



Den Menschen sehen.

Angebote Einrichtungen Produkte & Services Spenden

Online Spenden

[Nikolauspflge](#) [Angebote](#) [Förder- & Betreuungsbereich](#) [Erfahrungsberichte](#)

Übersicht

Frühförderung

Kindergarten

Schulen

Berufsvorbereitung

Ausbildung

Umschulung

Arbeit

Berufliche Reha &
Qualifizierung

Förder- & Betreuungsbereich

Erfahrungsberichte

Wohnen

Sport- & Freizeitangebote

Regionale Angebote

Nur Mut

Nur Mut! Ein „Mutmach-Kurs“ für Klienten des Limeshofs

Im Winterhalbjahr 2008/2009 absolvierten zehn blinde, sehbehinderte und mehrfachbehinderte Menschen ein Training, um sich mit ihrem Selbstbewusstsein, ihren Zielen und dem Thema Ermutigung zu beschäftigen.

Begleitet hat sie die Weinstädter Encouraging-Master-Trainerin Silvia Bürhaus, unterstützt von zwei Sozialpädagogen aus dem Bereich der Arbeitstherapie des Limeshofes.

Basierend auf dem individualpsychologisch ausgerichteten Encouraging-Basis-Training nach Theo Schoenaker haben alle Teilnehmer für ihre eigene Situation viel Hilfreiches mitgenommen. Nach anfänglicher Zurückhaltung sind die Klienten ganz in die Thematik eingetaucht und brachten eigene Beispiele, Problem-Beziehungen und auch kleine Erfolge zur Sprache.

Natürlich brauchte das Basis-Training etwas Anpassung an die besondere Situation blinder, sehbehinderter und mehrfachbehinderter Menschen. So wurde die Rückmeldung über die geübten ermutigenden Trainingsaufgaben aus der jeweils vergangenen Woche mit beginnender Wortmeldung in aufrechtem Sitzen gegeben; machbar für die zwei im Rollstuhl sitzenden und die drei blinden Klienten. Etwas aufzuschreiben oder zu lesen war nur wenigen möglich; also wurden Symbole für die eigenen Stärken und Fähigkeiten gesucht, diese als „Edelsteine“ symbolisiert und in einer Kiste mitgebracht. Weitere Hilfen waren der Einsatz von Tonband und die Übersetzung mancher Trainingsaufgaben in Braille (Blindenschrift).

An den ersten Vormittagen wurde gezielt das Selbstvertrauen gestärkt. Fehler, Schwächen und Unzulänglichkeiten konnten die Klienten sofort benennen. Aussagen wie „Das kann ich nicht“, „Wie sieht das aus?“, „Verstehe ich nicht“ waren ihnen geläufig. Doch was konnten sie selbst eigentlich bewirken? Spannend zu erkennen, dass ein höfliches „Bitte“ oder „Danke“ mit freundlicher Stimme oder ein Lächeln für andere, auch wenn man es selbst nicht sieht, sehr ermutigend wirken kann. So wurde das ganze Seminar von den unterschiedlichsten Ermutigungs-Übungen durchzogen, wobei die Teilnehmer mit Begeisterung mitgemacht haben und die Lernatmosphäre noch herzlicher und wärmer wurde.

Heiß ging es her beim Thema „Üble Nachrede“. Die Klienten kannten ausnahmslos die verletzende Wirkung des Lästerns über die Schwächen nicht anwesender Dritter. Also wurden gemeinsam Möglichkeiten gesammelt, dieser schlechten Angewohnheit bewusster zu begegnen, und die Erfolge der Klienten klangen vielversprechend.

Intensiv genutzt wurde die Möglichkeit, im Seminar neue Übungen auszuprobieren, dabei Gefühle nachzuspüren und diese in Worte zu fassen. Ein Riesenschritt, um andere Menschen besser verstehen zu können. Während die Klienten sich anfänglich untereinander eher noch bemitleideten oder Ratschläge gaben, gingen sie im weiteren Kursverlauf zunehmend partnerschaftlich miteinander um und stellten hilfreiche offene Fragen wie „Und was könntest du jetzt tun?“.

Es war eine Freude, die Fortschritte zu beobachten: bei der Klientin mit starken Sprachschwierigkeiten, die laut und deutlich ihren positiven Zielsatz vor versammelter Seminargruppe auswendig vorträgt, um nur ein Beispiel zu nennen. Und schön zu erfahren, dass fast alle Mutmach-Klienten nun einen besseren Umgang mit ihren Freunden pflegen, freier sprechen können und ein besseres Selbstwertgefühl haben.

[Zurück](#)