

Urheberrechtliche Hinweise zur Nutzung Elektronischer Projekt-Arbeiten

Die auf dem Dokumentenserver der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern (ZHB) gespeicherten und via Katalog IDS Luzern zugänglichen elektronischen Projekt-Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit dienen ausschliesslich der wissenschaftlichen und persönlichen Information.

Die öffentlich zugänglichen Dokumente (einschliesslich damit zusammenhängender Daten) sind urheberrechtlich gemäss Urheberrechtsgesetz geschützt. Rechtsinhaber ist in der Regel¹ die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Der Benutzer ist für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlich.

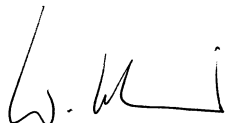
Die Nutzungsrechte sind:

- Sie dürfen dieses Werk vervielfältigen, verbreiten, mittels Link darauf verweisen. Nicht erlaubt ist hingegen das öffentlich zugänglich machen, z.B. dass Dritte berechtigt sind, über das Setzen eines Linkes hinaus die Projekt-Arbeit auf der eigenen Homepage zu veröffentlichen (Online-Publikation).
- Namensnennung: Sie müssen den Namen des Autors/Rechteinhabers bzw. der Autorin/Rechteinhaberin in der von ihm/ihr festgelegten Weise nennen.
- Keine kommerzielle Nutzung. Alle Rechte zur kommerziellen Nutzung liegen bei der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, soweit sie von dieser nicht an den Autor bzw. die Autorin zurück übertragen wurden.
- Keine Bearbeitung. Dieses Werk darf nicht bearbeitet oder in anderer Weise verändert werden.

Allfällige abweichende oder zusätzliche Regelungen entnehmen Sie bitte dem urheberrechtlichen Hinweis in der Projekt-Arbeit selbst. Sowohl die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit als auch die ZHB übernehmen keine Gewähr für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der publizierten Inhalte. Sie übernehmen keine Haftung für Schäden, welche sich aus der Verwendung der abgerufenen Informationen ergeben. Die Wiedergabe von Namen und Marken sowie die öffentlich zugänglich gemachten Dokumente berechtigen ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen und Marken im Sinne des Wettbewerbs- und Markenrechts als frei zu betrachten sind und von jedermann genutzt werden können.

Luzern, 16. Juni 2010

Hochschule Luzern
Soziale Arbeit



Dr. Walter Schmid
Rektor

¹ Ausnahmsweise überträgt die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit das Urheberrecht an Studierende zurück. In diesem Fall ist der/die Studierende Rechtsinhaber/in.

8.7.2016



Projekt KÖWA

Projekt zur Förderung der Körperwahrnehmung bei Menschen mit einer mehrfachen Behinderung

Projektzeitraum von Januar 2016 bis Juni 2016

Petra Sulmoni

Hochschule Luzern – Soziale Arbeit
Studienrichtung Sozialpädagogik

Begleitperson: Rita Kessler

Eingereicht am: 12.7.2016

Diese Arbeit ist Eigentum der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Sie enthält die persönliche
Stellungnahme des Autors/der Autorin bzw. der Autorinnen und Autoren.

Veröffentlichungen – auch auszugsweise – bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung durch die
Leitung Bachelor.

Abstract

Im Rahmen des Praxisprojekts an der HSLU SA hat die Autorin ein Projekt gestaltet, welches sich der Förderung der Körperwahrnehmung bei Menschen mit geistiger und körperlicher Behinderung widmet. Hierzu hat sie fünf Workshops konzipiert. Ziel war es hier auch, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen lustvollen Zugang zu ihrem Körper erhalten und sich so besser erfahren können. An den Workshops nahmen Bewohnerinnen und Bewohner der Wohnheims Titlis, der Stiftung für schwerbehinderte Luzern Teil. Das Ziel dieser Workshops war es, durch die Förderung der Körperwahrnehmung einen positiven Einfluss auf die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner zu haben. Der Wesentliche Bezugsrahmen der Theoretischen Methoden richtet sich nach der Theorie der Basalen Stimulation nach Andreas Fröhlich, genauer aus dem Buch Basale Stimulation in der Grundpflege. Die Workshops wurden unter Einbezug der Vorlieben Bewohnerinnen und Bewohner gestaltet, sie hatten jedoch jederzeit die Möglichkeit das Programm so anzupassen wie sie es wünschten. Gesamthaft lässt sich sagen, dass die Workshops bei den Betreffenden Teilnehmenden gut angekommen sind und eine Weiterführung des Projektes zu prüfen ist.

Inhalt

1 Einleitung	4
1.1 Trägerschaft/ Auftraggeberin	4
1.2 Allgemeine Informationen	5
2 Ausgangslage	6
2.1 Bedarf	6
3 Situationsanalyse	7
3.1 Übersicht	7
3.2 Theoretischer Bezugsrahmen	7
3.3 Ziele	9
4 Projektorganisation	10
4.1 Projektstruktur	10
4.2 Zusammenarbeit	10
4.3 Information und Dokumentation	11
4.4 Zeitplan	11
5 Methodisches Vorgehen	12
5.1 Vorbereitung	12
5.2 Workshop-Planung	12
5.3 Workshop-Durchführung	13
5.4 Evaluation	23
6 Controlling	24
6.1 Sach- und Stundenaufwand: Geplant	24
6.2 Sach- und Stundenaufwand: IST	26
7 Beschreibung und Interpretation der Ergebnisse	28
8 Schlussfolgerungen und Perspektiven	30
9 Literatur	31
10 Anhang	32

1 Einleitung

Der vorliegende Bericht befasst sich mit dem Praxisprojekt zum Titel «Förderung der Körperwahrnehmung bei Menschen mit Behinderung». Im Text wird erst ein Überblick über die allgemeinen Informationen zum Projekt und der Institution gegeben. Anschliessend wird die Ausgangslage beziehungsweise die Projektmotivation eruiert. Danach wird die Situation analysiert und der Theoretische Bezugsrahmen sowie die Ziele und die Projektorganisation erläutert. Weiter wird ein Überblick über das konkrete Methodische Vorgehen gegeben, und die einzelnen Workshops kurz beschrieben. Zum Schluss werden die Ergebnisse beschrieben und interpretiert und dann eine Empfehlung abgegeben.

1.1 Trägerschaft/ Auftraggeberin

Die „Stiftung für Schwerbehinderte Luzern“ (folgend SSBL genannt) bietet 416 Männern und Frauen eine Wohnmöglichkeit und/oder Tagesbeschäftigung. Die SSBL bietet auch mit dem Heilpädagogischen Kinderheim Weidmatt Kindern im Vorschulalter ein permanentes oder temporäres Zuhause an. Die Klientel der SSBL ist sehr heterogen, jedoch haben alle Klienten und Klientinnen eine geistige Mehrfachbehinderung. Diese Klienten wohnen, verteilt auf 41 Wohngruppen, in 16 verschiedenen Gemeinden des Kantons Luzern. Auf den Wohngruppen ist es zurzeit noch so, dass Klienten und Klientinnen unabhängig des Geschlechtes, Alters oder Behinderung, miteinander leben. Diese Situation wird jedoch mit der Umsetzung des Projektes Balance 2020 verändert werden. Im Rahmen des Projektes Balance 2020 werden die Zusammensetzungen der Wohngruppen neu gemischt. Der Trend geht nun dahin, dass die Wohngruppen homogener zusammengesetzt werden. Konkret wird es drei verschiedene Wohngruppentypen geben. Das bedeutet sogenannte Standard-Wohngruppen, Wohngruppen mit dem Schwerpunkt Pflege, Wohngruppen mit dem Schwerpunkt Intensivbetreuung und eine Wohngruppe für Bewohnerinnen und Bewohner, die vor allem in der Nacht aktiv sind. Das Wohnheim Titlis - die Auftraggeberin dieses Projekts - befindet sich in Rathausen und ist ein Wohnheim, welches noch in fünf Wohngruppen mit jeweils 7-9 Bewohnern aufgeteilt ist. (www.ssbl.ch/portraet-und-institutionen/portraet.html)

1.2 Allgemeine Informationen

Name des Projekts:	Angebot zur Förderung der Körperwahrnehmung für Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnheims Titlis
Auftrag gebende Institution:	Wohnheim Titlis SSBL Rathausen 6032 Emmen
Zuständige Person:	Friedemann Hesse Wohnheimleiter Wohnheim Titlis SSBL Rathausen 6032 Emmen Friedemann.hesse@ssbl.ch Tel 041 269 35 60
Projektleitung:	Petra Sulmoni petra.sulmoni@stud.hslu.ch petra.sulmoni@ssbl.ch (6 ECTS Modul 251)
Praxisanleitung:	Brigitte Schmidt Brigitte.schmidt@ssbl.ch
Projektbegleitung HSLU:	Rita Kessler rita.kessler@hslu.ch

2 Ausgangslage

In der SSBL leben zurzeit rund 300 Bewohnerinnen und Bewohner, verteilt auf verschiedene Wohngruppen im ganzen Kanton Luzern. Die meisten Bewohnerinnen und Bewohner haben eine Mehrfachbehinderung. Das Spektrum an verschiedenen Behinderungen und deren Ausprägungen ist sehr breit. Im Wohnheim Titlis der SSBL leben 27 BewohnerInnen. Das Angebot für die Gestaltung der Zeit während der Woche, ist in den sogenannten ABAs (Arbeits- und Beschäftigungs Angebote) gegliedert. Die ABAs sind sehr abwechslungsreich. Es bestehen Angebote, die eher der Arbeit zuzurechnen sind wie die Ateliers Montage, Landwirtschaft oder Holz, oder auch musische Ateliers, wie das Atelier Musik oder Rhythmik, bei denen in einer Gruppe Musik gemacht oder gehört wird. Es bestehen auch vereinzelt aktive Angebote, wie die Ateliers Wandern, Schwimmen oder das heilpädagogische Reiten. Am Wochenende gestaltet jede Wohngruppe selber ihr Programm. Meistens werden kleine oder grosse Spaziergänge oder Ausflüge mit den Bewohnerinnen und Bewohnern unternommen. Auch werden in regelmässigen Abständen sogenannte offene Wohngruppen organisiert, bei denen alle Bewohnenden des Wohnheimes auf eine Wohngruppe eingeladen werden. Dort werden jeweils zu einem bestimmten Thema Aktivitäten durchgeführt, wie beispielsweise backen, Ostereier bemalen oder etwas basteln. Dabei steht für viele BewohnerInnen das gemeinsame Kaffeetrinken und Dessertessen im Vordergrund.

2.1 Bedarf

Da viele Bewohnerinnen und Bewohner der SSBL sensorische und motorische Beeinträchtigungen haben, ist es wichtig, sie adäquat fördern zu können. Es soll die Möglichkeit entstehen, dass jeder Bewohnende, seinen Körper so wie er ist und mit allen Besonderheiten die er/sie hat erfahren kann. Dies geschieht mit dem Ziel die Wahrnehmung des eigenen Körpers und der eigenen Gefühle bewusst ermöglicht und gefördert werden. Das Projekt soll jedoch nicht mit der Bewegungslehre der Kinästhetik zusammenarbeiten. Dies bewusst, weil im Projekt nicht die Bewegung, sondern die Wahrnehmung im Vordergrund stehen soll. Auch wird auf Themen die eher dem Bereich der Sexualität wie: «Ich als frau in meinem Körper» oder «Ich als Mann in meinem Körper» nicht eingegangen werden. Es soll sich hierbei auch nicht um ein Therapeutisches Angebot handeln, sondern das Angebot soll dem Freizeitbereich zugerechnet werden.

