

Snoezelen mit Klangschalen

„Snoezelen“ und Klangmassage nach Peter Hess®, zwei wunderbare Methoden, die sich gut miteinander kombinieren lassen und meine Arbeit auf besondere Art bereichern. Im Folgenden möchte ich versuchen, ein Bild zu zeichnen, das Einblick gibt in einige Möglichkeiten der Klangarbeit für Menschen mit Behinderungen. In „meiner“ Institution kann ich mit den Klangschalen in einem neutralen Raum arbeiten, es steht mir aber auch ein spezieller Ort zu Verfügung: Der Snoezelen-Raum.

Seit knapp 11 Jahren arbeite ich mit Menschen, Kindern und Erwachsenen, die mit geistiger oder mehrfach schwerster Behinderung leben. Es sind Jahre, die mein Leben geprägt und sehr bereichert haben. Immer wieder durfte ich dabei Erfahrungen machen, die mich zum Staunen brachten und die Welt mit einem anderen Blick betrachten ließen. Dabei sind auch die Klangschalen zu einem wertvollen Begleiter in meinem Beruf geworden.

Was bedeutet Snoezelen?

Snoezelen ist eigentlich ein Kunstwort, das sich aus zwei holländischen Verben zusammensetzt und mit „Schnuppern“ und „Dösen“ übersetzt wird. Entwickelt wurde dieses Konzept Ende der 70er Jahre, als man in niederländischen Einrichtungen für geistig Behinderte immer stärker mit den Problemen der schwerstbehinderten Menschen konfrontiert wurde, für die ein mangelndes Angebot an angemessenen Aktivitäten bestand. Das Prinzip von Snoezelen ist die Reizeindämmung zum Zwecke der Entspannung in spe-



Autor

Manuela Kainz Sozialpädagogin, ausgebildet in der Klangmassage nach Peter Hess®, Weiterbildungen in Snoezelen und Klangpädagogik®. Für das Österreichische Institut für Klang-Massage Therapie leitet sie Fortbildungsseminare zum Thema „Klangarbeit mit Kindern“, „Snoezelen und Klang“ sowie Einführungsseminare in die Klangmassage.

ziell ausgestatteten Räumen. Dabei werden jeweils nur bestimmte Sinne angesprochen.

Neue Zugangsweisen

Ausgehend von der Feststellung, dass Behinderte trotz cerebraler Beeinträchtigung tiefe sinnliche Erfahrungen machen können, wurden mit dem Snoezelen-Konzept neue Zugangsweisen erarbeitet, um die Sinneswahrnehmung verstärkt anzuregen:

Snoezelen stellt Entspannung in den Mittelpunkt, nicht Förderung oder Therapie.

Es geht nicht um Leistung, sondern um Geschehen lassen, das Motto lautet: „Du musst nichts tun, alles ist erlaubt.“

Beim Snoezelen wird gefragt, was der zu Betreuende benötigt. Im Vordergrund steht also individuelle Bedürfniserfüllung.

Das Spiel der Sinne wird durch eine abgestimmte Kombination von Lichteffekten, Musik, Vibration, taktile Stimulation und Aromatherapie individuell erlebbar.

Die Reize werden selektiv angeboten, sodass es möglich ist, sich auf nur eine Sinneswahrnehmung zu konzentrieren.

Der behinderte Mensch entscheidet selbst, welche Reize er als angenehm empfindet und worauf er sich länger konzentrieren möchte.

Material und Umgebung sollten so einladend und anregend sein, dass auch schwerstbehinderte Menschen aktiviert werden.

Die Nutzer des Snoezelen-Raums empfinden wohltuende Entspannung, ihre Atmung verläuft gleichmäßiger, sie genießen das „Hier und Jetzt“. Manchmal fasziniert das Blubbern der Wassersäule, dann wieder die leuchtenden Farbtupfen an der Wand, oder die Projektionen einer sich bewegenden Spiegelkugel. Das

weiche, warme Musikwasserbett lädt besonders zum Verweilen ein. Darin zu liegen und „einfach nur zu sein“ wird von den Bewohnern besonders genossen. Manchmal geht dieses Angebot auch noch Hand in Hand mit dem Erleben des Phänomens Klang einher.

