

# Tanzen

## trotz Grenzen

### Bewegung und geistige Behinderung

Claudia Romano choreographiert und trainiert einen Tanz zur Jubiläumsfeier von Insieme mit betroffenen Kindern ein. Sie berichtet von den Erfahrungen, die sie dabei mit dem Thema Bewegung & Behinderung machte und fordert mehr Aufklärung und Offenheit – auch in der Fitnessbranche.



**W**er schon einmal mit geistig behinderten Menschen Kontakt hatte, weiss, dass sie trotz ihrer mentalen und kognitiven Einschränkungen unserer Gesellschaft durch ihre Spontaneität und Herzlichkeit ein Stück „Normalität“ zurückgeben können. Geistige Behinderung ist keine Krankheit. Denn mit einer geistigen Behinderung lebt man, aber man leidet nicht grundsätzlich an ihr. Geistige Behinderung bedeutet in erster Linie eine Beeinträchtigung oder Verlangsamung der intellektuellen Entwicklung.

Wie nutzen wir die Fähigkeiten geistig behinderter Kinder? Wenn man ein Kind vor sich hat, das nicht versteht, muss man es in Bewegung versetzen, damit es lernt, Zusammenhänge zu begreifen.

Ein Kind, das nicht fixieren und greifen lernt, kann sich nicht entwickeln. Vom Fühlen zum Erkennen – vom Greifen zum Begreifen – vom Tun zum Verstehen. In welchem Bereich kann so eine benötigte Lernvoraussetzung geschaffen werden? Natürlich im Sport.

Im Auftrag von Insieme choreografierte ich die HipHop-Show für den Jubiläumsanlass am 11. September 2010 im Stade

#### Werbung mit Wirkung

Vor einem halben Jahr stand auf Plakatwänden Ähnliches: „Behinderte sind dauernd krank“ oder „Behinderte liegen uns nur auf der Tasche“. Absender war die Invalidenversicherung (IV). Wie kommt Insieme dazu, auf ihr 50-jähriges Bestehen mit der gleichen Methode hinzuweisen? Der Unterschied zur IV-Kampagne liegt darin, dass die IV zuerst nur Vorurteile verbreitete und viel zu lange mit der Auflösung der Urheberschaft zuwartete. Zudem sind die Auflösungen schlecht erkennbar gewesen und keine Betroffenen einbezogen worden.

Fragt sich allerdings, ob die IV nicht kritisiert worden wäre, wenn neben den Sprüchen Behinderte abgebildet worden wären. Die Auflösung lieferte die IV aufgrund der Proteste nach wenigen Tagen: „Behinderte liegen uns nur auf der Tasche – wenn wir ihre Fähigkeiten nicht nutzen“, „Behinderte sind dauernd krank – und trotzdem morgens die Ersten im Büro“. Doch es war zu spät, die Kampagne wurde eingestellt.



de Suisse ([www.insieme50.ch](http://www.insieme50.ch)) und trainiere wöchentlich mit 10 geistig behinderten Kindern.

#### Begeisterung für Bewegung

Die grosse Stärke geistig behinderter Kinder ist ihre Begeisterungsfähigkeit und das Zusammengehörigkeitsgefühl innerhalb der Gruppe. Interessant sind die stark ausgeprägten Charaktere.

Gerade Menschen, die nicht über ausreichende kognitive und mentale Fähigkeiten verfügen, um in unserer Gesellschaft eigenständig einen Platz einnehmen zu können, agieren im Tanzen mit besonders elementarer Freude am Musizieren, Singen und Tanzen und lassen sich zu selbstbestimmten Äusserungen in Musik, Sprache und Bewegung motivieren.

Ich beobachte im Unterricht mit geistig behinderten Kindern in manchen Fällen eine erstaunliche rhythmische, musikalische und darstellerische Begabung, die ich bei der Schwere der Behinderung oft nicht erwartet hätte.

#### Kreativität durch Tanzen

Im Tanzunterricht mit geistig behinderten Kindern steht weniger die Vermittlung von kognitiven Inhalten im Vordergrund. Er ermöglicht den Kindern vielmehr, im Unterricht entwickelte Fähigkeiten im Sozialverhalten, Konzentrationsfähigkeit, Sinnesförderung, Motorik, Fantasie und Kreativität in ihre Persönlichkeit zu integrieren.

Im Unterricht wird jedes Kind von seinem jeweiligen Standpunkt und Können abgeholt. Dadurch hilft der Unterrichten-



Claudia Romano mit den Kindern beim Tanztraining für die Jubiläumsfeier.

