

# Kinästhetik -Wochenende

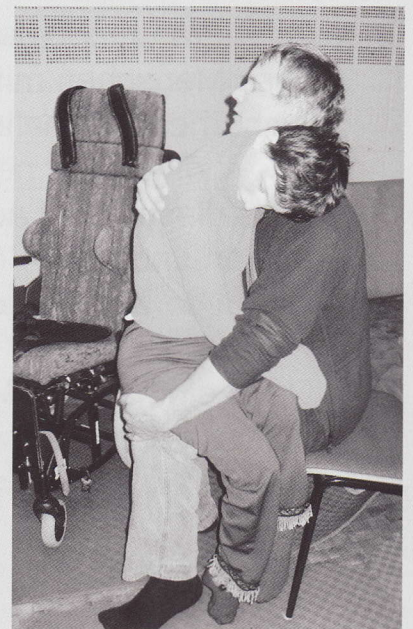
Jeder Mensch besitzt Fähigkeiten, wir müssen sie nur erkennen

Vom 17. bis zum 19.11. 2006 erhielt ich die Möglichkeit mit Kristin Friedrich an einem Kinästhetikwochenende für Angehörige in Langenburg teilzunehmen. Bei der Kinästhetik wird unter anderem mit Bewegungswahrnehmung, Kommunikation, Selbstbestimmung und Selbstbewusstsein gearbeitet. Ich erfuhr, dass keinerlei spezielle Hilfsmittel, wie Lifter und Pflegebetten zur Verfügung stehen. Da hatte ich doch Bedenken. Allerdings können in den meisten Fällen diejenigen, die ihre Angehörigen daheim betreuen auch nicht auf solche Hilfsmittel zurückgreifen. Also machten wir uns auf in das Unbekannte.

Schon am Freitagmorgen stand ich vor dem ersten, mir schier unlösbaren Problem. Wie kommt Kristin Friedrich in einen Bus ohne Rollstuhlrampe? Erwin Lang, der Kinästhetiktrainer der Behindertenhilfe Schöneck, holte ein paar Holzkisten aus dem Auto, setzte sich in den Bus und holte Kristin Friedrich auf sein Bein, um sie langsam Stufe für Stufe auf die richtige Höhe zu bringen und in den Bus zu setzen. Zu meinem Erstaunen gefiel ihr diese Art der Bewegung. Sie hielt sich gut fest und versuchte nach ihren Möglichkeiten mitzuhelfen.

Die Zusammenarbeit der Beiden beeindruckte sehr. So viel Kooperation war für mich ungewohnt. Kommunizierte ich mit Kristin Friedrich einfach auf der falschen Ebene?

In Langenburg angekommen lernten wir die anderen Kursteilnehmer kennen. Frau Kurz mit ihrem Sohn Marcus, Frau Hess mit ihrer Tochter Anita und Frau Maier mit ihrem Sohn Martin waren hier um sich weiterzubilden.



Jede Trainingseinheit begann mit einem Theorieteil. Die bedeutendsten Fragen waren:

- „Wie bewege ich mich?“
- „Wie möchte ich bewegt werden?“
- „Wie kann ich Bewegung wahrnehmen und evtl. nachvollziehen?“
- „Wie kommuniziere ich über Bewegung?“.



Besonders wichtig waren die Selbsterfahrungen, die die Begleiterinnen machten. Am eigenen Körper zu spüren, welche Berührungen angenehm sind und wie der Bewegungsablauf bei mir funktioniert ist ein wichtiger Schritt. Er liefert neue Erkenntnisse darüber, ob und in welcher Form die zu Bewegende die Begleiterin unterstützen kann. Ich könnte von vielen Erfolgen und Erlebnissen berichten, welche ich an diesem Wochenende miterlebt habe. Zum Beispiel, wie Marcus Kurz Purzelbäume geschlagen hat, wie Martin Maier sich ohne seinen Rollstuhl fortbewegte, wie Kristin Friedrich gelernt hat sich auf einen gemeinsamen Bewegungsfluss einzulassen und wie sie ohne Rollstuhl ins Obergeschoss gekommen ist oder wie Anita Hess sich



unter verbaler Anleitung und Handführung von der Eckbank in ihren Rollstuhl bewegte. Leider würde dies den Rahmen sprengen. Liebe Leserinnen, vielleicht wurde Ihr Interesse zur Kinästhetik geweckt und Sie möchten mehr darüber wissen? Wir freuen uns, wenn Sie auf uns zukommen.

Bis bald Sandy Beyer