

Spaß im Wasser für junge Menschen mit komplexer Behinderung

Die Überschrift besagt, was wir uns alle für unsere Kinder wünschen. Verursacht durch die wachsenden Ängste und zunehmenden Beeinträchtigungen, gestaltet sich die Umsetzung oft schwierig.

In der Fortbildung mit Martina Götschel von basal bewegt – ein Angebot der Akademie der Björn Schulz Stiftung – ging es genau um die Knackpunkte:

- Sensibilisierung der begleitenden Personen für Wasser und Umfeld,
- Planung eines Badeausflugs,
- Techniken für einen sicheren Transfer ins und aus dem Wasser,
- Angebote im Bewegungsbad.



Auch wir waren im Wasser und konnten gleich alles ausprobieren.

Wasser ist ein lebendiges Element, das sich ständig verändert. Wir können es nicht fassen, es ist immer in Bewegung und spricht alle Sinne an. Die Körperwahrnehmung erhöht sich und es gibt viele unmittelbare Wahrnehmungsreize (Temperatur, Auftriebserfahrung, Schall-, Lichtübertragung).

Vor allem können unsere Kinder im Wasser jedoch

- eine körperliche Entlastung erfahren,
- Bewegungen selbständig ausführen,
- leichter neue Positionen einnehmen.

Der Aufwand lohnt sich somit und ist für unsere Kinder bewegungsfördernd, regt Kreislauf und Lymphe an, bringt Lebensqualität, weckt und schafft Erinnerungen.

Was gibt es zu beachten?

- Zwischen dem Kind und der Begleitperson muss eine gute Vertrauensbasis herrschen, da die Abhängigkeit im Wasser größer und die Begleitung sehr körpernah ist.
- Auf eigene Sicherheit achten: Fester Stand und Stabilität, um den Kind Sicherheit zu bieten.
- Achtsamkeit auf die Reaktion des Kindes: Körperanspannung vs. Entspannung.
- Dem Kind die Zeit geben, die es braucht, um im Wasser anzukommen: Am Rand sitzend, Beine im Wasser, bei einer Treppe auf den Stufen sitzend. Das Angebot "Spaß im Wasser" kann auch sein, einfach "nur" den großen Zeh ins Wasser zu halten – ganz ohne Umziehen und Untertauchen.
- Viele Positionsveränderungen (Umkleiden) und Transfers (Rolli, Liege, Duschstuhl) erfordern viel Kraft und Energie.
- Die vielen Wahrnehmungsreize können schnell zu einer Überforderung führen.
- Viel Lob und Anerkennung für kleinste Fortschritte.
- Das Wasser verlassen, bevor das Kind erschöpft ist, da der Transfer aus dem Wasser, das Duschen und Ankleiden ebenfalls Energie kosten.
- Unsere Kinder frieren schnell – nach dem Verlassen des Wassers sofort warm einpacken.
- V.a. der Knietransfer sollte im Vorfeld mit dem Kind geübt werden, damit die Bewegungsabläufe bekannt sind und keinen zusätzlichen Stress verursachen.
- Anfang/Ende des Wasserbesuches mit Ritualen begleiten.

Wir haben die Rahmenbedingungen und Umsetzung eines Schwimmbadbesuches durchgesprochen. Die Liste ist mit Sicherheit nicht vollständig, bietet aber einen guten Einblick:

PLANUNG/ORGANISATION	<ul style="list-style-type: none"> • Geeignetes Bad finden <ul style="list-style-type: none"> ○ Wassertemperatur, brusttiefes Wasser ○ Vorhandensein Treppe/Lifter ○ Barrierefreie Dusche mit beweglichem Duschkopf, langem Duschschauch, Haltegriffen, Duschstuhl • Sachen packen <ul style="list-style-type: none"> ○ Mehrere Handtücher, Badetuch/Bademantel ○ Rutschfeste Badeschuhe/-socken ○ Badewindeln, Abdeckung Sonde? ○ Notfallmedikamente, Medikamente, Essen • Weg planen • Unterstützende Personen (mind. 2:1)
WEG INS WASSER	<ul style="list-style-type: none"> • Lifter • Tragen mit sicherem Halt, z.B. Kind auf den Rücken legen • Knietransfer auf Matte am Beckenrand • Treppe
ANGEBOTE IM WASSER	<ul style="list-style-type: none"> • Wassergewöhnung • Animation zur Eigenbewegung • Schweben • Senkrecht sein • Greifen, Klettern, Affengang am Beckenrand • Biographischen Bezug herstellen (frühere Erlebnisse wecken) • Entspannung, Reduktion der Spastik • Durchbewegen, Gelenke mobilisieren • Körper erfahrbar machen • (Unter)Tauchen • Bewegungsparcours (mit Aktionsgeschichte)
WEG AUS DEM WASSER	<ul style="list-style-type: none"> • Lifter • Tragen mit sicherem Halt, z.B. Kind auf den Rücken legen • Knietransfer über die Treppe • Über Beckenrand auf Matte herausrollen, evtl. Stuhl ins Wasser stellen

Martina Götschel ist staatlich anerkannte Heilerziehungspflegerin, Ausbilderin für Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®, Kinaesthetics Infant Handling Trainerin Stufe 2 und nicht zuletzt Palliativfachkraft für Kinder und Jugendliche. Neben ihrer Tätigkeit für basal-bewegt (www.basal-bewegt.de) hat sie viele Jahre im Kinder-Hospiz Sonnenhof in Berlin gearbeitet und ist aktuell im Kinder-Hospiz Sternenbrücke in Hamburg beschäftigt.

Fotos: Sandra Konopatzki

Text: Sabine Rosenlöcher mit Unterstützung von Martina Götschel



Schwimmende Insel aus Matte & Poolnudeln

Sabine Rosenlöcher ist Mutter einer 14jährigen Tochter, die an NCL CLN3 erkrankt ist, besser bekannt als Kinderdemenz. Wobei diese nur ein Aspekt ist: Blindheit, Epilepsie, Sprachentwicklungsstörung mit Regress, motorische Auffälligkeiten mit Regression bis zu Gehverlust und Rollstuhlpflichtigkeit, Verhaltensauffälligkeiten mit sozial-emotionalen Schwierigkeiten, Zwängen und autistischen Verhaltensweisen, Skoliose, Ataxie und Angststörung vervollständigen den bösartigen Cocktail. Diesen ganzen Prozess der Rückschritte erlebt ihre Tochter sehr bewusst, was sich oft in Migräne mit Statusneigung, Übelkeit und Erbrechen niederschlägt. Eine Heilung gibt es bis heute nicht. Die Lebenserwartung ihrer Tochter liegt bei 20-30 Jahren. Unterstützung findet die Mutter v.a. über die Björn Schulz Stiftung (www.bjoern-schulz-stiftung.de), den Selbsthilfeverein NCL Deutschland e.V. (www.ncl-deutschland.de) und den EbE e.V. (www.eltern-beraten-eltern.de).