Einfach sein dürfen

Die Bewohner reagieren sehr positiv, wenn sie einfach „sein dürfen“, ohne dass jemand den Gedanken hegt, wieder ein Förderprogramm anzusetzen. Beim Snoezelen geht man stärker als bislang von den „offen gebliebenen“ Möglichkeiten des behinderten Menschen aus und nicht von dem, was unmöglich ist. Dabei gilt es, Ressourcen zu entdecken und die vielleicht winzig kleinen Schritte, die den behinderten Menschen manchmal gelingen, gebührend zu betrachten und zu ermutigen. Dies trägt übrigens nicht nur entscheidend zur Verbesserung ihrer Lebensqualität bei, sondern macht auch die Arbeit der betreuenden Personen wesentlich interessanter und befriedigender.

Beispiel:

Seit mehr als 10 Jahren begleite ich einen behinderten Jugendlichen und verbringe mit ihm jede Woche eine Stunde im Snoezelen-Raum. Je nach seinem Bedarf dauert die Einheit dann 35 bis 60 Minuten (es können sogar auch mal nur 10 Minuten sein). Für ihn ist es ganz wichtig, dass die Einheit mit Bewegung und vielen Reizen beginnt. Die Musik muss dabei laut sein und darf keinesfalls entspannend wirken - sie soll einen bewegten Charakter haben.

Eines der wichtigsten Teile in diesem „Setting“ ist dabei, dass ich nicht nur anwesend, sondern auch aktiv bin und zwar genauso wie mein „Partner“.

Aufgestaute Aggressionen werden abgebaut, der Bewegungsdrang und die Sehnsucht nach vielen Reizen (Musik, verschiedene Lichtreize, Bälle zum Werfen etc.) werden gestillt. Manchmal dauert dieses Ritual nur zwei Minuten, manchmal auch 15 bis 20 Minuten. Würde es jedoch aus

irgend einem Grunde nicht stattfinden, wäre die darauf folgende Entspannungsphase kaum oder gar nicht möglich. Außer P. (Jugendlicher) entscheidet, dass er diesen Einstieg heute nicht will.

Es hat einige Monate gedauert, bis dieses Ritual entwickelt war. In kleinen Schritten lernte der junge behinderte Mann verschiedenste Angebote des Raums kennen und wagte dann auch zu entscheiden, was er möchte und was nicht. Vor einigen Jahren noch stellte es für ihn ein großes Problem dar, verbal eine Grenze zu ziehen und Ja oder Nein zu sagen. Wenn er sich nun wünscht, dass: „Ganz viel leuchtet, dass wir tanzen und uns nicht ruhig verhalten ...“ und ich versuche, nach dem Grundsatz: „Du musst nichts tun, alles ist erlaubt!“ zu handeln, dann kann vieles entstehen und so auch unser Ritual. Mir ist wichtig, den behinderten Menschen dort abzuholen, wo er ist. Ich lasse ihn, wie er ist und mache ihm nur Angebote.

Wenn dieser für ihn so wichtige Teil erfüllt ist, dann lächelt er und sagt: „Jetzt eine ruhige Musik!“ Für mich ist es dann Zeit, ihn das nächste Stück unseres gemeinsamen Weges zu begleiten. Sehr oft wünscht er sich dann auch „die Schalen, die helfen, dass mein Rücken nicht weh tut!“ Die Klangmassage erlebt P. (Jugendlicher), als eine wohltuende und durchdringende Massage mit tiefem entspannendem Effekt, die seinen schmerzenden Muskeln

Linderung bringt. Die Ruheposition, in welcher er sich dann befindet, vermittelt das Gefühl der „Schwerelosigkeit“, was auch eine besonders wirksame Entlastung von Schultern, Rücken und Wirbelsäule bewirkt. P. (Jugendlicher) genießt es dann, ruhig da zu liegen und sich selbst zu spüren. Langsam und mit tiefer Stimme beschenkt er mich dann oft mit einem ausgedehntem „aaaangeneehm“ In diesem Moment wird mir immer ganz warm ums Herz, weil ich mich so sehr darüber freue, diesen Moment erleben zu dürfen und zu dieser positiven Erfahrung beigetragen zu haben.

