

Über die kleinen Momente im Leben, die großes Be – Wirken

Mein Name ist Asita Monshi-Mitteregger und ich bin mittlerweile seit 17 Jahren Ergotherapeutin. Für diesen Artikel gehe ich zurück an meine Anfänge als Ergotherapeutin im ganzheitlichen Förderzentrum Gmünd/NÖ. Dort begann ich mit Kindern mit komplexen Beeinträchtigungen wie Epilepsie, Rett-Syndrom oder Autismus zu arbeiten. Wie jede Berufsanfängerin war ich begierig darauf, die lange theoretische Ausbildung gegen den realen, therapeutischen Praxisalltag einzutauschen. Ich wollte die Welt therapeutisch erobern. Immer schon wollte ich Therapeutin werden und Kinder/Jugendliche in ihrer Entwicklung begleiten. Vielleicht liegt das daran, dass ich selbst als vierjähriges Mädchen bei einem Unfall mein linkes Augenlicht verlor. Vielleicht fühle ich mich dadurch irgendwie verbunden, weil ich eine Idee habe, wie es ist anders zu sein und damit umgehen zu lernen.

An meiner neuen Arbeitsstelle wurde ein Mädchen namens Anna (Name geändert) mit der Diagnose Rett-Syndrom betreut. Annas Hände zeigten Stereotypien (Drehbewegungen), sie konnte nur noch liegen oder im Rollstuhl sitzen, sie drückte sich anhand einzelner Silbenketten aus und baute immer wieder einmal einen flüchtigen Blickkontakt auf, wirkte jedoch meist in ihrer Welt versunken. Die Ziele in der Ergotherapie waren:

1. eine liebevolle, gelungene Beziehung aufzubauen
2. für Entspannung zu sorgen
3. ihren Kontrakturen durch Durchbewegen der Arme und Beine vorzubeugen.

Einmal wöchentlich sollte ein Bad im Whirlpool die Entspannung unterstützen und anschließendes Durchbewegen die Gelenke stärken.

Das Bad wirkte auf Anna immer beruhigend, sie wirkte zufrieden. Obwohl ich zu Beginn große Erwartungen hinsichtlich der therapeutischen Wirkung meiner Handlungen hatte, musste ich bald feststellen, dass die reale therapeutische Praxis anders aussah: sich auf die Suche zu machen nach den kleinsten Momenten, versuchen Anna und ihre kleinsten Signale mit Empathie lesen zu lernen, herauszufinden, wer dieses Mädchen ist, welche Entwicklung möglich und welche überhaupt relevant für sie ist.

Natürlich hatte ich als Anfängerin keine Antworten darauf, meine Ausbildung bot mir nur kleine Hilfsmomente, wie ich mit einem nonverbalen, schwerst beeinträchtigten Mädchen interagieren kann. Was mache ich, wenn primär das Ziel ist, eine liebevolle, respektvolle Beziehung aufzubauen? Woran erkenne ich, dass das Mädchen sie zu mir gefunden hat und nicht mehr nur in ihrer Welt lebt oder sich ihren Stereotypien hingibt? Was ist für ihren Lebensalltag und den ihrer Eltern relevant? Was brauchen sie im Umgang mit ihr?

Therapeutische Werkzeuge hatte ich wenig. Liebe Kolleginnen versuchten mir zu zeigen, was sinnvoll ist, doch das reichte mir nicht. Ich wollte die Welt verändern, die große Wirkung.

Intuitiv machte ich Dinge, von deren Wichtigkeit ich Jahrzehnte später erfahren sollte und die Annas Entwicklung unterstützten und stabilisierten. Zusammen mit meinen heutigen Teamkolleginnen, Patricia Eisner und Nina Zohmann von Marte Meo Austria habe ich eine Fortbildung namens Marte

Meo besucht. Marte Meo bedeutet „sich aus eigener Kraft entwickeln“ und wurde von Maria Aarts, einer Niederländerin, begründet. Dabei geht es primär um Kommunikation und ihre Bedeutung für die Entwicklung von Kindern und Erwachsenen sowie um Beziehungsaufbau. Die Methode will Eltern und Kindern mit einfachen Worten praktische und konkrete Informationen über Entwicklungsunterstützung geben, die in ihrem persönlichen Alltag umsetzbar sind. Dabei nimmt sich Marte Meo die natürliche Entwicklung des Menschen zu Hilfe.

