

»Wer klopft an?« Lass mich spüren, wer ich bin...

Überlegungen und Erfahrungen zur vibratorischen Anregung bei Menschen mit schwerster Behinderung

Von Sonja Christine Wechselberger

Das Miteinander mit Menschen mit Behinderung ist geprägt von vielen besonderen Ereignissen und Erfahrungen. Vieles ist anders als in unserem Leben. Vieles scheint rätselhaft, und es ist für uns oft schwer den Sinn und die Bedeutung zu erkennen. Einer dieser besonderen Bereiche scheint die vibratorische Wahrnehmung zu sein. Wir wissen alle aus eigener Erfahrung, wie wichtig es ist, die verschiedenen Sinneskanäle zu nähren und zu entwickeln. Gibt es eine Ausgewogenheit in unserer „Sinnesnahrung“ und einen guten Rhythmus von Ruhe und Aktivität, so fühlen wir uns wohl. Natürlich gibt es individuelle Unterschiede – so wie überall.

Die vibratorische Wahrnehmung scheint auch einen sehr wichtigen Teil zu unserer inneren Balance beizutragen – diese Vorstellung mag etwas befremdlich erscheinen. Wir haben kein bestimmtes Sinnessystem, das nur für die vibratorische Wahrnehmung zuständig wäre. Es ist eine Schwingungserfahrung, die durch den ganzen Körper geht, diese gibt Anregungen auf und unter der Haut, im Gleichgewichtsorgan und in der Tiefensensibilität. Die vibratorische Wahrnehmungsentwicklung beginnt sehr früh. Der Fötus ist umgeben vom Fruchtwasser, eingebettet in eine „Schwingungswelt“. Über den gesamten Körper bekommt das ungeborene Kind ständig viele akustische Informationen. Die Welt im Bauch der Mutter ist keine stille Welt: Herzschlag, Blutkreislauf, Verdauungsgeräusche, die mütterliche Stimme, Geräusche der Umgebung – alles wird vom Kind über die Haut und über das Knochensystem wahrgenommen. Nähere Erläuterungen sind in diesem Rahmen nicht möglich – verweisen möchte ich auf die Forschungen und Ausführungen von Fröhlich A. 2003, S. 51f, Fröhlich A. 1999, S. 40ff, Pickenhain L. 2000, S. 80f.

Diese Möglichkeit der Schwingungserfahrung begleitet uns ein Leben lang. Wir nehmen auch nach der Geburt sehr viele verschiedene vibratorische Erfahrungen über die Haut und über das Knochensystem auf. Unser Alltag bietet sehr viele – nennen wir sie „natürliche Vibrationsgeber“. Unsere Fähigkeit zu gehen, lässt uns eine intensive vibratorische Erfahrung über die Fersen, Beine, Rumpf machen. Unsere Fähigkeit zu sprechen, vermittelt uns eine vibratorische Anregung von Brustkorb und Schädelknochen. Unsere Fähigkeit zu essen, gibt uns eine vibra-

torische Anregung vom Mundraum und Schädelknochen. Unsere Fähigkeit mit dem Auto, Bus oder mit dem Zug zu fahren, gibt uns eine Ganzkörperanregung.

Begegnung mit Herrn Haagen

Bei diesen Ausführungen geht mir Herr Haagen durch den Kopf. Herr Haagen ist seit seiner Geburt gehörlos (genauer Ort der Schädigung ist nicht bekannt) und blind, er hat einen ausgeprägten Zehenspitzenengang und kann nur mit Unterstützung einige Schritte gehen. Wenn wir seine besonderen Möglichkeiten unter dem Gesichtspunkt der „natürlichen Vibrationsgeber“ betrachten, dann scheint es nicht verwunderlich, dass Herr Haagen phasenweise vibratorische Impulse mit seiner Hand sucht. Er gibt sich Impulse mit der Hand auf die Stirn oder sucht eine harte Kante um diese Information zu erhalten (zum Teil sehr heftig). Fehlen die alltäglichen Anregungen, so scheint es doch nur natürlich, dass sich ein Organismus auf andere Weise mit Vibrationen „versorgt“ – sollten wir dies nicht in erster Linie als Potential, als besondere Möglichkeit der vibratorischen Versorgung sehen? Der menschliche Körper scheint angewiesen zu sein auf diese Form der Sinnesnahrung. Fehlt sie, so wird nach neuen Möglichkeiten gesucht. Wie würde sich wohl die „vibratorische Welt“ von Herrn Haagen anfühlen, wenn er zusätzlich zu seinen körperlichen Besonderheiten auch noch auf pürierte Kost angewiesen wäre? Die Nahrung als Vibrationsgeber wird oft übersehen. Brotstangen, Kekse, Karotten, Chips, all diese Lebensmittel vermitteln einen besonderen vibratorischen Eindruck.

Was hält mich im Inneren zusammen?