Klangschalen als Hilfe zum ganzheitlichen Wohlbefinden

Wie durch den Förderansatz der „basalen Stimulation“ kann auch durch Snoezelen gezeigt werden, dass jeder lebende Mensch in der Lage ist, in Austauschprozesse mit seiner Umwelt zu treten. Bei geeigneter Wahl der Medien und Angebote ist auch dann Kommunikation und Interaktion zwischen Menschen möglich, auch wenn schwerste Behinderungsformen zunächst alle Aktivitätsmöglichkeiten zu blockieren scheinen. Gerade die Klangschale ist nach meiner Erfahrung ein Instrument, das in der pädagogischen Arbeit als Medium für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behin-



Snoezelen und die Arbeit mit Klangschalen lassen sich sehr gut kombinieren.

derung, als Hilfe zum ganzheitlichen Wohlbefinden, wunderbar eingesetzt werden kann. Sie ermöglicht Kommunikation auf nonverbaler Ebene. Wenn ich einem behinderten Menschen eine Klangschale anbiete, dann kann ich mich schon manchmal wundern, auf welche Art er dieses neuartige Objekt erkundet (beschneppen, abschlecken, an die Zähne schlagen, aufsetzen und vieles mehr). Doch allein dadurch, dass ich ihn einfach lasse, gebe ich ihm die Möglichkeit, aktiv zu sein, Neugier zu entwickeln und sich eben in seiner Art damit zu beschäftigen.

Eigenständigkeit sollte, wo immer dies möglich ist, unterstützt und gefördert werden. Wahlmöglichkeiten müssen geboten sein, selbst wenn es sich von außen um belanglose Nebensächlichkeiten zu handeln scheint. Für das Selbstwertgefühl und Wohlbefinden des betreffenden Menschen sind sie von großer Bedeutung.

Klangmassage im Wasserbett

Eine geheizte Wassermatratze schmiegt sich dem Körper an und bietet bei gleichmäßiger Druckverteilung optimale Lagerung und Unterstützung. Selbst kleinste Bewegungen werden vom Wasser weitergeleitet und können so vom Benutzer empfunden werden. Ein

Klangbad im Wasserbett kann ein einzigartiges und auch intensives Erlebnis sein, im Gegensatz zu einer normalen Unterlage, welche Schwingungen nicht so gut weiterleiten kann.

Warum können Snoezelen und Klangmassage so gut kombiniert werden? Wie beim Snoezelen sind auch bei der Klangmassage das „auf sich Wirken lassen“ und das „angenehme passive Genießen“ grundsätzliche Ziele. Durch das intensive Erleben werden die Sinne in der Tiefe angesprochen. Stress als kollektives Zeitphänomen betrifft auch den behinderten Menschen (Reizüberflutung, Reize im Alltag, die nicht eingeordnet und/oder verarbeitet werden können, Wahrnehmungsstörungen), auch wenn die Ursachen andere sind als bei Menschen die nicht behindert sind.

Die Klangmassage ermöglicht tiefe Entspannung in sehr kurzer Zeit. Genauso wie wir Nichtbehinderten ein Bedürfnis nach Ruhe, Ausgleich und Wohlbefinden haben, sehnt sich der behinderte Mensch nach diesem Harmoniegefühl.

Die Arbeit mit den Klangschalen ermöglicht uns nun einen Weg, Menschen (egal ob behindert oder nicht behindert) zu be-



Klangschalen ermöglichen Kommunikation auf nonverbaler Ebene.

gleiten und wieder in dieses ursprüngliche Gefühl der Einheit eintauchen zu lassen.