Das gilt sowohl für Bewohner/ innen im Rollstuhl, als auch für Fussgänger. Es ist gerade für die BewohnerInnen der SSBL wichtig, dass sie ein eigenes Körperbewusstsein haben. Das heisst, dass sie ihren Körper kennen und auch spüren können. Denn die Entwicklung eines Körperbewusstseins ist ein wichtiger Bestandteil zur Entwicklung eines gesunden Selbstbildes. Es fördert somit die Stärkung der eigenen Persönlichkeit und trägt massgebend zum Wohlbefinden jedes Menschen bei.

Da im stark strukturierten Alltag der Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnheimes oftmals die Zeit fehlt, um lustvoll mit dem Thema «mein Körper und ich» oder das Thema Bewegung umzugehen, ist dieses Projekt besonders wichtig. Denn die wenigen Gelegenheiten, in denen sich die Bewohnerinnen und Bewohner der SSBL beispielsweise mit ihren Bewegungen auseinandersetzen können, ist die Physiotherapie und oftmals ist dies aufgrund der starken Nachfrage eine kurze Zeitspanne. Auch können sie in diesem Setting nicht besonders lustvoll mit der Thematik umgehen, da die Physiotherapie, wenn sie stattfindet, medizinisch indiziert ist und sie somit auch eher ein müssen statt ein Können/Dürfen darstellt.

3 Situationsanalyse

Im Folgenden Kapitel wird die aktuelle Situation vorgestellt, anschliessend wird der theoretische Bezugsrahmen erläutert und zum Schluss werden die Ziele des Interventionsprojektes festgesetzt.

3.1 Übersicht

Wie im Kapitel «Bedarf» angetönt, soll Ziel dieses Projekts eine Verbesserung der Körperwahrnehmung sein. Dadurch erhofft sich die Projektleiterin, dass die Bewohnerinnen und Bewohner der SSBL nicht nur sich besser kennen und spüren, sondern auch ihre Umwelt anders wahrnehmen und somit besser mit stressvollen Situationen umgehen können.

3.2 Theoretischer Bezugsrahmen

Mittlerweile ist den meisten Leuten bewusst, dass Bewegung ein wichtiger Bestandteil ist, um sich in seinem Körper wohl zu fühlen und dass Bewegung einen wesentlichen Beitrag zur psychischen Gesundheit beiträgt. Dies wird in den *«sechs Sinnesrichtungen der Sportpädagogik»* unterstrichen und noch weiter ausdifferenziert. Das Ausüben von Sport fördert nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch kognitive, soziale und emotionale Aspekte. Diese drei Bereiche tragen wesentlich zur Bildung und Entwicklung von Identität und Identitätsstrategien bei (Franziska Eugster Büsch, 2004, S.9). Aus diesem Wissen ist die Idee für dieses Projekt entstanden. Weil jedoch Menschen mit Mehrfachbehinderung in vielen Bewegungen eingeschränkt sind und es für sie so schwierig ist, Sport zu treiben, muss von der Idee der Gestaltung von Sportworkshops abgesehen werden. So ist die Idee für die Workshops zur Förderung der Körperwahrnehmung entstanden. Diese sollen auch Menschen mit schweren motorischen Beeinträchtigungen helfen, ihren Körper und sich selber in ihrem Körper besser wahrzunehmen, oder die Möglichkeit schaffen, den eigenen Körper einmal auf eine andere Art und Weise, als im Alltag, wahrzunehmen.

Alein Fogel (2009) nennt in seinem Buch: *«Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie - Vom Körpergefühl zur Kognition»*, die Fähigkeit, sich selber Aufmerksamkeit zu schenken, die verkörperte Selbstwahrnehmung. Genauer gesagt ist die verkörperte Selbstwahrnehmung das Wahrnehmen des Körpers (ist mir warm, kalt, kribbelig, etc.) mit den dazugehörigen Emotionen. Ohne im Moment des Erlebens darüber urteilen zu müssen, ob es gut oder schlecht ist (S.9-11). Weiter beschreibt er, dass um das Wohlergehen zu erhalten, die verkörperte Selbstwahrnehmung aktiv gepflegt werden muss. In unserer technologisierten Gesellschaft geht die verkörperte Selbstwahrnehmung leicht verloren, ein Verlust der verkörperten Selbstwahrnehmung kann schwächend sein. Er erwähnt auch, dass die verkörperte Selbstwahrnehmung für das Überleben und die Gesundheit genauso wichtig ist, wie das Essen oder Atmen. (S. 13)

Demnach ist das bewusste Erfahren und Erleben des eigenen Körpers mit all seinen Eigenheiten und Grenzen wichtig für jeden Menschen.

Nach Andreas Fröhlich (2012) welcher das Konzept der Basalen Stimulation entwickelt hat, ist basale Stimulation eine ganzheitliche, körperbezogene Kommunikation für Menschen mit wesentlichen Einschränkungen. Er stellt einen Bezug zwischen sich bewegen, Menschen erfahren, verstehen, kommunizieren, den eigenen Körper erfahren, Gefühle erleben und Wahrnehmen her. Er stellt dies in einem Hexagon dar, indem jeder Punkt auf die anderen fünf Punkte Einfluss nimmt. So wird ein Bezug zwischen der Bewegung und der Wahrnehmung und den Gefühlen hergestellt aber auch zwischen den andern Menschen erfahren, verstehen und Wahrnehmen. Daraus lässt sich ableiten, dass die Stimulation des Körpers auch eine Stimulation des Geistes bewirkt und diese führt wiederum dazu, dass man die Umgebung anders wahrnimmt und sich auch anders ausdrücken kann.

Das Konzept der Basalen Stimulation wird oft auch mit dem Konzept der Basalen Kommunikation genannt, welches explizit für Schwerstbehinderte Menschen entwickelt wurde welche sich nicht gezielt über die herkömmlichen Modi verständigen können. Es beinhaltet mehr ein erfühlen des Gegenübers oder der Herstellung von Momenten, in denen der Klient merkt, dass man offen für eine Kommunikation ist. Beispielsweise passt der Betreuende seine Atmung dem/der Betroffenen an, um ihm/ihr zu signalisieren, dass er/ sie diese wahrnimmt und sensibel für seine „Äusserungen“ ist.

So wird mit verschiedenen Mitteln versucht, den BewohnerInnen einen Zugang zu geben, ihren Körper mit allen Sinnen zu erleben, sei es durch Massagen, Düfte, Klänge oder Bewegung. Das Erleben des Körpers, ohne das Erlebte zu werten und das Wahrnehmen der eigenen Gefühle, soll in den Workshops deshalb im Vordergrund stehen. Die Workshops bestehen aus 2-stündigen Sequenzen, die alle einen Beitrag zur Körperwahrnehmung leisten, jedoch auf unterschiedliche Art und Weise. Zur Konzeption der Workshops wird das Konzept der Basalen Stimulation nach Fröhlich und das Konzept zum Snoeseln von Willener herangezogen. Jeder Workshop soll einen anderen Wahrnehmungsbereich ansprechen. Die anzusprechenden Wahrnehmungsbereiche und die dazu gehörenden Förderungsmöglichkeiten sind folgende:

Somantische Erfahrungen/ Berührungen:

Massagen mit Hand, Eigenmassagen, Fremdmassagen, Massagen mit Massagebällen, Massage mit Crème oder Öl.

Audio-Rhythmische Erfahrungen:

Durch Musik von einem Wiedergabegerät, Musik selber machen mit Perkussionsinstrumenten, Musik spüren bei Perkussionsinstrumenten oder beim Grossen Gong oder bei „Grossem runden Xylophon zum draufsitzen“, Trommeln gegen Körper (Körperresonanz)

Vestibuläre Erfahrungen:

Durch grosse Hängematte, Schaukeln, im grossen „Kreisel zum reinsitzen“, durch gezieltes Bewegen der Arme und Beine

Taktile Welten:

Durch verschiedenen Materialien zum Anfassen und drauf liegen: Steine, Federn, rau, weich, etc.

Vibrations- und Lageerfahrungen:

Durch liegen in einer anderen Position statt Sitzen im Rollstuhl. Beispielsweise auf den Boden oder aufs Wasserbett im Snoeselraum liegen, oder im Kugelbad im Hallenbad.

Orale und Olfaktorische Erfahrungen:

Orale und Olfaktorische Erfahrungen können auf eine vielfältige Art und Weise beschert werden. Beispielsweise durch das verwenden und üblicher Zutaten in unüblichen Kombinationen bei Desserts oder durch das Verwenden von Raumsprays und Duft-Ölen bei Massagen

Visuelle Erfahrungen

Visuelle Erfahrungen können durch das Wechselspiel von hell und dunkel geschehen oder auch beispielsweise durch den Einsatz von Farben, wie bei einem Farbprojektor.

3.3 Ziele

<i>Vision</i>	Verbesserte Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner durch verbesserte Körperwahrnehmung.
<i>Hauptziel</i>	Durchführung von Workshops zur Förderung der Körperwahrnehmung der Bewohnerinnen und Bewohner.
<i>Teilziel 1</i>	Einbezug der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Indikatoren: Interessen sind aufgenommen und umgesetzt, Fragebögen mittels UK konzipiert, Klientinnen und Klienten sind befragt worden.
<i>Teilziel 2</i>	Konzeption der Workshops unter Berücksichtigung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.
<i>Teilziel 3</i>	Implementierung der Inhalte der Workshops im Wohnheim/in der Stiftung. Indikatoren: Erstellen eines Konzepts, Prüfung der weiterführenden Möglichkeiten.

4 Projektorganisation

Im folgenden Kapitel wird der organisatorische Aspekt des Projektes beleuchtet.

