Lachen ist die schönste Sprache der Welt

Ehrenamt in Sri Lanka **2019 reiste die Ergotherapeutin Friederike Nüsken für zwei Monate nach Sri Lanka, um dort in einem Waisenhaus für Menschen mit Behinderungen zu arbeiten. Für ergopraxis erinnert sie sich noch mal an diese spannende Zeit zurück.**

ABB. 1 In der Therapie wurde vor allem basal gearbeitet, wobei es viel um Spüren, Emotionen und Zuwendung ging.
ABB. 2 Eine Akka („große Schwester"), die selbst im Waisenhaus aufgewachsen ist und sich nun um die Kinder dort kümmert
ABB. 3 Es bleiben vor allem die positiven Erinnerungen an die familiäre Atmosphäre und die Herzlichkeit.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

Quelle: R. van Stegen

Mit ausgebreiteten Armen läuft mir der kleine Mohammed entgegen – sein Lachen ist einfach ansteckend. In diesem Moment vergesse ich all die körperliche und emotionale Anstrengung, den Schweiß und die schmerzenden Glieder. Mir wird zum wiederholten Male bewusst, dass ich all das mit Freuden für dieses kleine Wesen und seine Freund*innen in Kauf nehme.

Mohammed ist sechs Jahre alt, hat das Down-Syndrom und lebt zusammen mit anderen Waisen im nichtstaatlichen Waisenheim Prithipura an der Westküste Sri Lankas. Diese Einrichtung für Menschen mit Behinderung wurde 1964 von Bryan de Kretser und seiner Frau gegründet. Sie finanziert sich überwiegend über Spenden und inzwischen auch über eigene wirtschaftliche Tätigkeiten wie dem Verkauf von Gemüse und Kautschuk.

Menschen mit Behinderung in Sri Lanka → Stigmatisierung und Diskriminierung finden in Sri Lanka nach wie vor in vielen Bereichen statt, so auch gegenüber Menschen mit Behinderungen: Aberglaube und andere kulturelle Faktoren gehen davon aus, dass geistige, psychosoziale oder schwere Mehrfachbeeinträchtigungen eine Strafe für ein Fehlverhalten aus einem früheren Leben darstellen. Das zugeschriebene negative Karma und die Vermittlung eines schlechten Omens erschweren diesen Menschen den Alltag.

Auch die fehlende medizinische und therapeutische Versorgung und Aufklärung bedingen, dass Menschen mit Behinderungen sich nicht entsprechend ihrer Möglichkeiten entwickeln können und ihr Leben lang abhängig von anderen bleiben. Sie werden oftmals von ihren Familien verstoßen, haben nicht die Möglichkeit einer Schulbildung oder eines Jobs. Die Prithipura-Gemeinschaft hat es sich als höchstes Ziel gesteckt, Demütigungen und negative Einstellungen gegenüber solchen Menschen zu bekämpfen.

Nicht nur ein Waisenhaus → Mittlerweile bietet Prithipura 250 Menschen ein Zuhause, unabhängig von Religion, Herkunft oder sozialem Status. Die Bewohner*innen stammen aus wirtschaftlich benachteiligten Verhältnissen und Familien, die nicht in der Lage waren, sich um ihren Nachwuchs zu kümmern. Einige der Mitarbeiterinnen im Waisenhaus sind Mütter, die von ihren Familien verstoßen wurden und die nun einer gemeinsamen Zukunft mit ihrem Kind entgegenblicken können.

Prithipura bietet jedem die Möglichkeit, sich in seinem Tempo zu entwickeln und zu entfalten. Diejenigen, die ein gewisses Maß an kognitiven, sprachlichen oder motorischen Fähigkeiten entwickelt haben, erhalten spezifische Förderungen im Bereich der Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit. Sie können zunächst die Cotagola-Schule im Herzen Sri Lankas besuchen, um im Anschluss entweder eine Anstellung im Waisenheim zu bekommen oder auf einer der zwei dazugehörigen Farmen zu arbeiten. Eines ist dabei immer sicher: Jeder wird auf seinem Weg unterstützt, es werden Fähigkeiten erkannt und Aufgaben je nach Können und Neigung gewählt.

> *„Die Hilfsbereitschaft und Herzlichkeit berührten mich sehr.“*

Neben Tätigkeiten in der Landwirtschaft, bei Handarbeiten oder in der Verwaltung und Hauswirtschaft hat die Pflege der anderen Bewohner*innen einen hohen Stellenwert. Wer mehr Verantwortung trägt, wird Akka (große Schwester) oder Aya (großer Bruder) genannt. Diese leiten und unterstützen Nangis (kleine Schwestern) und Malis (kleine Brüder).