Die Erfahrung der Vibrationen gibt uns eine Idee von unserem Inneren, diese Erfahrung geht den Fragen nach: Wer bin ich? Was hält mich im Inneren zusammen? Ich denke, dass sich diese Fragen nicht nur auf einer körperlichen Ebene stellen. Die Person als Ganzes – als körperlich-seelische Einheit – stellt sich die Fragen: Wer bin ich? Wo bin ich? Ich bin überzeugt, dass diese Fragen jedem Menschen begegnen, ganz unabhängig von den kognitiven Möglichkeiten.

Wenn wir die drei Grundbausteine der Basalen Stimulation betrachten, so lässt sich der somatische Bereich vielleicht mit den Fragen definieren: Wo bist du? Wo ist die



Welt? Was ist da draußen? Der vibratorische Bereich: Was hält mich zusammen? Wo bin ich in mir? Wer bin ich? Der vestibuläre Bereich: Was hält mich zwischen innen und außen, zwischen oben und unten in Balance?

In meiner Begleitung von Menschen mit schwerster Behinderung erlebe ich immer wieder, dass der basale Dialog auf den unterschiedlichen Ebenen einen guten Zugang zur Persönlichkeit ermöglicht. Annäherung an eine Person erfolgt immer im Kontext der Anregung ihrer sinnlichen Erfahrungsebenen – in unserer Arbeit über einen sehr engen körperlichen Kontakt – ausdifferenziert auf den drei „basalen Zugängen“.

Entspannung und Stressreduktion

Wenden wir uns einem anderen Aspekt der vibratorischen Wahrnehmung zu: Vibration als Möglichkeit der Entspannung und der Stressreduktion. Um dies besser zu verstehen, mache ich einen kleinen Ausflug in das Tierreich. Es gibt Tiere, denen der vibratorische Kanal besonders vertraut ist: die Katzen. Das Schnurren der Katzen ist noch kaum erforscht, die Wissenschaft hat noch keine Antwort auf die Frage, wie Katzen schnurren. Interessant ist, dass Katzen

nicht nur schnurren, wenn sie sich wohlfühlen, wenn es ihnen gut, sondern auch bei Schmerzen, Stress und in der Sterbephase. (... sogar das Schreiben des Artikels fällt mit einer schnurrenden Katze am Schoß viel leichter...) Die Vibrationen scheinen das Gefühl des Vertrauens zu aktivieren und zu stärken. Ich kenne diese Erfahrung auch aus der Arbeit mit Klangschalen. Seit sehr vielen Jahren arbeite ich in ganz unterschiedlichen Kontexten mit Klangschalen. Diese klingenden, vibrierenden Schalen werden nicht nur zur Wahrnehmungsförderung, sondern auch zur Entspannung und zur Stressreduktion eingesetzt. Wer Klangschalen schon einmal erlebt hat, weiß, dass es nicht nur die Klänge sind, die uns bewegen, sondern vor allem die Vibrationen, die durch unseren Körper, durch die Haut, durch die Sehnen, Gelenke und durch „Mark und Bein“ gehen.

Unser „vibratorisches Tun“ ermöglicht das Freisetzen von Verspannung und Trauma. Dies ist in unserer Arbeit ein sehr wichtiges Thema, da viele Menschen durch ihre Behinderung und durch alles, was sie mit ihrer Behinderung erlebt haben, doch auch ein Stück weit traumatisiert sind. An dieser Stelle möchte ich auf die Arbeiten von Levine P.

(Levine 2010) und Gallo F. (Gallo 2000) hinweisen. Beide Methoden bedienen sich durch das Klopfen auf bestimmte Körperstellen auch der vibratorischen Anregung, um eine emotionale Entlastung zu erlangen. Ich finde diese Zusammenhänge sehr interessant, und diese ließen sich noch erweitern. Vermutlich wecken die vibratorischen Erfahrungen unsere Zellerinnerungen an die Pränatalphase, sie erinnern uns eine Zeit, in der wir gut versorgt und ohne Mangel gelebt haben. Vielleicht erinnern uns diese Schwingungen an die Möglichkeit mit dem Großen und Ganzen in Resonanz zu treten. Schwingung hat immer etwas mit Resonanz zu tun – auf welcher Ebene auch immer. Alles im Makro- und Mikrokosmos schwingt und ist in Resonanz.

Vielleicht tragen besonders Menschen mit Behinderung ein ganz intuitives Wissen in sich, das an die unterschiedlichsten Aspekte „andockt“ – wir sollten dies als Potential sehen.

Begegnung mit Herrn Haagen

Kehren wir nun zu meinen Begegnungen mit Herrn Haagen zurück. Bei meiner Arbeit orientiere ich mich immer an den „basalen Grundsätzen“:

Ich arbeite symmetrisch, halte mich an einen Rhythmus, bleibe immer im Körperkontakt, achte auf das Körperschema (nie einseitiges Angebot), nähere mich mit den Vibrationen von körperfern zu körpernah an, die Anregung ist immer nur punktuell, das Vibrationsgerät wird nicht bewegt, die Erfahrung ist in viele Pausen eingebettet.