4.1 Projektstruktur

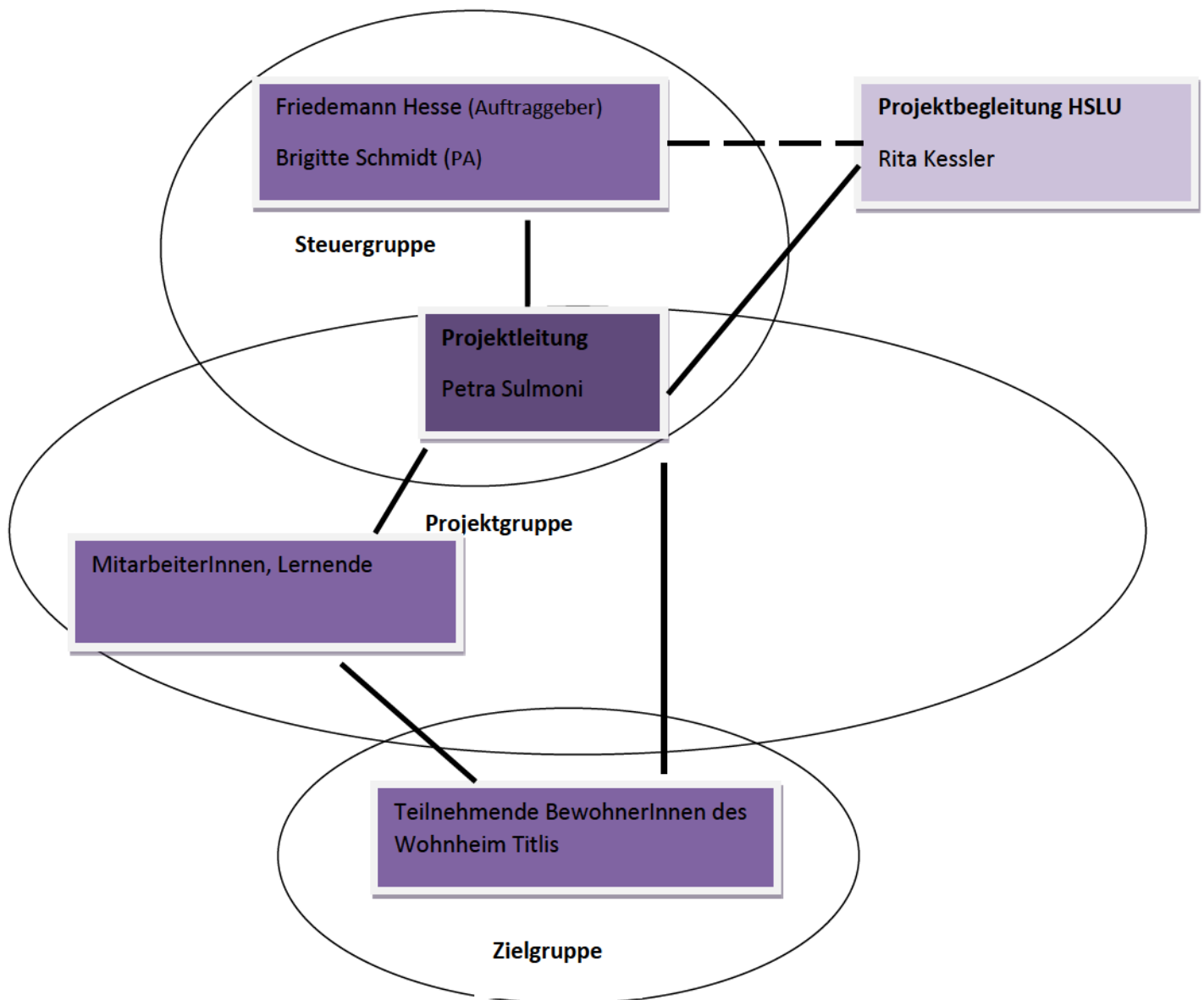


Abbildung 1 Projektorganisation (eigene Abbildung)

4.2 Zusammenarbeit

Die Kreise stellen die verschiedenen Gruppen des Projektes dar. Als Zielgruppe sind die BewohnerInnen des Wohnheimes Titlis angegeben, genauer gesagt die Teilnehmenden. In der Projektgruppe befindet sich die Projektleitung, mit der Hauptverantwortung über die Organisation, Information und Durchführung. Weiter befinden sich in der Projektgruppe noch die an den Workshops beteiligten MitarbeiterInnen und die Lernenden, welche die Durchführung der Workshops unterstützen. In der Steuergruppe befindet sich die PL, die PA der Studierenden und der Auftraggeber. Als externe Stelle ist hier noch die Projektbegleitung von der HSLU abgebildet. Die Linien stehen für die Zusammenarbeit bzw. den wechselseitigen Informationsfluss. Die gestrichelten Linien sollen punktuellen Austausch symbolisieren, wie bei der Projektbegleitung und dem Auftraggeber beim abschliessenden Gespräch.

4.3 Information und Dokumentation

Die Information des Auftraggebers erfolgt hauptsächlich durch E-Mails. Zudem hat eine Abschlussitzung, an der die Projektleitung, die Projektbegleitung der Hochschule und der Auftraggeber anwesend waren, stattgefunden. An dieser Sitzung wurden kurz die wichtigsten Ergebnisse vorgestellt und es wurde auf die Defizite in der Arbeit eingegangen. Beispielsweise, dass die Projektleitung sich mehr Rücklaufschlaufen hätte einplanen sollen um sich den Informationsfluss zu sichern.

Die MitarbeiterInnen werden jeweils per E-Mail kontaktiert. Zudem wird persönlich mit den Gruppenleitungen das Gespräch gesucht um Rückmeldungen einzuholen. Die BewohnerInnen werden von den jeweiligen Mitarbeitenden der Wohngruppe informiert, sie selber haben eine E-Mail erhalten. Dieser Teil gestaltete sich zeitweise schwierig, da nicht immer alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Fristen der Projektleitung eingehalten haben.

Die Mitarbeitenden, welche bei der Umsetzung helfen, wurden persönlich informiert und es fanden jeweils kurze Austauschgespräche statt.

4.4 Zeitplan

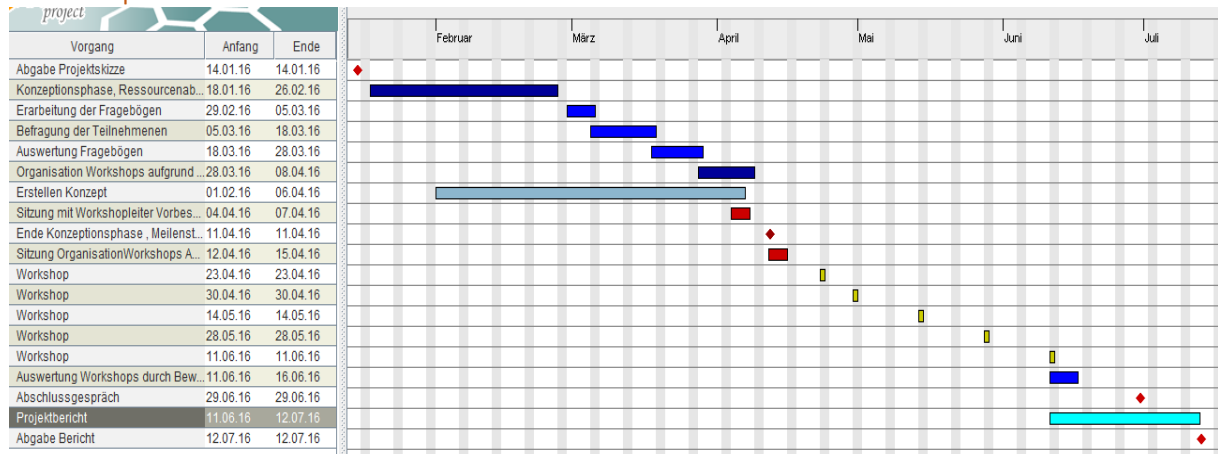


Abbildung 2 Zeitplan

5 Methodisches Vorgehen

In den folgenden Kapiteln wird das Methodische Vorgehen näher vorgestellt. Genauer gesagt zuerst die Vorbereitungen die gemacht wurden, anschliessend wie die Workshops genau geplant wurden. Danach wird genauer auf die einzelnen Workshops eingegangen und zum Schluss wird eine Evaluation durchgeführt.

5.1 Vorbereitung

Zunächst werden mit Hilfe der Ressortverantwortlichen Agogik bzw. der Gruppenleitungen mögliche Teilnehmende eruiert. Dies, da die Projektleitung nicht alle Bewohnerinnen und Bewohner kennt und die Befragung von allen viel Zeit in Anspruch nehmen würde. Die Idee dabei ist, dass konkret Bewohnerinnen und Bewohner berücksichtigt werden, bei denen die Behandlung des Themas Körper, Wahrnehmung und Körperwahrnehmung einen positiven Einfluss auf ihre Lebensqualität nehmen könnte. In einem weiteren Schritt werden aufgrund der Informationen zu kognitiven und kommunikativen Fähigkeiten der vorgeschlagenen Teilnehmerinnen und Teilnehmer Fragebögen entwickelt, welche mit Unterstützter Kommunikation (UK) untermalt sind. Die Fragebögen sollen in einfacher Sprache und möglichst offenen Fragen verfasst werden. So wird gewährleistet, dass die Interessen der Bewohnerinnen und Bewohner möglichst genau erfasst werden können. Die Befragungen sollen durch die Bezugspersonen erfolgen, da sie diese am besten kennen, und so auch die individuellen kognitiven und kommunikativen Ressourcen am besten einschätzen können. Die Bezugspersonen wissen, wie sie die Fragen am besten stellen sollen, damit sie auch verstanden werden und sie können auch die Antworten deuten und aufnehmen. Es sollen mit diesen Fragebögen die Vorlieben der Bewohnenden eruiert werden und anschliessend als Ausgangslage für die Planung der Workshops verwendet werden.

Die Räumlichkeiten, welche für das Projekt zur Verfügung gestellt wurden, befinden sich direkt im Wohnheim Titlis. Es ist ein Heller Raum im Erdgeschoss, welcher über verschiedene Ausstattungsgegenstände verfügt wie beispielsweise: Eine grosse Liegematte, ein grosses Sitzkissen auf dem man liegen kann, mehrere Kugelsessel, Stühle, Tische und eine Hängematte.

5.2 Workshop-Planung

Vorgängig wurde ein Konzept erstellt, welches der Projektleitung während der Workshop-Phase als Leitfaden dienen sollte. Dieses Konzept lehnt sich an Andreas Fröhlichs Theorie der Basalen Stimulation an, genauer gesagt an sein Buch „Basale Stimulation in der Pflege - Die Grundlagen“. Die Grundidee zu Beginn der Workshop-Phase war es, dass jeder Workshop einen anderen Wahrnehmungsbereich ansprechen sollte. So wurden die Workshops anfangs zu jeweils verschiedenen Wahrnehmungsbereichen geplant. Dabei wurden die Bereiche der Olfaktorischen Sinneswahrnehmungen so geplant, dass diese in jedem Workshop ein wenig angesprochen werden, da es aus Sicht der Projektleiterin zu viel gewesen wäre, zwei Stunden am Stück verschiedenen Düfte zu reichen oder verschiedene Geschmäcker zu schmecken. Deshalb wurden diese Wahrnehmungsbereiche so eingebaut, dass es in der Pause jeweils ein spezielles Dessert und Getränk, möglichst aus einer Kombination die nicht alltäglich ist, gegeben hat. Beispielsweise Schokoladentee und Pfefferminzpudding oder ein Zimt-Eis und einem Beerensmoothie, Haferflocken-Apfel-Muffins, Cranberry-Pudding und Ingwertee, Avocado-Bananen-Schokoladen-Creme, Rosentee, Gurke-Kiwi-Limette-Smoothie. Die olfaktorischen Reize wurden mit beispielsweise Raumspray und verschiedenen Ölen die bei den Massagen eingesetzt wurden, angesprochen. Beispielsweise: Lavendel und Rosmarin oder Thymian.

