

# Tasten und wahrnehmen Körperbewusstsein



## Aktivität: Vibrations- und Massagegeräte erfahren lassen

### Aufbau der Aktivität

0-2

- Lassen Sie den Klienten das Gerät erst untersuchen, bevor Sie es einschalten.
- Anschließend lassen Sie das Geräusch hören.
- Lassen Sie erst vorsichtig die Berührung bei eingeschaltetem Gerät erfahren.
- Bauen Sie die Aktivität auf und massieren Sie anschließend mit festem Druck. Beginnen Sie bei den Beinen.
- Dehnen Sie die Massage auf die Schultern und ggf. die Hände aus.
- Benennen Sie dabei die Körperteile.

2-4

- Führen Sie die Handlungen ggf. in einer festen Reihenfolge durch. So weiß der Klient, welcher Körperteil an der Reihe ist und kann sich darauf einstellen.
- Lassen Sie den Klienten selbst das Gerät untersuchen und damit spielen, wenn er das möchte.
- Bitten Sie den Klienten, einen Arm/eine Hand oder ein Bein/einen Fuß zur Massage anzugeben.
- Lassen Sie den Klienten selbst Teile des Körpers mit dem Gerät massieren.
- Legen Sie ein Handtuch auf den Therapietisch eines Rollstuhls und stellen Sie das Gerät darauf. Der gesamte Tisch beginnt dann zu vibrieren.
- Stellen Sie das Vibrationsgerät bei Klienten, die häufig im Bett liegen, auf das Kissen oder die Matratze. Die Vibration überträgt sich dann auf die Matratze.

4-6

- Lassen Sie den Klienten selbst angeben, wo er massiert werden möchte. Der Klient kann dies benennen oder den betreffenden Körperteil angeben.
- Lassen Sie den Klienten selbst Teile des Körpers mit dem Gerät massieren.

### Beobachtungs- und Anhaltspunkte

- Achten Sie auf die Stärke der Vibration und des Geräuschs. Diese können die folgenden Reaktionen hervorrufen: Zunahme der Muskelspannung, eine angespannte Grimasse im Gesicht, Zurückziehen eines Körperteils oder Stillwerden. Bauen Sie die Aktivität dann langsam ab.
- Beobachten Sie, ob der Klient Vorlieben für die Massage bestimmter Körperteile hat.
- Versuchen Sie festzustellen, ob der Klient sich durch die Massage entspannt oder im Gegenteil sehr aktiv wird.
- Beachten Sie, dass manche Klienten das Vibrationsgerät gerne auf den Knochen haben möchten, weil sie die Vibrationen dann besonders gut fühlen.

### Alternative Materialien

- Sie können auch eine Resonanzplatte in einem „Little Room“ verwenden. Mehr dazu erfahren Sie unter: Nielsen Lilli, Das Ich und der Raum, Aktives Lernen im "Kleinen Raum", Edition Bentheim, edition-bentheim de/de/unser-sortiment/c/!/3/blinden--und-sehbehindertenpaedagogik.

### Auch für die folgenden Kategorien zu gebrauchen:

- Bemerken (BM)
- Propriozeption (PZ)