Für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung ist der Körper von enormer Wichtigkeit, da sie sich ihre Umwelt meist über ihren Körper erfahrbar machen. Durch die Arbeit mit den Klangschalen können unter anderem Impulse zur Verbesserung der Körperwahrnehmung angeboten werden.

Abbau von Spannungen ist ebenfalls ein wichtiges Element in der Arbeit mit Klängen. Behinderte Menschen versuchen oft, diesen Spannungspegel zu senken, indem sie sich oder andere verletzen. Nach meinen Erfahrungen können sich Autoaggressionen nach regelmäßigem Einsatz von Klangschalenarbeit reduzieren, die behinderten Menschen sind ausgeglichener und zufriedener.

Argumente für die Anwendung von Snoezelen und Klangmassage mit behinderten Menschen vom Kind bis zum Erwachsenen. Die Klangmassage gibt verschiedenste Impulse, um unausgeglichene Menschen in die Harmonie zurück zu führen und/oder das entstandene, oder bereits bestehende Wohlbefinden zu pflegen. Nicht nur der Körper, auch die Seele kann auftanken und neue Lebensfreude entwickeln.

Die meisten behinderten Menschen sind offen und neugierig, sie wollen erforschen, erkunden, greifen, was ja letztendlich auch zum Begreifen führen kann. Berühren bedeutet auch berühren lassen und das kann ganz unterschiedlich im Ausdruck sein. Durch die Klangmassage wird die Bereitschaft zur verbesserten

Die zehn Förderbereiche des Snoezelen im Umgang mit Klangschalen

1. Basale Reize

- Das Angebot von voraussetzungsloser Wahrnehmungserfahrungen
- Das Erspüren des eigenen Körpers
- Das Entdecken des Inneren durch Vibration
- Das Begreifen der Umwelt durch akustische, optische, orale, olfaktorische und taktilen Erfahrungen.

Durch das Aufsetzen und sanfte Anschlagen der Klangschale wird dem Körper eine Wahrnehmungserfahrung angeboten. Die Vibration der Klangschale überträgt sich auf den Körper, dieser wird gespürt, das eigene Innere wird entdeckt.

2. Kinästhetische Stimulation

Die Übertragung der Schwingungen der Schale auf den Körper führt sehr schnell zur Entspannung, in der der Spannungszustand (Tonus) der Muskulatur verändert werden kann. Dies kann zur Lockerung verkrampfter Muskulatur führen, aber auch zur Erhöhung des Muskeltonus, beim selbstständigen Anschlagen und Halten der Schale.

3. Körperbewusstsein

Die unterschiedlich großen Klangschalen können auf jede Körperstelle aufgesetzt werden. Dadurch wird jede Körperregion erreicht und wahrgenommen. Viele Therapeuten berichten von Patienten nach einem Schlaganfall, die nach einer oder mehrerer Behandlungen mit den Klangschalen die betroffene Körperstelle wieder spüren konnten.

4. Visuelle Wahrnehmung

Wird eine Klangschale mit Wasser gefüllt und diese von der Seite mit einem Schlegel angeschlagen, entstehen Wellen, die vom Schalenrand in den Mittelpunkt der Schale streben. Es entstehen Wassermandalas. Wird die Klangschale stärker angeschlagen, entstehen an den Stellen, an denen sich die Wellen treffen, kleine Springbrunnen.

5. Auditive Wahrnehmung

6. Geruchs- und Geschmackswahrnehmung

Werden auf die Oberfläche einer mit Wasser gefüllten Klangschale, einige Tropfen ätherisches Öl geträufelt und die Schale von der Seite angeschlagen, entsteht durch den schon genannten Springbrunneneffekt eine kleine „Duftexplosion“. (Gustatorische Möglichkeiten sind vielleicht vorhanden.)