Wie baue ich eine Beziehung nach Marte Meo auf?

1. Liebevollle Stimme:

Wenn Sie schon einmal beobachtet haben, wie Eltern ihr Baby bzw. Kind ansprechen, dann mit einer liebevollen, zärtlichen Stimme. Als Reaktion sieht es die Eltern an, manchmal lächelt es auch dazu. In Marte Meo sagen wir, das Kind hat jetzt die Beziehung gefunden, hat eine Verbindung aufgebaut.

Bei Anna hat das so ausgesehen, dass ich darauf geachtet habe, dass sie mich überhaupt ansieht, bevor ich ihr von einem geplanten Bad im Whirlpool erzählt habe

Auch solch scheinbar banale Dinge müssen bewusst eingesetzt werden, um eine Wirkung zu erzielen.

Mit meinem heutigen Wissen und Erfahrungsschatz hätte ich bestimmte Momente viel bewusster erlebt und mit Anna tiefer gestaltet. Das bewusste Gestalten und Erleben von Kommunikation im alltäglichen Umgang mit Menschen gibt mir auch als Person viel Kraft und Energie zurück. Das ist vor allem bei der Betreuung von beeinträchtigten Menschen sehr wichtig, um nicht „auszupowern“.

Ganz nach dem Zitat aus dem Rundbrief 2017/1: Diese Momente würde ich gerne festhalten.

Festhalten, damit sie mir nicht verloren gehen. Die Augenblicke mit dir, bedeuten neu zu entdecken.

Entdecken, was wir Menschen oft nicht so schnell sehen. Du schaust mich an und ich sage dir. Das ist einer dieser Momente, die ich mein. (...).

Wie kann ich noch Beziehung aufbauen, falls die Stimme nicht ausreicht?

2. Töne wiederholen

Das sieht man häufig im Alltag mit kleinen Kindern. Ein Baby sagt „Mamamama“. Viele Eltern antworten intuitiv mit „Mamamama“ und freuen sich, wenn das Kind sie ansieht.

Wenn Anna ihre Silbenkette gesagt hat, habe ich diese wiederholt und habe dann darauf geachtet, ob sie mit mir in Beziehung kommt, nämlich ihren Kopf zu mir dreht.

Doch was mache ich, wenn die liebevolle Stimme nicht ausreicht und das Kind nicht spricht?

3. Bewegung spiegeln

„Bewegung spiegeln“ heißt konkret, dass wir die Bewegung des Kindes nachmachen. In der natürlichen Entwicklung gähnt z.B. das Baby und Eltern gähnen mit dem Kind mit. Dies ist eine der ersten Möglichkeiten, um in Beziehung mit dem Kind zu kommen.

Bei Anna waren damit ihre Stereotypen nicht mehr eine Bewegung, mit der sie aufhören sollte, sondern wurden zu einer Entwicklungsmöglichkeit, um in Beziehung mit ihr zu kommen. Ich machte die Stereotypie nach und beobachtete, ob Blickkontakt entstand.

4. Gefühle spiegeln

„Gefühle spiegeln“ heißt konkret, dass wir ein beobachtetes Gefühl nachmachen. In der natürlichen Entwicklung von Babies gibt es den Moment, wo es z.B. lacht und Eltern lachen einfach mit, teilen damit diesen Moment mit dem Kind. Auch ich habe mit Anna mitgelacht.

Und was mache ich, wenn das Kind keine Bewegungen, Initiativen zeigt?

5. Benennen der Initiative des Kindes

Das bedeutet, wenn das Kind eine Initiative setzt, können Eltern dazu sprechen. In der natürlichen Entwicklung gibt es den Moment, wo das Baby eine Rassel nimmt und Eltern sagen dann oft: „Ah, du nimmst die Rassel.“

Bei Anna waren das sehr kleine Initiativen, da sie nicht mehr nach Gegenständen gegriffen hat, sich aber immer wieder umgesehen hat. Also habe ich dann zu ihr gesagt: „Ah, du schaust zum Whirlpool.“ Das ist ein wichtiger Moment in der Marte Meo Methode, um in die Welt des Kindes einzutauchen und sie kennenzulernen.

