

Erlebnis- und Erfahrungsbericht über die Teilnahme am Seminar „Wie erreiche ich Dich?“ mit Peter Ammann und meine Arbeit mit einem Betroffenen im minimalen Bewusstseinszustand

Von Britta Hetzer

„So und jetzt stell dir vor, wie du am liebsten berührt werden möchtest. Und wie du am liebsten angesprochen werden möchtest.“ Schnell sind meine inneren Bilder dazu klar: Ich will auf jeden Fall NUR an der Hand berührt werden. Und keinesfalls will ich von vorn oder „oben“ angesprochen werden, sondern von der Seite. Allein die Vorstellung, dass das anders sein könnte, lässt mich innerlich etwas anspannen und diese Anspannung kommt mit einer Prise Wut daher. Ich fühle mich verletztlich und ausgeliefert.

Ach du Schreck!! Mir kommt unweigerlich der Vergleich zu dem mir anvertrauten Patienten in den Sinn: Wie berühre ich ihn, wenn ich ihn morgens nach dem Schichtwechsel begrüße und er noch im Bett liegt? An der Schulter oder den Oberarmen anfassen, im Gesicht oder am Kopf streicheln, gar nicht anfassen und nur reden und dabei den Rollladen nach oben ziehen. All das und vermutlich noch mehr Varianten meine ich schon gemacht zu haben. Was davon empfand er wohl als angenehm und was ließ ihn vielleicht wie mich jetzt in die Anspannung gehen und seinen oft ausgeprägten Tonus noch verstärken?

Seit drei Monaten bin ich im Rahmen des persönlichen Budgets als eine von neun Pflegeassistenten in einem Privathaushalt angestellt, in dem ich einen Mann im minimalen Bewusstseinszustand pflege und im Alltag begleite. Und heute besuche ich das Seminar „Wie erreiche ich dich“ mit Peter Ammann, der durch die Herangehensweisen der prozessorientierten Psychologie pflegenden Angehörigen und Professionellen aus der Pflege Methoden an die Hand gibt, um mit den ihnen Anvertrauten in Kontakt und Verbindung zu treten. Die Teilnehmer in dem Seminar sind in etwa je zur Hälfte Professionelle, die beruflich in der Pflege oder Therapie mit Menschen in veränderten Bewusstseinszuständen (kurz „VBZ“) arbeiten und Angehörige. Auch ein Betroffener ist dabei: Patrick macht die Veranstaltung in seinem Rollstuhl mit.

Peter ist mir sehr sympathisch. Er gliedert die Veranstaltung in theoretischen Input und zum Teil auch in Selbsterfahrungsräume in Form von Übungen: Die eingangs beschriebene Situation ist eine Partnerübung zu zweit, bei der einer auf einer Decke liegt und sich in die Rolle eines Betroffenen versetzt, während der andere ihn begleitet. Und das geschieht in der Art, wie wir es beim Seminar von Peter vermittelt bekommen haben: Zuerst „schwingt“ sich der Begleiter auf den Atem des Betroffenen ein und atmet, so es möglich ist, im gleichen Rhythmus ein und aus. Der Begleiter sagt dem Betroffenen, dass er da ist und ihn nun für eine bestimmte Zeit begleitet. Er sagt auch, wann er eine Hand nimmt oder vorhat, seinen Arm zu berühren. Daraufhin nimmt der Begleiter den Arm etwas oberhalb des Handgelenks in seine Hand. Er beobachtet den Betroffenen und gibt ihm Feedback von dem, was er wahrnimmt. Das kann z.B. „Ich sehe, du bewegst deine Augen.“ „Ich bemerke, deine Atmung ist ganz flach.“ „Du schluckst.“ sein.

Bei bestimmten Körperreaktionen, so Peter, stehen bestimmte andere Prozesse dahinter. Z.B. geht er davon aus, dass beim Schlucken eine gewisse innere Erfahrung stattfindet. Er unterstützt diesen inneren Erfahrungsprozess mit Worten wie „Trau' dem, was gerade passiert. Das ist wichtig.“

Bei Menschen im VBZ ist die Selbstwahrnehmung oft eingeschränkt und ich verstehe Peters vermittelte Inhalte so, dass wir Begleiter sie durch die Rückmeldung von dem, was wir wahrnehmen, sie in ihrer eigenen Wahrnehmung unterstützen oder zumindest in dem begleiten und ggf. bestärken, was im gegenwärtigen Moment passiert. In meinen Unterlagen notiere ich mir, dass dieser Umgang wie ein „Bewusstseinsverstärker“ wirkt.