Die konkrete Planung der Workshops sah folgendermassen aus:

- Vestibuläre Erfahrungen und Wickel:
- Taktile Welten
- Vibrations- und Lageerfahrungen / Visuelle Erfahrungen
- Audio-Rhythmische Erfahrungen
- Somantische Erfahrungen / Berührungen

5.3 Workshop-Durchführung

Da jedoch im ersten Workshop gewisse Elemente (Wie beispielsweise den „bewegten Einstieg“) solch eine positive Resonanz erhielten, wurden diese auch in den folgenden Workshops beibehalten. Hierbei wurden mit den Bewohnerinnen und Bewohner Übungen zu Aktivierung gemacht: Mit den Armen kreisen etc. Auch die Beine wurden aktiviert, was für Bewohnerinnen und Bewohner im Rollstuhl besonders lustvoll zu sein schien.

Nachfolgend wird der Workshops Ablauf, wie er tatsächlich stattgefunden hat. Dazu kommen Beschreibungen mit den wichtigsten Beobachtungen, die von Seiten der Projektleiterin gemacht wurden.

Workshop 1: Vestibuläre Erfahrungen und Wickel

Für den ersten Workshop-Tag «Vestibuläre Erfahrungen und Wickel» wurde der Ablauf folgendermassen geplant und umgesetzt:

13:30 -13:45	Ankommen der Bewohnerinnen und Bewohner, Begrüssung der Gruppe (Gruppe von 4 Personen da, zwei Personen abwesend)
13:45- 14:20	Bewegter Einstieg: Hand-Übungen, Hand/Arm kreisen, Beine bewegen, anschliessend Ballspiel.
14:20-14:40	Pause mit Dessert Pfefferminz-Pudding und Schokoladentee (Den Teilnehmenden wurde nicht verraten was genau enthalten ist, sie sollten dies erraten.
14:40- 15:15	Wickel: Wadenwickel, Hand Bad, Fussbad und anschliessende Massage der Hände/Füsse.
15:15- 15:30	Schlussrunde und Befragung.

Beobachtungen:

Die Teilnehmer trafen nach und nach ein. Zu Beginn herrschte eine etwas unsichere Stimmung, vermutlich, weil die Teilnehmerinnen und der Teilnehmer nicht genau wussten was auf die zukommen würde. Um 13:45 waren lediglich drei der angemeldeten Teilnehmerinnen und Teilnehmer anwesend, von einer Teilnehmerin hatte die Leitung schon im Vorfeld erfahren, dass sie sich zu diesem Zeitpunkt bei ihrer Pflegefamilie aufhalten würde. Die Leitung erkundigte sich somit telefonisch nach den anderen zwei Teilnehmern. Von der einen Teilnehmerin erfuhr sie, dass sie, ohne nähere Angabe von Gründen, nicht kommen möchte. Gerade zu diesem Zeitpunkt darf dann die andere vermisste Teilnehmerin mit ihrer Begleitperson. ein. Diese war auch, so erfuhr die Leiterin, für alle Anlässe für die eins-zu-eins-Begleitung dieser Teilnehmerin eingeplant.

So wurden alle offiziell begrüsst und die Leitung erklärte den Anwesenden, worum es in den Workshops geht. Danach ging es in den geplanten bewegten Einstieg, welcher zur Thematik Vestibuläre Erfahrungen zuzuordnen ist. Dieser wurde von der Lernenden angeleitet, welche mit der Leitung zusammenarbeitet. Anfangs war auch die Lernende etwas unsicher, was sie genau sagen soll. Doch nach den ersten paar Übungen, die bei zwei der Teilnehmer auf grosse Begeisterung stiessen, fasste sie mehr Sicherheit. Einer der zwei anderen Teilnehmer musste anfangs etwas dazu animiert werden, bei den Übungen mitzumachen. Bei der vierten Teilnehmerin, welche eins-zu-eins betreut wurde, war das Ausführen der Übungen schwieriger, da diese Bewohnerin aufgrund ihrer kognitiven Fähigkeiten dahingehend eingeschränkt ist, dass sie nicht direkt Anweisungen so befolgen kann. Die Betreuerin versuchte mit ihr, die Übungen mit Armführung zu machen, solange sie dies zuliess. Anfangs zog sie die Hand bei Berührung zurück. Mit der Zeit liess sie sich auf gewisse Übungen ein, beispielsweise das leichte Armkreisen. Die beiden Bewohnerinnen welche, begeistert von den Übungen waren, versuchten diese auch, wie vorgezeigt zu machen. Dort, wo dies aufgrund der physischen Verfassung (Spasmen, Cerebrale Parese, etc.) nicht ging, halfen die zwei Projektmitarbeiterinnen (Leiterin und Lernende) beim Ausführen der Übungen.

Nach dieser Sequenz des Aufwärmens ging die Einstiegsphase weiter, über in ein Ballspiel, in das alle Teilnehmenden und Betreuenden involviert waren. Abwechslungsweise wurde sich Ball zugeworfen. Drei der anwesenden Bewohnerinnen und Bewohner, lachten mehrmals bei diesen Übungen, gerade

auch dann wenn ein Ball sein Ziel verfehlte. Die vierte Bewohnerin schien, obwohl sie sich nicht aktiv ins Spielgeschehen einbrachte, fröhlich zu sein. Gelegentlich lachte sie, oder schrie auf (laut Betreuerin ist dies ein Zeichen für Freude).

Nach diesem aktiven Einstieg, ging es weiter in die Pause. Drei der Vier Teilnehmenden nahmen am Tisch Platz und schienen anfangs etwas verwirrt über das Dessert. Die Leitung informierte, dass es ein eher unübliches Dessert sei, und forderte die Teilnehmenden auf, zu raten, was im Flan und im Tee enthalten sei. Zwei Bewohnerinnen nahmen gespannt am Ratespiel teil. Da es ein Pfefferminzflan mit grüner Farbe war, vermutete die eine erst, dass Gras darin enthalten sei. Als die Leitung dies verneinte und sie aufforderte nochmals zu probieren, errieten die zwei rasch, dass Pfefferminze darin enthalten ist. Beim Tee schien die Aufgabe schon schwieriger. Hierbei löste die Leitung nach einigen Versuchen das Rätsel auf und eröffnete den Essens den, dass dies Schokoladentee sei. Danach nahmen die drei essenden Teilnehmer noch einen Schluck und stellten erstaunt fest, dass dies ja wirklich wie Schokolade schmeckte. Während der Dessertpause befand sich die vierte Teilnehmerin mit der ein-zu-eins-Begleitung auf der Matratze im Rhythmikraum und ruhte sich aus.

Nach der Pause ging es weiter mit dem zweiten Teil des Programms. Vorbereitet waren die Materialien für kalte/warme Wadenwickel und kalte/warme Hand- und Fussbäder (Frotteetücher, Becken, Duftöle). Die Teilnehmenden wurden, soweit wie möglich, nach ihrer Präferenz befragt. Alle wünschten sich Hand bzw. Fussbäder mit lauwarmem Wasser. Die Bewohnerin, welche sich nicht gezielt äussern konnte, erhielt ein nasses Frotteetuch als Handwickel und danach eine Handmassage. Während die Bäder gemacht wurden, lief leise Meditationsmusik im Hintergrund. Die Teilnehmenden wirkten etwas ruhiger. Die Dauer des Bades konnten die Teilnehmer selbst bestimmen. Danach machte die Leitung und die Lernende jedem das Angebot, noch die Hände oder Füße mit etwas Lavendel- oder Thymian-Öl zu massieren. Alle die sich äussern konnten, nahmen dieses Angebot an.

Nach diesem zweiten Teil bewegte sich der Workshop bereits wieder dem Ende zu. Alle fanden sich wieder im Kreis ein und die Leitung befragte die Anwesenden. Erst nach der fünf-Finger-Methode, aber nach der zweiten Frage, konnten die Teilnehmenden keine Antwort finden, so dass sich die Leitung dazu entschied, die Befragungsmethode anders zu machen und lediglich nach den dem fragen was ihnen gut gefallen hat, was ihnen nicht so gefallen hat und was sie noch sagen möchten. Auf die Frage hin was hat euch gut gefallen fiel als erstes Antwort «alles». Bei genauerem Nachfragen, wurde die Äusserung gemacht, das vor allem der bewegte Einstieg gefallen habe und dass die anwesenden gerne mehr davon hätten. Die Leitung nahm dies auf und versicherte, zu prüfen wo dies möglich sei. Bei der Frage, was ihnen denn nicht so gefallen habe, konnte keiner der Teilnehmenden eine Antwort geben. Auf die Frage hin, was sie gerne noch sagen wollen, äusserte eine Teilnehmerin, dass sie sich sehr auf das Projekt gefreut habe, und sie es eine gute Sache finde, dass die Leitung ein solches Projekt organisiere.

Danach, wurden alle Teilnehmende verabschiedet.

Workshop 2: Taktile Welten

13:30 -13:45	Begrüssung der Gruppe, Information über den Ablauf (Gruppe 5 Personen, eine Person abwesend)
13:45- 14:20	Bewegter Einstieg: Hand-Übungen, Hand/Arm kreisen, Beine bewegen, anschliessend Ballspiel. Aufgrund des schönen Wetters wurde der erste Teil des Workshops nach draussen verlegt. Vereinzelt konnte doch auch ein „Fangnis“ gespielt werden.
14:20-14:40	Pause mit Dessert: Cranberry-Pudding und Smoothe aus Kiwi, Limette und Gurke
14:40- 15:15	Taktile Übungen: Mit Federn und Tücher über Arme streichen. Massage mit verschieden genoppten Bällen.
15:15- 15:30	Schlussrunde und Befragung.

Beobachtungen:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer trafen wieder nacheinander ein. Eine Bewohnerin, diejenige welches das letzte Mal schon abwesend gewesen ist, meldete sich wiederum nicht ab. Es konnte jedoch mit fünf der Teilnehmer relativ pünktlich um 13:40 angefangen werden. Wiederum wurden alle begrüsst und das Thema des bevorstehenden Workshops erklärt. Wie das letzte Mal gewünscht, startete man wieder mit einem Bewegten Einstieg. Aufgrund des schönen Wetters und der warmen Temperaturen schlug die Leitung vor, den Einstieg nach draussen zu verlegen. Dieser Vorschlag wurde von den Meisten begrüsst. So begaben sich alle anwesenden nach draussen vor das Wohnheim, wo ein Platz besteht, auf dem normalerweise gegrillt wird. Da der Platz und der Weg dazu betoniert ist, war dies kein Problem für die beiden Rollstuhlfahrerinnen. Da die Gruppe jedoch etwas grösser als beim letzten Mal war und die neue Bewohnerin eine Autismusspektrumsstörung hat, war es etwas schwieriger, diese dazu zu bewegen auf dem Platz zu bleiben. Nichtsdestotrotz fingen wir mit den Turnübungen an. Wiederum unterstützten die Leitung und die Lernende diejenigen, welche die Übungen nicht ganz von selbst ausführen konnten und versuchten mit den zwei Teilnehmerinnen, welche eine niedrige Konzentrationsfähigkeit haben, die Übungen per Hand/Beinführung auszuführen. Diese zwei Teilnehmerinnen liessen sich nur bedingt auf die Übungen ein. Auch für die anderen Teilnehmer wirkte es eher schwierig konzentriert bei der Sache zu bleiben. Denn draussen gab es viel zu sehen, hören und riechen. Vermutlich waren es viel mehr Reize, die die Konzentrationsfähigkeit der TeilnehmerInnen erschwerten. Danach ging es in das Ballspiel über. Der eine Teilnehmer schien sich nicht für dieses Spiel zu interessieren, sodass er spontan mit der Leitung ein «Fangnis anfang» indem er zu ihr hinsprang und sagte «hets». Darauf ging die Leitung ein und so entstand zwischen den beiden eine kurze Sequenz des Fangens. Währenddessen spielten die Lernende und die anwesende Betreuerin zusammen mit den anderen vier Ball. Nach einiger Zeit stand eine Bewohnerin auf und wollte gehen. Die Leitung und die Lernende versuchten dies zu verhindern und die Bewohnerin wieder zurück zu den anderen zu führen. Dies gelang jedoch nicht. So entschloss man, sich für das Dessert nach drinnen zu begeben, da einige Anwesende eine Pollenallergie haben und sie deshalb nicht zu lange draussen neben einer blühenden Wiese sein sollten. Auch wegen der starken Sonneneinstrahlung, schien es besser nicht zu lange ohne Sonnencreme oder Sonnenhut draussen zu verweilen.