Interdisziplinäre Arbeit vor Ort → Seit einigen Jahren arbeiten auch einheimische Therapeuten*innen vor Ort, die oftmals von ehemaligen Volunteers und weiteren Unterstützer*innen finanziert werden. Das Team besteht momentan aus Physiotherapeut*innen, einer Logopädin und einem Ergotherapeuten. Dieser ist allerdings für nur wenige Stunden angestellt.

Seit einigen Jahren werden auch ehrenamtliche Helfer*innen aus der ganzen Welt mit offenen Armen empfangen. Egal ob Krankenschwestern, Therapeut*innen, Pädagog*innen oder Personen aus ganz anderen (nicht sozialen) Bereichen – alle sind willkommen. So bin auch ich 2019 für zwei Monate ein Teil der Prithipura-Familie geworden. Die ursprünglich geplanten dreieinhalb Monate mussten leider aufgrund der terroristischen Osteranschläge und den folgenden Unruhen verkürzt werden.

Die ersten Eindrücke im fremden Land → Noch bevor ich 2019 meinen Bachelorabschluss als Ergotherapeutin in Bochum absolviert hatte, war für mich klar, dass ich mein neu gewonnenes Wissen teilen möchte. Teilen bedeutet, anderen Leuten etwas abzugeben, aber wie mir sehr schnell bewusst wurde, auch Neues anzunehmen – zum Beispiel einen Austausch oder eine Zusammenarbeit. Ich liebte es schon immer, neue Kulturen und Menschen kennenzulernen. Da lag es nahe, ein weit entferntes Land wie Sri Lanka zu besuchen. Ein Land, in dem die Zeit stehen geblieben zu sein scheint – zumindest, wenn man die Industrialisierung betrachtet.

Bei meiner Ankunft ist mir damals sofort die familiäre Atmosphäre aufgefallen. Das hing nicht zuletzt damit zusammen, dass gemeinsam gegessen wurde, man auf dem Gelände wohnte und trotz sprachlicher Barrieren zusammen lachen konnte. Und spätestens als Mohammed am ersten Abend auf meinen Schoß gekrabbelt kam und in meinem Tagebuch kritzelte, war ich angekommen.

Der Verkehr war eine turbulente und hektische Angelegenheit. Das Essen, das Klima, die Müllentsorgung, die Straßen, die Lebensumstände, die Arbeitsmöglichkeiten und -bedingungen – alles stand im Widerspruch zum gesitteten und strukturierten Deutschland. Das musste der bekannte Kulturschock sein, von dem immer alle reden. Ein Schock, der mich sehr erdete und berührte. Die Hilfsbereitschaft und Herzlichkeit der Menschen faszinierten mich zutiefst. Akkas, die uns wie selbstverständlich und voller Stolz in ihre kleinen Häuschen einluden, uns ihre Getränke anboten und einfach glücklich waren. Wo findet

ergopraxis 1/22 | © 2022. Thieme. All rights reserved.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

ABB. 4 **Therapieeinheit im Schwimmbecken**

man diese Offenherzigkeit bei uns noch? Die Natur mit ihren langen unberührten Sandstränden, Palmen und vielfältigen Tieren luden zu einzigartigen, paradiesischen Wochenendausflügen ein. Und dennoch zog es mich immer voller Freude zurück zu den Kindern.

Ein ganz normaler Tag → Mein Arbeitstag startete morgens um 6 Uhr im Haus Maithree. Hier leben ca. 15 Kinder im Durchschnittsalter von 13 Jahren. Der Großteil hat eine Zerebralparese. Gemeinsam mit den zuständigen Akkas wurden die Bewohner*innen gewaschen, angezogen und gefüttert. Da ich kein Sinhala oder Tamil spreche und die Frauen größtenteils kein oder kaum Englisch, mussten wir auf eine Kommunikation mit Händen und Füßen zurückgreifen. Durch genaues Beobachten konnten wir vier Volunteers zunehmend mehr Aufgaben übernehmen. Dass unser europäisches Denken hier nicht anwendbar war, lernten wir zu akzeptieren. So waren zum Beispiel die dortigen Hygienestandards nicht mit unseren vergleichbar, da einige Kinder etwa die gleiche Zahnbürste benutzten oder beim Waschen der Bewohnerinnen und Bewohner ein Schwamm für mehrere Personen genutzt wurde.

Nach der morgendlichen Pflege nahm ich die Rolle der Ergotherapeutin ein und begab mich mit den anderen Therapeut*innen in den Therapieraum. Hier warteten um die 20 Kinder auf Matten liegend auf uns. Meine Aufgaben ließen sich kaum mit der uns vertrauten therapeutischen Vorgehensweise vergleichen. Inhalte, die ich während meiner Ausbildung gelernt hatte, konnten hier nur selten angewendet werden. So war es beispielsweise kaum möglich, aktive Therapieansätze wie das Bauen eines Parcours umzusetzen. Die Therapie fand meist im Sitzen oder Liegen statt und ging sehr kleinschrittig auf basaler Ebene voran.