Herr Haagen ist sehr dankbar für jede vibratorische Anregung. Ich arbeite neben dem Klopfen mit meinen Fingern auf verschiedenen Körperstellen u.a. auch mit Stimmgabeln. Mit ihnen mache ich die Fingerkuppen, die kleinen Gelenke erfahrbar und setze die Stimmgabeln immer wieder am Kopf an – (Annäherung über Finger, Arme, Hüftknochen, Brustkorb, Schlüsselbein...)

Sehr bewährt hat sich das „Dazwischenschalten“ meiner Hände, d.h. dass ich kaum ein Vibrationsgerät direkt auf den Körper aufsetze. Ich nehme meine Hand und meine Finger als eine Art „organische Verlängerung“. Dies gibt mir die Möglichkeit immer im Körperkontakt zu bleiben, ich spüre sehr schnell die Veränderungen auf der Haut. Die

Finger vermitteln Wärme und mein Gegenüber kommt nicht mit Kunststoff oder Metall in Kontakt. Ich kann mich stufenlos annähern oder entfernen und bin selbst in die vibratorische Wahrnehmung eingebunden, was mir sehr wichtig erscheint. Vor jeder vibratorischen (und auch somatischen, vestibulären) Erfahrung gebe ich mir selbst einen Impuls auf diesem Kanal. Ich schwinge mich auf die Erfahrung ein, ich stimme – sozusagen – mein Instrument (meinen Körper) vor jeder Begegnung. Dies ist mehr als nur eine Erinnerung an meine eigenen Erfahrungen und ermöglicht ein sehr nahes Dabeisein und eine besondere Präsenz. Sehr wichtig ist eine ausreichende Versorgung mit Flüssigkeit. Wasser trinken vor und nach den Angeboten verbessert die Verarbeitung der Eindrücke – dies gilt für beide Seiten.

Herr Haagen liebt den „Knochenhörer“ – ein kleines Gerät, das Musik über die Knochenleitung weiterleitet. Da nicht genau bekannt ist, wo die Schädigung bei Herrn Haagen liegt, versuche ich möglichst viele Kanäle zu aktivieren.

Neueste Untersuchungen haben gezeigt, dass der Sacculus (ein Säckchen im Gleichgewichtsorgan) sehr laute Frequenzen wahrnehmen kann. Warum und wieso, ist noch unbekannt. (BBC Doku, München 2003). Fische hören mit dem Gleichgewichtsorganen Sacculus und Utriculus (Heldmaier G. Neuweiler G. S.239). Vielleicht tragen wir ja noch einen kleinen Rest von dieser Fähigkeit in uns. Vorstellbar wäre eine Erklärung auf der Ebene der vibratorischen Wahrnehmung. In den Säcken befinden sich feine Kalkpartikel (Otolithen), die auf Lageveränderung reagieren. Diese Partikel reagieren anscheinend auf laute Geräusche (bewegen sie sich?) und regen dadurch möglicherweise die vibratorische Wahrnehmung an. Geben sie einen Impuls über die Knochenleitung an die Cochlea weiter oder gehen sie ganz andere Wege?

Wie auch immer, Herr Haagen reagiert auf die Angebote mit dem Knochenhörer sehr gut, er wirkt immer sehr konzentriert, lauscht nach innen und akzeptiert dieses „Ding“ an seinem Kopf sehr lange. Für ihn ist es eine Welt-erfahrung, eine Teilhabe an unseren kulturellen Schätzen, eine Ich-Erfahrung – all dies zu ermöglichen gehört zu unseren Aufgaben

Verabschieden möchte ich mich mit
einem Gedicht von J. F. von Eichendorff:

*Schläft ein Lied in allen Dingen
die da träumen fort und fort,
und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort.*

... mögen wir es finden, das Zauberwort

... vielleicht ist es zu finden in der
Bereitschaft, einfach da zu sein ...

die basalen Grundsätze zeigen uns
die Wege ... 🍷



Mag. phil. Sonja Christine Wechselberger
Kursleiterin für Basale Stimulation in
Pädagogik und Therapie Beratung, Wahr-
nehmungsförderung, Entspannung,
sanfte Körperarbeit

sonja.christine.wechselberger@aon.at
www.sinnesraum.at

Literatur, DVD

BBC Doku:
Die Macht der Sinne.
DVD. München. 2003.

Fröhlich. A.:
Basale Stimulation. Das Konzept.
Düsseldorf. 4. Aufl. 2003.

Fröhlich. A.: (Hrsg.):
Wahrnehmungsstörungen und
Wahrnehmungsförderung.
10. Aufl. 1999.

Gallo. F.:
Energetische Psychologie.
Kirchzarten. 2000.

Heldmaier. G. / Neuweiler. G.:
Vergleichende Tierphysiologie.
Heidelberg 2004.

Levine P.A.:
Vom Trauma befreien.
Wie Sie seelische und körperliche Blockaden lösen.
München. 4. Aufl. 2010.

Levine. P.A.:
Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers.
Unsere Fähigkeit traumatische Erfahrungen
zu transformieren. Essen, 1998.

Pickenhain. L.:
Basale Stimulation.
Neurowissenschaftliche Grundlagen.
Düsseldorf, 2. Aufl. 2000.