### Insieme Jubiläum 2010 – 50 Jahre anders normal

Unter dem Leitmotiv „begegnen – bewegen – verändern“ findet am 11. September 2010 eine Jubiläumsfeier im Stade de Suisse in Bern statt. Die Feier soll zu einem Tag positiver Erfahrungen zwischen Menschen mit und ohne geistige Behinderung werden. Namhafte Persönlichkeiten wie Doris Leuthard (Bundesratspräsidentin), Gilbert Gress (Fussball-Experte), Greis (Schweizer Rapper), Sir Colin (bester DJ der Schweiz 2007&2008) und viele mehr werden diesen Anlass unterstützen und zu einem unvergesslichen Erlebnis machen. Der Anlass bietet einen hervorragenden Schauplatz, um die Berührungsgänge abzubauen und voneinander zu lernen.

### Geistige Behinderung

Geistige Behinderung bedeutet eine Beeinträchtigung im kognitiven Bereich. Zu den kognitiven Fähigkeiten eines Menschen zählen zum Beispiel die Fähigkeiten zu lernen, zu planen, zu argumentieren.

Einschränkungen in diesem Bereich können auch bedeuten, dass eine Person Schwierigkeiten hat, eine Situation zu analysieren, etwas zu verallgemeinern oder vorzuschauen. Sie beeinflusst die Gesamtentwicklung oder die Lernfähigkeit in unterschiedlicher Art und Weise. Bei Menschen mit einer geistigen Behinderung verläuft die Entwicklung langsamer als bei anderen Menschen. Die Entwicklungsschritte sind weniger voraussagbar.

Es gibt genetisch bedingte, angeborene geistige Behinderungen wie zum Beispiel das Down-Syndrom. Stoffwechselstörungen, Komplikationen während der Geburt, Sauerstoffmangel oder Unfälle können ebenfalls geistige Behinderungen verursachen.

Die Diagnose allein sagt aber noch nichts über die mögliche Entwicklung eines betroffenen Kindes aus.

de jedem Kind, seine persönliche Kreativität und Fantasie in motorischen Ausdrucksformen sichtbar zu machen. Für geistig behinderte Kinder ist stressfreies Lernen und Agieren mit Spass und Freude eine Grundvoraussetzung, um keine Aufnahme- und Lernblockaden hervorzurufen. Im Unterricht wird keine korrekte Erfüllung einer bestimmten Leistung von den Geistigbehinderten erwartet. Das spielerische und kreative Aufgabenange-

bot hilft den Kindern getreu dem Zitat von Galileo Galilei „Man kann den Menschen nichts beibringen. Man kann ihnen nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“

### Mit allen Sinnen lernen

Der Unterricht ist über einen längeren Zeitraum in ein Thema eingebettet. Durch das vielfältige Spiel- und Förderangebot tauchen die Kinder kindgerecht mit allen Sinnen in das jeweilige Thema ein, und das Thema wird dadurch im Gehirn durch die komplexeren Zusammenhänge besser gespeichert und mit anderem vernetzt.

Durch das Agieren in der Gruppe, allein und in Partnerspielen, lernen die Kinder auf spielerische Weise, sich immer besser mit einer gewissen sozialen Kompetenz einzubringen und zu reagieren. Partneraufgaben, wie zum Beispiel „Führen und Folgen“ sind eine typische Aufgabenstellung.

Durch thematische Wahrnehmungsspiele werden folgende Sinne gefördert: Der Seh-, Hör-, Tast-, Spürsinn, die Tiefen- oder Eigenwahrnehmung (propriozeptive Wahrnehmung), der Gleichgewichts- und Bewegungssinn.

Diese aufgeführten Inhalte und Methoden ermöglichen ein „entdeckendes Lernen.“ Das Zitat von Galileo Galilei trifft auf die Unterrichtsmethode in besonders vielfältiger Weise zu.

### Integration in die Freizeit

Besonders betont werden muss, dass die „Berührungsgänge“ gerade im Bereich der Freizeit, in dem sich doch die meisten

Menschen begegnen, abgebaut werden müssen.

Manch einem mag Integration in der Freizeit für geistig Behinderte vielleicht nicht so bedeutsam vorkommen, aber das ist nicht der Fall, denn die Freizeit ist ein sehr wichtiger Faktor und damit auch Arbeit, Wohnen und Bildung gleichgestellt. Sie nimmt einen hohen Stellenwert in der Persönlichkeitsentwicklung ein. Vor allem hier besteht die Möglichkeit der Selbstfindung. Hier kann der geistig behinderte Mensch seine Persönlichkeit kreativ entfalten, und was ebenso sehr wichtig ist, er kann besser sozial integriert werden. Er wird nicht mehr in Randgruppen isoliert, weil in der Freizeit eher Möglichkeiten der Begegnung mit nichtbehinderten Menschen bestehen und durch gemeinsame Freizeitmassnahmen Nichtbehinderte durch Erfahrung mit geistig Behinderten eher Vorurteile überwinden. Durch Vereine und Projekte jeglicher Art sollen Gemeinschaftserlebnisse und Gruppenerfahrung im Mittelpunkt stehen.