Für mich macht das alles sehr viel Sinn und bei der eingangs beschriebenen Übung kam ich schließlich auch an einen Punkt, an dem mich die geballte Aufmerksamkeit meiner Übungspartnerin, die in die Rolle meiner Begleiterin schlüpft, und auch die Achtsamkeit, mit der sie mich begleitet, zutiefst berührt. Das ging nicht nur mir so. Auch bei anderen Teilnehmern wollen an diesem Tag Tränen fließen und fließen zum Teil auch – bei jedem aus seinem ganz eigenen Hintergrund heraus.

Ich bin am Ende des Tages erschöpft und gleichzeitig hochmotiviert, das neu Gelernte in der Praxis anzuwenden und frage mich innerlich, ob und wie ich das wohl in die Arbeitsabläufe integrieren kann?

Zurück in der Praxis

Inzwischen hatte ich wieder einige Einsätze bei dem Betroffenen, den ich begleite. An den Nachmittagsdiensten war es mir nur sehr begrenzt möglich, eine Verbindung zu ihm aufzubauen. Sein Körper hatte an diesen Tagen einen ausgeprägten Tonus und die Arme bewegten sich sehr kräftig in einem Modus, den ich „unkontrolliert“ nenne. Da ist dann generell sehr herausfordernd für mich, überhaupt an ihn heran zu kommen um die nötigen Prozeduren wie Nahrungsgabe oder Verbandswechsel vorzunehmen.

Ich versuchte mich wiederholt auf ihn einzuschwingen in dem ich mit ihm atmete und seine Bewegungen begleitete und merkte schnell, dass diese Art der Begleitung und des Verbindungsaufbaus sehr viel Zeit benötigt. Sowie ich diese Konstellation beendete, z.B. in dem ich in einen anderen Raum ging um etwas zu holen, brachen auch diese Verbindung und damit ggf. auch minikleine „Fortschritte“, die dieser Einfühlungsmoment vielleicht geschaffen hatte, ab.

Mir wurde klar, dass ich unabhängig von der Tagesform meines Patienten selbst ganz viel Bewusstseinsarbeit zu leisten habe, um einfach im gegenwärtigen Moment und wirklich bei ihm sein zu können. Und nicht etwa im Geiste schon bei den nächsten zu erledigenden Schritten oder noch anderen Dingen bin. Immer, wenn ich merkte, dass ich zur Hektik zu neigen drohte, weil ich „spät dran“ war oder einfach selbst „abwesend“, weil mit den Gedanken woanders, hielt ich inne und atmete selbst zunächst ein, zwei Mal bewusst ein und aus. Das half und hilft mir, mich besser auf den Betroffenen einstellen zu können.

In einem Frühdienst verlief es dann auch ganz anders. Ich war selbst etwas bewusster bei der Sache, begrüßte meinen dann noch im Bett liegenden Patienten durch bewusste Ansprache und Berühren der Hände. In einem Satz sagte ich ihm ganz ehrlich, wie ich mich an dem Tag fühle und er, im Begriff erneut unruhig zu werden, wurde einen Moment lang ganz still. - Peter Ammann spricht sich sehr dafür aus, den Betroffenen die Wahrheit über das Leben um sie herum und sich selbst zu sagen. Sie spüren Ungereimtheiten und

Spannungen und diese ließen sich am ehesten lösen oder vermeiden, wenn man ihnen liebevoll ins Auge sieht.

Ob es diese bewusste und von Peter Ammann gelernte Prozessarbeit war oder einfach nur die Tagesform meines Patienten vermag ich nicht zu sagen. Das war jedenfalls ein sehr schöner Vormittag, bei dem mein Patient sehr entspannt auf mich wirkte und ich überwiegend mit Leichtigkeit und Freude bei und um ihn sein konnte. Und es fühlt sich für mich stimmig an, die Ansätze aus der Prozessorientierten Psychologie in meinen Weg zu integrieren.