorstellen mitzufahren, da die Möglichkeit besteht, während der Reise epileptische Anfälle zu bekommen. Im Verlauf des 10. Schuljahres gewinnt Markus aber immer mehr Selbstvertrauen durch gelungene Aktivitäten und seinen Mut, sich auf Neues einzulassen. Schließlich fährt er doch mit und kann sogar seine zweifelnden Eltern überzeugen. Während der Reise wendet er sich mehrmals in heiklen gesundheitlichen Situationen an mich und meine Kollegen. Wir gehen mit ihm dann z. B. eine Abkürzung oder bestellen ein Taxi. Manchmal bleiben wir auch lediglich an seiner Seite, um ihm Sicherheit zu geben. Auf der Rückfahrt im Bus möchte Markus, dass ich ein Photo von ihm mache: er zeigt mit einem Daumen nach oben und sagt: „Ach wissen Sie Frau Brendt, die Klassenfahrt... und überhaupt alles, war richtig super!“ Markus hat mehrmals Grenzen überschritten und Neues ausprobiert. Er hat sich getraut, mitzufahren, und das sogar ins Ausland.

6. Fazit

In vielen kleinen Schritten hat sich Markus auf meine Angebote eingelassen. Ich habe ihm kontinuierlich etwas mehr zugetraut, er hat es mutig ausprobiert und war dankbar für die Anregungen. Er hat die Mittlere Reife erworben und besucht jetzt die Höhere Handelsschule. Meine Ausbildung zum Counselor (Fachrichtung Gestalttherapie) hat von Anfang an meine Arbeit in der Physiotherapie bereichert. Meine Arbeit macht mir wieder mehr Freude. Rückblickend fällt mir auf, dass ich oft instinktiv etwas angeregt habe, was sich günstig auf die Entwicklung des Schülers ausgewirkt hat.

„..... und bleibe so lange an meiner Seite, bis ich selbst meinen eigenen Weg gehen kann.“

(Brigitte Heidebrecht)

Literatur:

- POLSTER, Erving/POLSTER, Miriam: Gestalttherapie-Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie, Köln (Peter Hammer Verlag) 2. Auflage 2003.
- OAKLANDER, Violet: Gestalttherapie mit Kindern und Jugendlichen, Stuttgart (Klett-Cotta-Verlag) 8. Auflage 1993.
- SLUNECKO, Thomas/SONNECK, Gernot Hrsg.: Einführung in die Psychotherapie, Wien (UTB, Facultas) 1999.
- DINSLAGE, Axel: Gestalttherapie, Mannheim (PAL VerlagsGmbH)1990
- DE ROECK, Bruno-Paul: Dein eigener Freund werden, Wege zu sich selbst und anderen, Reinbek, (Rowohlt Verlag) 1986.
- SPITZER, Manfred: Selbstbestimmen, Gehirnforschung und die Frage: Was sollen wir tun?, Heidelberg (Spektrum Akademischer Verlag) 1. Auflage 2004.
- LONGHARDT, Wolfgang/VOPEL, Klaus W.: Den eigenen Weg entdecken, Weg-Symbolik in Geschichten und Spielen, Düsseldorf (Patmos Verlag) 1997.
- BANNENBERG, Thomas: Yoga für Kinder, Selbstbewusstsein stärken und finden, Konzentration und Kreativität fördern, München (Gräfe und Unzer Verlag) 1. Auflage 2005.
- STÜMPFIG-RÜDISSER, Tina: Jin Shin Jyutsu, Meine Hände helfen heilen, Petersberg (Verlag Via Nova) 1. Auflage 2008.
- BARRAL, Jean-Pierre: Die Botschaften unseres Körpers, München (Südwest Verlag) 2. Auflage 2007.

BRENDT, Susanne

Wege entstehen, indem wir sie gehen

Das Gestalt-Prinzip in der Physiotherapie an einer Schule für körperliche und motorische Entwicklung
IHP Manuskript 0902 G

Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit beschreibt die physiotherapeutische Therapie eines körperbehinderten Schülers vor dem Hintergrund des Gestalt-Prinzips. Der Schwerpunkt liegt in der Beschreibung der prozeßorientierten Begleitung des Schülers auf dem Weg in ein selbständiges Leben. Dieser Prozeß umfaßt einen Zeitraum von vier Jahren.

Biographische Notiz

Susanne Brendt, Counselor grad. BVPPT Fachrichtung Gestalttherapie; Frechen

Physiotherapeutin an einer Schule für körperliche und motorische Entwicklung des Landschaftsverbandes Rheinland; Freiberufliche Tätigkeit als Physiotherapeutin

Biografie Lehrcounseling bei : Alexandra von Miquel
Feldsupervision bei: Paul Timmermanns und Annegret Kern

Lehrtrainer der Weiterbildung: Dagmar Lumma und Dr. Klaus Lumma