Dass die Kultur einen großen Einfluss auf Betätigungen, Beziehungsgestaltung und Art der Mittel und Medien haben würde, war mir durchaus bewusst. Und trotzdem war es besonders zu Beginn schwierig, sich darauf einzustellen. Ich lernte den Austausch mit den anderen Disziplinen schätzen und integrierte zunehmend deren Aspekte in meine ergotherapeutische Arbeit, zum Beispiel entwicklungsförderndes Handling oder Anbahnen von physiologischen Bewegungsübergängen, die ich mir von der Physiotherapie abschaute.

Nach einer Mittagspause und weiteren Anwendungen wurden die Kinder gegen 17 Uhr gefüttert und in die Betten gebracht. Nach dem Abendessen – es gab meist Reis und Curry – gingen auch wir bald in unser Zimmer. Bei herrlichem Vogelgezwitscher und gesichert unter Moskitonetzen entspannten sich unsere schweren Beine und Arme. Der neue Tag konnte kommen.

Modelle und Assessments: Fehlanzeige → Individuelle Zielsetzungen waren bei meiner Ankunft nicht formuliert, von einer Orientierung an ergotherapeutischen Modellen ganz zu schweigen. Für die Umsetzung dieser Punkte war der Begriff Ergotherapie zu unbekannt, und die Relevanz von Zieldefinitionen wurde nicht gesehen. In kleinen Heften wurden alle Therapieinhalte für jedes Kind festgehalten, was auch einen Einblick in die Arbeit der anderen Professionen ermöglichte. Begründet in den sprachlichen Barrieren konnten die Akkas nicht mitteilen, in welchen Bereichen die Kinder Förderbedarf hatten.

> *„Eng getaktete Therapieeinheiten gab es nicht.“*

Weit weg von getakteten Einheiten und utopischen Therapiezielen lernte ich die Kinder erst mal kennen. Dafür nahm ich mir sehr viel Zeit, ließ die Kinder Vertrauen zu mir aufbauen und schloss sie alle in mein Herz. Schnell waren auch für mich Modelle, Assessments und Therapiematerialien vergessen. Was zählte, war etwas ganz anderes: Emotionen, Nähe, Zuwendung und Zeit waren alles. Das, was hier in Deutschland oft viel zu kurz kommt und als nicht so wichtig erachtet wird. Diese Werte

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

werden im Prithipura-Waisenhaus sehr großgeschrieben, aber die harte Routinearbeit ist auch hier der limitierende Faktor. Denn durch den hohen Pflegebedarf durch Eins-zu-eins-Betreuung bleibt kaum Zeit für individuelle Zuwendung.

Woran wir gearbeitet haben → Malsha*, eine 23-jährige Frau mit Zerebralparese, liegt in meinen Armen. Ich halte sie einfach nur fest, summe Lieder und gebe ihr Nähe. Sie hat eine starke Skoliose, kann ihre Nahrung kaum ohne epileptische Anfälle schlucken und wirkt geistesabwesend. Während ich sie so halte, ihr Geschichten erzähle, leichte sensorische Reize gebe, richten sich ihre Augen auf meine. Sie guckt mich an und deutet ein Lächeln an. Mittlerweile kenne ich sie so gut, um diese kleine Veränderung in der Mimik wahrzunehmen. Ihr hypertoner Muskeltonus entspannt sich und sie wirkt angekommen. In diesem Moment wird mir zum wiederholten Male klar, dass weniger oft mehr ist.

Bei Kindern mit Down-Syndrom gestalteten sich die Therapien etwas lauter, bunter und chaotischer. Wir trainierten beispielsweise den Gebrauch von Löffeln. Auch wenn die Hände das Hauptbesteck der Singhalesen ist, werden zumindest für Joghurts Löffel benutzt. Außerdem übten wir das Gehen auf unterschiedlichen Untergründen sowie die Fähigkeit, sich selbst zu beschäftigen.

Zeit, Geduld und Kreativität → Auch die enge Zusammenarbeit mit den Akkas war ein wichtiger Bestandteil meines Aufenthaltes. Ich lernte deren Persönlichkeiten kennen und merkte schnell, mit welcher Hingabe sie für ihre Mitmenschen da waren. Eine Ausbildung im medizinischen Bereich hatten sie alle nicht, und trotzdem trauten sie sich verantwortungsvolle Aufgaben zu.

Durch den engen Austausch mit den Freiwilligen erlernten die Akkas, wie Kinder über Sonden ernährt oder oral abgesaugt werden können. Dieser Transfer bedarf viel Zeit, Geduld und Kreativität. Genau aus diesen Gründen ist der regelmäßige Einsatz von freiwilligen Helfer*innen vor Ort so wichtig, um bereits Erlerntes weiterführen zu können.