Während der Pause setzten sich vier der fünf Anwesenden Teilnehmer an den Tisch, die fünfte wiederum nahm wieder Platz auf der grossen Matratze im Rhythmikraum. Die Betreuerin erklärte der Leitung, dass sie nur zu bestimmten Zeiten auf der Wohngruppe esse. Zum Dessert gab es einen Wackelpudding aus Cranberrysaft und einen grünen Smoothie aus Gurke, Limette und Kiwis. Der Pudding schien den Teilnehmern nicht zu schmecken, vermutlich, weil dieser ungesüsst war. Jedoch errieten sie sehr schnell was darin enthalten war. Beim Smoothie dauerte es schon etwas länger. Da die Teilnehmer von der grünen Farbe irritiert zu sein schienen. Nach einiger Zeit erriet die eine Bewohnerin, dass Limette darin enthalten war, danach fügte die andere noch hinzu, dass doch Kiwis drin sind (wegen den Kernen). Als die Leitung nach der dritten Zutat fragte, herrscht wieder Ratlosigkeit, so dass diese dann die dritte Zutat, Gurke, lüftete. Die zwei Teilnehmerinnen, welche sich aktiv am Ratespiel beteiligt hatten, schienen verblüfft zu sein, während sich die anderen zwei Teilnehmer mehr auf das Essen und Trinken konzentrierten.

Nach der Pause wurde angeboten, verschiedene Sachen zu erföhlen oder sich mit dem Igel-Massageball massieren zu lassen oder eine Handmassage zu erhalten. Das Angebot mit den verschiedenen Materialien schien niemanden zu interessieren, so dass dann abwechselnd alle Teilnehmer mit dem Igelmassageball im Rückenbereich massiert wurden, was ja auch ein Bereich des taktilen Spektrums darstellt. Eine Teilnehmerin schien sich ab dem Dessert nicht mehr gänzlich auf das Programm einzulassen können. Als die Leitung diese dann fragte, was denn sei, äusserte sie, dass sie gerne noch nach draussen gehen würde um dort ihre Runde ums Areal fahren zu können. Daraufhin bot ihr die Leitung an, früher gehen zu können, so dann die Bewohnerin noch eine Rückenmassage erhielt und dann früher vom Workshop ging. Danach wurden noch zwei Bewohner auf Wunsch die Hände mit einer Mandelcrème eingecremt und anschliessend war auch dieser Workshop bereits wieder vorbei.

Die Evaluationsrunde gestaltete sich etwas schwieriger, da lediglich noch zwei anwesende sich gezielt äussern konnten. Auf die Frage hin, was hat euch gefallen, kam erst keine Antwort. Danach zeigte die Leitung symbolhaft den Ball, für den Einstieg, die Handcreme für die Handmassage, einen Dessertlöffel fürs Dessert und den Massageball für die Rückenmassage. Daraufhin zeigte einer der Teilnehmer auf den Ball und die andere sagte, dass ihr das Bewegen Spass gemacht habe. Die beiden Teilnehmerinnen welche sich nicht gezielt ausdrücken konnten, wirkten nach Auffassung der Leitung zufrieden. Danach wurden alle anwesenden verabschiedet und auf den nächsten Workshop hingewiesen.

Workshop 3: Vibrations- und Lagerfahrungen

Der dritte Workshop tag ist ausgefallen, da die Projektleitung krank war. Aufgrund des kleinen Teams konnte die Aufgabe auch nicht delegiert werden und aus zeitlichen/organisatorischen Gründen wurde der Workshop auch nicht nachgeholt. Die Leitung übertrug die Verantwortung des Absagens des Workshops an einen sich im Dienst befindenden Kollegen, welcher auch die Aufgabe wahrgenommen hat.

Workshop 4: Auditorhythmische Erfahrungen

13:30 -13:45	Begrüssung der Personen Information über den Ablauf (da 3 Personen aus der eigentliche Gruppe fehlten, kamen spontan zwei andere Bewohner zur Gruppe hinzu also waren 5 Personen da)
13:45- 14:20	Bewegter Einstieg: Hand-Übungen, Hand/Arm kreisen, Beine bewegen, anschliessend Ballspiel.
14:20-14:40	Pause mit Dessert: Ingweriesetee und Schokoladen Bananen Avocado Creme
14:40- 15:20	Erfahrungen mit Rhythmischen Instrumenten: Trommeln entlang des Körpers, so dass Bewohner Vibration spürt, Verschiedenen Töne mit der Stimme erzeugen, Trommeln im Kreis. Zusammen Musik machen im Kreis mit Trommeln und Rasseln, jeder hat ein Instrument in der Hand gehabt und spontan Geräusche erzeugt. Zum Abschluss hat der Gastleiter ein kolumbianisches Lied getrommelt und dazu gesungen.
15:20- 15:30	Schlussrunde und Befragung.

Beobachtungen:

Da sich für heute zwei Bewohner abgemeldet haben (mit der dritten wurde nicht mehr gerechnet, da sie sich bereits die letzten Male nicht selbst abgemeldet hat) machte die Leitung auf der Wohngruppe auf der sie arbeitet das Angebot, dass auch andere Bewohnerinnen und Bewohner am Angebot teilnehmen können. So entschlossen sich zwei Bewohnerinnen spontan dazu auch zu der Gruppe hinzuzustossen. So konnte relativ pünktlich um 13:40 mit dem Programm begonnen werden. Es waren gesamthaft 5 Teilnehmer anwesend und dafür die Leitung, die Lernende und ein Mitarbeiter, der sich dafür bereitgestellt hat, den Workshop unter dem Thema Auditorhythmische Erfahrungen zu leiten. Dies weil der Mitarbeiter selber jahrelange Erfahrung im Musikbereich hat, selber einer Band angehört welche mehrheitlich südamerikanische Musik spielt und selber in seiner Heimat Theaterpädagoge gewesen ist.

Zu Beginn wurden alle begrüsst und das Programm für den Tag vorgestellt. Die Anwesenden wurden informiert, dass noch eine Mitarbeiterin, die PA der Leiterin beim heutigen Workshop anwesend sein wird, um diese zu beobachten. Dann startete das Programm wieder mit dem bewegten Einstieg, den wiederum die Lernende anleitete. die anwesenden Betreuer unterstützten die Teilnehmer wiederum in der Bewegungsausführung. Zu Beginn schien eine der spontan hinzugekommenen Teilnehmerinnen Mühe zu haben, sich auf die Inhalte einzulassen. Sie blockierte sich kurz und fing (vermutlich wegen der ungewohnten Situation) an zu weinen. Die Leitung konnte dies jedoch nach kurzer Zeit auffangen und danach konnte auch diese Teilnehmerin sich auf die Situation einlassen und so versuchte sie, alle Übungen mitzumachen. Beim Ballspiel blühten dann alle auf und alle Teilnehmenden schienen Freude daran zu haben. Für die Leitung war es schwer zwischen der Leitungsfunktion und der Betreuung der einen Bewohnerin zu wechseln, welche eine eins-zu-eins-Betreuung benötigt, da an diesem Tag kein Mitarbeiter zusätzlich mit der Bewohnerin mitgekommen ist.

Nach dieser Anfangssequenz gab es wie gewohnt das Dessert. Die Leitung erkläre den frisch dazugekommenen, dass es etwas unübliche Kombinationen seien und sie nicht essen müssen, wenn

sie nicht mögen, aber auch gerne mit raten können. Es gab eine Schokoladen-Bananen-Avcadomousse mit Ingwertee. Zum Erstaunen der Leitung kam der Ingwertee sehr gut an und er wurde rasch leergetrunken. Beim Erraten der Zutaten der Mousse hatte eine der neuen Teilnehmerinnen keine Mühe, sofort die Banane und Schokolade herauszuschmecken, welche offensichtlich enthalten waren. Zum Erraten der Avocado brauchten die Anwesenden etwas Hilfe, vermutlich auch deshalb, da ihnen diese Frucht nicht sehr geläufig war.

Danach ging es an den eigentlichen Hauptteil des Nachmittags. Hierzu stellten sich wieder alle Anwesenden in einem Kreis auf und nahmen, sofern nicht im Rollstuhl, auf einem Stuhl Platz. Die Bewohnerin die in eins-zu-eins-Begleitung war, befand sich auf der Liegematte. Zuerst wurde mit kleinen und grösseren Trommeln den Teilnehmenden entlang des Körpers gefahren und getrommelt, so dass sie die Vibration des Schalls am eigenen Körper spüren konnten. Einige wirkten verblüfft und erstaunt und einzelne fanden diese Gefühl nicht angenehm. Danach wurde im Kries unter Anleitung des Mitarbeiters getrommelt. Er gab einen Takt vor und alle versuchten diesen nach zu spielen. Dazu machte er spontan Geräusche, was die Teilnehmenden dazu animierte auch spontan Geräusche mit dem Mund zu erzeugen. Die Bewohnerin auf der Matte konnte/wollte kein Instrument halten, weshalb die Leitung sich entschloss, ihre Ressource zu nutzen (Diese Bewohnerin wirft immer alle Gegenstände, welche in ihrer Nähe liegen, von sich weg) und legte eine kleine Rassel neben Sie, die sie prompt wieder in Richtung der Leitung warf. So konnte diese Bewohnerin auch zum Takt einen Klang erzeugen. Dies schien ihr, aufgrund ihrer Mimik Spass zu machen. Nach dieser Sequenz, gab der anwesende Mitarbeiter zum Schluss, noch eine Darbietung eines Kolumbianischen Urwaldliedes, welche den anwesenden zu gefallen schien. Alle lauschten gebannt oder ahmten den Musiker nach.

Zum Schluss wurde wieder gefragt, was gefallen habe. Die zwei neuen Teilnehmerinnen beantworteten die Frage mit «Ballspielen und Musik machen», auch eine Teilnehmerin die sonst anwesenden schienen Gefallen daran gehabt zu haben und stimmte ihnen zu. Auf die Frage hin «was hat euch nicht gefallen» konnten die Anwesenden wieder keine Antwort finden.