### Öffnung der Fitnessclubs

Fitnessstudios konzentrieren sich vermehrt auf verschiedene Zielgruppen und bieten auch die nötige Infrastruktur. Zur Auslastung der Group Fitness Räume liesse sich das bestehende Angebot erweitern.

Zusätzlich würden Tanzworkshops mit Nichtbehinderten die Integration fördern und den Fokus verändern. Damit sind die Bausteine integrativer Freizeitaktivitäten gelegt, doch es muss auch weiterhin und



„Schraube locker?“ – Werbekampagne von Insieme mit von Down-Syndrom Betroffenen.

noch weit verbreiteter auf eine Öffnung „allgemeiner“ Angebote hingearbeitet werden, damit auch hier eine vollständige Integration erreicht wird. Bestimmte Verhaltensweisen, zum Beispiel Angst und Ablehnung von nichtbehinderten Menschen gegenüber geistig Behinderten können aber auch zur Folge haben, dass sich die geistig behinderten Menschen als Minderheit fühlen und Haltungen wie Selbstunsicherheit, emotionale Instabilität annehmen. Oft werden in uns Urängste und Ablehnung erweckt. Man verbindet das Schicksal des geistig behinderten Men-

schen mit dem eigenen und zeigt entweder Mitleid sowie Bedauern oder ist glücklich, nicht von solch einem Schicksal betroffen zu sein.

Ich bin überzeugt, dass die Fitnessbranche noch grossen Nachholbedarf bezüglich Integration aufweist. Unter fachkundiger Betreuung und Offenheit der Nichtbehinderten liesse sich eine Zielgruppe aufbauen, die zu einer grossen Bereicherung für alle Beteiligten führen würde.

**FAZIT** Kurz und knapp: Geistige Behinderung ist ein Tabu. Sie wird totgeschwiegen und so existiert kaum Werbung, die sich mit diesem Gebiet befasst. Im Internet, ebenfalls einem heute sehr angesehenen Werbeträger, findet man nach längerem und gezieltem Suchen doch einiges.

Jedoch ist Werbung in diesem Sinne nicht effektiv, denn nur wer sich für diese Thematik interessiert, wird fündig. Es muss aufgeklärt werden, um eine Integration zu fördern. Das heisst, dass es eine Werbekampagne gezielt für und mit geistig Behinderten geben muss! Das Tabu muss gebrochen werden! Solch eine Kampagne, wie

zum Beispiel von Insieme soll kein Mitleid erregen, sondern einen aufklärenden Charakter aufweisen. Dazu gehört es, über die Entstehung einer geistigen Behinderung, die auftretenden Symptome und die Verhaltensweisen bis hin zu den Massnahmen, die für eine Eingliederung und Erleichterung des Lebens sowohl der Betroffenen selbst als auch der Angehörigen sorgen und angeboten werden, zu informieren.

Es wird einfach immer noch zu wenig im Sektor Werbung für die Integration geistig Behinderter getan. Es ist zu hoffen,



**Claudia Romano** ist als Eidg. Dipl. Turn- und Sportlehrerin Ausbildungsleiterin Group Fitness bei S.A.F.S (swiss academy of fitness and sports) und hat dort die Bereichsleitung Dance Academy sowie die Leitung der Qualitätssicherung inne. Zusätzlich hat die internationale Presenterin einen Lehrauftrag am Institut für Sport und Sportwissenschaften der Uni Basel und gilt als Expertin für Gymnastik und Tanz.  
[www.claudiaromano.com](http://www.claudiaromano.com)

#### @ Ihr Feedback

Stichwort: xxxxxxxxxxxx  
[fitness-redaktion@health-and-beauty.com](mailto:fitness-redaktion@health-and-beauty.com)

dass sich das bald und so schnell wie möglich ändert. Denn alle anderen Integrations-Möglichkeiten benötigen die Werbung, um Aufmerksamkeit zu erlangen und das öffentliche Interesse zu wecken. Nur wenn dieses Interesse vorhanden ist, können Integrationsklassen, integrative Massnahmen im Berufsleben und integrative Freizeitgestaltung eingeführt und zur „Normalität“ werden. Claudia Romano