7. Konzentration und Aufmerksamkeit

Durch gezielte Fragen des Therapeuten wie zum Beispiel: Was spürst du? Bis wo kannst du die Schwingungen der Klangschale wahrnehmen? Ist es dir angenehm oder eher unangenehm? Wie lange kannst du den Ton hören?, wird der Klient aufgefordert sich auf die Töne und die Schwingungen der Klangschale zu konzentrieren, seine Aufmerksamkeit dorthin zu lenken. Bei Menschen mit mehreren schweren Behinderungen kann der Therapeut/Betreuer oft beobachten, wie durch das Anspielen und Aufsetzen der Klangschale auf den Körper stereotype Bewegungsabläufe unterbrochen werden. Der behinderte Mensch hält inne, er konzentriert sich auf die von außen gesetzten Reize.

8. Ruhe und Entspannung

Die Klangmassage nach Peter Hess ermöglicht eine tiefe Entspannung in sehr kurzer Zeit. Über den Körper werden die schönen Töne und die sanften Schwingungen der Klangschale aufgenommen. Auch der behinderte Mensch hat das Bedürfnis nach Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und Ruhe. In der Arbeit mit den Klangschalen wird dem Therapeuten ermöglicht, den Menschen zu begleiten „und wieder ins ursprüngliche Gefühl der Einheit eintauchen zu lassen“.

9. Kontakt und Vertrauen

Über den Ton der Klangschale kann der Therapeut nonverbalen Kontakt zum Klienten aufnehmen. Die Annäherung an den Körper erfolgt behutsam. Dem Klienten wird die Möglichkeit gegeben mit dem Klang vertraut zu werden. Eingebettet in sanften Klängen und zarten Vibrationen fühlt sich der Klient geborgen.

10. Phantasie und Kreativität

In der engen und fürsorglichen Zusammenarbeit des Therapeuten mit dem Klienten kann es zu Situationen kommen, in denen die Klangschale „zweckentfremdet“ wird. Kinder setzen sich die Klangschale gerne umgekehrt als Helm auf den Kopf. Des Weiteren ist es interessant zu beobachten, wie sich verschiedene Materialien (Wasser, Sand, Murmeln, Perlen, etc.) verhalten, wenn sie in die Schale gefüllt werden und diese anschließend seitlich angeschlagen wird. Klangschalen haben sich in der Praxis als wunderbares Medium in der Begleitung von Phantasieereisen bewiesen.

Wahrnehmung unterstützt, zum Beispiel im taktilen Bereich. Manche behinderte Menschen ertragen nur ganz zarte Reize, sie lehnen zum Beispiel den direkten Körperkontakt mit der Klangschale ab. Hier kann das Wasserbett wieder eine gute Möglichkeit sein, da es sehr gut weiterleitet.

Andererseits kenne ich Bewohner, die stärkere Vibrationen spüren wollen und deshalb ihre Erfahrungen über die Mundpartie sammeln, indem sie die schwingende Schale mit den Lippen oder der Zunge berühren. Dieses Verhalten zeigt auch, wie wichtig die körperliche Erfahrung für die behinderten Menschen ist.

Beim Snoezelen und bei der Klangmassage ist die Selbstbestimmung sehr wichtig. Der behinderte Mensch kann, so gut es ihm möglich ist, selbst Entscheidungen treffen, die auf jeden Fall ernst genommen werden müssen. Dies hat in meinen Augen auch sehr viel mit Achtung zu tun, welche dem behinderten Menschen bei dieser Art von Arbeit in besonderer Art entgegengebracht werden kann.

Wenn ich an die Menschen denke, mit denen ich seit nun bereits zehn Jahren im Sozialtherapeutischen Zentrum arbeite, so fällt mir dazu ein, dass alle Bewohner, die von mir betreut werden, in ihrer Individualität einzig sind. Jeder von ihnen lebt mit einem Handicap in irgendeinem Bereich und benötigt Unterstützung von anderen. Gleichzeitig unterstützen mich aber genau diese Menschen, über Grenzen meiner Handicaps zu gehen. Für mich ist jede Begegnung ein wundervoller Austausch, der, so meine ich, von allen Beteiligten als Bereicherung erlebt werden kann. Denn keiner ist so wie du, keiner wird jemals dieselbe Lebensspur hinterlassen, wie du es getan hast!