Danach wurden die Teilnehmer verabschiedet und auf den nächsten Workshop aufmerksam gemacht. Eine regelmässige Teilnehmerin merkte an, dass dies ja dann schon das letzte Mal sei, dabei wirkte sie etwas traurig.

Workshop 5: Somatische Erfahrungen/Berührungen

13:30 -13:45	Begrüssung der Gruppe, Information über den Ablauf (Da wiederum drei Bewohnerinnen verhindert waren, kam spontan eine Bewohnerin vom letzten Mal hinzu, so dass es 4 Bewohnerinnen waren.)
13:45- 14:20	Bewegter Einstieg: Hand-Übungen, Hand/Arm kreisen, Beine bewegen, anschliessend Ballspiel.
14:20-14:40	Pause mit Zimtglace und Beeren-Smoothie.
14:40- 15:15	Gedankenreise durch den eigenen Körper mit entspannender Musik im abgedunkelten Raum. Teils liegen die Teilnehmer auf einer Matte oder sitzen auf dem Rollstuhl. Anschliessend bekommt jeder noch eine Handmassage.
15:15- 15:30	Schlussrunde und Befragung. Überreichen eines kleinen Geschenks: Massage Ball mit Anleitung für Mitarbeiter.

Beobachtungen:

Zum letzten Workshop zum Thema Somatische Erfahrungen/Berührungen waren viele Teilnehmende anwesend, eine davon war eine Teilnehmerin, welche sich das letzte Mal spontan dazu entschlossen hat teilzunehmen. Zu Beginn wurden alle begrüsst und das Tagesthema erklärt und ein Überblick über den Ablauf gegeben. Wie gewohnt gab es wieder einen bewegten Einstieg mit Lockerung und Turnübungen. Dies schien die anwesenden Freuden zu bereiten und sie wurden wiederum durch die Leiterin und Lernende unterstützt in der Bewegungsausführung. Danach gab es wieder eine angeregte Ballspielrunde, in der auch die Teilnehmerin, welche wieder in eins-zu-eins-Begleitung betreut wurde, mit einbezogen wurde. Es wurde viel gelacht und die Stimmung fühlte sich ausgelassen an. Danach hatten die Teilnehmenden noch keine Lust auf Pause, so dass entschieden wurde das Programm etwas umzustellen und die Pause später zu absolvieren. Es wurde den Teilnehmern gezeigt, wie sie sich selber mit dem Massageball massieren können und sie wurden auch von den Begleitpersonen mit dem Massageball massiert. Zwei der Teilnehmerinnen schienen die Selbstmassage besonders zu geniessen.

Danach gab es eine Pause, diesmal gab es ein Zimtglace und ein Beerensmootie. Schon bald fingen die Teilnehmer an zu raten, was denn in den Kredenzen enthalten sei. Und bald hatten sie die richtige Lösung auch genannt. Nach der Pause konnten die Teilnehmer aussuchen zwischen: Nochmal mit dem Massageball massiert zu werden/sich zu massieren oder eine Meditationsgedankenreise durch den eigenen Körper zu machen. Es wurde von der Mehrheit die Gedankenreise gewählt. Hierzu wurde der Raum abgedunkelt und Meditationsmusik lief leise im Hintergrund. Den Teilnehmerinnen im Rollstuhl wurde angeboten, dass sie auf die Liegematte liegen können. Die eine zog es vor, in ihrem Rollstuhl zu bleiben, währen die andere das Angebot annahm. Als alle es sich bequem gemacht hatten, startete die Leitung mit der Gedankenreise (siehe Anhang). Eine Teilnehmerin hatte anfangs Mühe sich auf die Reise einzulassen und sie wirkte etwas verunsichert. Doch in der Hälfte schien sie sich zu entspannen. Auch die Bewohnerin, welche eins-zu-eins Betreut wurde, schien sich zu entspannen.

Nach der Gedankenreise fanden sich wieder alle im Kreis ein und es wurde wieder gefragt was denn so gefallen hat. Zum Erstaunen der Leitenden, wurde die Gedankenreise genannt und auch das

selbstmassieren mit dem Masageball. Zum Abschluss wurde jedem Teilnehmer ein Massageball überreicht mit einer kleinen Anleitung für die Betreuungspersonen auf der Wohngruppe. Über das Geschenk schienen sich alle zu freuen. Einige Teilnehmer drückten ihr Bedauern darüber aus, dass die Workshops bereits zu ende seien. Die Leitende teilte ihnen mit, dass eventuell, wenn sie es gut macht, es wieder so etwas in dieser Art geben würde. Zwei der Teilnehmerinnen äusserten, dass sie sehr gerne wieder teilnehmen würden. Danach wurden alle verabschiedet.

5.4 Evaluation

Nach jedem Workshop wurde eine kurze Befindlichkeitsrunde gemacht, um die momentane Stimmung der Teilnehmenden einzufangen. Dies sollte mittels der Fünf-Finger-Methode geschehen, welche noch mit UK ergänzt wurde, um so auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden einzugehen. Jedoch entschied sich die Projektleitung, nach der ersten Durchführung für eine Vereinfachung dieser Methode, da es für die Klientel schwierig schien zu äussern was ihnen gefallen hat und was nicht. Somit wurde die Endbefragung, nach jedem Workshop vereinfacht und es wurde gefragt: «Was hat euch gefallen?» und explizit noch einmal symbolische Gegenstände für alle Aktivitäten gezeigt. Das selbe für die Frage: «Was hat euch nicht gefallen?»

Nach Abschluss der Workshops wurden nochmals zwei Fragebögen erarbeitet. Der Eine war für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer und mit Piktogrammen gestaltet. Bei diesem konnten sie die Aktivitäten umkreisen, welche ihnen am meisten zugesagt haben und die Aktivitäten, welche Ihnen nicht so zugesagt haben durchstreichen. Der andere Fragebogen richtete sich an die Bezugspersonen und fragte nach ihrer Aussenwahrnehmung der Bewohnerin oder des Bewohners. Diese Fragebögen wurden nur an die Teilnehmenden weitergeleitet, welche regelmässig an den Workshops teilgenommen haben, also insgesamt an fünf Bewohnerinnen und Bewohner. Bedauerlicherweise hat die Projektleitung beim über E-Mail mitgeteilten Termin keinen Fragebogen zurückerhalten. Erst auf Nachfragen und Drängen hin, haben letzten Endes drei Bewohnerinnen und Bewohner einen ausgefüllten Fragebogen retourniert, beziehungsweise wurde von den Mitarbeitenden der Wohngruppe an die Projektleitung weitergeleitet.

Im Allgemeinen ist es wesentlich fest zu halten, dass die Projektleitung für alle Arbeitsschritte, die auf die Mitarbeit mit den Mitarbeiterinnen der anderen Wohngruppen angewiesen war, immer wieder nachhaken musste, um die Informationen zu erhalten die sie benötigte. Möglicherweise ist die Wahl des Kommunikationsmittels E-Mail nicht die Ideale Art, um ein solches Projekt zu etablieren oder sich die benötigten Informationen zu beschaffen.

6 Controlling

In den nachfolgenden zwei Kapitel, wird der geplante Sach- und Stundenaufwand tabellarisch dargelegt und nachfolgend, die Tatsächlich ins Projekt geflossenen Mittel und Ressourcen.

6.1 Sach- und Stundenaufwand: Geplant

PERSONALAUFWAND	STUNDEN	KOSTEN/STUNDE	TOTAL IN CHF
PROJEKTMITARBEITER			
PETRA SULMONI	180	20	3600.-
RITA KESSLER	10	150	1500.-
MITARBEITERINNEN WORKSHOP/ EXPERTEN (ALLE ZUSAMMEN)	25	50	1250.-
3 PRAKTIKANTINNEN	58	10	580.-
ZWISCHENTOTAL			6930.-
EIGENLEISTUNG			
PETRA SULMONI	180	20	-3600.-
RITA KESSLER	10	150	-1500.-
TOTAL			1830.-

SACHAUFWAND	ANZAHL	KOSTEN/EINHEIT	TOTAL IN CHF
WORKSHOPS MATERIALIEN ETC.	5	Geschätzt max. 250.-	1250.-
DRUCKKOSTEN FRAGEBÖGEN	20	0.20	4.-
DRUCKKOSTEN EINLADUNGEN	60	0.20	12.-
TOTAL			1256.-

AKTIVITÄTEN	BESCHREIBUNG	STUNDEN
STUNDENGUTHABEN HSLU	6 ECTs (Projekt BB)	180
STUNDENGUTHABEN EXTERN	Externe Projektbegleitung	10
STUNDENGUTHABEN TOTAL		190
PROJEKTBEGLEITUNG		
	Sitzung Nr1 Rita Kessler (Gesamtkonzeption)	2.00
	Sitzung Nr2 Rita Kessler(Befragungsmethode)	2.00
	Sitzung Nr3 Rita Kessler (Workshops)	2.00
	Sitzung Nr4 Rita Kessler(Workshops)	2.00
	Sitzung Nr5 Rita Kessler (Evaluation)	2.00
	Zwischentotal	10.00
KONZEPTION		
	Recherche/ Theorie Vertiefung	25.00
	Konzeptschreiben	10.50
	Zwischentotal	35.50
FRAGEBOGEN 1		
	Erstellen	4.00

	Verteilen	1.00
	Auswerten	4.00
	Rücksprache mit Steuergruppe	2.00
	Vorläufige Sammlung von Angeboten	3.00
	Zwischentotal	<u>16.00</u>
PROGRAMMPLANUNG WORKSHOPS	Auswählen der Angebote	5.00
	Organisation der Angebote Treffen mit Experten	20.00
	Vorbesprechungen mit Helfern	2.00
	Zwischentotal	<u>27.00</u>
WORKSHOPS DURCHFÜHRUNG	Vorbereitung Material etc.	5.00
	Workshops	10.00
	Aufräumen etc.	5.00
	Zwischentotal	<u>20.00</u>
MONITORING (LAUFENDE EVALUATION)	Nach jedem Workshop Befindlichkeitsrunde	2.50
	Sitzungen Auftraggeber	3.00
	Zwischentotal	<u>5.50</u>
DOKUMENTATION	Führen eines Projektjournals	16.00
	Zwischentotal	<u>16.00</u>
EX POST EVALUATION	Erstellen des Fragebogens	4.00
	Verteilen	1.00
	Auswertung Fragebogen	4.00
	Zwischentotal	<u>10.00</u>
PROJEKTBERICHT	Verfassen des Projektberichts	25.00
	Überarbeiten und korrigieren	5.00
	Gegenlesen lassen und Anpassungen	3.00
	Zwischentotal	<u>33.00</u>
ZEITPUFFER	Terminvereinbarungen, Informations-E-Mails und Mehraufwand	11.00
	Total	<u>190</u>