Heute weiß ich, dass es oftmals ganz kleine Momente im Alltag sind, die für das Kind von großer Bedeutung sind und damit auch die große therapeutische Wirkung erzielen. Die oben beschriebenen Marte Meo Unterstützungsmomente sind die Basis für eine gelungene, liebevolle Beziehung, jedoch gehen diese kleinen Momente in einem hektischen Lebens- wie auch Therapiealltag häufig verloren. Daher werden bei Marte Meo Filmsequenzen aus z.B. Therapie, Kindergarten, Schule, beim Essen, beim Baden, gemacht, genau analysiert und anschließend in einem Beratungsgespräch einzelne ausgewählte Bilder angesehen und besprochen. Dabei wird vermittelt, wie sich der jeweilige Moment positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirkt. Diese bewusste Gestaltung der Kommunikation führt meist dazu, dass eine positive und stabile Entwicklung angeregt wird und Eltern sowie Kinder und Betreuer/innen ein positives Selbstbild aufbauen. Zusätzlich lernt man, die schönen Momente bewusster zu erleben und bekommt stärkende Energie wieder zurück. So wie es auch im Rundbrief November 2019/2 beschrieben wird: *„Von vielen Eltern, die ich kenne und die in ihrer Familie ein Rett-Kind haben, kann ich behaupten, dass sie für ihre Kinder mit großer Liebe tätig sind. Doch manchmal ist einfach alles zu viel. Und das geschieht, weil wir uns dabei leicht selbst vergessen. Die zu erwartende lebenslange Betreuung unserer Kinder ist eine schwierige und wahrscheinlich die größte Verantwortung, die wir jemals übernehmen mussten.“* Umsichtig und vorsichtig erarbeitet man in der Marte Meo Methode mit den Eltern gemeinsam in kleinen Schritten, bei Bedarf auch über mehrere Sitzungen, Monate sogar Jahre ein individuelles Konzept für den eigenen Alltag.

Das nächste Ziel bei Anna nach dem gelungen Beziehungsaufbau war, dass ich sie in ihrer Erfahrungs- und Erlebniswelt begleite, bei Handlungen wie dem Bad im Whirlpool oder dem Durchbewegen. Beispielhaft beschreibe ich hier zwei Unterstützungsmomente im Umgang mit Anna.

Vorbereiten, was kommt

Bevor eine Aktivität begann (z.B. Whirlpool), sagte ich Anna ganz konkret, was kommen wird und habe gewartet, ob eine kleine Reaktion von ihr kommt. Wenn ich das Gefühl hatte, dass Anna zu sehr in ihrer Welt ist, habe ich diesen Schritt einfach wiederholt.

Die eigenen Initiativen benennen

Bei einer Aktivität mit Anna (z.B. Umziehen für das Bad) habe ich diese auch benannt, z.B. „Ich nehme deinen Arm und ziehe das T-Shirt aus.“ Dadurch wird Anna gleichzeitig auch vorbereitet, was kommt.

Wie ist es mit Anna ausgegangen?

Nach 2,5 Jahren habe ich meine Arbeit im ganzheitlichen Förderzentrum beendet. Ich werde meinen letzten Arbeitstag niemals vergessen, begleitet von einem Gefühl der Traurigkeit, des Zurücklassens. Anna wartete auf ihren Fahrtendienst, die Hände in Stereotypen bewegend, versunken in ihrer Gedankenwelt. Der Gedanke, dass sie keine Ahnung hat, dass ich nicht mehr zu ihr kommen würde, machte mich traurig. Auch hatte ich das Gefühl, so wenig bei ihr bewirkt zu haben.

So jung, so unerfahren ich auch war. In meiner Liebe zu ihr und meinem Gefühl, dass sie doch wenigstens meine Anwesenheit gespürt hat, bin ich zu ihr hingegangen und habe mich zu ihr gehockt, ihren Arm sanft gestreichelt und ihr ganz leise ins Ohr geflüstert: „Lebe wohl, meine liebe Anna, es war mir ein Vergnügen, dich jeden Dienstag Morgen zu baden und durchzubewegen.“ Kurz vor dem Hinausgehen schaute ich noch einmal zu Anna, die – so gut es ging – den Kopf zu mir drehte und mir nachsah – da war sie, die echte therapeutische Beziehung, die Heilung unterstützt. Das weiß ich heute.

Autorinnen: Asita Monshi-Mitteregger, Patricia Eisner, F Nina Zohmann

Die Begründerinnen von Marte Meo Austria geben österreichweit Kurse, Vorträge, Beratungen zu Themen von Marte Meo, Kommunikation, Wahrnehmung und Kindesentwicklungen.

www.marte-meo.at