Nicht alles ist umsetzbar, und man muss akzeptieren, dass in Sri Lanka einiges anders läuft. Auch wir boten den Frauen einen Wissensaustausch an und versuchten, mit Bildmaterialien zu kommunizieren. So beteiligte ich mich an der Erstellung eines Buches zur Lagerung der Bewohner*innen. Hierfür wurden von jedem Kind Fotos in verschiedenen Lagerungspositionen gemacht und mit erklärendem Text versehen. Es ist essenziell, dass der Transfer in den Alltag der Kinder stattfindet und alle Beteiligten an einem Strang ziehen. Und auch wir Volunteers stärkten unser Repertoire mit Dingen, die keine Ausbildung und kein Arbeitgeber in Deutschland auf diese besondere Weise vermitteln können.

> *„Behinderungen gelten in Sri Lanka als Strafe für Fehlverhalten.*

Zusammenarbeit über tausende Kilometer hinweg → Während meines Aufenthaltes lernte ich Maria Bixl kennen, eine Logopädin aus Deutschland, die 2017 das erste Mal in Prithipura mitgeholfen hat. Maria gründete gemeinsam mit Arbeitskolleginnen aus der Heimat einen Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Bewohner*innen auch über die Kontinentgrenzen hinweg zu unterstützen. Das Motto: Jedes Kind darf wachsen.

Nach meiner Rückkehr schloss ich mich schnell dem Verein „Therapie für Prithipura e. V." an. Nun sind wir eine interdisziplinäre Gruppe aus Logopädinnen, Physio- und Ergotherapeutinnen und wachsen stets, auch in Bereichen wie Mediengestaltung. Regelmäßige Onlinemeetings ermöglichen trotz der unterschiedlichen Wohnsitze in Deutschland einen regen Austausch. Mittels Spendenaktionen wie Weihnachtsbasaren und Spendenläufen sammeln wir Gelder, um Therapie- und Pflegematerialien zu finanzieren. Dabei liegt unser Fokus auf einer nachhaltigen Entwicklung, was bedeutet, das Equipment in einer ausreichenden Qualität vor Ort zu erwerben. Nur so können sich Prithipura und das ganze Land unabhängig von Europa entwickeln. Dank der großartigen Spendenbereitschaft konnten wir eine einheimische Logopädin anstellen, mit der wir im engen Austausch stehen.

Auch das Schaffen von Awareness ist uns ein großes Anliegen. Bei Vorträgen und Posterausstellungen möchten wir allen Interessierten einen Einblick in das Leben der anderen Kultur und damit einhergehenden gesundheitspolitischen Aspekten geben. Wir möchten vermitteln, dass Behinderung in vielen Teilen der Welt noch lange nicht so akzeptiert wird wie hier in Deutschland. Einerseits schaffen wir dadurch ein Gefühl der Dankbarkeit für hiesige Umstände, andererseits beginnen die Leute, über staatliche Grenzen hinauszuschauen und sich zu engagieren.

Alle, die sich für einen Volunteer-Aufenthalt in Prithipura entscheiden, können sich jederzeit gerne per E-Mail an uns wenden: therapie.fuer.prithipura@gmail.com. Wir versuchen, bei der Planung der Reise zu unterstützen und die Freiwilligen fachlich und emotional auf den Aufenthalt vorzubereiten. Auch während der folgenden Zeit in Sri Lanka stellen wir bei Fragen und dem Wunsch nach Austausch zuverlässige Ansprechpartner dar. Alle Interessierten halten wir auf Instagram über unser Projekt auf dem Laufenden: @therapie.fuer.prithipura.

Durch das Mitwirken im Verein haben wir alle das Gefühl, trotz tausender Kilometer zwischen uns, ein Teil der Prithipura-Familie zu sein. Prithipura bedeutet übersetzt übrigens „happy place", und genau das spürt man bei jedem Schritt vor Ort.

Auf bald! → Und so, wie Mohammed mich jedes Mal begrüßt hat, haben wir uns auch voneinander verabschiedet – mit einem riesigen Lachen. Und mit dem Wunsch im Hinterkopf, dass wir uns hoffentlich bald wieder in den Arm nehmen können und gemeinsam durch die Kraft des Lachens neue Geschichten erzählen können. *Friederike Nüsken*

Autorin

Friederike Nüsken ist seit 2018 Ergotherapeutin und schloss 2019 ihr Bachelorstudium an der HS Gesundheit in Bochum ab. 2019 trat sie dem Verein „Therapie für Prithipura e. V." bei und engagiert sich seither regelmäßig, um die Einrichtung auch von Deutschland aus zu unterstützen.

*Name von der Redaktion geändert

ergopraxis 1/22 | © 2022. Thieme. All rights reserved.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.