6.2 Sach- und Stundenaufwand: IST

PERSONALAUFWAND	STUNDEN	KOSTEN/STUNDE	TOTAL IN CHF
PROJEKTMITARBEITER			
PETRA SULMONI	180	20	3600.-
RITA KESSLER	10	150	1500.-
MITARBEITERINNEN WORKSHOP/ EXPERTEN (ALLE ZUSAMMEN)	8	50	400.-
3 PRAKTIKANTINNEN	12	10	120.-
ZWISCHENTOTAL			5620.-
EIGENLEISTUNG			
PETRA SULMONI	180	20	-3600.-
RITA KESSLER	10	150	-1500.-
TOTAL			520.-

SACHAUFWAND	ANZAHL	KOSTEN/EINHEIT	TOTAL IN CHF
WORKSHOPS MATERIALIEN ETC.	5	Geschätzt max. 250.-	1250.-
DRUCKKOSTEN FRAGEBÖGEN	12	0.20	2.40
DRUCKKOSTEN EINLADUNGEN	6	0.20	1.20
TOTAL			1256.-

AKTIVITÄTEN	BESCHREIBUNG	STUNDEN
STUNDENGUTHABEN HSLU	6 ECTs (Projekt BB)	180
STUNDENGUTHABEN EXTERN	Externe Projektbegleitung	10
STUNDENGUTHABEN TOTAL		190
PROJEKTBEGLEITUNG INKL. VOR- UND NACHBEREITUNG	Sitzung Nr1 Rita Kessler (Gesamtkonzeption)	2.00
	Sitzung Nr2 Rita Kessler(Befragungsmethode)	2.00
	Sitzung Nr3 Rita Kessler (Workshops)	2.00
	Sitzung Nr4 Rita Kessler(Workshops)	2.00
	Sitzung Nr5 Rita Kessler (Evaluation, Sitzung Auftraggeber)	4.00
	Zwischentotal	12.00
KONZEPTION	Recherche/ Theorie Vertiefung	25.00
	Konzeptschreiben & Überarbeiten	15.00
	Zwischentotal	40.00
FRAGEBOGEN 1	Erstellen	4.00
	Verteilen	1.00
	Auswerten	4.00
	Rücksprache mit Steuergruppe	2.00
	Vorläufige Sammlung von Angeboten	4.00
	Zwischentotal	17.00

PROGRAMMPLANUNG WORKSHOPS	Auswählen der Angebote	5.00
	Organisation der Angebote	20.00
	Planung einzelner Workshops	
	Vorbesprechungen mit Helfern	4.00
	Zwischentotal	29.00
WORKSHOPS DURCHFÜHRUNG	Vorbereitung Material etc.	8.00
	Workshops	8.00
	Aufräumen etc.	4.00
	Zwischentotal	20.00
MONITORING (LAUFENDE EVALUATION)	Befindlichkeitsrunde Evaluieren	2
	Sitzungen Auftraggeber	3
	Zwischentotal	5
DOKUMENTATION	Führen eines Projektjournals	16.00
	Zwischentotal	16.00
EX POST EVALUATION	Erstellen des Fragebogens	4.00
	Verteilen	1.00
	Auswertung Fragebogen	4.00
	Zwischentotal	10.00
PROJEKTBERICHT	Verfassen des Projektberichts	35.00
	Überarbeiten und korrigieren	5.00
	Gegenlesen lassen und Anpassungen	5.00
	Zwischentotal	45.00
ZEITPUFFER	Terminvereinbarungen, Informations E-Mails und Mehraufwand	10.00
	Total	204

7 Beschreibung und Interpretation der Ergebnisse

Aus den Evaluationsrunden jeweils am Schluss der Workshops ging hervor, dass das Angebot bei den Anwesenden gut ankam. Auf die Frage hin «Was hat euch gefallen?» wurde oftmals als Antwort «Alles» gegeben und auf die Frage «Was hat euch nicht gefallen?» hin, schienen die Bewohnenden Mühe zu haben etwas zu formulieren. Nun kann man solche Rückmeldungen als sehr positiv interpretieren, oder es kann die Frage gestellt werden, ob die Bewohnenden sich nicht trauten Sachen zu äussern, welche ihnen nicht gefallen. Aus Sicht der Projektleiterin und den gemachten Beobachtungen, kann sicherlich gesagt werden, dass die Workshops gut angekommen sind, jedoch bleibt offen, ob denn nun wirklich allen alles so gefallen hat, wie sie es geäußert haben. Hier liegt die Vermutung nahe, dass die anwesenden Bewohnerinnen und Bewohner, sich noch nicht gewohnt sind, auch negatives anzusprechen. Möglicherweise, liegt das am institutionellen Setting oder auch an der Erziehung, welche die einzelnen Bewohnerinnen und Bewohner vom Elternhaus mitbekommen haben. Wichtig zu erwähnen ist, dass die meisten Anwesenden, welche sich lautsprachlich mitteilen konnten über 40 Jahre alt waren. Deshalb kann vermutet werden, dass auch die Erziehung, nebst dem ungewohnten Setting und den anderen Betreuungspersonen eine Rolle gespielt hat.

Generell teilten auch immer wieder Bewohnerinnen und Bewohner mit, dass ihnen das Projekt sehr gut gefalle und am Ende der Workshops waren sie vereinzelt traurig, dass das Projekt bereits zu Ende war.

Auf die Frage hin, ob sie denn gerne regelmässig an einem solchen Workshop teilnehmen würden, äusserten diejenigen, welche sich lautsprachlich und über Gebärden mitteilen konnten, dass sie das gerne tun würden.

Erstaunlich für die Projektleitung war, dass genau der Teil mit der Bewegung, welcher die ursprüngliche Idee des Projekts war, so gut angekommen ist. Dies zeigt, dass die Annahme der Projektleitenden, dass effektiv zu wenig Gelegenheiten existieren oder geschaffen werden, in denen die Bewohnerinnen und Bewohner sich bewegen können, stimmt. Deshalb wurde dieser Einstieg dann auch regelmässig durchgeführt.

Auch die Resonanz der MitarbeiterInnen der Wohngruppe war positiv. Sie äusserten, dass sich die Bewohnenden jedes Mal auf die Workshops freuten und danach, wenn möglich, vom Erlebten erzählten.

Bei den TeilnehmerInnen welche sich nicht lautsprachlich mitteilen konnten, konnte beobachtet werden, dass sie je nach Aktivität entweder ruhiger oder angetriebener wurden. Tendenziell war es schwierig, solche Bewohnerinnen und Bewohner miteinzubeziehen, vor allem, wenn von aussen nicht klar erkennbar ist, ob sie sich auf eine Situation rein kognitiv einlassen können oder nicht. Die Betreuung solcher TeilnehmerInnen erfordert eine engere Begleitung und Betreuung und die Inhalte mussten teilweise heruntergebrochen werden. Beispielsweise beim Workshop Musik: Als eine Bewohnerin auf der Matte lag, versuchte die Projektleitung sie ins Musizieren miteinzubeziehen. Da sie jedoch aber kein Musikinstrument halten darauf spielen konnte, war dies schwierig. So wurde die Ressource genutzt, dass die Bewohnerin Gegenstände die in ihrer Nähe sind, immer wieder wegwirft. So wurde eine Rassel immer wieder zu ihr hingelegt. Diese warf sie anfangs einfach weg, mit der Zeit warf sie diese dann etwas gezielter in Richtung der Mitarbeiterin.

Obwohl die Workshops anscheinend so gut ankamen, war die Gruppe der Angemeldeten Bewohnerinnen und Bewohner nie komplett. Eine Bewohnerin welche, sich anfangs angemeldet hat, ist über den ganzen Projektverlauf nicht zu den Workshops erschienen. Beim ersten Mal meldeten die Mitarbeiterinnen diese ab, und danach wurde sie nicht abgemeldet und erschien einfach nicht. Da

hätte die Projektleiterin wohl noch etwas nachhacken sollen. Vermutlich entsprach das Projekt zu dem Zeitpunkt nicht den Bedürfnissen der Bewohnerin.

Auch andere Teilnehmende waren von Zeit zu Zeit abwesend. Dies, da sie zeitweise übers Wochenende nach Hause zu ihren Familien oder Pflegefamilien gingen, oder die schlichtweg in den Ferien waren. Obwohl zu Beginn der Projektplanung und beim Verschicken der Einladungen die Idee gewesen ist, dass alle Bewohnenden zu jedem Workshop kommen können, konnte das dann in der Umsetzung nicht so gehandhabt werden. Dies lässt die Frage auftauchen, ob denn der Zeitpunkt des Projekts günstig sei, denn der Samstagnachmittag wird auch oft gebraucht um spontan Aktivitäten auf der Wohngruppe zu planen und zu unternehmen, somit konnten vereinzelt Bewohnerinnen und Bewohner, da sie an den Workshops teilnahmen, an Ausflügen der Wohngruppe nicht teilnehmen.

Im Bezug zu den gesetzten Zielen kann gesagt werden, dass sie mehrheitlich erreicht wurden. Das erste Teilziel «Einbezug der Teilnehmerinnen und Teilnehmer» ist erreicht, da zu Beginn des Projektes die Präferenzen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer eruiert worden sind und diese auch während der Workshop-Phase immer die Gelegenheit hatten das Programm so zu gestalten, wie es ihnen am besten gefiel. Dies war auch aufgrund der Rückmeldungsrunde am Schluss der Workshops möglich. Das Teilziel zwei «Konzeption der Workshops unter Berücksichtigung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer» kann auch als erfüllt angesehen werden, aus den oben genannten Gründen, trotz der Tatsache, dass nur vier Workshops stattgefunden haben. Das letzte Teilziel «Implementierung der Inhalte der Workshops im Wohnheim/in der Stiftung» bleibt zum jetzigen Zeitpunkt noch offen. Es muss noch abgewogen werden, in wieweit die Inhalte und das erarbeitete Konzept im institutionellen Alltag implementiert werden beziehungsweise werden können. Hierzu wird die Projektleitung das Konzept und die Idee dieses Projektes auch den Verantwortlichen aus der Tagesbeschäftigung vorstellen um zu eruieren, ob dies bei den neuen Ateliers, welche ab 2017 installiert werden, berücksichtigt werden kann. Somit kann auch bezüglich des Hauptziels, der «Schaffung eines Angebotes zur Förderung der Körperwahrnehmung» gesagt werden, dass es zum Teil bereits erfüllt ist, da dies zeitlich begrenzt geschehen ist. Im Bezug zur Vision, der «Verbesserung der Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner durch die Förderung der Körperwahrnehmung», kann zum jetzigen Zeitpunkt nur bedingt eine Aussage getroffen werden. Sicherlich hat dieses Angebot eine positive Wirkung auf die Teilnehmenden gehabt, da auch positive Rückmeldungen gekommen sind, vor allem in Bezug auf die Bewegung. Jedoch müsste, um eine verlässliche Aussage treffen zu können, ein solches Projekt über einen längeren Zeitraum laufen und es müsste empirisch evaluiert werden, inwiefern sich welche Aspekte positiv auf die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner auswirken.

8 Schlussfolgerungen und Perspektiven

Aufgrund der oben erwähnten Erfahrungen leiten sich einige Schlussfolgerungen ab:

Da die Resonanz eine positive gewesen ist und auch die theoretische Recherche die Wichtigkeit eines solchen Angebotes unterstreicht, wäre es durchaus sinnvoll, ein solches regelmässig anzubieten.

Aufgrund der positiven Resonanz auf die Bewegung, ist es auch zu empfehlen, den Bewohnerinnen und Bewohnern mehr Bewegung im Alltag zu ermöglichen. Dabei muss es nicht ein grosser Workout sein. Kleine Übungen, welche lustvoll gestaltet sind, reichen dabei schon aus.

Wegen den vielen Abwesenheiten im Verlauf des Projektes ist es empfehlenswert, dieses Projekt, beziehungsweise das daraus entstandenen Konzept, in die Tagesbeschäftigungsangebote mit einfliessen zu lassen. Schon alleine da die personellen und zeitlichen Ressourcen bei der Tagesbeschäftigung eine andere ist, als auf der Wohngruppe. Weiter würde eine Sensibilisierung für Basale Stimulation auf den Wohngruppen sinnvoll sein. Denn man kann auch in der Pflege stimulierend handeln.

9 Literatur

Eugster Büsch, Franziska (September 2004). Alltag- Zeit für Freizeit und Sport?
Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik, S. 6-13.

Fogel, Alain. (2009). Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie.
Vom Körpergefühl zur Kognition. New York: W.W Norton & Company.

Fröhlich, Andreas (2012). Basale Stimulation in der Grundpflege.
Bern: Verlag Hans Huber

Stiftung für Schwerbehinderte Luzern. (kein Datum). Portrait und Institutionen- Portrait.
Von Stiftung für Schwerbehinderte Luzern: <https://www.ssbl.ch/portraet-und-institutionen/portraet.html>

10 Anhang

Konzept Workshops Körperwahrnehmung

Ausgangslage

Im Wohnheim Titlis der SSBL leben Menschen mit vielschichtigen Beeinträchtigungen. Diese Beeinträchtigungen beeinflussen teilweise die Wahrnehmung des eigenen Körpers und nach Andreas Fröhlich und Christel Bienstein (2012) beeinflusst dies auch die Wahrnehmung des Umfeldes. So ist nach Fröhlich und Bienstein das Wahrnehmen in ein Hexagon an dessen Enden das verstehen, sich zu bewegen, Menschen erfahren, Gefühle Erleben, kommunizieren und den eigenen Körper erfahren eingebettet. Somit beeinflusst die eigene Körperwahrnehmung massgebend auch die Aussenwahrnehmung. Beispielsweise nehmen Bettlägerige Patienten ihr Umfeld nach einiger Zeit lediglich als zweidimensional wahr, wenn sie längere Zeit bewegungsunfähig im Bett sind. So ist es nach Fröhlich wichtig, ihnen immer noch das Wahrnehmen eines dreidimensionalen Raumes zu ermöglichen.

Formulierung des Bedarfes

Aus den oben genannten Ausführungen lässt sich entnehmen, dass die Körperwahrnehmung eine zentrale Rolle in der Wahrnehmung von sich selbst, der Umwelt und von anderen Menschen spielt. Daraus lässt sich ableiten, dass es für motorisch eingeschränkte Menschen wichtig ist, ihren Körper auf eine vielfältige Art und Weise spüren und sich somit besser kennenlernen zu können. Da bereits einige Angebote ansatzweise bestehen, wie beispielsweise im Ateliers Rhythmik, ist es die Idee mit diesen Workshops neue und bereits bekannte Methoden aus zu probieren. Dies aus dem Grund um zu schauen wie diese sinnvoll in einen Zusammenhang gebracht werden und welche sich bei den BewohnerInnen bewähren. Also ist der Bedarf eine Ergänzung des bereits bestehenden Angebotes und eine Entwicklung von neuen Inputs damit sich die BewohnerInnen stets neu erfahren können.

Die Workshops

In diesem Pilotversuch werden 5 Workshops stattfinden, die alle nach einem anderen thematischen Schwerpunkt gegliedert werden. Es werden Workshops zu den Themen: Auditorische Erfahrungen, somantische Erfahrungen/ Berührung, vestibuläre Erfahrungen, taktile Welten /Erfahrungen, Vibrations- und Lageerfahrungen stattfinden. Die oralen, olfaktorischen und visuellen Erfahrungen werden in jedem Workshop miteinbezogen, jedoch in einem begrenzten Rahmen, da zu viele visuelle und olfaktorische Reize viele BewohnerInnen in eine Überforderung bringen könnten. Die oralen Erfahrungen werden durch das zusammen im Workshop eingenommene Zvieri gefördert. Ziel dieses Zvieri ist es den BewohnerInnen andere orale Stimuli zu geben, statt den gewohnten. Wie beispielsweise eine Traubenmousse statt eine Vanille- oder Schokoladenmousse.

Die Workshops dauern inklusive der Zvieri-Pause 2 Stunden. Es wird mit einer Begrüssung und einer Erläuterung gestartet, was am Nachmittag geschehen wird. Anschliessend werden die ersten Erfahrungen gemacht. Gestartet wird aktiv, mit Lockerungsübungen für Arme und Beine (Turnübungen) und einer kurzen Ballspiel-Sequenz. Danach wird ins tagesspezifische Programm übergegangen. Nach ca. 45 Minuten wird langsam in eine Pause übergegangen, welche etwa 20-30 Minuten dauert. Anschliessend wird mit den Erfahrungen weitergemacht, bis dann der Abschluss folgt, wo mit einer 5 bis 10-minütigen Runde die Befindlichkeit der TeilnehmerInnen abgefragt wird, oder je nach Mitteilungsfähigkeit versucht wird diese zu interpretieren.

Methoden zu den einzelnen Wahrnehmungsbereichen

Somantische Erfahrungen/ Berührungen: Massagen mit Hand, Eigenmassagen, Fremdmassagen, Massagen mit Massagebällen, Massage mit Crème oder Öl.

Audio-Rhythmische Erfahrungen: Durch Musik von einem Wiedergabegerät, Musik selber machen mit Perkussionsinstrumenten, Musik spüren bei Perkussionsinstrumenten oder beim Grossen Gong oder bei „Grossem runden Xylophon zum draufsitzen“

Vestibläre Erfahrungen: Durch grosse Hängematte, Schaukeln, in der grossen „Dreidel zum reinsitzen“, durch gezieltes Bewegen der Arme und Beine

Taktile Welten: Durch verschiedenen Materialien zum Anfassen und drauf liegen. Steine, Federn, rau, weich, etc.

Vibrations- und Lageerfahrungen: Durch liegen in einer anderen Position statt Sitzen im Rollstuhl. Beispielsweise auf den Boden oder aufs Wasserbett im Snoeseraum liegen, oder im Kugelbad im Hallenbad.

Orale und Olfaktorische Erfahrungen:

Orale und Olfaktorische Erfahrungen können auf eine vielfältige Art und Weise beschert werden. Beispielsweise durch das verwenden und üblicher Zutaten in unüblichen Kombinationen bei Dessert. Und durch das verwenden von Raumsprays und Duft Ölen bei Massagen

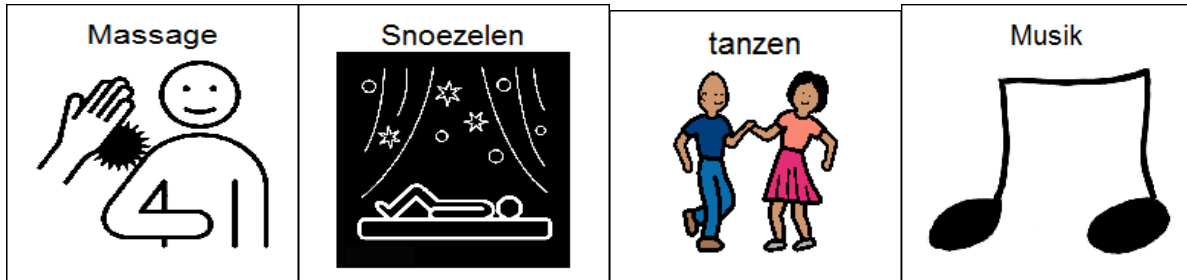
Visuelle Erfahrungen

Visuelle Erfahrungen können durch das Wechselspiel von hell und dunkel geschehen oder auch beispielsweise durch den Einsatz von Farben , wie bi einem Frabprojektor.

EINLADUNG WORKSHOPS

KÖRPERWAHRNEHMUNG

**ZIEL DEN EIGENEN KÖRPER ERLEBEN UND FÜHLEN MITTELS
MASSAGEN, KLÄNGE UND FARBEN**



WANN: 23.4, 30.4, 14.5, 28.5, 11.6 VON 13.30 BIS 15.30

WO: IM RHYTHMIKRAUM

ES WIRD AUCH JEWEILS ETWAS ZUM NASCHEN GEBEN ☺



FÜR WEITERE FRAGEN KÖNNT IHR JEDERZEIT AUF MICH ZUKOMMEN

LIEBS GRÜESSLI

PETRA SULMONI TI 2



Befragung zum Angebot Körperwahrnehmung:

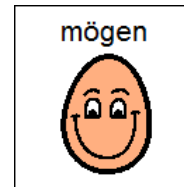
(Bitte so weit wie möglich mit Bewohnerin/ Bewohner zusammen ausfüllen, oder stellvertretend, wenn etwas nicht berücksichtigt wurde, einfach anmerken. Vielen Dank ☺)

Name:




WG:

Name BetreuerIn:

(für Rückfragen)



Das hat mir in den Workshops besonders gefallen:



<p>Musik</p> 	<p>massieren</p> 	<p>spielen</p> 	<p>liegen</p> 
<p>Turnen</p> 	<p>Dessert</p> 	<p>Menschen</p> 	



Das hat mir nicht gefallen:

<p>Menschen</p> 	<p>Musik</p> 	<p>massieren</p> 	<p>Dessert</p> 
<p>Turnen</p> 	<p>spielen</p> 	<p>liegen</p> 	

Ich würde mich freuen wenn es so ein Angebot wieder gibt:

<p>Ja</p> 	<p>NEIN</p> 
--	--

Das möchte ich noch sagen:

Für Bezugsperson:

Hast du das Gefühl, die Bewohnerin hat das Angebot genossen?

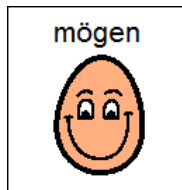
Hast du das Gefühl, dass die Bewohnerin nach dem besuchen des Ateliers entspannter war?

Hast du das Gefühl, die Bewohnerin konnte für sich etwas dazu lernen bzw. für sich etwas mitnehmen?

Das möchte ich noch sagen:

Befragung zum Angebot Körperwahrnehmung:

(Bitte so weit wie möglich mit Bewohnerin/ Bewohner zusammen ausfüllen, oder stellvertretend, wenn etwas nicht berücksichtigt wurde, einfach anmerken. Vielen Dank ☺)



Ich mag:

Name:

WG:

Name BetreuerIn:

(für Rückfragen)

<p>Musik</p>	<p>riechen</p>	<p>massieren</p>	<p>tanzen</p>
<p>spielen</p>	<p>Farben</p>	<p>liegen</p>	



Ich mag nicht:

<p>laut</p>	<p>dunkel</p>	<p>hell</p>	<p>Menschen</p>
-------------	---------------	-------------	-----------------

Was ich sonst noch gerne mache oder überhaupt nicht leiden kann:
